

Zeitschrift: Schweizer Frauen-Zeitung : Blätter für den häuslichen Kreis
Band: 2 (1880)
Heft: 25

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: 17.05.2025

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

Schweizer Frauen-Zeitung.

Zweiter Jahrgang.

**Abonnement:**

Bei Franko-Zustellung per Post:
 Jährlich Fr. 2. 70
 Halbjährlich " 3. —
 Vierteljährlich " 1. 50
 Ausland mit Zuschlag des Porto.

Korrespondenzen

und Beiträge in den Text sind
 gefälligst an die Redaktion der
 "Schweizer Frauen-Zeitung" in
 St. Gallen zu adressiren.

Redaktion

eines im Stillen wirkenden gemein-
 nützigen Frauenkreises.

Insertion:

15 Centimes per einpaltige Zeile.
 Bei Wiederholungen Rabatt.

Die "Schweizer Frauen-Zeitung"
 erscheint jeden Samstag.

Publikationen

beliebe man franko einzusenden an
 die Expedition der "Schweizer Frauen-
 Zeitung" in St. Gallen.

Verlag und Expedition

von Altwegg & Weber 3. Treuburg
 in St. Gallen.

St. Gallen.

Motto: Stets strebe zum Ganzen; — und kannst Du ein Ganzes nicht sein,
 So schliesse als williges Glied dienend dem Ganzen Dich an.

Samstag, den 19. Juni.

Mit Juli beginnt das zweite Se-
 mester oder **dritte Quartal** der
 „Schweizer Frauen-Zeitung“.

Neu eintretende Abonnentinnen erhalten das
 Blatt bis Juli gratis, also ohne Nachzahlung.
 Dasselbe kommt jeden Samstag Morgen zur
 Versendung, so daß bis Sonntag — mit wenig
 Ausnahmen — alle Besteller im Besitze der
 Zeitung sind.

Die Gebiegenheit und Reichhaltigkeit dieses
 Blattes ist bereits hinlänglich bekannt, ebenso
 der geringe Abonnementspreis von Fr. 1. 50
 per Quartal; wir dürfen also wohl auch dies-
 mal einen tüchtigen Zuwachs von Abonnentinnen
 erwarten.

Ebenso wie die Redaktion bestrebt sein wird,
 nur wirklich Gutes zu bringen, erwarten wir
 auch von Freunden und Gönnern der Zeitung,
 daß sie nach Möglichkeit dazu beitragen, den
 Leserkreis vermehren zu helfen.

Die Expedition

der „Schweizer Frauen-Zeitung“.

Leibes-Bewegung.

Der Mensch ist nicht zum Stillstehen geboren:
 das zeigt der gesamte Bau seines Körpers. Zur
 Erhaltung oder Wiederherstellung der Gesundheit trägt
 die Bewegung sehr wesentlich bei. Alle Menschen,
 welche sich zu wenig bewegen, werden nach und nach
 krank, und Niemand, welcher seine Gesundheit auf
 diese Weise verlor, darf erwarten, sie durch fort-
 gesetztes Stillstehen wieder zu erlangen.

Der Hypochondrist, welcher, von wahren oder
 eingebildeten Sorgen gequält, hinter dem Studir-
 tische oder an einer wohlbesetzten Tafel Gefahr läuft,
 einer unheilbaren Geisteskrankheit zu verfallen, kann
 oft allein nur durch regelmäßige Bewegung in freier
 Luft, eine Fußreise zc. hergestellt werden, während,
 bei einer fortgesetzten sitzenden Lebensweise, alle andern
 Mittel vergebens sind. Man vergleiche seinen Appetit
 und seine Laune nach lange andauerndem Sitzen mit
 denen nach einem Spaziergange und man wird nicht
 mehr daran zweifeln, daß ein solcher, täglich wieder-

holt, auf die Gesundheit des Körpers und Geistes
 den wohlthätigsten Einfluß ausüben müsse.

Alle Krankheiten, welche zum Theil aus Störun-
 gen in den verschiedenen Organen hervörühren, als
 Gicht, Unverdaulichkeit, Gelbsucht und andere Leber-
 krankheiten zc. können nur mit Hilfe der Bewegung
 geheilt werden, und wo aktive Bewegung nicht mög-
 lich ist (wie bei Gichtkranken) muß passive Bewegung
 als Fahren, Reiten, Kneten, Reiben u. dgl. an deren
 Stelle treten.

Die wohlfeilste und gesündeste Bewegung ist das
 Gehen. Sie erwärmt die Füße und macht den
 Kopf leicht; sie befördert die Verdauung und Aus-
 leerungen und bewirkt eine Beschleunigung aller Ver-
 richtungen der plastischen Funktionen.

Anstrengender sind das Tanzen, Turnen und
 Schwimmen, und daher für Kinder und junge Leute
 zu empfehlen, wenn sie nicht übermäßig geübt wer-
 den. Scrophulöse und Nchritische sollten diese Uebun-
 gen unter der Aufsicht eines sachverständigen Mannes
 als Kur gebrauchen. Älteren und schwachen Per-
 sonen sind, nächst angemessenen Spaziergängen, das
 Reiten und Fahren zu empfehlen; doch ist das
 Gehen immer vorzuziehen, da es die Circulation in
 den Extremitäten am besten herstellt und sämtliche
 Theile des Organismus in Bewegung setzt.

Um das Gehen möglichst heilsam zu machen,
 beobachte man folgende Regeln:

1) Man gehe anfangs langsam, beschleunige nach
 und nach seine Schritte und gehe allmählig gegen das
 Ende seines Spazierganges wieder zu einer lang-
 sameren Bewegung über.

2) Für die Spaziergänge wähle man diejenigen
 Plätze, welche die reinste Luft und die größte Ab-
 wechselung bieten. Sind Berge oder Anhöhen vor-
 handen, so benutze man abwechselnd diese, es wäre
 denn, daß Augenkrankheiten, Lähmungen u. dgl.
 das Steigen als unratksam erscheinen lassen.

