Zeitschrift: Hauswirtschaftlicher Ratgeber : schweizerische Blätter für Haushaltung, Küche, Gesundheits-, Kinder- und Krankenpflege, Blumenkultur, Gartenbau und Tierzucht

Band: 6 (1899)

Heft: 2

Heft

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 03.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Gratisbeilage zu Nr. 3 des „Schweizer Frauenheim“.

Schweizerische Blätter für Haushaltung, Küche, Gesundheits-, Kinder- und Krankenpflege, Blumenkultur, Gartenbau und Tierzucht.

Herausgegeben unter Mitwirkung tüchtiger Mitarbeiter von Frau E. Coradi-Stahl in Zürich.

Abonnementspreis: Jährlich Fr. 2.—, halbjährlich Fr. 1.—; Abonnements nehmen die Expedition, Bäckerstraße 58, und jedes Postbureau (bei der Post bestellt 10 Cts. Bestellgebühr) entgegen. — Insertionspreis: Die einspaltige Petitzeile 25 Cts., bei Wiederholungen Rabatt.

Nr. 2. VI. Jahrgang. | Erscheint jährlich in 22 Nummern. | **Zürich,** 21. Januar 1899.

Im Winter.

Winter ist es. In dem weiten Reiche
Der Natur herrscht tiefe Einsamkeit,
Und sie selbst liegt, eine schöne Leiche,
Ruhig in dem weißen Sterbekleid.
Ihre Blumenkinder ruh'n geborgen
An der Mutter Brust, mit ihr bedeckt,
Träumend von dem Auferstehungsmorgen,
Wo der Lenz sie aus dem Schlummer weckt.

Aller deiner Pracht bist du entledigt,
Erde, deine Schönheit ist dahin,
Und du selbst bist eine Leichenpredigt
Von erbauungsvollem, tiefem Sinn.
Was die Erde hat, kann nicht bestehen,
Ihre Gabe heißt Vergänglichkeit;
Aufwärts zu den Sternen mußt du sehen,
Suchst du ew'ge Schön' und Herrlichkeit.

Aber wenn die Osterlieder klingen
Und der große Ostermorgen graut,
Muß dir auch die Erde wiederbringen
Deine Hülle, die ihr anvertraut.
Sieh, so ist und so bleibt nichts ihr eigen,
Suche nicht, was sie nicht hat, bei ihr;
Laß von ihr dich zu den Sternen zeigen,
Und das Heil du findest's über dir.

C. J. Ph. Spitta.

Die alte und die neue Zeit.

Die gute alte Zeit, wie oft wird sie gepriesen, als könnte sich die Neuzeit gar nicht mit ihr messen und müßte sich, auf dem Schandbänklein sitzend, das abschätzige Urteil der Welt gefallen lassen.

Nun ja, es mag eine idyllische, bedürfnislose Zeit gewesen sein, als sich der stämmige Pfahlbauer noch mit Holzäpfeln begnügte und dazu selbst erlegtes Wild aß, welches ihm die Frau Liebste bereitete, eine glückliche Zeit, als er sich noch als alleiniger Herr und Besitzer seiner selbstfabrizirten Hütte betrachten konnte und nicht nötig hatte, auf Mieter und Untermieter zu spekuliren.

Es mag eine idyllische Zeit gewesen sein, als die Tyrannin Mode noch nicht auf der Erde herrschte, die den Menschen läppische Gesetze vorschrieb, eine glückliche Zeit, als das Mein und Dein noch nicht mit dem Centimeter abgemessen wurde. Ebenso war jene Zeit als gut zu preisen, als die Königinnen mit höchst eigener Hand den Faden um die Spindel drehten und zu Zeug verwebten und wie idyllisch war doch die Zeit, als auf den Burgen Ritter und Sänger den Minnedienst pflegten und durch die Verehrung der Frauen diese in eine höhere Stellung rückten.

Aber war's nicht auch in der „guten“ alten Zeit, als auf den Burgen Raubritter hausten, welche die friedlich durchs Land ziehenden Kaufleute überfielen und beraubten, als ferner nach Feudalrecht der Leibeigene ganz in der Gewalt seines Herrn stand, dessen Wort über sein Eigentum, seine Freiheit, ja selbst über sein Leben gebieten konnte?

Und war's nicht in der „guten“ alten Zeit, als die Folter, grausigen Andenkens, amtete und scheußliche Hexenprozesse die Gefängnisse mit unschuldigen Todeskandidaten füllten? Wer möchte sie zurückwünschen, diese gute alte Zeit?!

Doch zeigte sie nicht immer das harte Tyrannengesicht, erwies sich in vielen Stücken sogar nachsichtig und ließ manches durch, das die Neuzeit aus diesem oder jenem Grunde beanstanden würde.

Unter ihren Fittigen konnte sich die liebe Jugend noch unbelastet von wissenschaftlichem Kram unbegrenzter Vakanz erfreuen, und als dann die Marterstuben in Aufnahme kamen und damit das goldene A-B-C, so ließ sie es geschehen, daß der lange Haselstock Zucht und Gerechtigkeit handhabte, ausgediente Soldaten und andere ungebildete Leute das Schulszepter führten, ließ es geschehen, daß der Wind die Lüftung der vollgepferchten Schul-

stuben übernahm, deren Wärme die kindergesegnete Frau Schulmeisterin verstohlenerweise noch zum Trocknen der Windeln benützte und drückte ein Auge zu, wenn dick- oder starrköpfige Schüler zur Strafe auf ein kantiges Scheit knieen mußten, das sie vielleicht selber zum obligaten Geschenk gemacht hatten.

Dagegen hatte sie ein wachsames Auge auf Kleider- und anderen Luxus und wehrte der Ueberhaudnahme durch strenge Mandate, Geld- und Körperstrafen, hielt auch das Volk zu demütigem Respekt an gegen die gnädigen Herren und Obern. (Wehe, wenn der Bauer, der ihren Namen nannte, nicht zugleich an die Mütze griff!)

Sie verwöhnte die Leute in keiner Beziehung durch zu viel Licht und dressirte die späten Heimzügler, den Weg nach Hause zeitig und ohne Laterne zu finden, während die Stadttore dem gefährlichen Schweifen in die Ferne zu wehren hatten, nnd nicht zu vergessen, sie setzte auch billige Lebensmittel- und Wohnungstaxen an, erschwerte den Wucher — kurz, es ließe sich noch manches zur Ehrenrettung der angezweifelten Güte der alten Zeit anführen.

