

**Zeitschrift:** Schweizer Frauen-Zeitung : Blätter für den häuslichen Kreis  
**Band:** 8 (1886)  
**Heft:** 31

**Heft**

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **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. [Voir Informations légales.](#)

### **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. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 13.01.2025

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

# Schweizer Frauen-Zeitung.

Achter Jahrgang.  
Organ des Schweizer Frauen-Verband.



**Abonnement:**  
Bei Franko-Zustellung per Post:  
Jährlich . . . . . Fr. 5. 70  
Halbjährlich . . . . . " 3. —  
Zus Ausland fto. per Jahr „ 8. 30

**Korrespondenzen**  
und Beiträge in den Text sind  
direkt an die Redaktion zu adressiren.

**Redaktion & Verlag**  
Frau Elise Haenegger z. Landhaus  
in St. Fiden-Vendorf.  
Telegraphen-Expresen: 30 Cts.

Telephon in der Buchhandlung  
Katharinengasse 10, beim Theater

**Insertionspreis:**  
20 Centimes per einfache Petitzeile.  
Jahres-Annoncen mit Rabatt.

**Insertate**  
beliebe man franko an die Expedition  
der „Schweizer Frauen-Zeitung“ in  
St. Gallen einzulenden. — Platz-  
Annoncen können auch in unserm  
Buchhandlungs- u. Expeditionslokal  
(Katharineng. 10) abgegeben werden.

**Ausgabe:**  
Die „Schweizer Frauen-Zeitung“  
erscheint auf jeden Sonntag.

Alle Postämter & Buchhandlungen  
nehmen Bestellungen entgegen.

St. Gallen

Motto: Immer treue zum Ganzen; — und kannst Du selber kein Ganzes werden,  
Als dienendes Glied schliesse dem Ganzen Dich an.

Samstag, 31. Juli.

## Verlassen.

(Eingefandt.)

Wer kennt es, dieses Verlassensein, dieses stille Weh, das an so vielen Herzen nagt? Wohl Dir, mußt Du's nicht an Dir selber erfahren. Es betrachtest magst Du wohl, wer weiß, vielleicht drängt es Dich, hie und da an eine stille Thüre zu pochen, wo Du weißt, da ist auch ein Verlassener.

Wer sind sie denn, diese Verlassenen? Komm mit, ich will Dir solche zeigen: aber steigen mußt Du dunkle, steile Treppen hinan, oder ich führe Dich in Hinterhäuschen, welche zu finden fast ein Studium ist.

Treten wir ein. Da sitzt eine halbblame Frau. Die Leute, bei welchen sie „verorgt“ ist, geben, was im Verträge steht, das Zimmer und Essen. Sonst kümmern sie sich weiter nicht um dieselbe und gehen auf ihre Arbeit: aber auch Sonntags, wenn Alle daheim sind, läßt man die Frau allein. Da wären wohl erwachsene Mädchen — welsch' schöne Aufgabe, wenn sie sich hinsetzen zu der Leidenden, nur ein Stündchen, ein halbes nur, nicht, um mit ihr zu klagen (die Jugend versteht im Allgemeinen den Schmerz ja noch nicht genug), nein, um durch freundliche Gespräche oder Mittheilungen das traurige Einerlei zu unterbrechen.

Wir pochen an einer andern Thür: da ist ein Greis. Er hat Frau und Kind zu Grabe geleitet; er steht allein. Wohl hatte er auch Freunde; aber die sind weggezogen oder zu vornehm oder vergeblich geworden, oder sie leben nicht mehr.

Nun weiter. Wieder ein alter Mann! Der hätte wohl Kinder, da und dort, sogar in seiner Nähe, aber er ist doch allein.

Pochen wir anderswo: da sitzt eine unglückliche Frau und Mutter. Der Mann hat sie verlassen; sie weiß nicht, wo er ist, was er treibt; die Kinder sind auswärts verorgt; jawohl, diese ist auch verlassen.

Weiter: Hier eine junge Frau; der Mann hat gespielt, verspielt, verloren und, um den Verlust zu decken — unterschlagen — und sitzt! Arme Frau! Wer kann deinen Schmerz verstehen? Und wenn auch nicht, es wird dir doch wohlthun, wenn du dein Herz ausschütten kannst.

Und noch weiter: Da sitzen ihrer Zwei, Mann und Frau. Sinnen hatten sie anders gewohnt! Freunde, viele Freunde sind bei ihnen aus- und

eingegangen; aber die Verhältnisse haben sich geändert, sind schlimm, verhängnißvoll geworden; die guten Leute mußten heruntersteigen von ihrer Höhe, sie haben die vornehme Bühne verlassen und sind — o Unant! — vergessen!

Hier eine Blinde! Sie sieht uns nicht, aber unser Gruß wird ihr wohl thun. Sie ist Mensch, denkt, fühlt als solcher, ~~und~~ wer weiß, wenn sie uns ihr Herz erschließt, ob nicht ein reiches Gemüth zu Tage tritt, das vielleicht ohne jede Mittheilung verkümmern muß.

Weiter! Da kommen wir zu einem jener armen Wesen, die, von der Natur vernachlässigt, durch ihr Flehernes oder durch ein Gebrechen abstoßend werden. Wirßt Du Dich auch von ihm abwenden, wohl gar mit dem pharisäischen Ausspruch: Ich danke dir, Gott, daß ich nicht bin wie dieser hier!

Hier ein armes Fräulein, sonst die Reg- und Strebamkeit selber, nun alt und gebrechlich. Ihre kranken Augen erlauben ihr nicht, sich zu bethätigen wie ehemals; aber das Ihre hat sie gethan an ihren Neffen und Nichten; hat vielleicht, was sie mit saurer Mühe erworben, geopfert und jetzt . . . . Sie klagt Niemandem ihren Kummer, denn es kommt auch selten Jemand zu ihr, nicht einmal von denen, welche die Dankbarkeit ihr zuführen sollte! —

Hier gar ein Kind — eine Waise, „verorgt“ zwar, aber doch allein. Niemand versteht's oder will es verstehen. Es ist das arme Aschenbrödel, das zu strenger, oft seine Kraft übersteigender Arbeit angehalten wird und von dem herrlichen Vorrecht, sich mit andern Kindern freuen zu können, keinen Gebrauch machen darf. O, wer einem solchen Kind, und wär's auch nur durch ein freundliches, theilnehmendes Wort, wohl thun kann, veräume es nicht; es ist ein Strahl in seinen düstern Jugendhimmel.

Doch ich halte ein auf meiner pessimistischen Wanderung.

Der Dichter sagt: Jeder treibt sich an dem Andern rasch und fremd vorüber und fragt nicht nach seinem Schmerz!

Auch auf dem allgemeinen Lebensweg scheint sich das strenge Wort zu bestätigen; aber wir wissen doch auch, daß die ächte Nächstenliebe unermüdblich und unerhöpftlich ist und ihre getreuen Boten überall hin entsendet, selbst in Gefängnisse;

es können indeß noch Viele in ihren Dienst treten, und wenn von diesen Vielen nur Wenige, wenn auch nicht mit vollen Händen, doch mit liebevollem Herzen der Verlassenen Trost werden, so ist Schönes und Großes gethan, so ist's ein Samariterdienst. M. K.

## Ueber die Züricher Ferien-Kolonien

im Sommer 1885 sagt der soeben von freundschaftlicher Seite uns zugekommene Bericht Folgendes:

Es sind nun zehn Jahre verflossen, seitdem die ersten Ferienkolonien von Zürich ausgesandt wurden. Im Sommer 1876 führte der Berichtserstatter (Herr Pfarrer Bion) mit zugleich frohem und bangem Herzen 68 arme, erholungsbedürftige Kinder auf die grünen, sonnigen Höhen des Kantons Appenzell. Gesah es auch in der festen Ueberzeugung, die Sache sei gut und darum notwendig, so hatte er doch keine Ahnung, daß das ausgestreute Samen Korn so rasch eine so reiche Ernte bringen werde. Und nun sind die Ferienkolonien in allen Staaten Europas, mit Ausnahme von Spanien und Portugal, eingeführt, ja sie haben sich sogar nach Amerika verpflanzt und finden immer weitere Verbreitung.

Den fruchtbarsten Boden fand die Idee der Ferienkolonien bisher aber doch in Deutschland und in der Schweiz.

Unsere Züricher Ferienkolonien hatten diesmal ein eigenes Geschick. Schon war Alles eingeleitet, um die bisherigen bewährten Stationen im Kanton Appenzell wieder zu beziehen, als uns die Nachricht zukam, daß in der Nähe derselben vereinzelt Pockenfälle vorgekommen seien. In Folge dessen sahen wir uns veranlaßt, uns nach andern geeigneten Orten umzusehen. Das war aber keine leichte Sache, zumal bei der Kürze der uns zugemessenen Zeit. Wir sandten Mitglieder unseres Komites nach allen Himmelsgegenenden aus und waren, um einem wiederholt laut gewordenen Wunsche zu entsprechen, in erster Linie bemüht, im Kanton Zürich etwas Passendes zu finden. Doch gelang es uns nicht. Da besreite uns ein glücklicher Gedanke aus großer Verlegenheit. Die eidgenössische Festung Luziensteig wurde dieses Jahr nicht für militärische Zwecke benützt. Sollte sie nicht für unsere junge Armee geöffnet werden können? Wir richteten eine bezügliche Anfrage an das eidge-

nössische Militärdepartement, nachdem wir zuvor das Terrain sondirt und für unsere Zwecke als geeignet erfinden hatten, und bekamen zuzugenden Bescheid. Damit war uns geholfen und ein großer Dienst erwiesen. Der Chef des eidgenössischen Militärdepartements erhielt dafür später ein Danktelegramm von der „jugendlichen Heilsarmee“ auf Luziensteig und dies geflügelte Wort war bald die allgemein gebrauchte Bezeichnung unserer Kolonien.