3) Das Gehen im Freien sollte täglich und zu
 allen Jahreszeiten Statt finden; nur richte man sich
 mit der Kleidung nach der Temperatur der Luft
 und trage bei nassem Wetter feste und warme Fuß-
 bekleidung. Welcher Art die Kleidung sein soll, das
 hängt sehr von der Körperbeschaffenheit des Kranken
 ab. So viel als möglich hüte man sich vor dicken
 Kleidern, Pelzen zc., welche weder die Transpiration
 heraus, noch die Luft hinein lassen. Je mehr der
 Körper mit derselben in Berührung bleibt, desto
 besser ist es; doch muß dies nicht bis zur Erkäl-
 tung getrieben werden. Ohne Nutzen und immer

schädlich sind enge Kleider und Schnürleiber. Gegen
 letztere ist schon so viel geschrieben worden, daß wir
 uns hier wohl die Mühe ersparen können, es zu
 wiederholen. Wer nicht so viel Verstand hat, diese
 Verkrüppelungsmaschinen abzulegen, wird schwerlich
 Verstand genug haben, sich zu einer naturgemäßen
 Lebensweise zu entschließen. — Was schon über die
 Kleider gesagt worden, gilt natürlich auch von den
 Betten.

4) Ist das Wetter schlecht und stürmisch, so mache
 man sich Bewegung unter Dach und Fach, der männ-
 liche Theil habe Holz, trage dasselbe die Treppen
 hinauf, oder suche sich sonst eine ähnliche Beschäf-
 tigung zu machen; dem Frauenvolk stehen in diesem
 Falle eine ganze Auswahl von Bewegungsarten zu
 Gebote. Ist es jedoch irgend möglich, so gehe man
 lieber in's Freie, denn, wenn da die Luft auch nicht
 ganz zureichend ist, so ist sie im Hause entschieden
 noch weniger zuträglich.

5) Das Lesen oder Rauchen während des Gehens
 ist schädlich; um die Zeit angenehmer hinzubringen,
 suche man sich lieber einen guten Gesellschafter.
 Die Arme sollen sich frei bewegen, weßhalb auch das
 Stricken, wie es viele Frauen beim Spazierengehen
 treiben, sehr nachtheilig ist. Durch das Anliegen
 der Arme ist die Erweiterung der Lungen gehemmt
 und andererseits wird das Nervensystem, so un-
 bedeutend diese Beschäftigung erscheint, doch in außer-
 ordentlicher Weise in Anspruch genommen. Wenn
 also Erholung nöthig ist, dann weg mit der „Zis-
 meten“, oder der Zweck wird nicht erreicht; jede
 andere Bewegung ist als zuträglich zu empfehlen.
 Aufregung oder Erhitzung ist schädlich und soll auch
 die Behandlung sehr abstrakter Gegenstände vermieden
 werden.

6) Kurz vor und unmittelbar nach einer Mahl-
 zeit muß man sich nur langsam bewegen. Sehr
 schwache Personen mögen nach der Mittagsmahlzeit
 eine halbe Stunde ruhen, nicht aber schlafen, was
 bei den meisten Menschen, namentlich Hypochondristen,
 entschiedene Nachtheile hat. Im Uebrigen wird die
 Tageszeit zu den regelmäßigen Spaziergängen theils
 durch die Jahreszeiten, theils durch die Beschäf-
 tigungen des Kranken zu bestimmen sein. In der
 warmen Jahreszeit gehe man nie im Sonnenschein,
 in der kalten nicht bei starkem Winde, suche jedoch
 die gewohnten Stunden so viel als möglich einzu-
 halten. Bewegung vor und nach dem Essen, sowie
 vor dem Schlafengehen ist immerhin als allgemeine
 Regel anzurathen.

7) Vor dem Anfange eines Ganges, am Ende desselben und wenn derselbe länger andauert, während desselben ein Glas gutes Wasser zu trinken, darf nicht unterlassen werden.

8) Nach einer anhaltenden Körperbewegung nehme man nicht gleich geistige Arbeiten vor, sondern einiges Ausruhen ist unbedingt nötig.

9) Wie sehr das Reiben und Kneten des Körpers zur Wiederherstellung der Gesundheit beitragen kann, davon hat nur derjenige Leser einen Begriff, welcher langwierige, gichtische, rheumatische und scrophulöse Lähmungen fast ausschließlich durch dasselbe heilen sah. Bei den Alten gehörten die Reibungen mit oder ohne Öl oder Wasser zu den täglichen Lebensbedürfnissen als Mittel zur Erhaltung der Gesundheit. Bei den Pferden wenden wir sie regelmäßig ein bis zwei Mal täglich an, da wir recht wohl wissen, daß diese Reibungen zur Erhaltung ihrer Gesundheit und Schönheit unentbehrlich sind; wir Menschen aber pugen nur an den sichtbaren Theilen, dem Gesicht und den Händen herum und überlassen den bei Weitem größten Theil unseres Körpers, die Millionen von Schweiss- und Fettdrüsen und die zahllosen Blutgefäße und Nervenenden der Haut ihrem Schicksal, ohne zu bedenken, daß eine Vernachlässigung, welche dem Pferde schadet, unmöglich dem Menschen zum Vortheil gereichen könne. Wer also nicht gehen kann, der vernachlässigt am allerwenigsten die täglichen Reibungen, sei es, daß er sie selbst vornehme, oder durch Andere besorgen lasse. Die Hautatmung, der Blutumlauf und die Verrichtungen der Verdauungsorgane erfahren dadurch den günstigsten Einfluß und wirken somit auf Beseitigung von Störungen, Entfernung von Krankheitsstoffen und Belebung des ganzen Systems mächtig ein.

Ueber Kochschulen und Haushaltungskunde.

(Fortsetzung.)

Nothwendigkeit des Wassers und nicht nährender Bestandtheile.