Nun ist sie vom Schauplatz abgetreten und hat ihr Szepter der Neuzeit überlassen.

Die Neuzeit, die hat ein ganz anderes Gesicht. Frisch und frei, kühn und unternehmend schaut sie in die Welt hinein. Vorwärts heißt ihr Losungswort. Sie ruft den Geist stets unter die Waffen, arbeitet mit früher unbekannten Riesenkräften und bringt damit erstaunliche Werke zu Stande.

Sie bringt vermöge des Dampfes Land und Leute zusammen, gibt den Schiffen gleichsam Flügel und Sicherheit. Elektrische Drähte vermitteln raschen Gedankenaustausch weit nach entfernten Ländern, ja selbst längs dem Meeresboden hin.

Sie fördert Handel und Gewerbe, Künste und Wissenschaften, Volks- und andere Bildung, hat humanere Gesetze geschaffen, begünstigt menschenfreundliche, dem allgemeinen Wohl oder dem der leidenden Menschheit geltende Bestrebungen, ja sie verschmäht es auch nicht, Verbesserungen in Werkstätten und Wohnhäusern einzuführen. Der Handwerker arbeitet mit neuen oder verbesserten Werkzeugen, und seit der brave Wasserhahn in der Küche amtet, muß das Mädi das Wasser nicht mehr in der Tause treppauf schleppen.

Freilich kein Bild ist ohne Schatten. Das gilt auch von der Neuzeit. Man wirft ihr vor, sie fördere die Genußsucht, die Verweichlichung, den Luxus in jeder Beziehung, den Schwindel. Die Leute klagen, sie mache einem das Leben sauer durch geschraubte Lebensmittel-, Wohnungs- und andere Taxen. Ernstergesinnte meinen, sie lasse der Jugend zu viel Freiheit in Meinung und Urteil, lasse neben dem Glauben auch sehr viel Unglauben auftauchen, sei in einem ungesunden Humanitätsdusel befangen, welcher der strammen Gerechtigkeit zuwider laufe.

Aber trotz dieser nicht in Abrede zu stellenden Eigenschaften hält sie doch glänzend den Vergleich mit der alten Zeit aus. Wie wird es wohl in der Welt stehen, wenn einmal die jetzt neue Zeit zur alten geworden ist und die in unserer Sicht stehende Zukunft Vergangenheit geworden sein wird? Was bleibt der Zukunft zu entdecken, zu erfinden, anzustreben, umzuschaffen? Wenn inzwischen politische Stürme losbrechen, ob dabei der Zeiger an der Weltenuhr nicht rückwärts getrieben wird und die bisherigen Errungenschaften nicht untergehen?

Doch wer wird so pessimistisch träumen? Vielleicht hat's die Zeit dann so weit gebracht, daß man fliegen kann und als ätherische Wesen miteinander verkehrt. K.

Nicht zu kalt und nicht zu heiß.

Wer hätte nicht schon oft, namentlich im Sommer den weisen Ausspruch getan oder doch gehört: „Nicht zu kalt trinken!" und im Winter: „Nicht zu heiß essen!" Was heißt denn überhaupt „zu heiß" und „zu kalt"? Als normal müssen wir diejenige Temperatur der Speisen bezeichnen, welche der Mundhöhle ungefähr gleich ist, also 35 bis 37,5 Grad Celsius beträgt. Je weiter sich aber die Temperatur von dieser Grenze nach oben oder nach unten entfernt, um so mehr kommt es auf Natur und Art der Speise an, ob ihr Wärmegrad uns zusagt oder nicht; Kuhmilch von 12 Grad Celsius empfindet man unangenehm kalt, Champagner von derselben Temperatur als unangenehm warm. Auch kann man Flüssigkeiten viel heißer genießen, als feste Speisen. Ein Schluck fast kochenden Kaffees wird schnell hinuntergeschluckt, dagegen sperrt man beim Kauen von heißem Braten und Gemüse immer wieder stöhnend den Mund auf wie ein nach Luft schnappender Fisch.

Die Nachteile, welche der Genuß zu heißer Speisen und Getränke nach sich zieht, machen sich zunächst auf die Geschmacksempfindung geltend. Es ist nachgewiesen, daß die Zunge, wenn man sie ungefähr eine Minute in Wasser von 50 bis 52 Grad C. hält, nicht mehr den süßen Geschmack des Zuckers wahrzunehmen vermag. Bei höheren, dem Siedepunkt näher kommenden Wärmegraden muß die Geschmackslähmung natürlich noch viel schneller eintreten. Dies mag auch die Ursache davon sein, daß Köchinnen, welche die siedend heißen Suppen kosten, oft gar nicht schmecken, ob dieselben versalzen oder zu süß sind. Heiße feste Speisen werden auch nicht ordentlich gekaut; man sucht sie eben möglichst schnell aus der brennenden Mundhöhle zu entfernen. Als Folgen stellen sich dann leicht Verdauungsstörungen ein.

Andererseits wieder erzeugt der Genuß von zu kalten Getränken, zumal wenn er in hastigem Tempo und bei erhitztem, sich nicht mehr bewegendem Körper stattfindet, leicht Krankheiten. Durch den plötzlichen

Wechsel sehr hoher und niedriger Temperaturen bekommt auch der Email der Zähne Risse und Sprünge, welche vollständig denjenigen gleichen, die man aus derselben Ursache am Email unserer Eß- und Trinkgeschirre entstehen sieht—. Freilich muß man oft Speisen und Getränke mit sehr verschiedenen Temperaturen genießen, weil der Geschmack dadurch erheblich beeinflußt wird. Kartoffeln schmecken erkaltet sehr schlecht, Gurkensalat dagegen ist nur in kaltem Zustande genießbar; angewärmter Champagner ist geradezu widerlich, angewärmter Rotwein keineswegs. Es sind eben Geschmack, Bekömmlichkeit und Verdaulichkeit von der jeweiligen Temperatur der Nahrung in hohem Grade abhängig.

