Zeitschrift: Schweizer Frauen-Zeitung : Blätter für den häuslichen Kreis

Band: 4 (1882)

Heft: 39

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

Nr. 39. 1882.

Schweizer Frauen-Zeitung.

Vierter Jahrgang.

Abonnement:
Bei Franko-Zustellung per Post:
Jährlich . . . . . Fr. 5. 70
Halbjährlich . . . . „ 3. —
Ausland: mit Portozuschlag.

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

Redaktion & Verlag
von Frau Elise Honegger z. Landhaus in Neudorf-Tablat.

St. Gallen.

Motto: Immer strebe zum Ganzen; — und kannst Du selber kein Ganzes werden,
Als dienendes Glied schließ' an ein Ganzes Dich an.

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

Inserate oder **Annoncen**
beliebe man (franko) an die Expedition der „Schweizer Frauen-Zeitung" in St. Gallen einzusenden.

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

Alle Postämter und Buchhandlungen
nehmen Bestellungen entgegen.

Samstag, den 30. September.

Einige Gedanken über die bayerische Landes-Ausstellung in Nürnberg.

Von Geschw. Boos, Kunst- und Frauen-Arbeitsschule, Zürich.

(Schluß.)

Die Kunst-Industrieschule in München, welche, entgegen derjenigen in Nürnberg, die die Frauen prinzipiell ausschließt, eine eigene weibliche Abtheilung hat, war durch sehr schöne, farbige Flachmusterzeichnungen, die zum Theil der Abtheilung zukünftiger Zeichnenlehrerinnen entstammten, sowie durch fleißig bearbeitete Produkte der Keramik und Entwürfe für Arbeiten der Textilbranche, welche von Industriellen ausgeführt und hier auch ausgestellt waren, repräsentirt.

Im Kunstpavillon fanden wir jene „Stilleben" und Blumenmalereien, welche in neuerer Zeit als hauptsächlich günstiges Gebiet in der Malerei für die Frauen bezeichnet worden sind. Jedoch mit Unrecht, denn diese Beurtheiler vergessen, daß der elementare Zeichnenunterricht schon vielfach zu jenen letztern ausschließlich benutzt wird, daß ferner, wenige Ausnahmen abgerechnet, den Frauen keine Akademien in Europa geöffnet sind, daß es ihnen also auch an der Gelegenheit gebrach, sich in andern Theilen der bildenden Kunst so vollkommen auszubilden, als es den Männern möglich ist. Dies ist Ursache und Wirkung. Wir haben sowohl Frauen während unserer Studienzeit begegnet, welche z. B. im Portrait eminentes Talent entwickelten, und auch solche schon selbst im Unterricht gehabt. Warum sollte auch das weibliche Gemüth, das so empfänglich für das Seelische ist, nicht im Stande sein, technische Fertigkeit zu erreichen, um die äußere menschliche Form in Verbindung mit dem inneren Seelenleben der Person — also das wahre Portrait — wiederzugeben?

In den industriellen Abtheilungen der Ausstellung ist es, wie vorauszusehen, die Textil-Industrie, welche die fleißigen, weiblichen Hände hauptsächlich in ihren Dienst zieht. Fabriken mit Hunderten von Arbeiterinnen, ausgedehnte Hausindustrie, kleiner Betrieb und einzelne Personen wetteiferten durch ihre Produkte mit einander. Es waren namentlich die Wäschefabrikation, die Kleidungsstücke, die Arbeiten der Papeterie und Kartonnage, die Handschuhe und besonders die feinen Korb- und Strohflechtereien, welche oft ganze Distrikte beschäftigen. Selbst die Landbevölkerung widmet in ihrer freien Zeit sich häufig denselben. Auch die Blumenfabrikation und die feineren Schuhwaaren, die Spielwaaren und die Porzellanmalereien sind zu erwähnen, die Hunderten von weiblichen Gliedern Brod zuführen. Ebenso beschäftigen die Conserve-Fabriken für Früchte und Gemüse oft bis 200 Arbeiterinnen.

Wie wir sehen, ist die produzirende Arbeit der Frauen in Bayern sehr in Anspruch genommen, die jedoch, in Fabriken und Werkstätten in gemischter Gesellschaft ausgeführt, wie wir ihr in Goldblechschlägereien und anderen Etablissements begegneten, einen ungünstigen, oft bedauernswerthen Eindruck hinterläßt. Sehr segensreich dagegen wirken die Hausindustrien, welche vielfach in den Stroh- und Korbflechtereien, in feineren Schuh- und Spielwaaren und dergleichen mehr in Bayern bestehen. Diese dürften mancher Armenpflege große Lasten abnehmen und die zur Anbahnung nöthigen Kosten indirekt gewiß doppelt zurückzahlen. So ließ z. B. der Gewerbeverein in Kaiserslautern 1855 eine Flechtschule für Mädchen errichten, welche auch sogleich von 30 Schülerinnen besucht wurde.

Vergleichen wir die statistischen Veröffentlichungen über Aus- und Einfuhr in die Schweiz, wie sie das eidgenössische Zolldepartement veröffentlicht, so finden wir u. A. folgende Zahlen darin:

	Einfuhr		Ausfuhr	
	1879	1880	1879	1880
	m. Ztr.	m. Ztr.	m. Ztr.	m. Ztr.
Künstliche Blumen, Modewaaren, fertige Putzmacher-Arbeiten aller Art . . .	284	307	18	13
Schmuckfedern	1302	1088	11	16
Kleider, Leibwäsche, Weißzeug	7890	8831	649	532
Feine Korbflechterei . . .	390	445	35	62

Wenn wir diese Doppelzentner in Geld umsetzten, so würden Millionen herauskommen. Die Mode- und Putzmacher-Arbeiten, welche fix und fertig jedes Jahr die Grenze von auswärts hierher überschreiten, sollen allein einen Werth von 15 Millionen Franken repräsentiren. Diese Summen gehen alljährlich für das Land verloren, während vielleicht viele Hände müssig sein oder äußerst kümmerlich ihr Leben fristen müssen. Obgleich wir die Schwierigkeiten durchaus nicht verkennen, welche sich einer Bekämpfung solcher Verhältnisse entgegenstellen, namentlich wenn man gegen gut organisirten Großbetrieb einigermaßen auftreten will, so zweifeln wir auf der andern Seite keineswegs, daß durch allseitiges Bestreben von Behörden und Privaten gerade in diesen, den Frauen leicht zugänglichen, zum Theil ihnen schon jetzt gehörenden Gebieten viel gethan werden könnte, und zwar mit Erfolg. Würden wir zu diesem auf eine oder andere Art eine Anregung mit gegenwärtigen Zeilen gemacht haben, so wäre der Zweck derselben erfüllt.

Ueber die sozialen Pflichten der Familie.*)

Es kann gewiß nicht die anmaßende Absicht der nachfolgenden Zeilen sein, etwas Neues oder besonders Förderndes über die Tagesparole „die soziale Frage" zu sagen; aber es spiegelt sich die Welt ja in jedem Kopfe wieder anders, und durch manigfache Bespiegelung bemerkt man oft neue Seiten des betrachteten Gegenstandes.