Die wichtige Stelle, welche das Wasser in der Ernährung des Körpers einnimmt, wird uns verständlich, wenn wir bedenken, daß der Körper zu Zwei-Drittel seiner festen Substanz und zu Neun-Zehntel seiner Blutmenge aus Wasser besteht. Es fällt ihm die Aufgabe zu, die Verdauung zu unterstützen und die Nahrungsmittel zu vertheilen und so die Ausscheidung der dem Körper unbrauchbaren Bestandtheile zu fördern. Alle Fleischspeisen enthalten mehr oder weniger Wasser und alle fongentrichen oder getrockneten Nahrungsmittel sollten mit reichlichem Zusatz von Wasser gekocht werden. Suppen und gedämpfte Fleischspeisen, die außerordentlich gesund sind, enthalten gewöhnlich drei Vierteltheile Wasser. Außer dem Wasser bedarf eine gesunde Nahrung einer bedeutenden Menge nicht nährender Bestandtheile. Ist die Nahrung zu sehr konzentriert, oder besteht ganz und gar aus nährenden Bestandtheilen, so kann sie die natürliche und gesunde Thätigkeit der Verdauungsorgane nicht aufrecht erhalten; eine gewisse Menge Füllmaterial ist unentbehrlich.

Die holzartigen Fasern der Vegetabilien und die Kleie oder Hülsen der Cerealien sind Füllmaterial; sie werden im Körper nicht verarbeitet, sondern dienen lediglich, um die Nahrung weniger kompakt zu machen und erleichtern so ihre Vermischung mit dem Magen-saft. Der Reiz, welchen sie auf die Eingeweide ausüben, befördert die Ausscheidung der unbrauchbaren Theile aus dem Körper.

Diejenigen Nahrungsmittel, welche eine gesunde Menge dieses Füllmaterials enthalten, sind z. B. Brod aus ungegohrtem Mehl, Roggen- und Kornmehl, frisches Obst und Vegetabilien. Nur aus nachhaften Theilen zusammengesetzt sind: Eier, Milch, Fleisch und feines Weizenmehl. Ihre Wirkung ist eine verstopfende.

Gewürze und Reizmittel.

Der Werth aller Gewürze, das Salz ausgenommen, als Zusatz der Speisen besteht in der den Appetit be-

lebenden und die Verdauungsorgane anregenden Wirkung. Da Beides, der Appetit wie die Verdauung, bei jungen Leuten in der Regel normal ist, sollte im Gebrauch von Gewürzen sparsam verfahren werden. Das Salz dagegen ist der Gesundheit unentbehrlich und muß den Anforderungen eines gesunden Appetites entsprechend angewendet werden. Ein kräftiger Züngling bedarf täglich etwa ein Loth Salz unter seiner Nahrung.

Alle Spirituosen sind dem Wachsthum entschieden nachtheilig, weil sie den Vorgang des Stoffwechsels verzögern. Nur bei entchiedener Körperchwäche können sie als Reizmittel von Werth sein.

Die Wirkung von Thee und Kaffee.

Die Einwirkung von Thee und Kaffee auf den Organismus ist eine vielfach besprochene Frage. Die besten Autoritäten stimmen darin überein, daß diese beiden angenehmen Getränke, mäßig genossen, einen anregenden und „festigenden“ Einfluß üben, d. h. sie verzögern den Verdauungsprozeß in der Weise, daß der Hunger weniger fühlbar wird und auch bei harter Arbeit ein gewisses Gefühl von Kraft erhalten bleibt. In der Jugend sollte das Uebergehen der Nahrung in gesundes Blut nie verzögert und durch die Speisen so viel Kräfte zugeführt werden, um allen Bedürfnissen des Körpers zu genügen. Die Einflüsse von Thee und Kaffee sind also nicht wünschenswerth.

Nahrungswerth von Cacao und Chokolade.

Cacao und Chokolade wirken in ähnlicher Weise anregend: allein sie enthalten so viel Fett und nährrende Bestandtheile, daß ihr mäßiger Genuß der Jugend weniger schadet, als Thee und Kaffee.

Die Milch als Nahrungsmittel.

Das angemessenste Getränk für die Jugend ist mäßig kaltes Wasser und viele süße reine Milch.

Die in England von Dr. Ferguson, dem Inspektor der Fabriken, angestellten Versuche haben dargelegt, daß im Alter von 13—16 Jahren die Kinder viermal so schnell wachsen und erstarken, wenn sie zum Frühstück und Abends Milch trinken, als bei dem Genuß von starkem Kaffee oder Thee. Mit reichlich Milch, etwa ein Quart im Tage, und genug Brod dazu, ist jedes Kind gut ernährt. Nach zurückgelegtem siebenten Jahre sodann bietet ihm eine gesunde Hausmannskost die angenehmste Ernährungsweise.

Richtige Temperatur des Essens.

Die Temperatur, in der gekochte Speisen dem Magen zugeführt werden sollten, um die Verdauung nicht zu stören, beträgt etwa 100° Fahrenheit. Ehe die Nahrung nicht bis zu dieser Höhe erwärmt ist, kann sie nicht verdaut werden. Ist eine solche Wärme nicht künstlich hervorgerufen, ehe der Magen die Speisen aufnimmt, so muß dieses Organ sie ihnen verleihen. Hierauf gründet sich auch der nachtheilige Einfluß sehr kalten Wassers auf die Verdauung. Zu große Hitze der Speisen ist ebenfalls schädlich, indem sie den Magen reizt und schwächt und zugleich die Zähne verdirbt.

Abwechslung in der Nahrung als Erforderniß der Gesundheit.

Einförmigkeit der Diät ist zu vermeiden, weil alsdann nicht die Nahrungsbestandtheile zugeführt werden, welche für die Gesundheit nötig sind; dagegen sollte das Verlangen nach neuen oder außergewöhnlichen Nahrungsmitteln streng aber gültig im Zaum gehalten werden, wenn nicht eine physische Anlage das momentane Nachgeben erfordert. Weil die gleichmäßige und angemessene Ernährung des Körpers die Ausbildung des Geistes und Charakters beeinflusst, so muß der Auswahl der Speisen die äußerste Sorgfalt gewidmet werden; und wo die Lebenskraft nur im geringsten geschwächt erscheint, muß man alsbald suchen, den Appetit zu wecken.

Eine gesunde und reichliche Abwechslung der Speisen kann fast in jedem zivilisirten Orte erreicht werden. Gedämpfte und gebratene Fleisch, Geflügel und Fisch, selbstverständlich so bereitet, daß sie ihre natürlichen Kräfte behalten, Reis, Macaroni, Eier (letzte vorzüglich weich gekocht), Milch und Zuder sind überall gesunde und gewöhnliche Nahrungs-

mittel. Alles Kernobst ist sehr gesund, besonders Äpfel, Birnen, Trauben und Beeren. Alle saftigen Gemüse, wie Kartoffeln, Spinat, Grünkorn, Zwiebeln, Sellerie, Salat, Carotten, Erbsen zc. sind gesund; Sago, Arrowroot und Tapioca haben geringen Werth, wenn sie nicht mit viel Milch bereitet sind. Nur in Krankheiten, wo eine leichte, einfache Kost das geringe Nahrungsbedürfniß des Körpers befriedigen soll, ist ihre Verwendung zu empfehlen.