Beabsichtigt man, dem Körper Wärme zuzuführen, wie in der kalten Jahreszeit, so läßt sich dies sehr wohl dadurch erreichen, daß man die Nahrung nur 10 bis 12 Grad Celsius wärmer zu sich nimmt, als die Bluttemperatur ist. Heiße Alkoholika — z. B. Punsch von 20 Grad Celsius — vermögen die Körperwärme fast um einen halben Grad zu erhöhen, was wohl schon mancher in der Sylvesternacht sehr wohltuend empfunden hat. Auch die erregende Wirkung des Kaffees, Thees hängt namentlich von der Temperatur ab, in welcher sie genossen werden. Hat man dagegen die Absicht, dem Körper Wärme zu entziehen, ihn abzukühlen, wie in der warmen Jahreszeit, so muß man solche Nahrungsstoffe wählen, welche auch bei geringerer Temperatur als der des Blutes wohlschmeckend und bekömmlich bleiben. Dahin gehören z. B. Milch, Buttermilch, Kaltschale, Obst, kalter Braten, Gallerten, Schinken, Rauchfleisch, Salat. Die kühlende und durstlöschende Eigenschaft der Getränke tritt am schnellsten und nachhaltigsten hervor bei einem Wärmegrad von 10 - 18 Grad Celsius. Worauf es beruht, daß nicht, wie man doch annehmen sollte, eine noch kühlere Temperatur in dieser Beziehung am vorteilhaftesten wirkt, ist wissenschaftlich noch nicht aufgeklärt. Namentlich Kaffee von ungefähr 15 Grad Celsius ist ein durstlöschendes Getränk, welchem kein anderes mit Rücksicht auf Dauer gleichkommt. Entschieden zu kalt werden sehr oft Bier und kohlensäurehaltiges Wasser genossen. Namentlich groß aber ist der schädigende Einfluß, welchen eiskaltes Sodawasser, Syphon ausübt, wie es zur heißen Jahreszeit in den Hallen an den Straßen verkauft wird. Schweißtriefend, in brennender Sonnenglut stellen sich da die Leute hin, um in aller Eile ein Glas eiskaltes Wasser hinunterzustürzen.

Wie verhält es sich aber denn mit demjenigen Genußmittel, welches man sogar in gefrorenem Zustande zu verzehren pflegt, nämlich den künstlichen Eissorten? Zeigen sich diese denn jedesmal nachteilig für die Gesundheit? Wie die tägliche Erfahrung beweist, ist dies nicht der Fall. Es erklärt sich auch dadurch, daß man Gefrorenes, Glace nur ganz langsam, in geringen Quantitäten, theelöffelweise genießt, auch erst im Munde zergehen läßt und dabei erwärmt, während man z. B. ein Glas kaltes Wasser hastig hinuntergießt.

Die wohlgemeinte Warnung, „nicht zu kalt und nicht zu heiß essen oder trinken!" enthält also in dieser allgemeinen Fassung wenig praktische Weisheit. Es muß sich viel mehr die Temperatur der verschiedenen Speisen und Getränke stets nach dem Zwecke richten, welchen man durch ihren Genuß, — selbstverständlich außer der Ernährung, — erreichen will, d. h. ob sie erwärmen oder abkühlen sollen. Nähert sich aber ihre Temperatur den äußersten zulässigen Grenzen der Kälte oder Wärme, so muß man sehr vorsichtig sein und stets nur kleine Mengen in gehörigen Zwischenpausen zu sich nehmen.

Zehn Gebote für die Hausfrau.

1. Verschwende niemals Nährwerte durch Auswässern von Fleisch, Geflügel und Gemüse. Schütte nie Wasser von Salzkartoffeln oder Gemüsen weg; dieses Wasser gibt schmackhafte Suppen.

2. Setze nichts ohne Salz aufs Feuer, selbst nicht Kartoffeln in der Schale oder grünes Gemüse zum Zwecke des Abbrühens; das hinzugegebene Salz verhindert, daß das Kochwasser sich mit den vorhandenen Nährsalzen sättigt.

3. Lasse nie etwas, wenn nicht absolut nötig, im offenen Topfe kochen; das entweichende Aroma mangelt den Speisen und füllt die Räume mit „Kochdunst."

4. Benütze nicht dieselben Töpfe, gleichviel ob sie von Eisen, Blech oder Thon sind, zum Kochen von Fleischgerichten und Obst.

5. Niemals verwende altes Fett oder ranzige Butter an Speisen, ehe Du versucht hast, die fettsaure Gährung durch mehrmaliges Auskochen und Wieder-Erstarrenlassen zu entfernen.

6. Lasse nicht Reste von Bratensatz in Pfanne und Kasserole, mit dem Vorsatz, sie bald wieder zu gebrauchen; das verdirbt das Geschirr. Lieber koche sofort alles Angehangene los und verwende es an Suppe oder Brühe. Peinliche Reinlichkeit walte überall.

7. Niemals reibe Töpfe, Schüsseln oder sonstiges Geschirr mit Sand aus, lasse sie lieber ausweichen, wenn sie angebrannt sind, was eigentlich einer vorsichtigen Köchin nie widerfahren darf. Der Sand verdirbt die Glasur; nichts ist unangenehmer, als auf Sandkörner zu beißen.

8. Nie stelle Butter oder Milch in die Nähe starkriechender Sachen, weil beide leicht fremde Gerüche annehmen.

9. Fleisch kaufe stets selbst ein und immer vom besten. Bestehe nicht auf einem besonderen Stücke, nimm lieber das, was vom Vorhandenen Dir am besten dünkt, und richte Deinen Küchenzettel danach ein.

10. Auf dem Wochenmarkt kaufe nicht alles, was Dir gefällt; gar manches möchte Dir verderben.

Genügsamkeit.

„Je weniger wir begehren,
desto mehr haben wir."

In diesen wenigen Worten offenbart sich der große Vorteil, den Genügsamkeit für uns im Gefolge führt. Es ist ja auch richtig, je geringer meine Ansprüche sind, um so leichter kann ihnen Genüge geschehen, um so leichter bin ich zu befriedigen und glücklich zu machen. Glück und Zufriedenheit aber bedeuten Reichtum. Dahingegen ist der Reichste arm, wenn er immer noch nach mehr begehrt, als er schon hat. Es gibt eben auf Erden niemanden, der so viel besäße, daß ihm nicht immer noch viele Dinge zu wünschen blieben, die gerade ihm unerreichbar sind.