Die Festung Luziensteig liegt zirka 600 Meter hoch auf einem Bergfattel zwischen den himmelhohen, schroff emporsteigenden Felswänden des Faltinis und einem bewaldeten Berggrücken, welcher sich steil aus dem Rheinthale erhebt,  $\frac{3}{4}$  Stunden von Ragaz und  $\frac{3}{4}$  Stunden von Maienfeld entfernt, von wo aus eine gute Fahrstraße in sanfter Steigung durch Nebel, Wald und Weideland zu derselben hinanführt. Verschiedene Gebäulichkeiten, vorab die Kantine mit großen Speisesälen, freundlichen Schlafzimmern und einer Veranda zu ebener Erde, und dann die Kasernen gewährten unsern Kindern mehr als ausreichende billige Unterkunft. Betten, Matratzen und Decken waren ebenfalls hinlänglich vorhanden und der Kantinier lieferte uns Koch- und Eßgeschirr gegen billige Entschädigung. Ein großer, mit niedern Mauern umschlossener und mit kurzem Rasen bewachsener Hof bot einen prächtigen Spiel- und Tummelplatz. Ausgezeichnetes Quellwasser ist in Fülle vorhanden und der Wald, welcher zu beiden Seiten die Bergabhänge bedeckt, ganz nahe. Von den Höhen ringsum schauen trotzige Firs in's Thal hinab. In dieser, theils großartigen, theils idyllischen Berg- und Waldbeimjämkeit fanden unsere Kolonien für einige Wochen ein traumliches Heim.

Am frühen Morgen des 18. Juli fuhren wir bei schönem Wetter von Zürich ab über Uster, Rapperswil und Sargans nach der Station Maienfeld, von wo aus die noch kurze Strecke zu Fuß gemacht wurde. (Wiederum haben wir das wohlwollende Entgegenkommen der Eisenbahnverwaltung und ihrer Angestellten lobend und dankend zu erwähnen. Die Fahrttage war sehr billig gestellt, die Zugführer nahmen auf unsere Kleinen alle nur mögliche Rücksicht und auf der Rückfahrt hatte man sogar die Artigkeit, zwischen die Waggonen dritter Klasse, welche unsere Truppen aufnahmen, für den ermüdeten Generalstab ein Coupe zweiter Klasse einzuschließen.) Wir waren unser 206 Personen, 183 Kinder (Knaben und Mädchen) und 23 dieselben begleitende Lehrer und Lehrerinnen.

Vor der Abreise von Zürich wurde das kleine Heer in fünf Divisionen, resp. Kolonien eingetheilt und jede derselben der Leitung und Aufsicht einiger Erwachsenen übergeben, welche hiesig die spezielle Verantwortung übernahmen. (Diese fünf Kolonien logirten räumlich von einander getrennt in den verschiedenen Gebäulichkeiten der Festung, bildeten für sich ein geschlossenes Ganzes und kamen regelmäßig nur zu den gemeinsamen Mahlzeiten, wie und da auch zu gemeinsamen Spielen und Ausflügen zusammen.)

Der für die große Mehrzahl der Kinder ganz neue Weg durch das liebliche, mit zahlreichen industriellen Etablissements bedeckte Züricher Oberland, dem Linth-Göcher-Kanal entlang, wo menschlicher Eßsinn und Fleiß aus kumpfiger Wüstenei gesundes, fruchtbares Land geschaffen hat, an dem großartig romantischen Wallensee vorbei, in das lachende, auf beiden Seiten von mächtigen Bergen eingerahmte Rheinthale war ebenso fesselnd als lehrreich, so daß ununterbrochen Ruhe und Fragen des Staunens und Entzückens aus dem Munde der jungen Reisenden sich vernehmen ließen.

Als wir Nachmittags in Maienfeld angelangt waren, standen die Wagen zur Aufnahme des Gepäcks und einiger besonders schwächlicher Kinder schon bereit, und rasch konnte sich der Zug auf den Weg zur Luziensteig machen, wo wir Abends 5 Uhr glücklich anlangten, erstaunt und erfreut über den schöngelegenen Ort und die getroffenen zweckmäßigen Einrichtungen.

Zum ersten Mal wurde für alle unsere Ferienkolonien die eigene, gemeinsame Menage eingeführt,

was bei dem nahen Beisammenwohnen der Kolonien und den geräumigen Lokalitäten leicht möglich war. Auch diesmal waren wir mit dieser Art von Verköstigung, welche in kleinem Maßstabe schon voriges Jahr erprobt worden, sehr zufrieden. Die Küche war bei aller Einfachheit vortrefflich und die Auslage geringer.

Tag für Tag flossen in fast ungetrübter Fröhlichkeit dahin. Wenn Abends die Kinder sich zur Ruhe gelegt, so vereinigte sich hier und da noch das leitende Personal mit etwaigen Besuchern zu einem wohlverdienten fröhlichen Stündchen. Einmal brannten Touristen ein kleines Feuerwerk unter großen Jubel los, das an den mächtigen Felswänden des Faltinis in Ton und Farbe einen wundervollen Effekt hervorbrachte.

Jeder Tag war sozusagen ein Jugendfest.

Einen Glanzpunkt des Ferienaufenthaltes bildete der gemeinsame Ausflug nach Pfäfers und in die Taminalschucht, welcher durch die Generosität des Hrn. Simon, der unsern Kolonien freien Zugang gewährte und in Verbindung mit einem Zürcher Kurarzt die ganze Gesellschaft bewirthete, erleichtert wurde. Welch große Augen machten unsere Kleinen, als sie die furchtbar prächtige Taminalschucht, die Walter Scott mit Recht eines der größten Wunderwerke der Erde nennt, durchwanderten und in die geheimnißvollen Tiefen geführt wurden, aus denen der heilkräftige Quell heiß emporsprudelt. Was sie da sahen, machte auf die Meisten einen gewaltigen, unvergesslichen Eindruck. — Aus Dankbarkeit schickten unsere Kolonien Hrn. Simon am folgenden Tage einen großen, wohlküstenden Kranz von Cyclamen (Alpenveilchen), welche Blume auf Luziensteig ganze Felder bedeckt und bereiteten damit dem Empfänger und seinen Gästen eine verdiente Freude.

Neben den gewöhnlichen, durch Gesang verschönten Morgen- und Abendandachten wurde von Hrn. Pfarrer Brändli in Ragaz noch an einem Sonntag in der Kirche des St. Luzius ein Jugendgottesdienst gehalten.

(Fortsetzung folgt.)

## Die Lungenpfeilenschwinducht und ihre hygienische Selbstkur.

Von Dr. Paul Niemeyer.

Die unter die Achseln hindurch gemessene Brustweite beträgt mindestens die Hälfte, im Mittel zwei Drittheile der Körperlänge und für jeden das Mittelmaß übersteigenden Centimeter Brustumfang vermehrt, für jeden hinter dem Mittelmaß zurückbleibenden Centimeter vermindert sich das Normalgewicht bis um 2 Kilogramm. —

Dieser Lehrsatz enthält nichts weniger als den Leitgedanken für die hygienische und, wenn rechtzeitig eingeschlagen, sicher erfolgreiche Kurbehandlung der Lungenpfeilenschwinducht oder sogenannten Tuberkulose. Daß diese Gesundheitsstörung bei Weitem nicht so „unheilbar“, wie gewöhnlich angenommen wird, lehren außer vielen von jeher schon bekannten Beispielen die Altersstufen, welche zwei namhafte, jüngst verstorbene Männer erreichten: W. v. Göthe, der schon zu Lebzeiten seines 1832 verstorbenen Vaters und nachher noch oft von Bluthurz befallen wurde, und der Afrika-reisende Nachtigal, welcher mit 23 Jahren monatelang an Bluthürzen und Bluthusten litt. Jener wurde 73 Jahre, dieser erlag mit 52 Jahren einer ganz anderen Krankheit als der Schwinducht, von der er selbst damals sein vorzeitiges Ableben befürchtete hatte. Gleichzeitig gab Nachtigal das Beispiel der hier abzuhandelnden Radikalkur: dem Stubenhockerleben in schlechter, verdorbener Binneluft kehrte er den Rücken und ergab sich dem Wanderleben in frischer, freier Außenluft, wodurch er so erstarbte, daß er im Jahre 1869 im Sudan reisend Fährlichkeiten überstand, welche eine Sinnenatur umbringen konnten. Andererseits weiß ich Beispiele, wo mit gleichem Erfolge ein Schwinduchtskandidat das Bäurealeben mit der Gärtnerei, ein brustlahmer Schriftsetzer den Letternkasten mit der Opernbühne, ein abgekehrter Schuhmacher den

Pfriemen mit der Huderbank vertauschte und Professor Kraemer machte, als die sogenannte Höhenluftkur in Aufnahme kam, den Fall einer tuberkulösen Dame bekannt, welche er, da sie nicht verzeihen wollte, daheim durch eine bloße Treppensteigeur vollständig heilte.

