Zeitschrift: Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift

Herausgeber: Pestalozzigesellschaft Zürich

Band: 33 (1929-1930)

Heft: 13

Rubrik: Aerztlicher Ratgeber

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: 29.07.2025

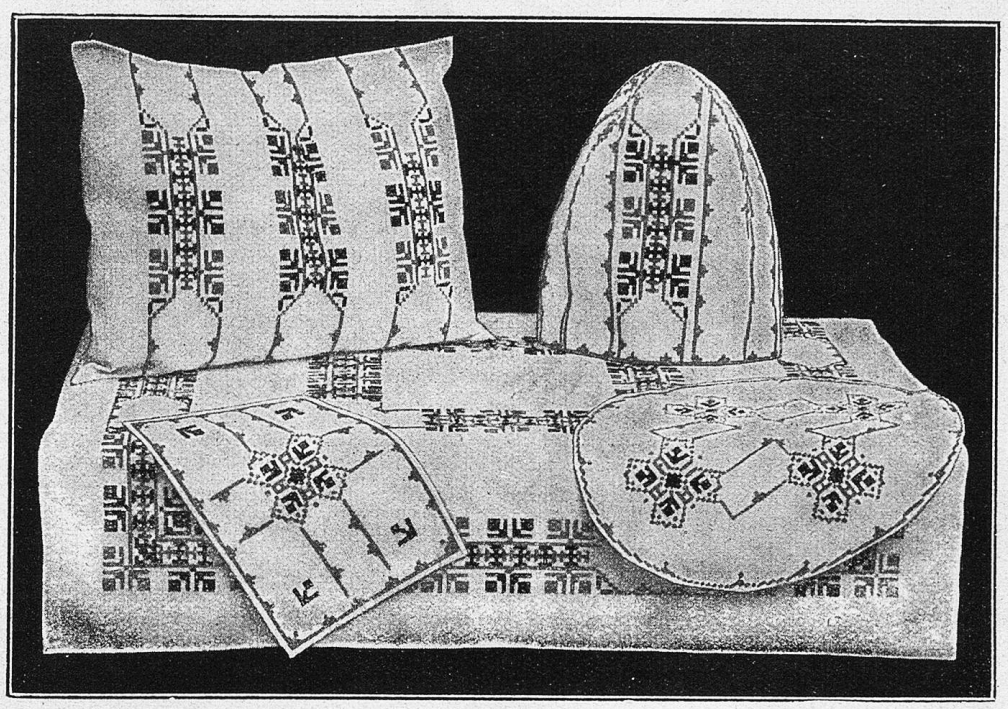
ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Weibliche Handarbeiten.

Kissen, Kaffeewärmer, Theedecken und diverse Sachen werden auf weißem Aidastoff in Kreuzstich gearbeitet.

Die Teedecke kann nach beliebigem Maß gemacht werden, da das Muster sich stets wiederholt. Das Muster wird in Coton Perlé H. C. Nr. 5, in den Farben gelb (Nr. 495) und schwarz (Nr. 408) ausgeführt. Der Stoff ist 170 cm breit und kostet Fr. 12.—, das Muster Fr. 2.— und das Garn Fr. —.35 pro Strange.

Zu beziehen vom Handarbeitsgeschäft E. Gutknecht, Talacker 11, Zürich 1.



Aerztlicher Ratgeber.

Gefahren der Rohkost.

Die Rohkost ist Mode geworden. Sie wird für Gesunde und Kranke empfohlen und angewendet, und es wird nicht bedacht, daß durch den unvernünftigen Genuß auch Schaden entstehen kann. Dr. Weiß in Bad Schirke i. Harz warnt daher vor einer allzu ausgiebigen und weitherzigen Verwendung der Rohkost.

Über den Wert der Rohkost als allgemeines Nahrungsmittel lauten die Ansichten einstimmig ablehnend, wobei nicht nur der hohe Preis der Rohkosternährung, sondern auch die Kalorienarmut und die Einförmigkeit der Kost mitsprechen. Bei Kranken sieht man durch den Gebrauch der Rohkostdiät nicht so selten Schädigungen. Diese betreffen hauptsächlich den Darm, weil die Rohkost eine Grobkost ist und der Reiz dieser von vielen Patienten mit empfindlichem Darm nicht vertragen und bald zu Verdauungsstörungen führt. Auch leiden viele Herzkranke unter der Rohkost, bei welchen die durch die Rohkost hervorgerufenen Blähungen durch den Zwerchfellhochstand sogar zu Atemnot führen können.

Bücherschau.

Verena Conzett: Erlebtes und Erstrebtes. Erinnerungen einer werktätigen Frau. Fr. 11.30. Verlag Grethlein u. Co., Zürich und Leipzig.

Eine der bekannten Schweizer Vorkämpferinnen für die soziale Bewegung schildert in diesen Erinnerungen in liebevoller Kleinmalerei ihren allmählichen mühevollen Aufstieg von kleinsten Anfängen her über härteste Entbehrungen und Kämpfe in der Jugend bis zur Verklärung eines gesegneten Alters. Im Schatten der Armut aufgewachsen, entwickelt sich schon im Kinde in der Sorge um die Familie ein starkes Verantwortungsgefühl. Die politischen Erinnerungen bilden einen äußerst interessanten Teil des Lebensbuches. Auch in den geschäftlichen Unternehmungen ihres Gatten war sie ihm eine treue Hilfe. Aber das Schicksal holte zu härtestem Schlage aus. Ihrem Gatten und ihren Kindern zu Ehren hat Verena Conzett ihr Lebensbuch geschrieben; ihr vorbildlich tapferes, siegreiches Wesen leuchtet darin. Bücher dieser Art haben einen besonderen Wert und eine Kraft, die ausstrahlt über des eigenen Lebens Grenzen.

Das Lieblingsbuch der Schweizer Jugend: **Der Pestalozzi-Kalender.** Zwei Teile und Ausgaben für Schüler und Schülerinnen. Preis Fr. 2.90. Verlag Kaiser u. Co. A.-G., Bern.

Der 23. Jahrgang des Pestalozzi-Kalenders bringt des Neuen die Fülle und weist doch wiederum alle die Vorzüge auf, welche dieses Jahrbuch der Jugend seit je auszeichnen und seine unerschütterliche Beliebtheit begründet haben.