Eine so weitgehende Zufriedenheit und Genügsamkeit, daß sie zur absoluten Wunschlosigkeit wird, ist allerdings nicht möglich; denn das unablässige Streben nach Verbesserung der eigenen Lage ist ein Erbteil der menschlichen Natur, noch dazu ein sehr nützliches; denn ihm verdanken wir in erster Reihe alle Errungenschaften und Segnungen des Fortschrittes, deren wir uns zu erfreuen haben, wie es die Quelle des uns innewohnenden Tätigkeitstriebes ist. Alles, worauf es ankommt, besteht darin, daß man dieses Streben in gewisse Grenzen bannt und es weder in Genuß- noch in Vergnügungssucht, noch in Habgier — eines der abscheulichsten und verächtlichsten Laster — ausarten läßt.

Zur Genügsamkeit gezwungen zu sein, ist übrigens nicht gar zu schlimm und schrecklich. Wer sich anständig durch's Leben zu bringen vermag und Menschen besitzt, die er liebt und von denen er wiedergeliebt wird, entbehrt nicht so viel, wenn ihm auch die Genüsse des Luxus und die sogenannten „Freuden des Lebens" versagt bleiben sollten. Nützliche, fruchttragende Beschäftigung dient als bester Ersatz für sie, denn sie ist der einzige Genuß, den zu genießen man jederzeit fähig ist, dessen man niemals überdrüssig wird, und sie allein läßt unsere Tage im Fluge vergehen, ja oft unseren Wünschen noch zu kurz erscheinen. Uebrigens bestehen ja die vorerwähnten Genüsse und Freuden vorwiegend in der Vorstellung und weit weniger in der Wirklichkeit. Der überzeugendste Beweis dafür ist, daß sie denjenigen, denen sie im reichsten Maße zu Gebote stehen, so bald aufhören, Genuß und Freude zu bereiten!

Der wirksamste Trost mag jedoch der sein, daß Genügsamkeit der Gesundheit ungemein zuträglich ist. Heilsamer als alle Bäder und Stärkungsmittel ist ein ruhiges, mäßiges, ja selbst karges Leben, reich an Arbeit und arm an Genüssen. Das höchste und rüstigste Alter erreichen gewöhnlich solche Personen, die niemals Ueberfluß und aufreibende Vergnügungen gekannt haben. Die Gesundheit, der höchste von allen Lebensgenüssen, kann nur bei strengster Mäßigkeit in allen Beziehungen und regster Tätigkeit von dauerndem Bestande sein. Wer weder seinen Geist, noch seinen Körper anstrengt, nichts zu entbehren gezwungen ist, sich alle Bequemlichkeiten und jede Schonung gewähren kann, der wird sehr bald beinahe alles das, was er als unentbehrlich zu betrachten gewohnt ist, entbehren müssen und der Schonung bis zur Unbequemlichkeit und Qual bedürftig sein.

Genügsamkeit nimmt denn nicht nur in der seelischen, sondern auch in der körperlichen Diätetik eine eminent hervorragende Stellung ein.

(„Für's Haus.")

Die Kochkurse an der Gewerbeschule Zürich.

Der Schulvorstand der Stadt Zürich hat schon vor einigen Jahren den klugen Gedanken gehabt, die stadtzürcherische Gewerbeschule so auszubauen, daß auch das „Gewerbe" der Frauen hier Förderung und Entwicklung finden kann. Da gibt es nicht blos Buchhaltungs- und Sprachkurse zur Vorbildung für den Kaufmannsstand, nicht blos Kurse im Weißnähen und Kleidermachen, sondern auch die edle Kochkunst wurde in den Rahmen der Gewerbeschule hineingezogen. Wir Frauen in erster Linie haben alle Ursache, für diese vorsorgliche Einrichtung dankbar zu sein, denn die weitherzigen Bestimmungen und Bedingungen gewähren den weitesten Bevölkerungskreisen das Recht des Eintritts ohne erhebliche Opfer ihrerseits.

Wie es fast überall bei der Einrichtung von Haushaltungs- und Kochkursen ging, so machte man jedoch auch hier die Erfahrung, daß gerade diejenige Klasse des Volkes, für welche diese Fürsorge getroffen wurde, fernblieb. Man wollte in erster Linie für die Mädchen und Frauen aus der Arbeiterbevölkerung die ihnen sonst fehlende Gelegenheit schaffen, im Kochen Kenntnisse zu erwerben, man wollte ihnen den Begriff einer richtigen Ernährungsweise auch bei bescheidenen Mitteln beibringen, sie sollten über die Arbeiten und Erfordernisse in einem geordneten Haushalt Aufklärung erhalten, kurz und gut, sie sollten Freude und Sinn für Küche und Haushalt erwerben. Es meldeten sich gleich beim Beginn eine solche Anzahl Töchter, daß man sofort zwei Parallelkurse einrichtete mit je 20—24 Töchtern, welche, die einen vormittags von 8—12, die andern abends von 5—9 Uhr kommen. Die Stadt richtete in einem Lokale in Zürich III eine vorläufige Schulküche ein mit einer Ausstattung von 5 Gasherden und den nötigen einfachen Küchengeräten nach dem Vorbilde der Schulküche an der Mädchensekundarschule Basel, wählte die in Karlsruhe zur Kochlehrerin ausgebildete Fräulein Boßhart als Leiterin der Kurse und bald herrschte in der improvisierten Küche ein geschäftiges Leben und Treiben.

Aber, wie schon erwähnt, man machte bald die Entdeckung, daß die Schülerinnen sich aus andern Kreisen rekrutierten, als man erwartet hatte

und als man nach der Ursache forschte, da ergab es sich, daß Arbeiterinnen oder in einem Geschäfte oder Gewerbe betätigte Frauen eben die Zeit, auch abends 5 Uhr, noch nicht erübrigen können, um sich dieser notwendigen praktischen Ausbildung zu widmen. Doch die Ueberzeugung brach sich Bahn, daß auch für die sich herbeidrängenden Lernbegierigen dieser Unterricht von großem Werte und Nutzen sein werde, daß damit in zahlreichen Familien das Verständnis für eine sorgfältig geführte Küche aufgehe und unsere Töchter die Hausgeschäfte weniger als etwas untergeordnetes betrachten werden.

Im Laufe der Zeit und an Hand der gemachten Erfahrungen gelangte man zu einer Reorganisation insofern, als man drei verschiedene Kurse nebeneinander einrichtete. Hatten die Töchter früher die Kosten der gekochten und verspeisten Mahlzeit durchweg mit 40—50 Cts. zu vergüten, so bestehen nun tägliche Vormittagskurse, bei welchen per Tag 80 Cts. entrichtet werden, daneben 4 Abendkurse per Woche von 5—9 Uhr mit 50 Cts. Entschädigung und 2 spätere Abendkurse von 7—9 Uhr, wo 20 Cts. für das Essen entrichtet werden. Diese letztern nun erfüllen den Zweck, Arbeiterfrauen herbeizuziehen und ihnen für die Zubereitung einfacher schmackhafter und billiger Gerichte Anleitung zu geben.