Und wir Frauen sind gewiß nicht ganz unberechtigt, ja nicht ohne Verpflichtung, uns näher mit Verhältnissen zu beschäftigen, bei welchen wir so sehr persönlich betheiligt sind. Denn was heißt — sozial? — Gesellschaftlich! — Und wer bildet die Gesellschaft? — Wir Frauen und unsere Töchter die größere — aber passiv sein sollende Hälfte! — Die kleinere, aktive Hälfte besteht aus unsern Männern, Brüdern und Söhnen! — Und was bildet den ethischen Grundpfeiler der Gesellschaft? — Die Familie, — das Haus! — Der Mann ist das Haupt der Familie, und die Frau — die Seele derselben. Der Mann ist der Hausherr und die Frau nennt man die Herrin des Hauses! — Durch diese unsere engste Betheiligung an der Gesellschaft möchte ich meine Kühnheit rechtfertigen, in nachfolgenden kleinen Aufsätzen Denjenigen beizupflichten, welche die Ansicht vertreten, daß die Familie — daß wir Frauen immer noch größern Antheil als seither an den sozialen Sorgen und Pflichten nehmen sollen und müssen. Trägt also anerkannt der irregeleitete Theil unseres Geschlechtes die Mitschuld an den sozialen Sorgen, so muß es doch nothwendig eine Pflicht der Bessern sein, sich an den Bemühungen zu ihrer Bekämpfung, über den Rahmen unserer gewohnten, häuslichen Thätigkeit hinaus, zu betheiligen.

*) Aus dem Verlage von C. F. Simeon in Leipzig ist uns schon vor einiger Zeit ein Schriftchen mit obigem Titel zugekommen, dessen Inhalt und Kerngrundsätze — obwohl sich die Schreiberin auf einen höheren germanischen Standpunkt stellt — verdienen, einem größeren Leserkreise vorgeführt zu werden. Ein paar theilweise Auszüge mögen die tiefen Grundsätze beweisen, welche in dieser Schrift niedergelegt sind, deren Anschaffung wir jedem denkenden Leser auf's wärmste empfehlen möchten.

Wir pflichten nämlich in der Absicht vieler Menschenfreunde und Menschenkenner bei, daß die Kampfeswaffen auf unserer Seite nur in verdoppelter Nächstenliebe, im Opferbringen, in Selbstverleugnung und Selbstbeschränkung bestehen sollten, und deßhalb dünkt es uns weder Uebermuth, noch Anmaßung, für die Vielen unseres Geschlechts, welche den Drang und das Bedürfniß dazu haben, zu unseren häuslichen und humanen Pflichten auch noch um Arbeit für das erhöhte soziale Wohl zu werben.

Wie oft lernt man nicht unter der rauhesten Hülle, in scheinbar tiefster Verkommenheit, noch Funken edler Menschlichkeit erkennen, so daß daraus die tiefste Ueberzeugung erwächst, daß es sich stets lohnt und segnet, wenn die Guten, die Gebildeten und Gesitteten für die Irregeleiteten, die Unglücklichen und Verwilderten ihrer Volksfamilie Opfer bringen, ihnen ebenfalls zu Glück und Tugenden verhelfen und dadurch den sozialen Frieden befestigen.

Jeder Einzelne ist mitverantwortlich für das Ganze und muß auf seinem Posten stehen. Weder Mann noch Frau darf denken: „Was geht mich das an", „was kann ich dafür thun" und was sonst Alles der Egoismus uns zuflüstert, wenn wir uns einer Pflicht entziehen möchten.

Leben wir gegenwärtig nicht auch in einer außerordentlichen Zeit? Hört und sieht und liest man nicht überall von der Gährung in der Masse, von dem Zündstoff in der Luft, von der Verwilderung des Volkes u. s. w.

In solchen schweren Zeiten darf gewiß, wie beim Kriege, nicht die kleinste Mithülfe der Familie und der Frauen verschmäht werden.

Bei öfterem Nachdenken über die Ursachen und Lösungen unserer sogenannten sozialen Fragen gewinnt man den Eindruck, als werde nicht genug Bedeutung darauf gelegt, ob eine der Hauptstützen des Staates — die Familie — ihre sozialen Pflichten genügend erfüllt oder erfüllen darf. Es scheint uns ein besonders bedenklicher und charakteristischer Zug unserer Zeit, daß sowohl in den humanen Bestrebungen als auch in den Geschäftsverhältnissen und den staatlichen Leistungen der Charakter des Familienhaften immer mehr bei uns verschwindet, während andere Staaten, wie z. B. England und Amerika, ihre sozialen Uebelstände durch neuerdings verstärkte Mithilfe der Familie bekämpfen.

(Fortsetzung folgt.)

Ueber das Zerfallen der Zähne.

Die schlechte Pflege.

Leider muß man sagen: Die meisten Menschen thun absolut nichts für ihre Zähne. Dann gibt es eine Klasse, welche sie wohl reinigen, aber auf falsche Weise. Dazu gehören insbesondere diejenigen, welche mit irgend einem zu scharf reinigenden Mittel putzen. Solche Mittel sind z. B. gepulverter Bimsstein, Lindenkohle (letztere erzeugt außerdem einen nie wieder vergehenden schwarzen Rand am Zahnfleisch); durch sie wird der Schmelz der Zähne abgeschliffen. Noch schlimmer ist Cigarrenasche, ein sehr gewöhnliches Mittel; sie löst eben die Kalksalze des Zahnes in hohem Maße auf. Auch der dauernde Gebrauch von Seife ist nicht anzurathen; es kommt vor, daß die Zähne davon sehr empfindlich werden. Endlich schaden auch die Geheimmittel, denn sie enthalten zum größten Theil Stoffe, die zwar „die Zähne im Augenblick blendend weiß machen", die sie aber auch um so mehr zerstören. Diese schädlichen Ingredienzien haben vielleicht den Werth von 20 Rp., und das Publikum bezahlt 2 Fr. dafür und ruinirt sich die Zähne. Wie es mit dem Zahnpulver ist, so ist es auch mit den berühmten Zahnwässern.

Sodann gibt es viele Menschen, die leidlich gute Zähne haben, welche aber auch glauben, sie könnten denselben Alles zutrauen. Da werden Wetten gemacht, daß Einer einen Nagel durchbeißt ꝛc.; ein Anderer knackt die härtesten Nüsse mit den Zähnen, und solcher Sachen könnte man noch viele aufzählen. Das geht einige Zeit ganz gut, die Zähne bekommen aber dadurch Sprünge, und in den Rissen ist Gelegenheit geboten, daß sich die schlimme Caries entwickelt.

Endlich ist die ganze natürliche Anlage des Menschen von Einfluß auf die Zähne. Starke, kräftige Menschen haben gewöhnlich gesunde, schwächliche meist schlechte Zähne. Haben Vater und Mutter schlechte Zähne, so bekommen in der Regel die Kinder auch solche. Schlechte oder gute Zähne sind eben in den Familien erblich. Natürlich können auch Ausnahmen von obigen Sätzen vorkommen. Trotz aller Pflege werden die Zähne z. B. derjenigen Personen, welche während der Zahnentwicklungsperiode schwere Krankheiten gehabt haben, später oft sehr schnell schlecht.