Angenehmer ist's ja, solche Kur in schöner, sonniger Landschaft durchzuführen, nur daß man nicht an eine spezifische Eigenschaft der auswärtigen Klimaluft oder der Höhenluft glaube. Frischer und reiner als die Stadtluft ist sie allerdings, doch haben's die Vielen, welche sich aus äußeren Gründen solche Kuren versagen müssen, ganz in der Hand, auch zu Hause die Frische und Reinheit „aus der Luft zu greifen“ oder, wie's schon lange heißt, Luft zu schnappen, anstatt, wie ein anderer Gesundheitslehrer der in berufliche Trepmühle gebannten Gesellschaft vorwirft, das Athemholen zu vergessen. Insofern sie davon Schaden an ihrer Brust nehmen, gilt auch für sie das Trostwort:

„Warum immer weiter schweifen,  
Sieh', das Gute liegt so nah!“ —

Mag die Luft noch so waldduftig, meeressig, ozonreich, höhendünn sein, so hilft sie doch nichts, wenn man sie nicht ordentlich „einnimmt“, wogegen, wenn man Letzteres versteht, zur Noth auch Luft zweiter Güte zum Heilmittel wird. Ebenowenig braucht, wer gleich Vernunft annimmt, einen Luftkurort aufzusuchen, um erst dort, was leider Vielen daheim nicht bezubringen, das heilkräftige Schlafen bei offenem Fenster oder, um Aengstlichen keinen Todeschreck einzujagen, im gutgelüfteten Räume zu erlernen. Versteht sich zwar vom naturwüchsigen Standpunkte das Athmen aus voller Brust von selbst, so vergißt's, wie schon bemerkt, der Kultur-mensch nicht nur, sondern macht sich auch durch anhaltendes, die Brust zusammenpressendes Sitzen erst brustlahm, dann allmählig flach- und engbrüstig, namentlich im oberen Abschnitte, wo die sogenannten Lungenpfeilen liegen, dem aber thätlich die Bedeutung eines Hauptluftmagens zukommt. Frühst man zwar den Luftstunger weniger lebhaft, so verrieth doch die Magerkeit und Mäße zur Genüge, daß die Ernährung laut Eingangszweckem Gesetze Mangel leidet. Die Gegenprobe liefert der auf's „Brust heraus!“ gebrüllte Hehrut, der, bevor er noch an Körpergewicht sonderlich zunimmt, zunächst eine Erweiterung des Brustumfanges um einige Centimeter aufweist. Handelt sich's also um die Heilung des sogenannten Schwinduchtskandidatentums, das allerdings den vollen Solbaten-dienst nicht aushalten würde, so gilt's vor Allem, „sich zu brüsten“, d. h. Voll- und Tiefathmen, oder, wenn das bedeutungsvoller klingt, Athemgymnastik zu treiben, vor Allem die Lungenpfeilen von der durch den verengten Schultergürtel auf sie geübten Luftsperrung zu befreien, indem man den Athem nicht mehr wie bisher von unten, sondern von oben her einzieht.

Wie dies Rezept in der That radikal hilft, sieht man z. B. an jenen in entgegengesetzter Weise Verunstalteten, den Buckeligen: wohl mögen sie von ihrem Grundleiden manche Beschwerden erleiden und sogar dahinsiechen; niemals aber werden sie, wie das schon längst durch wissenschaftliche Erfahrung festgestellt, tuberkulös, weil sie für ihren Hauptluftmagens Spielraum die Fülle bewahrten. Ebenso erklärte Herr Kraemer Treppensteigen für einen Ersatz der sogenannten Höhenklimatur deshalb, weil hier hauptsächlich das durch's Bergsteigen unwillkürlich lebhafter angeregte Spitzathmen in Anschlag zu bringen. Aus demselben Grunde besteht auch unter den anässigen Bergbewohnern, falls sie nicht etwa die Lebensgewohnheiten der von dieser Krankheit nur darum heimgesuchten Großstädter annehmen, die sogenannte Immunität gegen Tuberkulose.

Der Schwinduchtskandidat, welcher an der Hand dieser Leitgedanken sich bei der ihm hier vorgeschlagenen häuslichen Kur etwas Ordentliches zu denken entschließt, gehe lieber heute als morgen an's Werk, zumal weder Kosten an Zeit und Geld, noch erhebliche Berufsstörung daraus erwachsen.

Täglich etwa vier Mal ein Viertelstündchen Zeit erübrigt, ein Zimmer, in dem man sich bei offenstehenden unteren Fensterflügeln ordentlich bewegen kann, leichter, lose anliegender Anzug (keine Hofenträger!) — das ist Alles. Nur gehe der ersten und in heißer Jahreszeit auch wohl der letzten Uebung eine nasskalte Ab- und nachherige Trockenreibung des ganzen Körpers (bei geschlossenen Fenstern) voraus.

Als Vorbild für die eigentliche Uebung wählt man, wenn Gelegenheit dazu geboten, das einige Monat alte Kind, diesen Vollaehmer aus Intinck, wenn es, der Kleiderfesseln ledig daliegend, mit den Lungen spitzen wie mit einem Blasebalg arbeitet und dabei die Arme in die Höhe hebt, welsch' letztere, auch schon am Neugeborenen zu beobachtende Haltung das Spitzathmen wesentlich erleichtert. Der erwachsene Lahm- und Schmalbrüstige jedoch muß sie erst förmlich wieder erlernen, und zwar mit Hilfe des Athemstabes, zu dem sich jeder 1 1/2 bis 2 Meter lange, ordentlich greifbare Stock eignet. In stramm aufrechter Haltung, mit den nach außen gerichteten Handrücken erst in der „Abhalte“ erfaßt, wird dieser Stab zweitens zu „Aufhalte“ emporgestreckt und drittens in die „Nackenhalte“ herabgedrückt und so während des nunmehr recht bedächtig und andächtig vorgenommenen Voll- und Tiefathmens festgehalten. Wie jede ungewohnte Muskelarbeit, so wirkt auch diese zu Anfang anstrengend, ermüdend und auch hustenreizend, letzteres aber mit dem Vortheile einer auf naturgemäßen Wege erfolgten Lösung des Schleimes und der in unthätigen Lungen spitzen stets angehäuften, als grau bis schwarz gefärbter Auswurf zu Tage tretenden Staubmassen. Nicht lange aber währt's, so fühlt man sich auf der sich immer sichtbar hebenden und ausweitenden Brust wie neubekwimgt, überhaupt von neuer Lebenslust befeelt und der leidigen Schwindsuchtsangst entledigt.

Hat man mit Hilfe des Athemstabes seinen Schultergürtel erst wieder mobil gemacht, so bedarf's seiner Hilfe nicht mehr, sondern es genügt, die beiden Hände über dem Hinterkopfe (nicht Scheitel) gefaltet oder auch beide Fäuste am Rücken zu beiden Seiten des Kreuzes eingestemmt zu halten, in welcher Haltung auch draußen auf einstimmigen Spazierwege oder im kühlen Graje gelagert das Voll- und Tiefathmen als „Luftübung“ betrieben werde.

An Orten, wo sich Bassinhalten finden, gewöhnt sich der durch Athemgymnastik Vorgeübte, auch zur Winterzeit, an den regelmäßigen Besuch des Schwimmbades, wo die Fortbewegung im Wasser noch ausdrücklich brustweitend, das nasse Element außerdem abhärtend wirkt und ihm immer frischere Gesichtsfarbe verleiht, während mit zunehmendem Brustumfang auch das Körpergewicht steigt.

Wo dies nicht ausführbar, bleibt's bei der nasskalten Abreibung und wird der Athemstab mit Dr. Wolff's Bruststärker („Armstrong“) vertauscht und damit, während man nach wie vor bedächtig Athem holt, nach folgendem Recepte gearbeitet:

Streck' die straffen Arme vor,  
Zwing' sie nach den Seiten,  
Heb' sie über's Haupt empor,  
Laß sie rückwärts gleiten.

Ganz von selbst wird der sich so ausbildende Athemkünstler immer lebhafter auch zum Luftfreunde werden, die sich darbietenden Feiertage zum flotten Ergehen in Feld, Wald und Wiese, im Winter zum Besuche der Eisbahn benutzen und als schließlichen Erfolg das Zeugniß herausfordern: Ein Schwindfüchtiger weniger auf der Welt!

**Die Kirchenlüftung und Reinigung.\*)**

Es ist eine Beobachtungsthatsache, nicht etwa bloß die Gründung kirchenscheuer Leute, daß Kirchenluft ungesund ist.

\* Die unangenehme Stieluft in vielen Kirchen macht sich besonders schwächlichen und empfindlichen Besuchern des weidlichen Geschlechtes fühlbar, weshalb auch unversehens diese Anregung lebhaft Unterstützung findet. Die Red.

Kirchenbehörden, Geistlichen und Kirchenbediensteten können folgende Sätze nicht genug zur Beachtung empfohlen werden, wenn sie nämlich Kirchen und Kapellen vor Zerstörung sichern und den Besuchern den Aufenthalt erträglich machen wollen:

a) Sehr häufig tritt man Sakristeien, in welchen die werthvollsten Paramenten in Folge der Feuchtigkeit im traurigsten Zustande sich befinden.  
b) Noch häufiger tritt dem Auge des Beobachters an Gemälden und Vergoldungen die zerstörende Wirkung von Feuchtigkeit, gemengt mit Staub, entgegen.

c) Als häufigste Wirkung stagnirender Feuchtigkeit und sonstig schlechter Luft finden wir die Erscheinung, daß Schlaf, Unwohlsein, Blödigkeit, mit starkem Schweiß trotz niedriger Temperatur, ja selbst Ohnmachten in Kirchen und Kapellen sogar die Stärksten befallen.