Inzwischen wurde auch die Lokalfrage anders gelöst, indem im neuen Schulhause an der Lavaterstraße eine prächtige große Küche eingerichtet und für den Zweck als Schulküche ausgestattet wurde, welche nun seit mehr als einem Jahre im Betrieb steht.

Letzten Freitag fand dort in Anwesenheit der Aufsichtskommission der Gewerbeschule und des Damenkomités eine Schlußprüfung statt. In Abweichung von der frühern Gepflogenheit, mit der Schlußprüfung eine Ausstellung von Speisen: Backwerk und garnirte Fleischplatten zu arrangiren, ward man diesmal in die Küche eingeladen, um der Besprechung und Bereitung der zu servirenden Mahlzeit beizuwohnen, was ein gar nicht zu verachtendes Vergnügen war bei der Aussicht auf den spätern wirklichen Genuß.

Die neunwöchigen Kochkurse an der Gewerbeschule Zürich haben sich hier gut eingebürgert und viel Anklang gefunden; sie sind aber noch mancher Verbesserung fähig und es ist zu hoffen, daß wie bisanhin die gemachten Erfahrungen zur weitern Entwicklung führen.

Haushalt.

Feuchte Wohnräume. Feuchte Wohnräume sind der Schrecken der Hausfrau, weil sie den Ruin guter Möbel, teurer Stoffe und Wäschestücke bedeuten. Das Holz des einen wirft sich, und die anderen weisen nur zu bald die bekannten Stockflecken auf. Solltest Du Dich in diesem Falle befinden, liebe Leserin, so versuche doch einmal dem Feinde mit folgenden Waffen zu Leibe zu gehen. Gieße einen Liter Brennspiritus in einen alten, eisernen Kochtopf, den Du in einen großen irdenen, bis an den Rand mit Sand gefüllten Blumenuntersatz stellst. Verbanne alle leicht verbrennlichen Gegenstände im Zimmer aus der unmittelbaren Nähe dieser Vorrichtung. Wenn Fenster und Türen gut verschlossen sind, wird der Spiritus angezündet. Wiederhole dieses Verfahren noch an zwei darauf folgenden Tagen und die Feuchtigkeit wird aus den Wänden verschwunden sein.

Helle Filzhüte zu reinigen. Die hellen Winter-Filzhüte, die so leicht unter der abwechselnden Einwirkung von Feuchtigkeit und Staub schmutzig grau werden, kann man sich selber in folgender Weise auffrischen: Man nimmt etwas Talkum (dasselbe mit dem man die Handschuhe innen geschmeidig macht), schüttet es auf eine Untertasse und erwärmt es, indem man diese auf die heiße Herdplatte stellt. Reibt man damit nun den Filzhut mit Hilfe eines Leinwandläppchens ab, so gewinnt er seine ursprüngliche Zartheit wieder.

Einfache Milchprobe. Man stecke eine blanke Stricknadel in die Milch und ziehe sie senkrecht wieder heraus; bleibt etwas Milch an der Nadel hängen, so ist dieselbe ungemischt, andernfalls ist sie gefälscht.

Schwarze Finger. Wer hätte sich beim Obst- und Kartoffelschälen noch nicht über die schwärzliche Färbung seiner Finger geärgert? Besonders hat der Zeigefinger der rechten Hand unter dieser Beschäftigung zu leiden. Und doch lassen sich ihre Spuren mit Leichtigkeit beseitigen, wenn man die schwarzen Stellen der Hand sofort mit der Innenseite einer abgeschnittenen Schale abreibt.

Krankenpflege.

Thee gegen Schlaflosigkeit. 1 Teil Baldrian, 1 Teil Bitterklee und 1 Teil Pfeffermünz. Von den gemischten Kräutern ein Löffel voll auf ein Liter heißes Wasser, wird nach 10 Minuten abgegossen und vor dem Schlafengehen kalt 1 Glas getrunken.

Frisch gerösteter Kaffee gemahlen in Krankenzimmern aufgestellt, ist das beste Desinfektionsmittel bei ansteckenden Krankheiten.

Gegen Hühneraugen. 1/3 Collodium, 1/3 Milchsäure, 1/3 Salizylsäure. Damit bepinselt man das Hühnerauge 8 Tage lang mittags und abends, es hilft für viele Monate.

Gegen Keuchhusten. 10 Gramm Thymian wird in 90 Gramm Wasser aufgekocht, lasse es einen Augenblick stehen, seihe es durch, dann wird es mit 50 Gramm Althee-Syrup gemischt, stündlich ein Theelöffel voll genommen, hilft sehr dagegen.

Kinderpflege.

Ist das Darbieten vieler und manigfaltiger Spielsachen vom Standpunkte des Erziehers gerechtfertigt? Mit nichten. Denn erstens ist es gegen die Natur des Kindes. Vermöge seiner lebhaften, starken Einbildungskraft haucht es allen Gegenständen in der Natur Leben ein oder überträgt sein eigenes Leben auf die Naturgegenstände. Die Natur bietet daher dem Kinde genug der Spielsachen. Blumen, Vögel, Steine, alles macht Eindruck auf dasselbe, regt seine Tätigkeit an und beschäftigt es hinreichend. — Wohl mancher in einfachen, ländlichen Verhältnissen Aufgewachsene wird sich hier seiner Jugendjahre erinnern können, wie ihm da-

zumal die primitivsten Gegenstände als wertes Spielzeug galten: Den Henkeln von Krügen und Töpfen wurde die Rolle von Ochsen und Kühen zugeteilt, die Henkel von Gläsern waren Pferde (Schimmel), der Großvaterstuhl (Stuhl mit halbkreisförmiger Lehne, wie man sie in den meisten Häusern auf dem Lande antrifft) wurde als Kanzel oder Tronsessel benützt, der Stock des Vaters mußte als Reitpferd herhalten u. s. w. Die Ueberhäufung mit Spielsachen ruft bei den Kindern auch üble Gewohnheiten hervor. Das Kind kann sich in der Menge des Gebotenen nicht leicht zurechtfinden, es wirft alles bunt durcheinander und der Same zur Unordentlichkeit auch im späteren Leben ist gelegt. Wo viel ist, da achtet man das einzelne weniger, es wird zerstört, weil doch noch genug übrig bleibt, und so wird die Zerstörungssucht groß gezogen.