* * *

Legen wir uns nun die Frage vor: Wie erhalten wir unsere Zähne am besten? so muß ungefähr Folgendes geantwortet werden: Möglichst geringer Genuß von Speisen und Getränken, die den Zähnen schaden, sorgfältige Pflege der Zähne und Achtsamkeit auf entstehende Höhlen. Speisen und Getränke, die den Zähnen schaden, sind kurz zusammengefaßt solche, die entweder schon Säuren an und für sich enthalten, oder solche, die, im Munde leicht in Gährung übergehend, dadurch Säuren erzeugen. Hat man solche Speisen und Getränke genossen, so suche man, sie unschädlich zu machen. Kann man die Zähne nicht sorgfältig reinigen, so behalte man wenigstens eine Zeit lang einen Schluck Wasser im Munde. — Wie reinigt man nun die Zähne sorgfältig? Wenn man rationell verfahren wollte, so müßte man nach jeder Mahlzeit die Zähne reinigen. Der Gebrauch des Zahnstochers ist möglichst zu vermeiden; er hat ja sein Gutes, aber zu starker Gebrauch führt öfters zu Ablösungen des Zahnfleisches, was heftige Schmerzen verursachen kann. Die besten Zahnstocher bestehen einfach aus einem schräg abgeschnittenen Gänsekiele. Mindestens einmal am Tage muß eine Hauptreinigung stattfinden, die am besten des Abends geschieht, und nicht am Morgen. Es sind dann die Zähne wenigstens des Nachts über — eine ziemlich lange Zeit — vor schädlichen Einflüssen geschützt; wenn sie früh Morgens gereinigt werden, so werden sofort beim ersten Frühstück gährungsfähige Substanzen in den Mund eingeführt. Im Uebrigen ist es gut, sich des Tages über öfters mit reinem Wasser den Mund zu spülen, besonders ist dies den Arbeitern in Zuckerfabriken ꝛc. bei ihrer Beschäftigung zu empfehlen.

Die Hauptreinigung geschehe mit einer weichen Zahnbürste und einem Zahnpulver. Als letzteres nehme man nicht Geheimmittel, von denen man nicht weiß, was sie enthalten, sondern gute engliche Schlemmkreide, die man beliebig mit einigen Tropfen Rosen- oder Pfeffermünzöl parfümiren kann. Will man sie roth haben, so läßt man etwas Karmin hinzuthun. Es ist das ein sehr einfaches, billiges und doch sehr gutes Zahnpulver. Man putze die Zähne nicht von rechts nach links, sondern von oben nach unten, resp. im Unterkiefer von unten nach oben, damit die Zwischenräume rein werden. Dann putze man die Kaufläche der Backenzähne. Endlich spüle man mit etwa 20 Tropfen Spiritus oder Eau de Cologne auf ein halbes Glas Wasser den Mund nach.

Beiträge zur Haushaltungslehre.

Ueber Ernährung und Nahrungsmittel.

(Schluß.)

Es bleibt auch noch zu zeigen, wie eine richtige Ernährung stattfinden kann. Es stützt sich im ganzen Naturhaushalte Alles auf ganz bestimmte Naturgesetze oder auf eine wunderbare Naturordnung. Diese herrliche Einrichtung des Schöpfers zeigt sich im schönsten Lichte gerade bei der Betrachtung der Ernährung.

Es wurde bereits gesagt, daß durch die Ernährung einerseits im Körper Fleisch und Blut, anderntheils Fett und Wärme erzeugt wird, und daß diese Umbildungen die Faktoren zum Bestehen des Körpers, zum Leben desselben und zur Bildung von Kraft und körperlicher und geistiger Fähigkeit, zu Leistungen jeglicher Art absolut nöthig seien. Es hat daher die Ernährung ihr Augenmerk darauf zu richten, daß diese Funktion, die sie zu verrichten hat, richtig vor sich gehe, d. h. daß die Ernährung diejenigen Stoffe, welche zur Fett- und Wärmebildung einerseits und zur Fleisch- und Blutbildung anderseits im richtigen Verhältnisse herbeiführe, indem in den Nährmitteln ganz bestimmte Stoffe zu dem einen oder andern Zwecke wesentlich dienen.

Es spielen dabei neben den vielen verschiedenen Stoffen, aus welchen die einzelnen Nährstoffe bestehen, vorzüglich zwei dieser Stoffe eine Hauptrolle, nämlich der Stickstoff und der Kohlenstoff.

Alle Nährstoffe, welche Fleisch und Blut bilden, enthalten bedeutende Mengen an Stickstoff oder sind durch die Einflüsse des Stickstoffs entstanden und gebildet worden; dagegen enthalten die Fett- und Wärmebildner keinen Stickstoff oder sind nicht durch die Einflüsse des Stickstoffs gebildet worden. Wir nennen deßhalb die fett- und wärmebildenden: „stickstofffreie" oder Extrakt und Fettstoffe, und die Fleisch- und Blutbildner: „stickstoffhaltige" oder Proteïnstoffe, auch Eiweißstoffe.

Außer diesen organischen Stoffen dienen zur Ernährung noch einige unorganische Stoffe, zu welchen wir vorzüglich das Wasser und das Kochsalz zählen. Die beiden Hauptstoffe der Ernährung müssen dem thierischen Wesen in einer ganz bestimmten Menge zugeführt werden und in einem ganz bestimmten Verhältnisse. Herrschen z. B. in den Lebensmitteln die fleisch- und blutbildenden Stoffe vor (welche die theuersten sind), so ist die Ernährung eine unvollkommene; herrschen dagegen die fett- und wärmebildenden Stoffe vor, so könnte das Wesen nicht existiren. In allen Nährmitteln, die wir kennen, sind nun die beiden Stoffe in sehr wechselnden Mengen gemischt und gemengt und können nicht ausgeschieden und nach Bedürfniß aus einem und demselben Nährmittel verwendet und verbraucht werden; daher gilt es, die Nährmittel nach dem Gehalt zu kennen und in den Arten eine solche Mischung vorzunehmen, daß das Verhältniß annähernd richtig ist. Der Mensch bedarf zur richtigen Ernährung durchschnittlich 1 Theil stickstoffhaltige Stoffe und 5 Theile stickstofffreie und zwar so, daß junge Kinder mit noch zarten Organen und ältere Leute, welche meist schlechte Verdauungswerkzeuge besitzen, zu 1 Theil Fleisch- und Blutbildner nur 4 Theile Fett- und Wärmebildner bedürfen. Bei ausgewachsenen Menschen mittleren Alters darf das Verhältniß bis auf 1 : 7 sich steigern. Es gibt uns hierin das allernatürlichste Nährmittel, die Milch, die besten Anhaltspunkte. Die Milch enthält die stickstoffhaltigen Stoffe zu den stickstofffreien im Verhältnisse von 1 : 4,2.

Ein erwachsener Mensch im Gewicht von 40—75 Kilogramm bedarf zur täglichen Ernährung:

1. fleisch- und blutbildende Nährstoffe	120—140 Gramm
2. fettbildende Stoffe	35— 45 „
3. Wärmebildner	225—270 „
Total	380—455 Gramm

Wir wollen nun im Allgemeinen die wichtigsten Lebensmittel in Kürze behandeln, sowie auch ihre Wirksamkeit auf den menschlichen Organismus.

1. Fleischspeisen.

Die Fleischspeisen enthalten durchschnittlich alle Stoffe, welche zum Leben dienen, und besonders die stickstoffhaltigen Stoffe in großen Mengen. Das Fleisch junger Thiere ist meist nicht so kräftig, dasjenige von alten Thieren zähe und unverdaulich; das Fleisch von Wild ist meist kräftig und verdaulich. — Allein auch bei dem Fleisch sind einzelne Theile sehr verschieden im Nährwerth. Brust- und Nierenstück sind meist die besten, dagegen Hals- und Kopftheile geringer. Eingeweidetheile (Leber, Kutteln ꝛc.) sind meist kräftig und verdaulich. Bei Genuß von reinen Fleischspeisen treten die stickstoffhaltigen Bestandtheile weit voraus, daher ausschließliche Fleischnahrung schädlich auf die Gesundheit einwirken müßte. Wir begegnen diesem Uebelstande dadurch, daß wir uns als sogenannter Zugemüse zur Herstellung des richtigen Verhältnisses der Gemüse oder Früchte ꝛc. bedienen, bei welchen die stickstofffreien Nährstoffe vorherrschend sind.