Daß die schlechte Lüftung an obigen Uebeln schuld ist, erhellt am besten daraus, daß Schlaf und Ohnmacht weg sind, sobald man in's Freie tritt, oder aber die Kirche gehörig gelüftet wird.

Diesen Uebelständen kann abgeholfen werden, wenn folgende Rathschläge beobachtet werden:

1. Jeden Sommer werden die Dächer gründlich reparirt.
2. Man leite das Dachwasser durch Rindeln, Abfallrohre und Ableitungsrohren möglichst schnell und weit vom Gebäude weg. Unterläßt man dies, so sicker das Wasser unter die Mauern und erzeugt in- und außerhalb der Kirche Feuchtigkeit.
3. Man sichere die Gebäude ringsherum vor Grundfeuchtigkeit und „Bergdruck“ durch tiefe Aufgangs- und Ableitungsrohren. Geschieht dies nicht, so werden bald der Boden, die Mauer-, Holzwerke und Kirchengeräthe, namentlich in der Sakristei, der Zerstörung anheimfallen, wie man sich in hundert und hunderten von Kirchen und Kapellen überzeugen kann.
4. Man halte ringsherum den Boden wenigstens meterbreit von Rasen frei, damit die Feuchtigkeit ausdünsten kann.
5. Man sorge dafür, daß sich in der Nähe von den Gebäuden nicht Wasser sammeln kann.
6. Kirchen und Kapellen sollen täglich durch gegenseitiges Öffnen der Thüren und Fenster gelüftet werden, besonders bei Witterungswechsel, nach Gebrauch von Weihrauch, im Sommer auch während des Gottesdienstes, sichere aber dabei Thüren und Fenster vor dem Zuschlagen durch bequeme Vorrichtung. Daß dieses sehr notwendig ist, leuchtet gewiß Jedem ein. Man denke an die große Menge der Besucher, deren allseitige Ausdünstung, an die Ausdünstung des Bodens u. s. w. Würde das Lüften nicht vernachlässigt, so würde das Schlafen und Unwohlwerden zur Seltenheit.
7. Man lasse die Gemälde zeitweise von kundiger Hand reinigen und sichere sie vor Sonnenstrahlen durch Vorhänge, besser noch durch mit weißer Oelfarbe schwach gedünchte Fenster, am besten durch Fenster mit Kathedralglas.
8. Die Gotteshäuser sollen fleißig und sorgfältig (daß nicht der Staub zu stark an die Gemälde hinaufwirbelt) gereinigt und dabei Fenster und Thüren geöffnet werden. z.

**Häusliche Recepte.**

Heidelbeer-Liqueur. Man füllt 2 Kilo (4 Pfund) rohe Heidelbeeren in eine große Flasche, gießt 3 Liter (2 Maß) französischen Brantwein oder Trusenbrantwein darüber und läßt dies unter häufigem Rütteln einige Wochen an der Sonne oder an künstlicher Wärme ziehen. Hierauf schüttet man den Inhalt der Flasche auf ein Haarsieb, dem eine Schüssel unterstellt ist. Den abgelaufenen und durchgedrückten Saft gibt man in die große Flasche zurück und gießt 3/4 Kilo (1 1/2 Pfund) zum Faden gelöschten Kandiszucker kalt bei und fülle den Liqueur nach 2 Tagen in Flaschen, indem man den Bodenatz sorgfältig zurückbehält. Schwarze, rothe oder weiße Johannisbeeren, auch Brombeeren behandelt man zur Gewinnung von Liqueur auf die nämliche Weise.

**Nur keinen Stein!**

Werft keinen Stein auf Jene, die gefallen!  
Der Mensch ist schwach, Versuchung über Allen!  
Vielleicht hat nichts Euch mit der Welt entzweit,  
Vielleicht das Glück Euch nur vom Fall befreit:  
Nur keinen Stein!

Habt Ihr denn auch in ruhelosen Stunden  
Der Kränkung Qual, des Mangels Bein empfunden?  
Empfindet Ihr bei leicht bewegtem Blute  
Drammendruck, der Hohn vom Uebermuthe?  
Nur keinen Stein!

Ihr seht die Saat, — doch auch des Thäters Schmerzen?  
Habt Ihr gesehen auch in seinem Herzen?  
Er fiel, allein er hat wohl auch gestritten,  
Er hat gelehrt, doch hat er auch gelitten!  
Nur keinen Stein!

Der Stein, den Ihr geschleudert auf die „Sünder“,  
Er fällt auf Euch vielleicht, auf Eure Kinder!  
Wer hat zu Anderer Nichten Euch gelehrt?  
Habt Ihr nicht selber oft die Pflicht verletzet?  
Nur keinen Stein!

Als reuerfüllt, mit stehender Geberde  
Das Weib einft kniete auf der heil'gen Erde,  
Und als die Pharisäer — Er dort fragte:  
„Wer wirft zuerst?“ — wer war es, der es wagte?  
— Werft keinen Stein!

J. v. Deinsgarthen.

**Vom Büchermarkte.**

**Die Madonna.** Eine Künstler-Novelle in Versen von Anton Dorn. Mit einer Titel-Illustration von R. Leinweber. Verlag von Levy und Müller in Stuttgart.  
Wie man gerne in stiller Abgeschiedenheit dem munteren Raufhies des sprudelnden Waldbades lauscht, dessen heitere Melodien das Ohr erquickend, so fühlt man sich wunderbar gehoben, wenn man dieser reizend einfachen, und in aller Einfachheit doch so lieblichen und farbenprächtigen Geschichte folgt. Vor unsern Augen entrollt sich ein Bild, das so recht aus der Tiefe des Herzens genommen ist; der Dichter hat es verstanden, gleichsam mit dem Pinsel zu malen, was ihn erfüllte, und es ist ihm denn auch voll und ganz gelungen, damit zugleich der Seelen schönste Harmonie zu vereinigen. Möchte doch das Bäcklein gerade bei den Frauen — für die es ja geschaffen ist — die volle und verdiente Würdigung finden; der Dichter wäre dadurch gewiß am besten befriedigt.  
G. F.

**Spreschaal.**

**Fragen.**

Frage 577: Gibt es ein Mittel, um neuem Emailgeschirr, das durch Jahre Früchte rauh und glanzlos geworden, Feinheit und Glanz wieder zu geben? Das Abreiben mit Fett und die Anwendung eines Milchbades war erfolglos.  
Langjährige Abonnentin.

Frage 578: Gibt es ein Mittel, um den ebenso belästigenden als schmerzhaften, des Nachts auftretenden Wadenkrampf bei jungen Leuten zu beseitigen?  
A. N. in G.

Frage 579: Ist nicht eine Frau als geistig geföhrt und als unfähig zu erklären, vorhandene Mittel zu verwalten, wenn sie nicht im Stande ist, persönliche Wünsche zu unterdrücken, wenn die Verhältnisse es erfordern?  
S. T. in M.

Frage 580: Ist der Mann wirklich berechtigt, der Frau vorzuschreiben, wo sie ihre religiöse Erbauung zu suchen habe und zu welchen Zeiten dies geschehen dürfe?

Frage 581: Wie oft soll ein Säugling Milch zu trinken bekommen, wenn er ohne Brei aufgezogen wird?

Frage 582: Ein Kind, welches am 10. Wasserlopf leidet und in Folge dessen — nach Auslage der Aerzte — gelähmt ist, hat es bis dato, da es bereits sechs Jahre alt ist, noch nicht zum selbstständigen Laufen gebracht; wüßte hier vielleicht Jemand guten Rath? Während den letzten zwei Jahren hat dasselbe sich körperlich und geistig vortheilhaft entwickelt, nur ist es eben noch kränklich.

**Antworten.**

Auf Frage 574: Um Schneizhaden zu entfernen macht man eine Mischung von 1 Theil Salmiakgeist, 3 Theilen Spiritus und 3 Theilen Schweißlather; mit dieser Mischung werden die stickigen Stellen vermittelst eines kleinen Schwammes eingetrichtert.

Auf Frage 575: Das kränkelnde Kind sollte in erster Linie aus der Schule genommen und Tag und Nacht unter besonderer Aufsicht einer recht erfahrenen mütterlichen Pfliegerin gehalten werden. Mit dem beständigen Aufenthalt in frischer, reiner Landluft löst fröhliche Hautpflege (Abreibungen und Bäder) Hand in Hand gehen und die Nahrung soll möglichst reizlos sein und zu regelmäßigen Zeiten gegeben werden. Die Körperbewegung muß geriegt und gefördert werden, wogegen das schulgemäße Lernen für längere Zeit völlig zu unterbleiben hat. Hauptsache ist die fründliche, sorgfältige Ueberwachung, was einer aufmerksam beobachtenden Mutter sehr wahrscheinlich verschiedene Anhaltspunkte bietet zur richtigen Erkenntniß des vorhandenen Uebels oder zur fruchtbringenden Konsultation mit einem gewissenhaften, erfahrenen Gesundheitslehrer.