Küche.

Einfacher Speisezeddel.

Montag: Gerstensuppe, Netzbraten, Rahmkartoffeln.
Dienstag: Luftsuppe, geschnetzelte Lunge, Spinat.
Mittwoch: Maissuppe, *Dampfnudeln, Obst.
Donnerstag: Restensuppe, *Gebeizte u. gebratene Zunge, Rotkraut.
Freitag: Maggisuppe, gebackene Fische, Kartoffeln. Salat.
Samstag: Zwiebelsuppe, Maisknöpfli, Obst.
Sonntag: Tapiokasuppe, *Kalbfleischschnitzel, Kartoffelcroquettes, *Feine Mandeltorte.

Die mit * bezeichneten Rezepte sind in dieser Nummer zu finden.

Koch-Rezepte.

Gebeizte und gebratene Zunge. Die Rindszunge wird gehickt (Einschnitte in die Haut gemacht), mit Salz tüchtig eingerieben und 2—3 Tage stehen gelassen, dann halb weich gekocht, bis sie sich häuten läßt, nachher im Bratofen noch eine Stunde hübsch gelb gebraten. Schmeckt sehr gut.

Kalbfleischschnitzel. Vom Mocken werden schöne dünne Schnitten geschnitten, mit Pfeffer und Salz bestreut, in Mehl gekehrt, dann in verkleppertem Ei getunkt und nachher erst in gestoßenem Zwieback oder Paniermehl gewendet. In viel Butter gebacken und auf süße Butter angerichtet. So sind sie viel feiner und saftiger als auf die gewöhnliche Art.

Dampf-Nudeln, gebackene. Ein Kilogr. feines Mehl wird mit 1/4 Liter lauer Milch und 40 Gr. aufgelöster Preßhefe zu einem Hefenstück angemacht; sobald dasselbe gehörig aufgegangen ist, rührt man 200 Gr. Butter zu Schaum, fügt drei ganze Eier, fünf Dotter, 125 Gr. Zucker und etwas Salz hinzu und verarbeitet dies mit dem aufgegangenen Teig so lange, bis sich derselbe von der Schüssel ablöst, worauf man ihn abermals zum Aufgehen hinstellt. Später formt man eigroße Kugeln daraus, bestreicht jede mit zerlassener Butter, setzt sie in eine butterbestrichene Blechform dicht nebeneinander, läßt die Dampf-Nudeln noch eine Weile gehen, überstreicht sie oben mit geschlagenem Ei und bäckt sie bei guter Oberhitze langsam 25—30 Minuten lang, bis sie schön hellbraun geworden. Dann türmt man sie einzeln auf einer Schüssel auf und gibt eine Vanillen-, Mandel- oder Weinschaum-Sauce dazu. (Für 10 Personen.)

Feine Mandeltorte. 250 Gr. Mandeln, 250 Gr. Zucker, 7 Eier. Eigelb und Zucker werden tüchtig gerührt, dann die gestoßenen oder gemahlenen Mandeln (wenn recht fein gewünscht, die Haut entfernen) dazu gegeben und alles tüchtig etwa eine halbe Stunde gerührt und zuletzt der Eierschnee leicht daruntergezogen, die Masse in eine mit Butter bestrichene und mit Gries oder Mehl bestreute Form eingefüllt und im mittelheißen Ofen langsam gebacken.

Blumenkultur.

Blumen im Zimmer. Von der Blumenpracht des Sommers suchen wir im Winter gern einen Bruchteil in unsere Zimmer hinüberzuretten. Wenn Garten und Flur abgestorben, öde daliegen, sollen uns die Stubenpflanzen Ersatz gewähren für die dahingegangenen Naturfreuden.

Aber nicht immer gelingt das Experiment nach Wunsch. Unser Mangel an Erfahrung, an Kenntniß der Lebensbedingungen unserer Pfleglinge, stehen ihrem Gedeihen nur zu häufig im Wege.

Unter diesem Uebelstand hat oft schon die eigentliche Gärtnerin zu leiden, deren Tätigkeit doch von den großen Hülfskräften in der freien Natur mächtig unterstützt wird. Viel härter nocht trifft er aber die Zimmergärtnerin, die die Pflanzen unter völlig veränderten Bedingungen, als den ursprünglichen, zum Gedeihen bringen soll.

Eine der ersten Klippen, an denen sie scheitert, ist in der Regel die Auswahl eines geeigneten Behältnisses für die dem Garten entnommenen oder gekauften Pflanzen. Weder der Baumeister, der den Plan zu unserm Zimmer entworfen hat, noch der Möbeltischler, der uns mit Blumentischen versorgt, bekunden im Allgemeinen in ihren Arbeiten hervorragende Kenntnisse der Pflanzenphysiologie. Bringt doch der erstere jede echte Blumenfreundin in Verzweiflung durch zu schmale Fensterbretter und noch schmalere Zwischenräume zwischen den Doppelfenstern, in denen man gefahrlos höchstens Hyazinthen-Gläser plaziren kann.

Der Zweite sucht uns einzureden, daß runde Blumentische ein naturgemäßer Standort für Zimmerpflanzen seien, während doch die Architektur der Pflanze, schon nach kurzer Zeit auf's Empfindlichste darunter leidet. Denn nicht nur stehen die Pflanzen darauf in mehreren Reihen, die einander teilweise das Licht fortnehmen: es empfängt dabei überhaupt nur die dem Fenster zugekehrte Seite der Blumen genügend Licht und Sonne.

Das unausbleibliche Resultat sind schiefe Stämme und einseitige, unschöne Entwickelung der ganzen Pflanze. Solange noch derartig mißratene Gewächse zusammenstehen, verdecken sich gegenseitig ihre Mängel. Aber wehe, wenn sie losgelöst vom Ganzen! Keine Zimmergärtnerin wird mit derartigen Erzeugnissen ihrer Kunst paradiren wollen.

Das Uebel wird auch nicht wesentlich verringert, wenn man die runde Tischplatte als Drehscheibe konstruirt und auf diese Weise allen Pflanzen nach und nach etwas Licht zukommen läßt. Abgesehen davon, daß sensitive Exemplare die Veränderung ihres Standortes recht übel nehmen, so wird auch jeder Einzelnen bei einer allmählichen Umdrehung doch nur kurze Zeit das lebenspendende Element zu Teil.