(Fortsetzung folgt.)

Die Rose,

deren Kultur und besondere Eigenschaften.

(Schluß.)

Das Rosen-Öl, welches meistens aus der hundertblättrigen Sorte gezogen wird, ist ein gelblich-weißes, krystallisirendes Öl, das wegen seines durchdringenden Rosengeruchs zu den kostbarsten Parfümerien gehört. In mehreren Gegenden Klein-Asiens und Syriens, in Egypten, auf verschiedenen Inseln des Archipels, besonders aber in Persien wird mit diesem Öle ein bedeutender Handel getrieben. Gewöhnlich wird es aus destillirtem Rosenwasser genommen; das einfachste Verfahren ist aber folgendes: man schüttet die Rosenblätter in ein mit Wasser gefülltes Gefäß und setzt sie der Sonne aus. Die bald obenauf schwimmenden Oeltheilchen sammelt man sorgfältig mit ganz reiner Baumwolle, die man sogleich wieder in ganz kleine Fäächchen ausdrückt, worauf man dann letztere hermetisch verschließt. Häufig wird es aus dem Rosenholz-Öl, das aus dem Rosenholze genommen wird, verfälscht.

Rosen-Konfekte, Rosen-Liqueure u. s. w. übergehend, erwähnen wir nur noch, daß zu vielen wohlriechenden Essenzen, Pomaden, Pulvern u. dgl., zum Parfümiren, als Schönheitsmittel und selbst zur Reinigung der Zähne Rosen benutzt werden. Auch zu Kräuterkissen werden Rosenblätter verwendet. Daß Rosenblätter in die Waschküchle gelegt werden, um dem Weißzeuge einen angenehmen Geruch mitzutheilen, ist bekannt.

Noch zwei wirtschaftlicher Benutzungen müssen wir erwähnen, nämlich die der grünen Blätter zu Thee und die der Hagebutten zu Suppen und Brühen. Zu erstem Zwecke nimmt man vorzüglich die Blätter der Weinrose, welche einen sehr angenehmen Geruch haben, und die Hagebutten benutzt man von der Heckenrose. Letztere werden gewöhnlich in zwei Theile geschnitten, von den Kernen befreit und dann an der Sonne und zuletzt noch etwas auf dem Ofen oder Herde getrocknet.

In Italien endlich machen sich die Damen Hals- und Armbänder mittelst einem Zeige, der aus abgeblühten Rosen, Lavendel, Myrrhen und Weidenwurz bereitet wird. — Diesen Zeig trocknen sie auch, verwandeln ihn in feines Pulver, bestreuen sich damit die Haut und spülen dann wieder mit frischem Wasser ab. — Die zu den bekannten Paternoster- oder Rosenkränzen und andern Zierwerke unter dem Namen eines türkischen Fabrikates in Frankreich verkauften Pastilles du Serail, welche sich auf unsern Messen zeigen, sind aus Rosenblättern, besonders von der Monatsrose bereitet, welche zu Pulver gestoßen, mit flüssigem Gummi gemengt, in der Hand zu einem Zeige geknetet wird; damit die Masse schwarz gefärbt erscheint, wird gebranntes Eisenbein beigemischt. Diesen Zeig modellirt man entweder aus freier Hand oder in eigenen Formen und trocknet ihn an der Sonne oder auf dem nicht zu heißen Ofen, bis er hart genug ist, um in Gold oder Silber gefaßt zu werden. Einen Begriff über die Anzahl dieser Fabrikate mag sich jeder Leser selbst machen, wenn man annimmt, daß dieselben über die ganze Erde verbreitet sind.

Kurz, wir würden noch lange nicht fertig, wollten wir alle die Anwendungen aufzählen, zu denen der Wohlgeruch der Rose geführt, und lasse man uns daher schließen.

* * *

Strahlende Königin, Du, der Blumen, sage: wie herrschst Du?
Durch die farbige Pracht, welche die Blätter bestrahlt?
Durch den mildern Kelch, der sanft geöffnet erblüht?
Durch den süßern Duft, der uns so magisch umweht?
„Nicht durch Einzelnes herrsch' ich, es ist die Einheit der Farben,
Einheit der innern Kraft, die mich zur Königin macht“
(Franz Horn, über die Hundstüblerblüthe.)

Die Rose als Topf-Pflanze.

Bei Topfpflanzen ist folgende Erdmischung zu empfehlen: 3 Theile Maulwurfserde von schwarz-bodigen Wiesen oder alten grünen Rainen, 2 Theile Weiden-, Eichen- oder Waldbäulerde, 2 Theile alte Düngergesteine von Schafen oder Kühen, 1 Theil feiner Sand und 1 Theil feingesiebte alte Lehmwand; dazu kommt noch auf den Boden des Topfes eine zollhohe Lage körnigen Flussandes zur Vermeidung jedes Morastansatzes im Boden.

Anfangs März müssen die Topfrosen verpflanzt und dabei verschnitten werden und nach der ersten gewöhnlich sehr reichen Blüthe thut man wohl, sämtliche Blumenstängel mit 3 Blättern abzuschneiden.

Alle Topfrosen gewinnen bedeutend an Frische und Leben, wenn man sie im Sommer mit den Töpfen in freie Erde eingraben läßt, oder dies wenigstens alle zwei Jahre thut.