## Feuilleton.

### Die Alpenrose von Brienz.

Eine Dorfgeschichte aus den Schweizeralpen v. J. A. Spring.

#### III. Im Welschland.

Am nördlichen Ufer des Genfersees, im schönen Waadtlande, den französischen Städten Evian und Thonon gegenüber liegt das freundliche Städtchen Morsee, und hinter diesem, an leicht aufsteigendem, rebenbepflanzten Hügel die Pension Dézaret, die ihrer prachtvollen, gesunden Lage, ausgezeichnete Leitung und ihren tüchtigen Lehrkräften ihren Welt-ruf verdankt. Aus allen Ländern kamen Mädchen in dieses Ausbildungsinstitut, um nach zwei oder drei Jahren daselbst als wohlgebildete junge Dame zu verlassen.

Hier hatte auch der Schwannwirt von Brienz seine Tochter vor halb zweihalf Jahren gebracht, obgleich ihn erst der verlangte Preis für Unterhalt und Unterricht, und dann die luxuriöse Einrichtung des Etablissements etwas verblüfft hatten. Es war aber eine Sonderheit des alten, geldstolzen Bauers, daß in Allem, was sein Breneli betraf, sein Festhalten am Althergebrachten nicht stichhaltig zu sein schien. „Die Sprach“ mußte seine Tochter unbedingt lernen; so sollte sie denn auch alles Andere mitmachen, was überhaupt zu lernen war.

Wenige Tage nach der Unterredung des Bündnerjürgels mit Hans Denuler saßen zwei lieb-reizende Jungfrauen auf der großen Terrasse vor der Pension Dézaret; sie waren eben von der niedlichen kleinen Kirche des Städtchens gekommen, denn es war Sonntag. Während in den Berner-alpen noch immer der Winter herrschte, zeigten sich hier bereits die ersten Vorläufer des Früh-lings, in glitzerndem Golde glänzte die Sonne in den klaren Fluthen des schönsten aller Seen, in blendendem Weiß strahlten die Spitzen der Walliser- und Savoyer-alpen; durch die klare Luft waren die Umrisse von Evian's Badanstalten und Tho-non's weissen, in lieblichem Grün halbwertesten Hänjern dem bloßen Auge wahrnehmbar.

Lange saßen die beiden Mädchen stumm da, in den Anblick der vor ihnen ausgedehnten Natur-schönheiten vertieft. Schlank, blond, zart wie eine Lilie, dieser Blume edler Typus, die eine; üppig, rund, brünett, von Gesundheit frohend, die andere, das Alpenrösli von Brienz.

„Komm, Veronika,“ sprach endlich das blonde Mädchen, „laß uns in das Wäldchen gehen, wo die Quelle lustig sprudelt; es ist noch eine Stunde bis zum Mittagessen und du — du leidest, hast geweint — ja, ja, meine schöne Alpenblume, ich sehe es wohl; was drückt dein kleines armes Herz, das deine beste Freundin nicht wissen dürfte?“

Damit umschlang sie Breneli und zog es durch den Garten in das anliegende Wäldchen, wo sich beide auf eine Bank niederließen.

„Hier ist gut sein,“ sagte die zärtliche Freun-din Breneli's, „hier sind wir ungestört, hier kannst, mußt und sollst du beichten; doch erst wische dir die Thränen aus deinen schönen, großen, schwarzen Augen, sonst werden sie roth und dann . . . dann siehst du aus wie unter gelehrter Herr Fredin, wenn er die blaue Brille abnimmt.“

„Ach Alice,“ erwiderte Breneli, unter Thränen lachend, „ich bin ganz grenzenlos unglücklich, man will mich verkaufen.“

„Herr des Himmels! Dich ver — kau — fen! Bist du von Sinnen? wer denn, wann und wem denn? ich biete mit.“

„Laß den Spaß jetzt, liebes Kind, und höre mich vernünftig an; doch erst lies diesen Brief, den ich gestern von meinem Hans erhalten, er wird dir erklären, wie das mit dem Verkaufen zu verstehen ist.“ Damit langte Breneli einige sehr zerknitterte beschriebene Blätter aus der Tasche und legte sie ihrer Freundin auf den Schooß.

Diese unverbesserliche Spazmacherin suchte ihrem Minenspiel den geziemenden Ernst zu verleihen und vertiefte sich in die Lektüre der Papiere. Mit dem Fortschreiten derselben gab sie durch verschiedene

Laute ihre Mißbilligung über das Gelesene kund und als sie geendet, sprang sie in die Höhe und rief: „Das ist ja ganz abentheuerlich, ganz — partout — unerhört! doch was kehrt du dich daran, mein Herzblatt? Du nimmst den Peter einfach nicht“ und mit komischem Pathos deklamirte die lebhaft Blondine:

„Der Mensch ist frei geschaffen, ist frei,  
Und wäre er in Ketten geboren!“

„Wir Mädchen in Amerika geben keinen Pfiffer-ling um solchen Handel, wenn ich den Friedrich will, so heirath ich nicht den Oskar, und wenn er Millionen hätte, doch“ — fügte sie etwas kleinlaut einem kaum unterdrückten Seufzer hinzu — „heirathen wir gerne reiche Männer, besonders wenn sie hübsch sind; aber uns Zwang anthun lassen? das kennen wir nicht. Uebrigens kommt Zeit, kommt Rath, mein Schatz; so wie dein Hans schreibt, ist die Sache noch nicht abgemacht, und wenn du einmal wieder zu Hause bist, täglich bei deinem Vater, kannst du ihn wohl dazu bringen.“ . . .

„Du kennst meinen Vater nicht, du kennst un're reichen Bauern nicht,“ unterbrach hier traurig das Breneli. „Ja wenn ich noch meine gute resolute Mutter hätte, ich glaube, die würde auf meiner Seite stehen, aber von meiner Stiefmutter, so gut sie auch sonst mit mir ist, kann ich in diesem Falle höchstens ihr Mitgefühl, aber kaum ihre Hilfe er-warten; ich glaube, sie fürchtet sich oft vor dem Vater. O, Alice, mich überkommt es, wie eine Ahnung, daß noch viele unglückliche Tage mir bevorstehen,“ und hier ersticken die Thränen ihre Stimme.

„Weine nicht, du mein Herzblatt,“ rief die enthusiastische Amerikanerin, der selbst die Thränen in die Augen traten, und liebevoll umarmte sie das blühende Schweizermädchen. „Sieh mich an und höre, was ich dir rathe: wenn du doch den Hans so ganz von Herzen liebst und man dich ihm par-tout nicht geben will, dann lauft ihr halt Beide davon, geht hinüber nach Amerika und kommt zu mir in mein schönes Ohio.“ Trost seines Jammers mußte Breneli fast lachen. „Wie schnell ihr springt, ihr Amerikaner,“ jagte sie aufgeteiert. „Eins, zwei, drei; alles ist vorbei! das ist wohl bei Euch drüben die Lösung.“

Die Mittagsglocke läutete; rasch erhoben sich die Mädchen, wischten sich gegenseitig die thränen-feuchten Augen und schritten Arm in Arm zum Speiseaal.

Wie war diese innige Freundschaft entstanden? Hatte der Umstand etwas damit zu thun, daß Alice's früh verstorbene Mutter eine Schweizerin war und daß beide die einzigen Kinder ihrer Väter waren? Wir wissen es nicht; doch bald nach der Ankunft der beiden Mädchen, die ungefähr in die-selbe Zeit fiel, hatten ihre Herzen sich gefunden und seither hatten sie Freud und Leid miteinander getheilt und kein Geheimniß der einen blieb der andern verschlossen. Die überprübelnde Lebens-lust des amerikanischen Kindes und sein toller Ueber-muth wurden durch den ersten Charakter Breneli's gemäßigt, während das Heimweh, das besonders am Anfange das sich plötzlich in ganz ungewohnte Umgebung gerathene Alpenrösli geplagt, von den muntern Launen seiner Freundin allmählig gelindert und schließlich ganz vertrieben wurde.

Vor dem Schlafengehen fanden sich die beiden Mädchen wieder in Breneli's Zimmer zusammen; Hans hatte letzterem im vorigen Jahr von Thun aus, wo er seinen Militärpflichten nachgekommen und die Artillerieschule durchgemacht hatte, seine Photographie gesandt, die ihn in der kleidamen Uniform eines eidgenössischen Artilleristen darstellte. Dieses Bild betrachteten die Freundinnen mit Stolz und Wohlgefallen und Breneli wurde nicht müde, die vielen Tugenden und Vorzüge ihres Geliebten zu beleuchten; wohl zum zwanzigsten Male erzählte sie ihre Errettung vom Tode aus dem reißenden Mühlbach und die damals in ihr tobenden wonnigen Gefühle, als sie sich in den Armen ihres Erretters befand.

„Und du, Undankbare,“ unterbrach Alice den Redestrom ihrer Freundin, „hast ihm nie dein Bild geschickt.“

„Es war nicht meine Schuld, du Mittheilsvolle, denn als ihr alle nach Genf den Auszug machtet, war ich ja krank, wie du weißt, und der hiesige Photograph macht Bilder, die sich im wahren Sinne des Wortes gewaschen haben oder vielmehr ver-waschen haben; doch was thut's, in drei Wochen werde ich ja daheim sein.“

„In drei Wochen schon! wie nahe ist un're Trennung, meine Alpenrose!“

Die Glocke ertönte, die den Pensionärinnen an-zeigt, daß jede sich zur Ruhe zu begeben hatte. Zärtlich küßten sich die Mädchen gute Nacht und suchten ihre Lagerstätten auf.