Die einzig berechtigte Tischform, wenn es rationelle Blumenpflege gilt, ist die eines länglichen Kastens. Er ruht auf zwei hohen Füßen und weist nur so viel Breite auf, als zur Aufnahme einer einzigen Topfreihe, unbedingt erforderlich ist. Seine Länge, die sich nach der Breite des Fensters richtet, vor das er zu stehen kommt, ermöglicht ein viel größeres Belichtungsfeld, als der runde Blumentisch gewährt. Innen ist der längliche Kasten mit Blech bekleidet außen mit kunstvoller Holzvertäfelung. Was die Höhe anbelangt, so müssen seine Wandungen die Blumentöpfe dahinter vollkommen decken. Und da hierbei der Eleganz der Arbeit, der Kostbarkeit des dazu verwendeten Materials durchaus keine Schranken gesetzt sind, so steht der Verwendung länglicher Blumentische als Geschenke und ihrer Einführung in den Salon kein Hinderniß entgegen.

Büchertisch.

Das fleißige Hausmütterchen, Mitgabe in das praktische Leben für erwachsene Töchter. Von Susanna Müller, vierzehnte umgearbeitete Auflage. Verlag von Cäsar Schmidt, Zürich. — Wenn ein Buch innerhalb 40 Jahren die vierzehnte Auflage erlebt, so ist diese Tatsache allein eine glänzendere Empfehlung, als die günstigste Besprechung sie zu bieten vermag. Dennoch können wir uns nicht versagen, auf die Vorzüge des vorliegenden Exemplars gegenüber frühern extra hinzuweisen und namentlich hervorzuheben, daß bei einzelnen Abschnitten eine knappere und deshalb auch klarere Form gewählt worden ist und daß die neuesten Fortschritte im Gebiet der Ernährung und in hauswirtschaftlichen Dingen überhaupt zur Darstellung kommen. So ergibt sich von selbst eine Bereicherung der Kochrezepte und mit Vergnügen konstatieren wir, daß Maße und Gewichte stets genau angegeben sind, eine Verbesserung, welche leider noch den meisten schweizerischen Kochbüchern abgeht. Das Buch enthält heute 823 Rezepte aus der einfachen und sparsamen Küche sowohl wie aus der feinen anspruchsvollen. Auch die Speisezeddel haben konsequenter Weise eine Vermehrung erfahren. Der Selbstkocher findet selbstverständlich von der Erfinderin dieses unschätzbaren Hülfsmittels in der Küche, die gebührende Erwähnung und auch bei den Kochrezepten ist auf dessen Anwendung Bedacht genommen. Daß das Kapitel über Gesundheitspflege und häusliche Krankenpflege unmittelbar an die Ernährung anschließt, ist natürlicher, denn es steht in engem Zusammenhang mit dem erstern und verdient überhaupt, nicht blos als Anhang behandelt zu werden. Ebenso bedeutende Erweiterungen und teilweise zeitgemäße Umwandlungen erfuhr der Abschnitt über die Bekleidung. Von der Anfertigung des hausbackenen Strickstrumpfes und der harmlosen Windelhöschen bis zur perfekten Taille nach neuestem Schnitt und der Herren-Gamasche findet man nicht blos Beschreibung und Anleitung, sondern auch anschauliche Zeichnungen für alle möglichen Kleidungsstücke. Auch das Flicken wird an sehr deutlichen Vorlagen erläutert. Im ganzen ist sich „Das fleißige Hausmütterchen" in Tendenz und Anlage treu geblieben. Es weht ein einfacher frommer Sinn aus diesen Blättern. Jeder wahre Volksfreund wird dasselbe gerne für die heranwachsenden Töchter empfehlen.

Frage-Ecke.

Fragen und Antworten aus dem Leserkreise sind sehr erwünscht. Fragen, auf welche keine Antworten eingehen, wird die Redaktion beantworten; doch ist jedermann zu lebhafter Beteiligung und häufigem Erscheinen in der Frageecke freundlichst eingeladen.

Antworten.

1. Allerdings können Sie die Zuckersachen, genannt Konfekt, selbst bereiten. Rezepte stehen zu Diensten. H.

2. Gewiß lassen Sie das Fleisch nicht mehr recht ins Sieden kommen, bevor Sie es einsetzen. Ich koche schon seit Jahren mit Susanna Müllers Selbstkocher und unser Fleisch ist stets weich, allerdings nicht zum Zerfallen, wie man es etwa zu essen bekommt, wenn es den ganzen Vormittag auf hellem Feuer gesotten hat. Aber gerade dieses langsame Garwerden unter dem Kochgrad erhält ihm den Wohlgeschmack und verleiht ihm eine gewisse Zartheit. Ich mache es so: Die Knochen werden zerkleinert mit kaltem Wasser zugesetzt und wenn dies kocht, das Fleischstück (1 Kilo) hineingelegt; bis es wieder siedet, unterhalte ich noch das starke Feuer, dann lasse ich langsam 20 Minuten bis eine halbe Stunde, aber nicht länger, kochen, verstärke das Feuer wieder und lasse nochmals recht ins Wallen kommen, daß es unter dem geschlossenen Deckel hervor stark dämpft und dann fahre ich rasch damit in den zum Herd gerückten Selbstkocher ab. Suppengrünes und Leber, eventuell auch eine Kartoffel kommen im letzten Momente vor dem stärksten Hitzegrad noch hinein und dann bleibt mein Mittagessen 2½ bis 3½ Stunden ruhig seinem Schicksal überlassen. Wenn es Ihnen bei dieser Behandlung nicht gelingt, weiches Fleisch zu erzielen, so liegt der Fehler im Fleisch selbst, das zähe sein kann. In diesem Falle hilft ein Löffel Branntwein nach. Daß Sie unter oder über dem Fleischtopf noch ein heißes Gefäß, und wenn es auch nur mit Wasser gefüllt sein sollte (Abwaschwasser) gleichzeitig im Kocher haben, setze ich voraus und daß Sie Susanna Müllers Original-Selbstkocher und nicht etwa eine minderwertige Nachahmung besitzen, auch. Zürcher Hausfrau.