2. Milchspeisen und Milchprodukte.

Wie bereits gesagt, ist die Milch das naturgemäßeste Nahrungsmittel. Alle Milchspeisen sind sehr verdaulich und nahrhaft, ebenso die meisten aus Milch mit andern Nährstoffen bereiteten Speisen, und gewöhnlich nach den Preisen auch die billigsten Nährstoffe.

3. Brod- und Mehlspeisen.

Das Brod ist die weitaus allgemeinste menschliche Nahrung, so daß man vom „täglichen Brod" sogar in unserm „Vater unser" spricht und dabei das Brod allgemein als Hauptnahrung betrachtet. Das schlecht gebackene und namentlich warmes Brod kann auf den Magen schädlich einwirken, während gut gebackenes (nicht verbranntes) Brod für jeden Menschen ein treffliches Nährmittel ist. Zu viel Hefe beigemengt kann dem Brod eine unangenehme Säure geben. Ebenso sind auch die Mehlspeisen in Form von Kuchen oder Nudeln, Brei u. s. w. recht leicht verdauliche und gute Nährstoffe, welche das Verhältniß der Nährstoffe meist in richtiger Weise besitzen und die, bei deren Bereitung durch Zusatz von Milch, Eiern u. s. w., noch nahrhafter gemacht werden können. Besonders für Kinder sind die Mehlspeisen sehr gesund und verdaulich.

4. Eier.

Eier mit Brod geben eine vollständige Nahrung. Hartgesottene Eier sind schwerer verdaulich, als weich gesottene. Für Kinder, blutarme und leidende, sowie für streng arbeitende Menschen sind rohe oder weich gesottene und in Butter leicht gebackene Eier eine ausgezeichnete Speise. Auch eignen sie sich gut zur Herstellung des Nährstoffverhältnisses, zu vorwiegend stickstofffreien Nährmitteln, z. B. auf Salat u. s. f.

5. Hülsenfrüchte.

Die Hülsenfrüchte (Erbsen, Linsen, Bohnen) sind von allen Pflanzenstoffen die nahrhaftesten Lebensmittel und, wenn richtig bereitet, leicht verdaulich. Man bereitet aus ihnen Gemüse, beizt sie ein, dörrt sie oder benutzt sie zu Speisen. Diese vielfache Verwendungsweise macht sie zu den werthvollsten Lebensmitteln.

6. Knollengewächse.

Die Knollengewächse, wie Kartoffeln, Randen, Rübli, Rüben, Rettige, sind meist arm an stickstoffhaltigen Stoffen, allein dienen als Zugemüse ausgezeichnet; besonders sind die Kartoffeln durch die vielseitige Bereitungsart (man rechnet, daß sie auf 70 verschiedene Arten bereitet werden können) der Hausfrau besonders werthvoll. Die Möhren oder Rübli sind zur Bildung von Fleisch und Blut eine der werthvollsten Knollenfrüchte, während die Rüben sehr viel Wasser enthalten.

7. Die Gemüse.

Die Gemüsearten, wie Salat, Spinat, Kraut, Kohl u. s. f., sind äußerst werthvolle Zugemüse, haben aber verhältnißmäßig sehr geringe Mengen von Eiweißstoffen. Sie dienen daher ausgezeichnet als Beigemüse zu stickstoffhaltigen Stoffen. Die Gemüse führen überdies dem Körper auch mineralische Bestandtheile zu.

8. Obst und Früchte überhaupt.

Diese sind meist sehr gesund, wirken auf den Körper erfrischend und blutverdünnend.

9. Die Gewürzpflanzen u. s. f.

Diese dienen meist dazu, den Speisen ein besonderes Aroma zu geben, den Appetit zu erregen und die Verdauung zu befördern. Die Verdauung befördern: Pfeffer, Meerrettig, Senf. Erwärmende Gewürze sind: Safran, Zimmet, Muskatnüsse, Gewürznelken, Kümmel, Anis, Fenchel, Wachholderbeeren u. s. f. Das Salz ist für die meisten Speisen eine unentbehrliche Zugabe und wirkt günstig und wohlthätig auf die Verdauungsorgane und reinigt das Blut. In zu großen Mengen genossen wirkt es aber schädlich. Der Essig wirkt durstlöschend und kühlend, macht die Nahrungsstoffe verdaulicher und wohlschmeckender und kann, im Uebermaß genossen, auf die Verdauung störend einwirken und schwächt die Absonderung der Galle.

10. Das Wasser.

Auch das frische Wasser ist für den Körper ein Bedürfniß und befördert die Verdauung der Nährmittel. Das Wasser wirkt schädlich, wenn es in der Hitze getrunken wird, indem die schnelle Abkühlung des Körpers auf den Organismus selbst tödtlich einwirken kann.

Die geistigen Getränke, Wein, Bier, Branntwein u. s. f., wirken bei mäßigem Genuß stärkend, belebend und erheiternd; bei übermäßigem Genuß zerstören sie die körperlichen und geistigen Kräfte und schwächen solche allmälig ab. Kaffee, Thee und Chokolade sind die gebräuchlichsten warmen Getränke.

Kleine Mittheilungen.

Ueber die diesjährige Ernte in den verschiedenen Ländern kann zum Troste für uns Schweizer, die wir einen durch Regenwetter überschwänglichen Sommer gehabt haben, gesagt werden, daß die Berichte aus den bedeutendsten Fruchtländern günstig lauten und dieselben sich im Ganzen einer guten Ernte erfreuen.

* * *

In dem Berichte der St. Gallischen Regierung an das eidgen. Departement des Innern über den Zustand der Schulen im Kanton St. Gallen wird gesagt, „daß die konfessionelle Schule in vielen Fällen ein stetiges Hinderniß für die glückliche und gesunde Entwicklung eines kantonalen Erziehungswesens bildet." Beispielsweise wird u. A. angeführt: In einer Gemeinde existiren 50 Schulkinder, gerade günstig, um eine Schule ordentlich zu bevölkern. Da diese Kinder aber zwei Konfessionen angehören, bedarf es zu ihrer Beschulung zweier Schulräthe mit zwei Rechnungskommissionen, zweier Lehrer, zweier Schulhäuser, doppelter allgemeiner Lehrmittel 2c. Für eine Schule würden die Kräfte annähernd ausreichen; die ganz überflüssige Verdoppelung des Apparates aber erschöpft und übersteigt dieselben. So erzeugt das Prinzip des strengen Konfessionalismus eine Menge Schulorganismen, welche kaum den nothdürftigsten Leistungsanforderungen zu entsprechen im Stande sind und eine traurige Existenz ohne Zukunft fristen.

* * *

Der Konsumverein in St. Gallen hält seinen bisherigen guten Ruf, wie aus dem Berichte des zehnten Geschäftsjahres zu entnehmen ist, fortwährend aufrecht. Die Geschäftsführung ist klaglos und die gekaufte Waare verdient immer das Prädikat „gut". Der Reingewinn des letzten Betriebsjahres ist über Fr. 28,500 gestiegen, gegen Fr. 17. 50 im ersten Jahre. Dieser schöne Fortschritt, dessen sich auch die Konsumenten theilweise erfreuen können, indem jeder Gewinn auch diesen zu gute kommt, sollte Veranlassung geben, auch auf dem Lande solch' gute Bezugsquellen für Nahrungsmittel zu schaffen.