Doch der wohlthätige Schlaf wollte sich lange nicht auf Breneli's Augenlider senken. Sie dachte an die nahe bevorstehende Heimkehr und wie es dann mit ihr werden würde. Sie kannte des Vaters Eigensinn, — festen Willen hieß er ihn — sie kannte seinen Geldstolz und konnte sich nicht verbergen, daß, so lieb er sie auch in seiner Art haben mochte, in dem für sie am wichtigsten Punkte, ihrer Heirath, würde er trotz Bitten und Thränen, trotz Fürsprache der Mutter, auf seinem Willen fest beharren. Er wußte nichts von ihrem Ver-hältniß zu Hans; die Korrespondenz zwischen ihnen war aus Vorsicht nicht durch das Postamt von Brienz vermittelt worden. Wird ihre Liebe stark genug sein, alle Hindernisse zu überwinden? War es ihre Kindespflicht, auch in diesem Punkte ihrem Vater zu gehorchen, obgleich sie dabei ihr ganzes Lebensglück opferte? Dem dieses, das jagte sich Breneli bestimmt, stand dabei auf dem Spiele; sie konnte keinen Andern lieben als den Auser-wählten ihres Herzens und ohne Liebe wollte sie eher in den Tod gehen, als vor den Altar treten. Das früh reif gewordene, wilde Schulmädchen war zur ersten, nachdenkenden Jungfrau herangewachsen. Und wenn man sie schließlich zwingen wollte zu der Heirath? Geleglich konnte man das freilich nicht, das wußte Breneli sehr wohl; doch wie würde sie ihrem Vater, dem jähornigen Manne wider-stehen können? Was würde sie Alles zu leiden haben?

Doch was hatte da Alice im Wäldchen gesagt? Wenn man dich ihm partout nicht geben will, so lauft ihr halt beide davon und kommt zu mir in mein schönes Ohio. War denn dieser Rath des erzentrigen Mädchens so ganz unvernünftig? Oft und oft hatte Alice in ihren lebhaften Plaudereien von ihres Vaters großer Milchfarm erzählt und wie dort viele Schweizer angesiedelt wären und Käse fabrizirten. „Das versteht mein Hans ja auch,“ dachte Breneli; „dort könnten wir wohl zu-sammen glücklich sein, wenn es nicht anders ging. Geld zur Reise habe ich gewiß genug, auch wenn er nichts haben sollte.“ Sie erinnerte sich eines gewissen Strumpfes, der in der Truhe ihrer seligen Mutter tief auf dem Boden lag; ihr Vater hatte das Geld nie gesehen und kaum davon gewußt. Ihre Stiefmutter hatte den schweren Strumpf ge-funden, als sie die Kleider der Verstorbenen durch-gesehen und zur Lüftung herausgenommen. Sie war eine gewissenhafte Frau und hatte Breneli das Geld gezeigt, indem sie gesagt: „Sieh Kind, das Geld ist dein, hier leg ich's wieder hin, zusammen mit dem Gebetbuch und den Gollertetten deiner Mutter: eines Tages kannst du es vielleicht ge-brauchen.“ Breneli hatte einmal vor sechs Jahren dieses Geld gehäßt, es waren schon damals bei-nähe sechshundert Franken gewesen; seither hatte sie alle Geschenke und Erparnisse dazu gelegt, ohne eigentlich dabei einen bestimmten Zweck im Auge zu haben; auch in der Pension hatte sie von dem ihr zugefandten Gelde ein bedeutendes erspart, denn mit ihr wenigstens war ihr Vater nie fricklerig ge-wesen. „Zimmer so gut, mein Vater, und jetzt so böß,“ seufzte sie, obgleich es eigentlich eher eine Ahnung des Kommenden war, als etwas schon Abgemachtes, denn ganz Bestimmtes hatte ja sogar Hans nicht berichtet. Mit dem festen Vorsatz, im Falle des äußersten Zwanges den Rath Alice's zu befolgen, schloß Breneli endlich ein.

(Fortsetzung folgt.)

Briefkasten der Redaktion.

S. D. in N. Wenn eine Person allein in kurzer Zeit eine große Menge Weibzeug soll gezeichnet haben, so darf an das Einfließen der Namen nicht gedacht werden. Ein mit wackelnder Farbe aufgetragener Stempel dürfte in solchem Falle das Beste sein.

Frl. V. B. in S. Nur nicht beim ersten Regenstauer davon laufen, das wäre nicht klug! Morgen scheint vielleicht die Sonne wieder und übrigens läßt sich auch beim Regen mit bestem Erfolg Natur treiben und bummeln, wenn der Fuß in einem fräftigen Schuh steck und ein verständiger, klarer und vorurtheilsfreier Kopf den Fuß regiert.

Inserate.

Jedem Anskunftsbegehren sind für beidseitige Mitteilung der Adresse gestalligt 50 Cts. in Briefmarken beizufügen. Offerten werden gegen die gleiche Taxo sofort befördert. Erledigte Stellen-Inserate beliebe man der Expedition sofort mitzuthellen. Zeilenpreis: 20 Cts.; Ausland 20 Pfg.

Gesucht.

Ein solides, gesundes Mädchen von gutem und zuverlässigem Charakter wird für ein Herrschaftshaus gesucht. Dasselbe müsste im Zimmerdienst, Nähen, Bügeln und Serviren erfahren sein. Eintritt nach Belieben. Guter Lohn. Ohne gute Referenzen unmitzt sich zu melden. Offerten unter Chiffre A B poste restant, Zürich.

In einem guten Hôtel wird für sofort eine Tochter gesucht, die das Kochen gründlich zu erlernen wünscht. Offerten nimmt die Exped. dieses Blattes unter Chiffre A M 4323 entgegen.

Eine achtbare Familie

sucht für ihre Tochter Stelle als Stütze der Hausfrau in einer gebildeten, christlichen Familie, in einer Stadt der französischen Schweiz, wo sie die französische Sprache erlernen könnte. Dieselbe hat ausser den Realschulen ihre Ausbildung in einer Frauenschule und auch einen Kochkurs erhalten und könnte Kindern den ersten Klavierunterricht geben. Es würde weniger an Lohn, als gute, familiäre Behandlung gesehen. Offerten unter 4319 vermittelt die Expedition dieses Blattes. [4319]

Für Frauenzimmer.

In ein Droguerie- und Spezereiwaaren-Geschäft (Petroleum u. Cigarren werden nicht gehalten) wird eine anständige, wohlgesittete Tochter gesucht, welche auch schon in ähnlichen Geschäften den Detail-Verkauf besorgte. Anmeldungen unter Chiffre O P 4313 befördert die Exp. d. Bl. [4313]

4322] Eine geübte, gutempfohlene Modistin sucht Engagement für sofort oder auf künftige Saison. Adresse ertheilt die Exped. d. Bl.

Eine Tochter, im Nähen und Serviren bewandert, sucht Stelle. Zu erfragen unter Ziffer 4321 bei der Expedition dieses Blattes. [4321]

4320] Ein Mädchen, welches Kenntnisse in der französischen Sprache hat, Weissnähen und Bügeln kann, wünscht eine Stelle als Ladentochter oder bei einer hometten Familie als Zimmermädchen. Auf Wunsch persönliche Anmeldung. Zu erfragen bei der Exped. d. Bl. unter Bezeichnung 4320.

Eine gesunde Tochter braver Eltern, die von Hausgeschäften einen ordentlichen Begriff hat und Lust hat, sich weiter zu vervollkommen, sucht Stelle, wo sie unter einer tüchtigen Hausfrau weiter lernen kann. [4318] Offerten befördert die Expedition dieses Blattes unter 4318.

4317] Eine geschäftskundige, tüchtige Frau, die einen Laden besitzt, der es aber an genügenden Mitteln fehlt, denselben zu vergrößern, sucht zu diesem Zwecke ein Dépôt zu errichten, bestehend in Kleiderstoffresten, Rideaux u. St. Galler Broderien. Gefl. Offerten unter Chiffre L M 4317 befördert die Exped. d. Bl.

Stelle-Gesuch.

Ein im Zimmermachen, Nähen und Bügeln gewandtes, treues Mädchen sucht, gestützt auf gute Zeugnisse, eine leichte Stelle in einer kleineren Familie. Dasselbe würde ebenso gern als Ladengehülfin in ein Geschäft gehen, wo kein Französisch verlangt wird. — Eintritt 1. September, nöthigenfalls vorher. Ansprache bescheiden. Offerten beliebe man an Friederike Bötter, Hirschengraben 46 in Zürich, zu richten. [4325]

Offene Stelle.

Ein mit guten Referenzen versehenes Frauenzimmer mittleren Alters, das eine hübsche Handschrift führt und einer ganz kleinen Haushaltung vorzustehen befähigt ist, findet in einem Geschäftshause am Bodensee eine äusserst angenehme und leichte Stelle. Eintritt nach Convenienz folgt. [4310] Selbstgeschriebene Offerten unter Chiffre A D Nr. 310 befördert das Offerten-Bureau d. Bl.