3. Um Ihren kranken Neffen aufzurichten, respektive zu zerstreuen gibt es eine Menge sehr schöner interessanter Werke, deren Autoren ich Ihnen gerne brieflich mitteile. Ein Buch, wie Sie es wünschen, wäre unklug dem jungen Manne zu geben, denn erstens äußert sich ein und dieselbe Krankheit bei jedem Patienten auf andere Art und Kranke glauben eben doch immer, nur sie leiden am meisten und sind unzugänglich für die Schilderung des Leidens anderer, während Bücher heitern und belehrenden Inhalts sie zerstreuen und ihnen zeigen, daß auf dem ganzen Erdenrunde jeder etwas zu tragen hat, das er ertragen muß. Zweitens grübelt sich bei Krankengeschichten der Patient immer mehr in die Krankheit hinein, aus der ihn herauszubringen ein verdienstliches Werk ist. H.

3. Voll Teilnahme für Ihren leidenden Neffen, teile ich Ihnen mit, daß ich mich nach einem passenden Buch erkundigt habe. Allein es ist sehr schwierig, den Geschmack anderer zu erraten. Mir haben in schweren Stunden die Romane von Marlitt und Heimburg oftmals mein Gleichgewicht wieder gegeben, auch die Sachen von E. Werner (Gartenlaube) sind recht anziehend, z. B.: „Aus eigener Kraft" und „Ein Held der Feder". Es sind zwar Geschichten aus älteren Jahrgängen, enthalten aber Gediegeneres als die neueren. Dann soll das Buch: „Vorposten für Gesundheitslehre" von Dr. Sonderegger auch sehr interessant sein. Preis 8—10 Fr. Auch das Buch: „Die letzte Reckenburgerin" von Louise v. François soll schön zum Lesen sein. Auf religiösem Gebiet fänden Sie in der evangelischen Gesellschaft jedenfalls reiche Auswahl. Ihrem werten Neffen von Herzen gute Besserung und gute Geduld wünschend, grüßt achtungsvollst E. F.

Fragen.

4. Meine Haushaltungskasse ist etwas mager bestellt, daher muß ich billig wirtschaften. Kann mir ein Hausmütterchen vielleicht Rezepte für Wassersuppen geben? Die teure Fleischbrühe kann ich uns eben nicht immer gestatten, auch lieben wir das Siedefleisch nicht besonders. Besten Dank für die Mühe. Frau K. J.

5. Wer besorgt in Zürich die Vernickelung von Schlittschuhen und zu welchem Preise? Emmy.

6. Man spricht heutzutage so viel von Krankenpflege und weist die jungen Mädchen auf das noch zu wenig betretene Gebiet. Ich glaube aber, daß nicht jedermann dazu geschaffen ist und auch nur der volle Befriedigung gewährt, die ein ganz aufopferungsfähiges Gemüt und eine unverwüstliche Gesundheit besitzt. Oder kann auch im Laufe der Zeit diese Liebe zum Berufe und zur Sache erworben werden? Eine Verwandte von mir drängt man förmlich zur Krankenpflege, „weil da noch Geld zu verdienen sei". Sie hat aber keine Lust und Freude dazu und ist sehr zart. Soll ich da nicht mein Veto einzulegen suchen? Gibt mir die eine oder andere erfahrene Pflegerin Aufschluß darüber? Herzlichen Dank! Emma.

Achtung!

Für solche, die graue Haare haben und es verhüten wollen und einen geschmeidigen Haarwuchs befördern wollen!

Kaufe die

Englische

Universal-Haarpommade.

Diese übertrifft jede bis jetzt existirende Haarpommade der Welt. Mit dieser Pommade ist es möglich, in 6 Wochen einen 2 Zoll langen Haarwuchs zu erzeugen. Bei haarlosen Stellen mit bestem Erfolg angewandt. Diese Pommade kostet 2 Fr. per Topf.

Englisches Universal-Haaröl ist das beste gegen das Grauwerden und Trockenwerden der Haare, sowie schon graue Haare sind zu vertreiben bei regelmäßigem Gebrauch. Allein echt zu haben bei dem alleinigen Depot für die Schweiz und Deutschland à Fr. 1. 80 bis Fr. 2 per Flacon **Fr. Bleuler,** Weidenq. 15, **Basel.**

Einrahmungsgeschäft und Glaserei

Fritz Briggen

Aarbergergasse 64, Bern.

Grosses Lager in

Spiegeln

und

fertigen Tableaux.

Einrahmungen

jeder Art werden prompt ausgeführt.

Spezialität:

Einrahmungen von Trauerblumen.

Silberne Medaille für Blumenbinden.

Schöne Auswahl in **Stahl- und Kupferstichen, Oeldruckbildern, Aquarellen, gedruckten und gestickten Haussegen.**

Immer werden

Neue Vervielfältigungs-Apparate

unter allen erdenklichen Namen grossartig ausposaunt.

Wahre Wunder

versprechen dieselben.

Wie ein Meteor erscheint jeweils

die neue Erfindung

um ebenso schnell wieder zu verschwinden.

Einzig der **Hektograph** ist und bleibt seit Jahren der beste und einfachste Vervielfältigungsapparat.

Prospekte franko und gratis.

Kohlen

für jede Feuereinrichtung die geeignete Sorte liefert billigst

Meyer-Güller

Löwenplatz 43

Zürich. T 216

Berner Halblein

stärkster naturwollener Kleiderstoff für Männer und Knaben,

Berner Leinwand

zu Frauenhemden, Leintüchern, Hand-, Tisch- und Küchentüchern 2c. bemustert

Walther Gygax, Fabrkt., in **Bleienbach.**

Filzfabrik Wyl A.-G., Wyl

Ct. St. Gallen.

Confectionsfilze für Regenmäntel, Pelerinen, Unterröcke; Filze für Gallerien, Portièren, Tischteppiche, Wagendeckchen, zu Stickereien, Bügelteppichen etc.

Mustersendungen gerne zu Diensten. (H-56-G)

Wettermäntel

aus wasserdichtem Loden, in großer Auswahl

Bündnertücher & Damenloden

reinwollen, in allen möglichen Nuancen

empfehlen zu billigen Preisen **Gebr. Furger, Chur.**

Einbinden

von

Büchern und Zeitschriften

jeder Art

Prachts-Einband

für das „Schweizer Frauenheim"

vom feinsten bis einfachsten Einbande

sowie alle ins Fach einschlagenden Arbeiten.

Buchbinderei W. Coradi-Maag,

Bäckerstrasse 58, Zürich III,

Auf Wunsch werden die Arbeiten abgeholt.

Expedition, Druck und Verlag von W. Coradi-Maag in Zürich III.