Zu den schlimmsten Feinden der Rose gehören die grünen Blattläuse. Als Mittel gegen sie bringt man bei frei im Lande oder in Töpfen stehenden Rosen eine angemessene Quantität Fischthran; bei Töpfen genügen ein paar Tropfen, unmittelbar unter die Stöcke auf die Erde gegossen. Mit einer feinen langborstigen Bürste oder einem Pinsel streicht man das Ungeziefer leicht ab; mit Tabaksrauch kann man sie nur dann vertreiben, wenn es in einem engerschlossenen Raume, z. B. in einem Glaskasten, geschieht. — Die sogenannten Schlaf- oder Rosen-äpfel werden durch die Gallwespe hervorgebracht, welche die grünen Zweige anfrisst und dann ihre Eier in die gemachte Wunde legt, worauf dann allmählig diese Stelle zu jenem runden, wie mit Haaren oder Moos bedeckten Körper anschwillt.

Es nagt der Wurm des Frühlings Kinder an,
Zu oft noch eh' die Knospe sich erschließt,
Und in der Früh' und frühem Thau der Jugend
Ist gift'ger Anhauch am gefährlichsten.
Sei denn behutsam!
Selbst Tugend nicht entgeht Verleumdern-Tüden.
(Shakespeare.)

Um den Frauen und Töchtern zu beweisen, wie sehr die Männer (d. h. die verständigen) es begrüßen würden, wenn solche Einfachheit beim weiblichen Geschlechte an die Stelle von Modethorheit und Eitelkeitschere in Kleidung und Auftreten gesetzt würde, lassen wir von verschiedenen an uns gelangten Zuschriften nur eine hier folgen. Der geehrte Herr Korrespondent hat ein um so größeres Anrecht, daß die Frauenwelt seine Worte zu Herzen nehme, indem er als anerkannt tüchtiger Arzt und Menschenfreund aus eigener Erfahrung zu sprechen berufen ist:

Tit.

Im Briefkasten Ihrer letzten Nummer haben Sie einen wunden Fleck der Gesellschaft berührt, der tiefer eingreift, als oberflächlich betrachtet, die meisten glauben. Sie haben mir darin aus der Seele gesprochen und diese Ansicht theilen mit mir ohne Zweifel alle gutgesinnten Männer. Abgesehen davon, daß die heutige Mode und mit ihr die meisten, die über das Einfache hinausgehen, wahrhaft unästhetisch, ja oft geradezu faszinierend und die Anatomie des menschlichen Körpers vollständig auf den Kopf stellen (ich spreche nur von den absurden Absätzen der Schuhe, den entliegenden Rücken und den weipenartigen Taillen), werden die Kleider mit einer Masse von Schleifen, Bändern etc. überladen und der Stoff so arg zerschnitten, daß sie nur einmal und gewöhnlich nur kurze Zeit aushalten, um bei Seite gelegt und verschleudert zu werden, und zwar gewöhnlich den Diensthofen, denn arme Leute würden sich nicht getrauen, und mit Recht, solche Kleider zu tragen, jene aber haben

Freunde an dem Firtelanzug und bringen Einen oft in Verlegenheit, ob man die Dame des Hauses vor sich habe oder aber nicht. Der ökonomische Standpunkt aber ist für den schwachen Hausvater oft geradezu erschreckend und hat, wie ich weiß, schon oft den Ruin herbeigeführt. Ich würde es als einen großen Fortschritt betrachten, wenn die Damen das Beispiel meiner 1. Frau, die darin mit mir ganz übereinstimmt, nachahmen und einfache Kleider von gutem Stoff tragen würden und sich über das Lächeln der Modedamen hinwegsetzen. Ihren Einwand, Modelleider seien für junge Damen notwendig, damit sie dem männlichen Geschlechte sich vorteilhafter präsentieren, lasse ich nur in soweit gelten, als es sich ebenfalls um Modegedanken handelt, ein vernünftiger junger Mann aber wird nicht auf die Kleider, sondern auf den Charakter und die damit zusammenhängenden Vorzüge junger Damen sehen und hat meines Wissens gewöhnlich wohl daran gethan.

Anmerkung der Redaktion. Wir danken Ihnen im Interesse der guten Sache recht sehr für Ihre rege Theilnahme an unseren Bestrebungen. Würden alle Männer nicht nur das Gute denken, sondern auch thätig mitunterstützen, so würde unsere Arbeit eine leichte sein. Ihrer werthen Gattin den Ausdruck unserer besonderen Werthschätzung. Es ist unendlich wohlthuend und erhebt, zu sehen, wie Vorurtheile zum Trost, eine edle Frau grundsätzlich durch Einfachheit in ihrer äußern Erscheinung auf ihre Umgebung veredelnd einzuwirken sucht.

Abgerissene Gedanken.

Jeder lebendige Glaube ist der wahre Ausdruck der geistigen Entwicklung und der Seelenbedürfnisse des Menschen. Nur wenn wir alle gleichzeitig durch eine und dieselbe Schule der Erfahrung gegangen und auf gleicher Stufe der Erkenntnis ständen, wäre eine harmonische Einheit in religiöser Beziehung möglich.

Da dies aber nun leider nicht der Fall ist, so gebieten uns Vernunft und Herz, jede aufrichtige Meinung — und wäre sie auch eine irrige — zu dulden, besonders wenn sie unbeschadet unserer Mitmenschen bestehen kann. Ein gedachter Irrthum ist in Rücksicht auf den, der ihn begibt, gewiß immer einer ungedachten Wahrheit vorzuziehen.

Wir sind Alle dazu berufen, Geschwister und schätzende Genien für einander zu sein.

Freunde haben nur dann einen Werth, wenn sie uns behäuflich sind, bessere und vollkommeneren Menschen zu werden.

Nur wer mit bewährten moralischen Grundtugenden ausgerüstet das Leben lebt, verdient das der Jüngere ihn als Erfahrenen und Weisen hört. Der bloße Umstand allein, daß man früher als Andere auf dem Welttheater erschienen, gibt uns kein Recht, Achtung für unser großes Haupthaar zu fordern; denn sein heißt bei weitem noch nicht Leben.

Das Vertrauen, das wir in Andere setzen, ist das Maß des Vertrauens, das wir selbst verdienen und oft, ja nur zu oft ist das, was wir in einem fremden Herzen zu setzen glauben, der bloße Widerschein dessen, was in dem untrigen vorliegt.

Die Selbsterkenntnis ist nur darum so selten, weil die wenigsten Menschen sie besitzen mögen. Es ist wahr, sie ist ein schwieriges Studium, das man ein halbes Menschenalter hindurch treiben kann, ohne sonderlich an sich selbst erbaunt zu werden.