Eine alleinstehende Wittve gesetzten Alters wünscht eine Stelle als Haushälterin. Sie wäre auch befähigt, einem Geschäft vorzustehen. Referenzen zu Diensten. Offerten unter Ziffer 4315 befördert die Exped. d. Bl. [4315]

Eine gesunde, gut begabte, erwachsene Tochter, die Willens wäre, der Hausfrau hilfrich zur Hand zu gehen, hätte Gelegenheit, unter sehr günstigen Bedingungen die italienische Sprache zu erlernen. Nähere Auskunft ertheilt [4314] Pfr. Johs. Michael (H 763 Ch) in Poschiavo (Graub.).

In Speicher (Appenzel A.-Rh.) finden 3-4 Personen in einem prächtig gelegenen Hause mit schattigem Garten freundliche Aufnahme. Schön möblierte Zimmer, sowie guter, bürgerlicher Tisch. Preis per Tag Fr. 3. — Offerten unter Chiffre A B 4311 befördert die Exped. d. Bl. [4311]

4303] Eine gut geschulte Tochter sucht Stelle als Ladenjungfer. Adresse ertheilt die Expedition d. Bl.

Doppeltbreiter Beigewe

(garantirt reine Wolle) à 65 Cts. per Elle oder Fr. 1. 10 Cts. per Meter bis Fr. 1. 75 Cts. per Meter versenden in einzelnen Metern, Rollen, sowie in ganzen Stücken portofrei in's Haus [4095] Oettinger & Co. Centralhof Zürich P. S. Muster-Kollektionen bereitwilligst und neueste Modebilder gratis.

Gesucht:

Für eine junge Tochter eine Stelle in der französischen Schweiz, wo ihr hauptsächlich Gelegenheit geboten wäre, die französische Sprache zu lernen. Bei guter Placierung und familiärem Leben ist man geneigt, noch etwas zu bezahlen. Gefl. Offerten unter Chiffre 4312 an die Exped. d. Bl. [4312]

Zwei junge Töchter,

welche die französische Sprache und die Lingerie zu erlernen wünschen, finden sehr vortheilhaftes Placement am 1. August und 1. September bei Mad. Virg. Barbier, Lingere in Neuenburg, Rue de l'Eluse Nr. 24. [4286]

Für Hausfrauen etc.

Vortheilhaftestes Waschen und beste Schonung der Wäsche, seit Jahren in Schweizer Familien tausendfach erprobt, bei Gebrauch von [4077] Siglar's Patent-Sodin in Pulver a. d. k. k. a. p. Sodin-Fabrik in Feldkirch. In den meisten Spezereigeschäften zu haben. (In 1/2 Ko. Paqueten à 45 Cts.) Die Fabrik erzeugt noch verschiedene billigere Waschmittel, wie Fettlaugenmehl etc.



Das grosse Bettfedern-Lager von L. Meier in Reiden (Luzern) versendet franko (bei Bestellungen von mindestens 9 Pfund) neue gedörrte Bettfedern per Pfund à 65 Rp., 90 Rp., Fr. 1. 10, 2, —, 2. 50, 3. 20 und 4. —; Flaum per Pfund à Fr. 4. 75, 5. 20, Fr. 6. — bis Fr. 10. — [4188] Wer solche bedarf, kann ohne Risiko bestellen, da Nichtkonvenientes franko retour genommen wird, Sendungen nicht nur franko, sondern auch zollfrei sind und die Verpackung nicht berechnet wird. Bei Abnahme von 50 Pfund Rabatt.

Das Billigste

in Seidenstoffresten in allen Grössen und Farben, schwarze, garantirt solide Seidenstoffe für Kleider, 30-35 Prozent unter den gewöhnlichen Ladenpreisen — Muster umgehend —; Foulards, bei Bezug von 1/2 Dutz. zu Engros-Preisen. (H 3483 Z) [4316] Adolf Geiger, Aussersihl-Zürich.

Goldene Medaille: Weltausstellung Antwerpen 1885.

CHOCOLAT



SUCHARD 3614 NEUCHATEL (SUISSE)

Der Abonnementspreis der Schweizer Frauen-Zeitung beträgt monatlich = nur 50 Cts. =

Als praktisches Geschenk auf den

Arbeitsstisch für Frauen und Töchter verwendet die Buchhandlung der „Schweizer Frauen-Zeitung“ in St. Gallen folgende Schnittmuster-Ausgaben.

I. Ausgabe.

- 12 Schnittmuster zum Auflegen (mit gebrauchter Erklärung): I. Die Untertaile. II. Schürzen für größere Kinder. III. Kindermantel. [705] IV. Beinkleid für Mädchen. V. Morgen- oder Hausjacke. VI. Kleider- und Manteltragen. VII. Untertaile für Kinder. VIII. Kleiderrock und Kinderumlauf. IX. Knabenhosen. X. Kinderhürzen mit Kermeln. XI. Schürzen (für 1-3 Jahre). XII. Windelhöschen.

Preis Fr. 2. — für die ganze Collection.

II. Ausgabe.

- I. Jacken-Zaile für torpulentere Personen mit großen Hüften. II. Jacken-Zaile für mittlere Posturen. III. Jacken-Zaile für magere Personen mit kleinen Hüften. IV. Jacken-Zaile für Mädchen von 12 bis 15 Jahren. V. Jacken-Zaile für Mädchen von 8 bis 10 Jahren. VI. Kurze Zaile f. Mädchen von 4-6 J. VII. Kurze Zaile f. ein Kind von 1-2 J. VIII. Halbanschießender Paletot für erwachsene Personen. IX. Halbanschießender Paletot f. Mädchen von 11 bis 12 Jahren. X. Paletot für Mädchen von 6-8 J. XI. Weite Hausjacke. XII. Weites Jäcklein für Mädchen von 4 bis 5 Jahren. XIII. Eine Hauschürze. XIV. Kleine Schürze für Mädchen von 5 bis 7 Jahren.

Preis Fr. 2. — für die ganze Collection. 8 Blätter.

III. Schnittmuster-Ausgabe

(hergestellt v. Frau Hagen-Dobler) ist nun ebenfalls bei uns bestellbar und in jeder Weise auf's Beste den verschiedensten Wünschen unserer verehrlichen Abonnentinnen angepasst. Diefelbe umfasst 3 w ei Abtheilungen.

1. Abtheilung.

23 vollständige Grund-Schnittmuster in Naturgröße, vorzüglich anerkannt für gute Paalen (einzeln zum Auflegen, nicht ineinander und übereinandergehend bedruckt), nebst praktischer Anleitung zur Selbstherstellung der einfachen Kleidermacheret. Preis: Fr. 3. —

2. Abtheilung.

Vollständige Kleinkinder-Ausstattung mit 53 Schnittmustern in Naturgröße, nebst leichtfaßlicher Erklärung. Preis: Fr. 4. (Diese Ausgabe enthält Alles, was die Bekleidung kleiner Kinder erfordert.) Jede Abtheilung ist auch einzeln zu haben. Beide zusammen in gleicher Sendung zu dem reduzierten Preise von Fr. 6.

Diese Muster entsprechen ganz speziell den Bedürfnissen verständiger, einfacher Hausfrauen und Töchter, die an Hand der sehr klar und faßlich gebotenen Anleitungen in den Stand gestellt sind, jedes Kleidungsstück für sich und die Familienangehörigen selbst herzustellen.

Diese Schnittmuster-Ausgaben sind unfernreitig das Beste, Einfachste, Verständlichste und Billigste, was in dieser Art bis jetzt geboten wurde, und es ist vorauszusetzen, daß — bei der durch unsere obligatorischen Arbeitsschulen allgemein verbreiteten Vorbildung im Nähen — diese außerdem praktisch, ihren Werth nie verlierenden Muster sich in jeder Familie einbürgern werden.

Jede Ausgabe geschieht in fertig zusammengestellten Kollektionen (nicht in Lieferungen einzelner Muster), damit allen Wünschen gleichzeitig entgegen wird.

Zu Bestellungen für sofortige Lieferung ladet ein Die Expedition.

**Garantirt waschächte, nach aller-neuesten Dessins bedruckte Sommerstoffe**  
 in grossartigster Auswahl à 40 Cts. per Elle oder 65 Cts. per Meter bis Fr. 1 25 per Meter versenden in einzelnen Metern. Roben, sowie in ganzen Stücken portofrei in's Haus [3990]  
**Oettinger & Co., Centralh., Zürich.**  
 P. S. Muster-Collectionen bereitwilligst und neueste Modebilder gratis.

**CHOCOLAT KLAUS**  
**LOCLE.**  
 Goldene Medaille  
 Weltanstellung Antwerpen 1885.  
 Von anerkannt vorzüglicher Qualität in allen Sorten. (H 410 J)  
 Lösslicher Cacao  
 empfehlenswerth durch seine Reinheit, Nährkraft, seinen feinen Geschmack und feines Aroma, sowie seine rasche Zubereitung und ausserordentlich billigen Preis. [3737]  
 Verkaufsstellen überall.