* * *

Die Direktion der Landwirthschaft des Kantons Schaffhausen gibt in einem uns zugesandten Berichte eine vollständige Zufriedenheitserklärung ab über die — gleich den im Jahr 1877 abgehaltenen Gartenbaukursen — in mehreren Gemeinden durchgeführten mehrtägigen Koch-Anleitungen für Frauen und Töchter. Dr. E. Rahm in Schaffhausen hielt bei Anlaß fraglicher Kurse eine Reihe von Vorträgen über die wichtigsten Nahrungsmittel, deren Zusammensetzung, Gesundheits- und Nährwerth, sowie über Gesundheits- und Krankenpflege. Die Berichterstattung schließt mit dem Wunsche, „daß dem Kantone aus den ertheilten Lektionen reicher Segen erwachse und nicht nur vereinzelt eine bessere Bereitung der Speisen erreicht werde, sondern die Frauen und Töchter angeregt worden sein mögen, dasjenige, was ihnen Heimat und Verhältnisse bieten, so verständig, sparsam und nutzbringend wie möglich zu verwerthen".

Literatur.

Alle Rekruten sind Söhne unserer Mütter!

Die „Schweizer Frauen-Zeitung" hat schon zu öfters auf das Tableau der Rekrutenprüfungen hinweisen müssen, als daß sie des soeben bei Orell Füßli & Co. in Zürich erschienenen Schriftchens: **Der „Schweizer Rekrut"** von E. Kälin, Sekundarlehrer, nicht erwähnen sollte. Dieses Werklein, das einer der Examinatoren bei den Rekrutenprüfungen der schweizerischen Jugend darbietet, ist eine kurze, übersichtliche Darstellung desjenigen Stoffes, über den sich die Schulprüfung bei der Rekrutirung verbreitet.

Die jungen Leute, die sich zur Rekrutenprüfung zu stellen haben, finden hier die Gelegenheit, aus der vaterländischen Geographie und Geschichte, sowie aus der Verfassungskunde dasjenige zu repetiren, worüber sie Rechenschaft zu geben haben und dessen Kenntniß für den jungen Republikaner, der sich dieses Namens würdig zeigen will, unerläßlich ist.

Das Büchlein paßt aber nicht blos für diesen besondern Zweck, es wird auch Lehrern und Schülern von Zivil- und Fortbildungsschulen willkommen sein, da es ihnen als höchst zweckmäßiger Leitfaden bei ihrem Unterrichte wird dienen können. — Es enthält folgende Abschnitte, die sich alle durch weise Beschränkung auf das Wesentliche und Unentbehrliche auszeichnen: Kurze Beschreibung der Schweiz. — Aus der Geschichte der Schweizer. — Chronologische Uebersicht. — Das schweizerische Staatswesen. — Das Wehrwesen. — Metrisches Maaß und Gewicht.

Diesem Wissensstoffe sind zum Schlusse diejenigen Vaterlands- und Volkslieder beigegeben, welche von unsern jungen Leuten in geselligen und militärischen Kreisen am häufigsten gesungen werden. Sie sollen dem Gedächtnisse nachhelfen, das leider dem Singenden meistens schon bei der zweiten Liederstrophe untreu wird.

Der sehr bescheidene Preis von 50 Rappen macht das Büchlein Jedermann zugänglich und wir meinen nach Durchgehung desselben, daß nicht blos jeder Vater, sondern (wo derselbe fehlt) jede Mutter und Schwester dem jungen Vaterlandsvertheidiger dieses Schriftchen als lehrreiches und nützliches Geschenk in die Tasche stecken sollte. Für ältere Schüler erscheint uns dasselbe als eine Geographie, wie sie in der Schule niemals so gut und zusammenhängend ertheilt wird.

Herbstgespräch.

Was kündest du, kalter, schneidender Wind?
„Daß Sommertage entschwunden sind!"
Was deutet am Walde der Nebelstreif?
„Ich bringe euch balde den herbstlichen Reif!"

Was zwitschern die Vögelein hin und her?
„Wir haben nicht Zeit zur Antwort mehr,
„Wir müssen wandern, wir ziehen aus,
„Und kehren im Frühling wieder nach Haus!"

Was sprichst du, falbes, entfärbtes Blatt?
„Wie kurz nur mein Grün gedauert hat!
„Nicht lange, so hat mich verweht der Wind;
„Denn all' meine Brüder gestorben sind."

Was klagest du, letzte Rose am Strauch?
„Wie balde, wie balde entblätt're ich auch!
„Schon senk' ich das Köpfchen und streue den Duft
„Hinaus in die kalte Herbsttagsluft!"

Und du, Sonnenblume, was wendest du
Dein Antlitz noch immer der Sonne zu?
„Ich ertrage kein Schatten, ich schaue zum Licht,
„Doch bald meine Blüthe im Tode bricht!"

Winde und Vögelein, Blumen und Blatt,
Alles den Herbst dir gedeutet hat.
O Menschenherz, sprich: Und was fühlest du?
Verlanget dich selber nach Schlaf und Ruh'?

Alles hienieden — es darf vergeh'n,
Doch das Menschenherz kann nicht stille steh'n,
Bis leise der Tod sein Schlagen hemmt
Und mit ihm die ewige Ruhe kömmt!

(Lina Bentz.)

Abgerissene Gedanken.

Halte in steter Ordnung das Haus und das Herz, daß du gerne, müde und enttäuscht von der Welt, wieder zurückkehrest zu dir.

* * *

Wer in sich selbst die Quelle des geistigen Lebens gefunden, fürchtet die Einsamkeit nicht; denn er langweilt sich nie.

Das Leben in Uruguay.

(Original-Bericht.)

Mittheilungen eines Berners, der seit vielen Jahren auf der Gutswirthschaft „Estancia" St. Clara de Morgon Verwalter ist.

Vor zwei Monaten besuchte ich mit meiner ganzen Familie die schweizerische Kolonie und blieb sieben Tage fort; es war keine besonders angenehme und erholungbietende Sache, eine Strecke

von 12 Stunden — sozusagen — ohne Unterbrechung auf einem zweiräderigen Karren ohne Federn auf bodenloser Straße zurückzulegen. Da es sehr finster war, hatten wir das Vergnügen, von Zeit zu Zeit vom Wagen zu steigen und mit den Fingern zu untersuchen, ob wir noch auf der Straße wären.

Nun zu einer Beschreibung der richtigen „Uruguayanos" oder „Orientalen", ihrer häuslichen Einrichtungen, ihrer Beschäftigung, ihrer Tugenden und Laster. Ich schreibe aber nicht von den Leuten, die mehrere Quadratstunden Land mit entsprechenden Vieh- und Schafheerden besitzen, die meistens zwar unschöne, aber solide Häuser aus Bruch- oder Ziegelsteinen, ordentliche, oft luxuriös möblirte Zimmer haben, sondern von kleinen Grundeigenthümern, Schäfern und armen Leuten. Die Häuser derselben haben gewöhnlich zwei Räume und kehren die Langseite nach Südwesten; auf dieser befinden sich auch meistens Thüre und Fenster, weil die richtige Regenseite Nordwesten ist.

Der erste Raum, wo sich die Thüre befindet, dient als Küche, Wohn- und Empfangszimmer. Wer irgendwie Bequemlichkeits- und Ordnungssinn hat (wie die meisten Fremden), baut sich aber eine extra Küche. Der Feuerherd ist zu ebener Erde, gewöhnlich mitten im Gemach, wechselt aber sehr oft Platz, gerade wie Wind und Wetter. Rauchfang und Kamin sucht man in solchen Häusern umsonst; findet der Rauch nicht genügenden Austritt durch die Thüre, so bleibt er eben drinnen, und die Insaßen wischen sich die gerötheten, thränenden Augen und lassen sich räuchern. Ein Suppentopf mit Beinen, ein Wasserkännchen, ein Bratspieß und etwas weniges Blechgeschirr, wie Wassereimer, Schüssel, Becher 2c. bilden die ganze Küchenbatterie. Als Stühle dienen entweder Kisten, Holzklötze, Steine oder von der Sonne gebleichte Ochsenschädel sammt den Hörnern und Zähnen. Was in diesem Raume etwa noch zu finden ist, sind einige am Dache aufgehängte Säckchen von verschiedener Größe und zweifelhafter Farbe; in diesen werden Zucker, Mehl, Farinha (Mandioca) und der Paraguaythee (»Yerba«) aufbewahrt. In den Ecken herum liegt etwas Sattelzeug, Kuhhäute, Schaffelle und einige Riemen. Sorgfältig zusammengerollt und aufgehängt ist die nirgends fehlende Wurfschlinge (»Lasso«).