Briefkasten.

An den bekannten Journalisten und Mitarbeiter hervorragender Schweizerblätter (wie Sie sich in Ihrer Zuschrift an uns vom 9. Juni selbst nennen).

Sie sandten uns in jüngster Zeit ein Exemplar eines größeren Schweizerblattes ein, welches Sie, wie Sie sagen, als Journalist bedienen, mit der „kollegialischen Bitte“, eine darin enthaltene Korrespondenz (Reklame) auch in der „Schweizer Frauen-Zeitung“ zu reproduzieren. Wir sahen uns aus verschiedenen Gründen nicht veranlaßt, diesem Ansuchen zu entsprechen, wogegen Sie sich bemüht haben, sich bitter zu beklagen, daß die überaus frivole Redaktion unseres Blattes Ihrem Wunsch nicht nachgegeben, da doch eine ganze Reihe von Schweizerblättern, worunter solche ersten Ranges, die Reklame mit der größten Bereitwilligkeit abgedruckt hätten. Wir zweifeln nicht im Geringsten, daß dies wirklich der Fall sei und wir hatten uns, auch ohne diesen Zwischenfall, entschlossen, das Reklame-Wesen oder Unwesen unserer Schweizerblätter einer eingehenden Betrachtung zu unterziehen.

Bei der außerordentlichen Ausdehnung, welche das Inseratenwesen in den letzten Jahrzehnten erfahren hat, mußten von denjenigen Inserenten, welche sich dem Publikum in möglichst kurzer Zeit bekannt machen wollten, oft außer-

gewöhnliche Anstrengungen gemacht werden, um zum Ziele zu gelangen. Da in den öffentlichen Anzeigen der Tagesblätter jeder Inserent sein Möglichstes that im Empfehlen und Anpreisen seiner Waaren, so konnte es nicht fehlen, daß das Mittel der Anzeigebücher sehr oft mißbraucht wurde, um das Publikum durch eine möglichst vorteilhafte Annonce anzuziehen, nur um verkaufen zu können, gleichviel ob dasselbe getäuscht werde oder nicht. Hierdurch bildete sich bei einem großen Theile der Leser ein gerechtfertigtes Mißtrauen gegen das Inseratenwesen überhaupt, das von den Inserenten selbst schwer empfunden werden mußte. Man fing an, die verschiedenen Anzeigen mit mißtrauischen, kritischen Augen zu betrachten, denn man wußte ja, daß uns Geld irge d eine Anzeige überall Aufnahme fand und theilweise finden mußte. Diese Verhältnisse brachten es mit sich, daß bei den größeren Blättern Redaktion und Expedition je ein von dem andern unabhängiges Ganze bildeten; daß die Redaktion bloß für den textlichen Inhalt verantwortlich war und daß die Anzeigen unter eine eigene Verwaltung gestellt wurden. Daher der übliche sogenannte Redaktionsstrich am Schluß des textlichen Inhaltes der Blätter, bei welchem angelaut, sehr viele Lesende den Spruch zur Anwendung bringen: Bis hierher und nicht weiter!

Ein spekulativer Kopf flügelte nun heraus, daß Anzeigen, welche gleich unter dem Redaktionsstriche platziert wurden, ungleich mehr Aussicht hätten, gelesen zu werden, als andere und demgemäß mußten auch diese nach doppelter Berechnung bezahlt werden. Lediglich in der Absicht, um das lesende Publikum über den Werth einer Anzeige zu täuschen wurden dieselben zum Ueberflusse auch äußerlich, in der Form und Ausstattung so gehalten, als wären es Mittheilungen der Redaktion und nicht bezahlte Anzeigen gleich den übrigen. Wäre dieses Verfahren dem Publikum durchwegs bekannt, so könnte von einer Täuschung natürlicherweise nicht die Rede sein; so aber wurde und wird auf die Leichtgläubigkeit des Publikums spekulirt. Da nun aber auch dieses Mittel bereits anfängt, seinen Zweck zu verfehlen, so haben strebsame Geister auf dem Gebiete der Reklame ein anderes Verfahren ausfindig gemacht, um das Interesse der Leser in noch weniger verführerischer Weise für ihre Zwecke in Anspruch zu nehmen. Unter dem unschuldigen Titel von „Korrespondenz“ oder „Eingekant“ erscheint in den Spalten eines dienbaren Blattes eine möglichst interessant und glaubwürdig gehaltene Schilderung, Empfehlung oder Anpreisung irgend einer Sache. Ist dies erschienen, so wird das betreffende Exemplar dieses Blattes an möglichst viele andere Blätter eingekant mit der „kollegialischen“ Bitte um gef. Abdruck unter Zusicherung von Gegengeldern. Da es nun viele Geschäfte gibt, welche um keinen Preis eine Reklame für ihre eigene Wirksamkeit in eigener Person bestellen würden, das Mittel aber, die Reklame selbst, nicht verschmähen, so finden sich auch — als eine eigene Klasse von Literaten — willige Herzen und Federn, welche gegen anständige Entschädigung solche Geschäfte besorgen.

Dies ist in Kurzem das Wesen der „Reklame“, welches auch in unserm lieben Schweizerlande bis zum heutigen Tage eine Plage und Kluft erfahren hat, die dem einfachen, biederen Sinn seiner Bewohner geradezu Hohn spricht.

So ist unsere persönliche Ansicht und weil sie es ist, weisen wir Ihr Ansuchen zurück. Unserer Ueberzeugung zu leben, selbst wenn sie gegen die landläufige Ansicht und Gewohnheit sich verstoßt, haben wir ein unbefreitbares Recht und wenn wir uns auch keineswegs über die andern von Ihnen genannten Schweizerblätter erheben wollen, so nehmen wir doch in dieser Frage einen andern Standpunkt ein, denjenigen der Weislichkeit, welcher Recht und Gerechtigkeit niemals geschäftlichen Spekulationen und Vorteilen unterordnet.

Wie wir bereits früher in unserm Blatte bemerken, sind wir stets mit Vergnügen bereit, das wirklich Gute und Vortheilhafte unserer Leserinnen zu empfehlen, wenn wir uns vorerst hievon selbst überzeugen konnten. Es werden aber weder herkömmlicher Gebrauch, noch kollegialische Bitten und pekuniäre Vorteile uns bewegen, von unsern Grundtugenden abzugeben.