**Gardinen**, inländisches und englische Fabrikat, in allen Breiten und schönen Dessins.  
**Bandes & Entredeux** eigener Fabrikation, weiss und farbig, in reichster Auswahl, empfiehlt und bemustert auf Verlangen  
**L. Ed. Wartmann,**  
 St. Gallen, vis-à-vis Hôtel Stieger.  
**Nähmaschinen**, unübertroffen, und Fussbetrieb, aus der renommirten Fabrik von Seidel & Naumann in Dresden, stehen ebendasselbst zur Besichtigung und Prüfung bereit. — Garantie und Gratisunterricht. [3615]

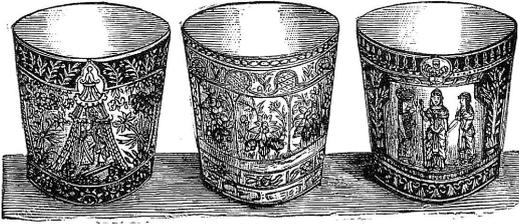
**Haar-Restorren.**  
 Sicherstes und unschädliches Mittel, ergrautem Haar die ursprüngliche Farbe wieder zu geben. Erfolg garantirt.  
**Chinin-Haar-Balsam.**  
 Bei wöchentlich mehrmaligem Gebrauch das sicherste Mittel zur Erlangung eines kräftigen Haarwuchses und zur Beseitigung der Kopfschuppen. (M 113 G) [3652]  
 In Flacons à Fr. 2, resp. Fr. 1 25 bei  
**Klapp & Banmann, Droguerie z. Falken, St. Gallen.**

**Fabrikation von [3988] St. Galler Hand- u. Maschinen-Stickereien.**  
 Specialitäten:  
 Lieferung oder nur Sticken ganzer Aussteuern.  
 Grosse Auswahl in Mouchoirs.  
 Gestickte Roben jeglichen Genres.  
 Weisse und farbige Vorhänge.  
**A. Lutz**  
 Vadianstr. 19, St. Gallen.

**Sommerpantoffeln mit Schnürsohlen**  
 bestens assortirt, von 80 Ct. die Espadrilles und Fr. 1 50 bis Fr. 2 50 die Pantoffeln mit starkem Contrefort. [3928]  
**Breite, schöne Schnürsohlen**  
 Wiederverkäufern Rabatt empfiehlt bestens  
**D. Denzler, Seiler, Zürich,**  
 Sonnenquai 12 und Rennweg 58.

In der Buchhandlung der „Schweizer Frauen-Zeitung“ (Katharinagasse 10) in St. Gallen ist zu beziehen:

**Der schönste Schmuck für jedes Fenster. = Blumentopf-Bekleidungen. =**



Nr. 2 Nr. 3 Nr. 1  
 Nach stylgerechten Vorlagen in 4-12 Farben auf starken Carton gedruckt.  
 Preis per Stück 50 Cts. und höher.  
 Bis jetzt erschienen: Nr. 1 Aegyptisches Muster, Nr. 2 Japanisches Muster, Nr. 3 Ebt. antikes Delter Porzellan-Muster.  
 Die Blumentopf-Bekleidungen sind fertig zum Zusammenkleben aufgestanzt und können sofort in Gebrauch genommen werden. [3444]

**Die Buchhandlung der „Schweizer Frauen-Zeitung“**  
 versendet auf Bestellung:

**Banze, Angela, Der Zauber des Fleisses.** Die Kunst, mit wenig Mitteln eine geschmackvolle Toilette herzustellen, nebst Anleitung zum Schnittzeichnen. Mit 16 Holzschnitten, 28 Tafeln und einer Reduktionstabelle. Eleg. gebunden Fr. 6. 70.  
**Otto, Louise, Der Genius der Menschheit.** Frauenwirken im Dienst der Humanität. Eine Gabe für Frauen und Mädchen. Eleg. gebunden Fr. 6. 70.  
**Otto, Louise, Der Genius des Hauses.** Eine Gabe für Frauen und Mädchen. Inhalt: Der Genius des Hauses — Ein liebendes Herz — Idealismus und Realismus — Das Streben nach Schönheit — Geselligkeit und Einsamkeit — Die Familie — Die Jungfrau — Die Braut — Die Gattin — Die Mutter — etc. etc. Eleg. gebunden Fr. 6. 70.  
**Herzog, Dr. Herm., Diätetik für Frauen.** Belehrungen über die naturgemässe Lebensweise im gesunden und kranken Zustande. Mit besonderer Rücksicht auf die physiologischen Phasen des Weibes. Eleg. gebunden Fr. 6. 70.  
**Herzog, Dr. Herm., und Prof. K. Schiller, Das Kind.** Anleitung zur rationellen physischen Erziehungsweise und Winke zur Entfaltung des Seelenlebens der Kinder. Für Mütter und ihre erziehenden Stellvertreterinnen. Eleg. gebunden Fr. 6. 70.

**Waschmaschinen.**  
**Schnellwaschmaschinen** für Hotels, grössere Anstalten und für den **Familiengebrauch** in 8 Grössen.  
**Dampfwasch-Kessel** mit und ohne Herde, ebenfalls in 8 Grössen.  
**Auswindmaschinen, Waschwiegen, Mangeln, Trockenständer,**  
 offerirt billig in bester Ausführung u. Konstruktion  
**C. T. Amsler,**  
**Apparaten-Werkstätte in Feuerthalen bei Schaffhausen.**  
 Dépôts in verschiedenen Städten. Illustrierte Prospekte gratis! [4257]

**Frucht- und Gemüse-Pressen mit Seihern.**  
 [4296] Bestellungen auf die an der Kochkunst-Ausstellung in Zürich als sehr praktisch befundenen, kleinen Handpressen (Preis Fr. 5) nimmt entgegen die Expedition der „Schweizer Frauen-Zeitung“ in St. Gallen. Muster-Exemplare sind im Offerten-Bureau, Katharinengasse Nr. 10, zu Jedermanns Prüfung aufgelegt.

[3275] Ohne Berufstörung sind selbst die hartneckigsten und veraltetsten Verdauungskrankheiten nebst Folgeleiden nach langjährig bewährter Methode mit unschädlichen Mitteln heilbar, dies zeigt die Broschüre „**Magen-Darmkatarrh**“ welche gegen vorherige Einsendung von 30 Rp. versandt wird von der Poliklinik in Heide (Holstein), Osterweide.  
**BAZAR MODENWELT**  
 S. 80 franko Fr. 2  
**J. Wirz, Buchhandl., Grüningen.**

**Gestickte Roben,**  
 sowie alle Arten  
**Hand- u. Maschinen-Stickereien,**  
 liefert Unterzeichneter in eigenem Fabrikat unter billigster Berechnung. Auch wird bei Zusendung von 4,30 m. Stoff jede beliebige Maschinen-Stickerei in **Seide, Garn** etc. sofort ausgeführt. Eine grosse Auswahl Muster steht jederzeit zur gefälligen Einsicht bereit. [3695]  
**R. Klee-Hohl, Broderies, Heiden.**

[4326] Eine junge Tochter aus guter Familie, welche Lust hat, die französische Sprache zu lernen und sich gleichzeitig in den Hausgeschäften und im Bedienen eines Spezereladens auszubilden, findet bei angenehmem Familienleben freundliche und kostenfreie Aufnahme. Referenzen von früheren Inhaberinnen dieser Stellung werden geboten. Offerten sind einzusenden an **Madame Ryf-Sollberger, Magasin d'Epicerie, Locle.**

**Haushaltungsschule Bischofszell.**  
 Beginn des nächsten Vierteljahrskurses (H548G) den 4. Oktober. [4329]

**Bernerleinwand**  
 für Hemden, Leintücher, Kissenanzüge, Tischtücher, Servietten, Taschentücher, Hand- und Küchentücher etc. wird in beliebigen Quantitäten abgegeben von [3758] **Walther Gygas, Fabrikant in Bleienbach bei Langenthal.**  
 Muster stehen zu Diensten!

**Erste Waschmaschinen-Fabrik von G. Leberer in Töss.**  
**Die praktische Dampf-Waschmaschine**  
 [4265] (System Pearson).  
 Die beste Stütze der Hausfrau. Spart Zeit, Seife und Brennstoff. Schont die Wäsche. Auf jeden Herd passend. Preis: in Glanzblech Fr. 40, 50, 60, in Kupfer Fr. 80, 90, 100.

**Wasserdichte Bettelagen**  
 aus Rosshaar, mit Wasserbehälter von Gummi, für Kinder u. Erwachsene, welche an Bettmässen leiden, fabrizirt von der Firma **Fr. Mausser in Nürnberg**, sind zu beziehen in drei Grössen à Fr. 4, — Fr. 6 50 und Fr. 9, — aus der [4126] **Apotheke z. Klopfer, Schaffhausen.**

[4001] **MACK'S DOPPEL STÄRKE**  
 Gibt die schönste Wäsche.  
 Alleiniger Fabrikant **H. MACK in ULM**

**Kinderstrümpfe, gerippt, oh. Naht, Frauenstrümpfe, glatt u. gerippt, Herrensocken,** [4296] fertigt auf Bestellungen schnellst und billigst und hält stets Vorrath  
**Louise Schällibaum-Gachnang, Wattwil (Toggenburg).**

Viele Arten in Schuss-Hieb-Stich-Waffen  
 Preislisten gratis.  
**Hippolit Mehles, Waffenfabrik Berlin W., Friedrichstrasse 159.** (971P)

Offertenblatt gratis versandt an Handlungen der Schweiz. Inserate à 25 Cts. [3873] Verlag in Grüningen (Zürich).

[4108] **FASSHANNEN**  
 Schon gold billiger als alle anderen  
**ADOLF VÖGLER FASSHANNENFABRIK ROHRDORF AARGAU.**