Der zweite Raum ist das Schlafzimmer. Je nach der Größe der Familie befinden sich da verschiedene Schragen, hie und da auch eiserne Bettstellen, einige Kisten, wohl auch ein Stuhl, in seltenen Fällen sogar ein Kleiderschrank. Die Matrazen lassen zu wünschen übrig, sehr reinlich sind aber die Leintücher und Kopfkissen, welch letztere reichlich mit Spitzenborden versehen sind. Die baumwollenen, mit allerlei Firlefanz versehenen Decken sind wohl gut im Sommer, im Winter aber würden ein Federbett oder wollene Decken vorzuziehen sein. (Meine Familie schläft unter Federn, im Sommer unter gar nichts.) Von den Männern schlafen viele noch zu ebener Erde auf ihrem Sattel. Zu einem von den Orientalen und den meisten Fremden gebrauchten Sattel gehören viele Dinge. Zuerst kommt auf das Pferd eine Schweißdecke, dann eine lederne Decke, darauf der zwei Fuß lange, etwas gebogene und in der Mitte etwas ausgehöhlte, hölzerne Bock, welcher mit einer aus zwei Theilen bestehenden und fußbreiten Leder- oder Schnurgurte auf dem Pferde befestigt wird; nun kommt erst wieder eine Decke, oft im Werthe von hundert Franken, oder Schaf- oder Ziegenfell und nochmals eine Gurte; nur ist diese schmal und von Zeug. Das ist ungefähr die häusliche Einrichtung.

Nun zu den Bewohnern, und da will ich gleich mit der Geburt der Kinder beginnen. Bei den ersten Anzeichen derselben sattelt irgend ein Familienglied ein Pferd und reitet nach einer Nachbarsfrau, die ihre Hülfe auch nie abschlagen wird. Die Hebamme wird auch aufgesucht, aber gewöhnlich erst gefunden, wenn Alles vorbei ist. Studirte sind nur etwa in den Städten zu finden, in der »Campagna« führen Frauen diesen Titel, die schon alt und erfahren sind; gewöhnlich sind es Afrikanerinnen. Während dieser Zeit trinkt die Wöchnerin einige Glas Wein oder auch Schnaps und wird von den anwesenden Frauen von Zeit zu Zeit tüchtig geschüttelt. Die Kinder selbst nun wachsen ziemlich wild auf, lernen früh die Reitkunst und müssen oft im Alter von kaum acht Jahren die Schafe hüten, eine Arbeit, die dem Knaben besonders gefällt, da es sich nur um das Hin- und Herreiten handelt, jedenfalls die Faulenzerei sehr begünstigt. Hat sich ein Knabe einmal an diese Beschäftigung gewöhnt, so wird er auch als erwachsen zu wenig anderem mehr taugen.

Bis noch vor wenigen Jahren sah man bei wenig Häusern etwa einen Baum, ein Gärtchen, ein Maisfeld, die Leute hüteten ihr Vieh und ihre Schafe und glaubten, damit genug gethan zu haben, obschon das Vieh selten mehr als einmal wöchentlich zusammengejagt wird und die Schafe bei schönem Wetter oft keine Stunde im Tage Arbeit geben. In einem richtigen, orientalischen Hause kann man deßhalb im Winter die Männer den größten Theil des Tages, »Maté« trinkend oder Spießbraten essend, um das Feuer sitzen sehen. Der Paraguaythee, in Form und Farbe dem Guano nicht unähnlich, kann auf zweierlei Arten getrunken werden: die Orientalen schütten den Thee in ein kleines, kürbisartiges Gefäß (»Maté« genannt), gießen heißes Wasser darüber und dann wird mit einem blechernen oder silbernen Röhrchen (»Bombilla«) der nun fertige Thee ausgesogen. Viele trinken denselben bitter, andere mit Zucker. Der »Maté«, kaum 3—4 Schlücke haltend, wandert von einer Hand in die andere (immer frischer Aufguß) und wird so lange umgeboten, bis der, welcher genug hat oder dem er verleidet ist, sagt: »esta en buona man« („es ist in guter Hand"). Viele Ausländer bereiten den Thee gleich dem chinesischen, trinken ihn aus Tassen mit Milch oder Zucker. In meinem Hause wird er auf beide Arten getrunken, ich ziehe das Röhrchen vor, nur ist mir der eigentliche »Maté« zu klein und ich ersetze diesen durch einen Blechbecher. Nach dem Ausspruch der Aerzte soll dieses der gesündeste Thee sein, in Europa aber seiner Form und Farbe wegen nie allgemein werden können. Der Spießbraten, nach althergebrachter Sitte bereitet, schmeckt vorzüglich. Das Fleisch wird am Spieße langsam auf dem Feuer geschmorrt; hat sich auswendig eine Kruste gebildet, ist inwendig hingegen das Fleisch noch ein klein wenig blutend, so wird der Spieß sammt Fleisch unweit des Feuers in die Erde gesteckt; jeder zieht sein Messer aus der Scheide und schneidet sich ein Stück ab. Den Frauen wird zuerst von den Männern abgeschnitten; mit der einen Hand führt man das Fleisch zum Munde, beißt in das Stück und schneidet dann mit dem Messer hart unter der Nase ein entsprechend großes Stück zum Kauen ab.

Ohne Messer geht überhaupt selten Jemand von Hause weg, trägt es also fast beständig im Hosengurt. Da dieses vielfach als Waffe benützt wird, ist es von verschiedener Größe, von der Länge eines gewöhnlichen Matrosenmessers bis zu einem zwei Fuß langen Säbel oder dem Fleuret ähnlichen Dinge. Richtige Gauchos haben immer lange, scharf geschliffene, spitzige Messer; so bewaffneten Leuten gehe ich gerne aus dem Wege. Beim Eintritt in eine Wirthschaft müssen alle Waffen, seien es nun Messer oder Revolver, abgegeben werden. Nun bin ich aber von meinem Spießbraten abgekommen, habe zwar nur noch zu bemerken, daß, wenn die Mahlzeit fertig, ein Tuch, sei dies von welcher Farbe es wolle, herumgereicht wird, jeder wischt sich mit dem nämlichen Lappen die von Fett triefenden Hände und den Mund ab. Die Messer werden am Fußzeug oder einem alten Sacke abgeputzt.