Was speziell Ihre „kollegialische“ Bitte anbelangt, die in Ihrer Eingekant als „Schriftsteller“ an uns gerichtet ist, so müssen wir diese uns gütigst zugedachte Ehre dankend und bescheiden ablehnen; denn der Ruhm „bekannte Schriftstellerin“ zu sein, gebührt uns keineswegs; wir sind bloß schlichte, einfache Hausfrau, welcher eifriges Streben und höchste Lebensaufgabe es ist, dem Staate tüchtige Söhne und Töchter zu erziehen, die überzeugungsstreu genug sind, um einem Unrecht energisch entgegenzutreten. Und wenn wir auch, um dieser Aufgabe eher gerecht werden zu können, uns durch das Organ einer Frauenzeitung mit unsern Schwwestern, die unser Streben theilen, verbinden, so sind wir doch nicht so anmaßend, uns, Herr Schriftsteller! Ihre Kollegin nennen zu lassen.

Wir sind überzeugt, daß wir auch auf diesem Felde mit unserer Ansicht nicht vereinzelt dastehen werden. Mehr Wahrheit also und weniger Reklame!

Hrn. B. in Anseff. Wir sind so sehr in Anspruch genommen, daß wir uns Entschuldigung bitten müssen, wenn unsere brieflichen Nachrichten erst später an Sie gelangen können.

Hrn. A. C. in B. Auch Sie möchten wir noch um Geduld bitten, da wir uns ebenfalls eine briefliche Frage erlauben werden.

Hrn. E. v. B. Auch bei Ihnen kommen wir mit dem nämlichen um Nachsicht für verzögerte Beantwortung Ihres w. Schreibens ein. Stünde die Zeit in gleichem Verhältniß zu unserm Willen, so würde man auf unserm Tische keine unbeantwortete Briefe finden.

Hrn. C. B. in J. Ihre freundliche Sendung haben wir erhalten. Antwort baldmöglichst brieflich.

Protestantische Töchter-Erziehungsanstalt Marienstift Chur.

Alle Fächer der Töchter Schulen mit französischer, englischer und italienischer Sprache; Zeichnen, Malen, Musik, Handarbeiten in allen Zweigen und Turnen.
Sehr schöne und gesunde Anstaltsräumlichkeiten. Gute Pflege. Zuverlässige Referenzen. Prospekte ertheilt

Die Direktion: J. Wize.

Milchprodukten-Fabrik

von

Gerber & Cie., Thun (Schweiz).

Kindermehl und condensirte Milch.

Prämiert auf allen Ausstellungen.
Empfohlen von den ersten Aerzten des In- und Auslandes.
Prospekte mit Zeugnissen gratis.

Die unübertroffene, beliebte

Leipziger Strickmaschine

mit neuesten Verbesserungen, zu Privat- und Fabrikgebrauch. — Agentur für die Schweiz:

Maschinen-Strickgeschäft J. G. Hengartner in Gschlikon.

Bisheriger Verkauf in der Schweiz über 200 Stück.

Erste Fabrik zerlegbarer Federmatrassen

von

Dr. Wengi in Zürich.

Wir beehren uns hiemit, unsere neuen, patentirten zerlegbaren Federmatrassen, welche, abgesehen von ihrem anerkannt praktischen Werthe für den allgemeinen Gebrauch, auch von den Aerzten geprüft und für die Gesundheitspflege als vorzüglich befunden wurden, bestens zu empfehlen.

Diese Federmatrassen sind in zwei Theile zerlegbar; der eine bildet den Boden sammt den daran befestigten Federn, der andere die abhebbare Seitenwand sammt den Polstern. Vermöge des Abhebens der Seitenwand resp. des Deckels, kann die ganze Matrasse zu jeder Zeit mit Leichtigkeit gelüftet, gebürstet, ausgeklopft und gereinigt werden, wodurch dem Verbleiben von Krankheitsstoffen, Ungeziefer etc. vorgebeugt wird. Zum Transporte von Kranken an einen andern Ort bedient man sich ausschließlich nur des leichten Obertheils.

Die Federn sind in einer Weise angebracht, daß solche, die schadhaft geworden, in wenigen Minuten an Ort und Stelle entfernt und durch neue ersetzt werden können, wodurch allenfallsige Reparaturen ohne den geringsten Zeitverlust stattfinden können und höchst billig zu stehen kommen.

Unsere Matrasse hat sich vom ersten Tage ihrer Verwendung an in der Praxis als das Beste und Bequemste, was in diesem Gebiet bis jetzt erzeugt wurde, bewährt und erprobt, und wir beehren uns denn, selbige zur Benützung für Kranke und Gekündete anzuempfehlen.

Im Hinblick auf Preiswürdigkeit machen wir besonders auf unsere billigsten Matrasen aufmerksam, in Crin d'Afrique à Fr. 40 franco Bahnhof (Domizil).

Dr. Wengi & Co., 8 Bleicherweg, Bachhof 8, Zürich.

Schwedische Bündholz, prima Qualität,

in Paqueten zu 10 Schächteln à 25 Cts.,
in großen Schächteln (für Haushaltungen besonders vorthellhaft) à 15
ferner: diverse Ständer und Streichapparate, sowie Anstreichmasse für die
selben, empfehlen zu gef. Abnahme

Lemm & Sprecher, Multergasse, St. Gallen.

Anglo-Swiss Kindermehl.

Nährhafter, löslicher und leichter verdaulich als andere Kindermehle. Vollständige Zusammensetzung desselben findet sich auf der Etiquette.

Preis per Büchse à 1 engl. Pfund Fr. 1.

Zu haben in St. Gallen bei C. Rehsteiner, Apotheker; C. W. Stein, Apotheker. (O F 2682)

Soeben erschien in meinem Verlag und ist sowohl direkt von mir als auch durch jede andere Buchhandlung zu beziehen:

Aus der Heimat.

Zwei Erzählungen von Marie Walden.

Inhalt: Die beiden Kollegen. Zwei Jahre im Dorfe. — Preis: broch. Fr. 4, eleg. gebunden Fr. 5. 50.

Diese zwei Erzählungen erschienen im Laufe des Jahres 1878 in den „Alpenrosen“ (Sonntagsbeilage zum „Intelligenzblatt der Stadt Bern“) unter dem Pseudonym Marie Walden und machten in den verschiedensten Kreisen, wo sie sowohl bei dem Gebildeten als auch bei dem Kinde aus dem Volke ungetheilten Beifall gefunden haben, nicht geringes Aufsehen.

Dem vielfach ausgesprochenen Wunsche, Marie Walden möchte mit ihren Geistesprodukten vor ein größeres Publikum treten, habe ich mit dieser ersten Ausgabe Folge geleistet, und zweifle ich nicht daran, daß dieselbe überall, wo Sinn für fräftige Originalität und echte Gemüthlichkeit herrscht, gute Aufnahme finden wird. Hochachtungsvoll

B. F. Haller, Verlagsbuchhandlung in Bern.

Hausfrauen und Waschanstalten für hiemit das Seiflaugenmehl von J. A. Embs in Heilbronn a. N.

als wahrhaft praktisches und unschädliches Wasch- und Reinigungsmittel allen übrigen gleichnamigen Fabrikaten gegenüber bestens empfohlen.

Dasselbe ist in den meisten Kolonial- und Materialwaaren-Geschäften zu haben.

Milchproducten-Fabrik in Wattwyl.

Lactin

von Grob & Kunz,

ist eine von den Aerzten lebhaft begrüßte Erfindung.

Dasselbe — ein ausschließliches Milchpräparat, welches Kuhmilch in ihrer Zusammensetzung corrigirt und im Kindesalter feinstochig gerinnen lässt — hat sich, als streng naturgemäßer Milchsatz, für

Neugeborene und schwächliche Kinder

auf Beste bewährt.

Preis per Couvert à 10 Portionen (10 Tage ausreichend) Fr. 1.

Zu haben in den Apotheken. Wo keine solche sind, in Spezereihandlungen.

Kindermehl

von Grob & Ander Egg,

ein leichtverdauliches, zuckerfreies und deshalb den kindlichen Verdauungsorganen besonders zuträgliches Präparat, eignet sich ausgezeichnet — sei es als Beigabe zu Kuhmilch oder condensirter Milch, wie auch, namentlich bei Durchfall, bloß mit Wasser zubereitet — für die Ernährung

einige Monate alter Kinder.

Preis per Büchse oder Packet (je 5 Tage ausreichend) Fr. 1. 30, resp. Fr. 1. 10.

Den Besitzern von Parquetböden empfehle ich mein längst bekanntes und bewährtes Patent

Parquetbodenwische

in Blechbüchsen à 1/4 1/2 1 2 1/2 Kilo
à Fr. —. 80 1. 60 2. 80 7. —

offen per Kilo Fr. 2. 40.

NB. Die Büchsen sind mit meiner Firma gestempelt und mit gelber Gebrauchsanweisung versehen.

Stahlspäne,

das beste Mittel zum Reinigen der Parquetböden, in Paketen von 250 und 500 Gramm à Fr. 2 per Kilo.

Parquetbodenbürsten,

neue Konstruktion, mit beweglichem Stiele und mit Raufschuleneinfassung zum Schutze der Möbeln und Wände, à Fr. 28.

Parquetbodenbürsten, gewöhnliche Form, à Fr. 20

empfehle

J. Finsler im Meiershof Zürich.

Beste

Petrol-Kochapparate

neuesten Systems, ganz geruchlos und rauchfrei brennend, für 1—10 Personen. Billigstes und bequemstes Kochen. Weitere andere um und ist der Obertheil zu senden. Complete Kücheneinrichtungen. Email-Geschirre, Geschirre, Preiscontante gratis und franco von der Fabrik.

Steh- und Hängelampen, versehen mit Metallfenstern, Kaiserbrennern, Kreuzbrennern, Rund- und Flachbrennern.

W. Huber,

Stadthausplatz 13, Zürich.

Fast umsonst!

In Folge beschlossener Liquidation werden, um das Riekenlager so rasch als möglich zu räumen, alte Talmigold-Taschenuhren um 75 % unter dem Fabrikpreise veräußert. Gegen Einzahlung des Betrages von nur Fr. 14 oder gegen Vorkauf (Rücknahme) erhält Jedermann eine hochfeine, echt englische Talmigold-Gold-Uhr, elegant, neuester Façon, in schwerem, reichgraviertem Talmigold-Gehäuse mit bester Probirung, vorzüglich. Präzisions-Werk, Sekundenzeiger und Talmigold-Staubmantel.

Diese Uhren gehen auf die Sekunde richtig, wofür Garantie geleistet wird. Zu jeder Uhr wird eine elegante Talmigold-Uhrkette mit Medaillon gratis beigegeben und kostet die Talmigold-Uhr sammt Kette u. Medaillon nur 14 Fr. (eigl. Patent-Victoria-Octagon-Werk). Uhren per Stück nur 10 Fr. (früherer Fabrikpreis 32 Fr.). Diese Uhren, in elegantem, mit Arabesken reichgraviertem Talmigold-Gehäuse (eine Fierde für jeden Salontisch) sind mit einem höchst sinnreichen mechanischen Lärm-Apparat versehen, haben das best konstruirte Werk, sind nach 36 Stunden einmal zum Aufziehen, gehen auf die Sekunde richtig, wofür Garantie geleistet wird. Preis per Stück nur 10 Fr. Bestellungen sind zu richten an die H. H. Blau & Rann, Generaldeponitäre, Wien.

Bur Beachtung.

In einem schön von Bäumen umgeben, traumhaft gelegenen Pfarrhause sind einige Zimmer mit prächtiger Aussicht zu vergeben. Schöne Spaziergänge in nahe Laub- und Nadelwäldern. Für Milchfuren wäre gefordert.

Leute, die um billigen Preis eine einfache, gemüthliche Sommerfrische zu genießen wünschen, wollen sich unter Chiffre S. Z. 80 an die Expedition dieses Blattes wenden.

Die beste Chocolate CHOCOLAT MAESTRANI

per 1/2 Kilo Fr. 1. 30, 1. 60, 2. —, 2. 50, 3. 50, 4. —, 5. —.