Die Kleidung der Uruguayanos hat in den letzten zehn Jahren bedeutend von ihrer malerischen Tracht verloren; Kleider von europäischem Schnitt finden von Tag zu Tag mehr Anhang. Die Stiefel waren früher nicht so allgemein wie jetzt; Schuhe mit geflochtenen Seegrassohlen und Trilchüberzug bildeten fast das allgemeinste Fußzeug. Die Unterhosen waren furchtbar weit, stark gestärkt und unten mit einer breiten Spitze versehen; diese Sorte ist aber beinahe ganz verschwunden, weit genug sind sie zwar noch alle. Hosen trägt jetzt kein Campbewohner mehr gerne; als Ersatz dient ein sechs Fuß langes und drei Fuß breites Stück Zeug; die eine schmale Seite wird hinten um die Hüften geschlagen, das Tuch dann zwischen den Beinen durchgenommen, das Ende wieder um die Hüften geschlagen und das ganze mit einem Gurt festgebunden. Auf der Seite sind von halber Schenkelhöhe nur die Unterhosen sichtbar, Rock und Weste sind wie überall, nur ja nicht mit Taille und Schössen. Der leichte Sommerponcho und der schwere Reifmantel mit meist rothem Futter sind allgemeine Kleidungsstücke. — Bei reichen „Estanzieros" (Gutsbesitzern) sind die Zimmer nach europäischer Weise möblirt, die Speisen von Köchen bereitet und vom Kammermädchen in Porzellangeschirren aufgetragen; die Kleidung ist stets nach der Mode. Die Einwanderer, ob reich oder arm, suchen sich noch so europäisch als möglich einzurichten. Ich kenne zwar Familien, die über zwanzig Jahre hier sind, als reich gelten und doch gerade ebenso leben, wie ärmere Orientalen. Die Frauen tragen keine besondere Tracht, sind städtisch gekleidet, wie in allen zivilisirt sein sollenden Ländern. Jedenfalls leiden die Röcke keinen Mangel an Rüschen, Schleifen und Volants 2c.; die Kopfbedeckung ist die spanische.

Kommt ein Fremder oder Bekannter zu einem Hause geritten, so ist es Sitte, daß Betreffender zirka zehn Schritte vom Hause anhaltet und »Ave Maria« ruft. Der Eigenthümer, oder wer gerade im Hause ist, tritt in die Hausflur und sagt: „Steigen Sie ab." Vergißt man Solches zu sagen, oder thut man es sonst nicht, ist man sicher, als grober Mensch zu gelten. Unaufgefordert steigen nur ganz vertraute Freunde ab. Will Einer nicht absteigen, sondern nur über irgend etwas Auskunft haben, so erwiedert er: »Doy la gracia« (sage Dank). Kein Orientale wird einem Reisenden das Nachtquartier verweigern, jeder Fremde hat sich jedoch wohl zu merken, daß er bei Sonnenuntergang bei dem Hause ist, wo er zu übernachten gedenkt. Sobald es finster ist, wird weder Rede noch Antwort gegeben; geschieht es dennoch, immer nur von verschlossenem Zimmer aus. Steigt Einer Nachts unaufgefordert vom Pferde und tritt in die Hausflur, so hat jeder Eigenthümer das Recht, den Betreffenden niederzuschießen. Von diesem Rechte wird glücklicherweise selten Gebrauch gemacht oder dann aus guten Gründen. Es gibt eben hier viele Fremde, die mit den Sitten nicht vertraut sind, und zudem weiß jeder Orientale einen Frischeingewanderten an der Sprache von einem Gaucho zu unterscheiden. Der Orientale ist, und wäre er der größte Spitzbube, auch in den kleinsten Dingen sehr zuvorkommend und aufmerksam, oft von einer peinlichen Höflichkeit. Im Umgang und Gespräch sollte man glauben, es wäre im ganzen Lande Keiner, der böse Absichten hätte; leider ist dem nicht so. Eine kleinere oder größere Portion Falschheit und Haß gegen alle Fremden trägt Jeder in sich. Gegen Menschen, die Unsereinem mit Artigkeiten aller Art völlig warm machen, thut man am besten, behutsam vorzugehen.

Ein Hauptlaster der Gauchos ist das Spiel, sei es Wettrennen, Karten-, Billardspiel u. s. w. Bei den hiesigen Wettrennen handelt es sich nicht darum, Racenthiere zu erproben, sondern einfach Geld zu gewinnen. Das Rennen geschieht meistens nur auf kurze Distanzen, 2, 3—400 Schritte, selten, daß eine halbe oder ganze Stunde geritten wird. Gegenseitig werden hingegen oft sehr hohe Summen gewettet und nicht selten um die einzige Habe, das Sattelzeug. Will man einen reichen Orientalen in größtem Staate sehen, hat man bei den »Carrera« die beste Gelegenheit: hohe Glanzstiefel mit silbernen Sporren, Schnallen und Riemen, die Messerscheide und Griff des Messers von Silber, die Gerte mit Silber beschlagen und den Geldgurt mit angehängten Geldstücken verziert. Pferd und Sattel sind nicht weniger geschmückt, Steigbügel aus Silber und um Brust und Hals des Pferdes silberne Bänder. 1000 Fr. sind nicht selten auf diese Weise an ein Pferd gehängt.

So gerne wir nun — nach drei Jahren — nach der Kolonie gingen, so froh waren wir, wieder in unserem Haus und Heim und bei unserer Arbeit zu sein.

Druck der M. Kälin'schen Offizin in St. Gallen.

Briefkasten der Redaktion.

I. B. Ihr vertrauensvolles Schreiben soll nicht umsonst an uns gelangt sein. Wollen Sie uns nähere Adresse aufgeben, damit wir Ihnen in gewünschter Weise dienen können.

Fr. **A. B.** in **B.** Gewiß werden wir Ihres Wunsches eingedenk sein — entspringt er ja so edlem Motive. Von ihrer Beitrittserklärung haben wir mit Vergnügen Notiz genommen, unter bester Verdankung Ihrer weitern Anregungen, die so sehr zeitgemäß und wünschenswerth sind. Herzlichen Gruß!

Junge, unerfahrene Frau. Das Aussieden des Kaffeesatzes ist der Gesundheit durchaus nicht schädlich, dagegen empfiehlt es sich eher, das einmal blos übergossene (angebrühte) Kaffeepulver in Wasser auszulaugen, dem eine Prise kohlensaures Natron beigegeben worden, und solches beim nächsten Gebrauche dem Kaffeewasser beizufügen. — Was Ihre weitere Frage betrifft, so haben Sie Recht; das Verbotene reizt. Wenn aber Ihr Dienstmädchen keinen andern Fehler hat, als denjenigen der Neugierde, so bekämpfen Sie diesen am Besten mit humoristischer Offenheit. Wenn Sie sehnsüchtige Blicke oder unberufenes Verweilen an verbotenen Orten bemerken, so öffnen Sie selbst der Neugierigen die verschlossenen Behälter, und fordern Sie das Wundernäschen auf, den Inhalt nun zu mustern.

Ebenso begegnen wir der Horcherin. Wo wir Eines bemüht sehen, an einer Thüre zu horchen oder durch unnöthiges Hin- und Herlaufen etwas von dem geführten Gespräche zu erhaschen, da heißen wir — auch in Gegenwart Fremder — die Neugierige die Thüre ganz öffnen oder direkt in's Zimmer zu kommen, damit sie nicht etwas unrichtig verstehe und das Unrichtige weiter trage. Auch nur einigermaßen für Belehrung empfängliches Mädchen wird durch solche Behandlung sich Neugierde und Horcherei abgewöhnen.

Abonnentin im Hochland. In bedenklicher Weise mit Privatkorrespondenzen belastet, können wir nicht anders, als die eingehenden Schreiben der Reihenfolge nach beantworten, wie es unsere Zeit eben gestattet. Die Mappe für „unbeantwortete Korrespondenzen" drückt uns stets wie ein Alp auf dem Herzen, das so sehr von dem Wunsche beseelt ist, das entgegengebrachte Vertrauen möglichst zu rechtfertigen; allein die Hausfrauen- und Mutterpflichten, welche nebst der Redaktion uns obliegen, lassen uns nie dazu kommen, die verhängnißvolle Mappe nacheinander vollständig zu leeren. Wir müssen daher, so leid es uns thut, Sie nochmals recht freundlich um Geduld bitten.

100 in A. Herzlichen Dank für die lieben Worte; Ihren Wunsch werden wir so oder so zu erfüllen suchen. — Der „Schweizer Frauen-Verband" wird weder durch zeitraubende Vereinsabende, noch durch kostspielige Feste seine Mitglieder in Anspruch nehmen. Zur Erreichung der vorgesteckten hohen Ziele fordert er blos das vorurtheilsfreie Denken, den edlen, gemeinnützigen Sinn und eingehende, klare Beobachtung dessen, was dem Guten hindernd in den Weg tritt, oder was dasselbe fördern und ihm nützen könnte. (Der festgesetzte Minimalbeitrag von 1 Fr. per Jahr ist natürlich kein Hinderniß für die reichere Bethätigung derjenigen, welche sich hiezu gedrungen fühlen, weil ihre Verhältnisse es ihnen erlauben.) Die „Schweizer Frauen-Ztg.", als Centralorgan des „Schweizer Frauen-Verbandes", nimmt schriftliche Beobachtungen, Anregungen und Wünsche der Vereinsmitglieder jederzeit mit Vergnügen entgegen und vermittelt solche jeweilen ihren werthen Leserinnen, sei es durch vollständigen Abdruck des Eingesandten oder durch eigene Bearbeitung der angeregten Gedanken. Die Gründung von Lokalvereinen, als thätige Glieder des Ganzen, wird vielerorts schon emsig betrieben; thun daher auch die dortigen Frauen sich zu diesem Zwecke zusammen, soweit die Umstände es Ihnen erlauben und es den gemeinsamen Wünschen entspricht. Bis auf Weiteres stehen eine Anzahl Blätter, inhaltlich der Ziele des „Schweizer Frauen-Verbandes", für weitere Verbreitung gerne zu Diensten. Unsere herzlichsten Grüße!

Louise in A. Wie werden unsere bedrängten Mitschwestern sich solcher Anregungen freuen, besonders wenn sie recht bald die Früchte derselben genießen können. Als Mitglied unseres Verbandes drücken wir Ihnen schwesterlich die Hand.

Nördliche Schweiz. Im Sinn und Geist des „Schweizer Frauen-Verbandes" haben Sie ja schon lange gewirkt. Darum: Von Herzen willkommen. Das Gewünschte ist besorgt.

M. Sch. in G. Wir hoffen Sie im Besitze des Gewünschten. Der Universalkochtopf von Gerold Fiel; u. Sohn in Wattwyl wird in dieser Wintersaison eine hervorragende Rolle unter den Küchengeräthen spielen, und das mit Recht. — Als Mitglied des „Schweizer Frauen-Verbandes" von Herzen willkommen; je näher der geistige Anschluß, um so besser; die Entfernung ist in diesem Falle kein Hinderniß.

An Verschiedene. Ziffer 523 der Anzeige in Nr. 37 ist erledigt.

Fr. **M.** in **L.** Beitrittserklärung und Anregung mit Vergnügen entgegengenommen. Herzlichen Gruß!

Frau **K. Z.** in **St. Louis** (U. St. A.). Wir sandten Ihnen Quittung und Antwort im Briefkasten unseres Blattes. Nachsendung ist abgegangen. Besten Gruß!

Fr. **Z.** in **R.** „Möge das Gedeihen des „Schweizer Frauen-Verbandes" reiche Früchte bringen", so wünscht mit Ihnen noch manches warm schlagende, nicht nur Frauen-, sondern auch Männerherz. Das walte Gott!

Alice von der Alp. Wir begrüßen Sie als Mitglied des „Schweizer Frauen-Verbandes".

Fr. **Pf.** in **Z.** Ein warmes Herz mit offener Hand und klugem Sinn bringt viel zu Stand. Der Eintritt wurde mit Vergnügen notirt.

An Verschiedene. Die Anmeldungen zum Beitritte in den „Schweizer Frauen-Verband" werden den Betreffenden herzlichst verdankt.

Inserate.

Jedem Auskunftsbegehren sind für beidseitige Mittheilung der Adresse gefälligst 50 Cts. in Briefmarken beizufügen.

Eine anständige, fachgeübte **Glätterin** findet regelmässige Arbeit im Kundenhaus in der Nähe der Stadt St. Gallen; ebenso eine tüchtige **Flickerin**, die sich auch auf's regelrechte Ausbessern der Strümpfe versteht. Baldige Anmeldung erwünscht. [562

Eine gebildete Tochter aus sehr guter Familie sucht auf Ende dieses Jahres eine Stelle in einer feinen Familie, entweder als Stütze der Hausfrau oder zur Erziehung kleiner Kinder. Auch könnte sie sich als Gesellschafterin zu einer ältern Dame entschliessen. Gefällige Offerten an die Expedition dieses Blattes. [554

Gesucht:
In eine gebildete Familie Zürichs ein durchaus tüchtiges Mädchen von einiger Bildung und stillem, zuverlässigem Charakter, zur Pflege von Kindern und zur Stütze der Hausfrau. Die Betreffende muss gut nähen und bügeln können. — Eintritt Anfangs November. [563

Für Eltern.
552] In dem
Institut „La Cour de Bonvillars"
bei **Grandson** (Waadt) werden noch einige **junge Leute aufgenommen. — Studium der neuern Sprachen, Buchhaltung etc.** — Prospekte und Referenzen versendet der Vorsteher **Clt. Jaquet-Ehrler.**

546] Eine Tochter aus achtbarer Familie, beider Sprachen mächtig, im Serviren bewandert, auch einige Kenntnisse in der Musik besitzend, wünscht Stelle in einem Magazin, Gasthof oder ersten Café-Restaurant. Gute Referenzen stehen zu Diensten. Eintritt sofort. Auskunft ertheilt die Expedition dieses Blattes.

511] Wo ein Wittwer ruhig seine Kinder in gewissenhafte, mütterliche Pflege und Erziehung geben kann, sagt das Bureau dieses Blattes.

Eine Tochter aus gutem Hause wünscht in einer Pfarr- oder wackern bürgerlichen Familie Aufnahme, wo sie sich willig allen vorkommenden Hausgeschäften unterziehen würde, um sich in denselben praktisch auszubilden. Am liebsten da, wo sie als Familienglied betrachtet wird. Anmeldungen an die Expedition der „Schweizer Frauen-Zeitung". [516

Familien-Pensionat
von Frl. **Steiner**, Villa Mon Rêve,
Lausanne. [524
Sorgfältige Erziehung. — Familienleben.
Gesunde Lage.
Prospekte und Referenzen zu Diensten.

Kindergarten Horgen.
538] Wir suchen für den mit Martini zu eröffnenden Kindergarten zwei geprüfte, patentirte **Kindergärtnerinnen.** Bewerberinnen für eine dieser Stellen wollen innert 14 Tagen ihre schriftliche Anmeldung, sowie ihre Zeugnisse persönlich an **Frau Präsident Streuli** geb. **Hüni** im „Herdner" überbringen.
Der Vorstand.

Familien-Pension
in Lugano.
469] In einer kleinen, achtbaren Familie finden einige junge Damen zur Erlernung der italienischen Sprache oder zur Kräftigung der Gesundheit freundliche Aufnahme. Schöne, gesunde Lage.
Referenzen: Madame *Schnorf*, Stadelhoferquartier 2, *Zürich;* Madame *L. Isler-Vock, Wildegg;* Herr *Urs v. Arx*, Fürsprech, *Solothurn;* Herr *G. Vegezzi*, Fürsprech, *Lugano.*
Weitere Auskunft ertheilt bereitwilligst Wittwe *Adele Flury-Rainoni* in *Lugano.*

Blutarmuth
(Bleichsucht, weisser Fluss), Schwächezustände, Krankheiten des **Magens**, der **Haut** (Flechten etc.), **Nervenleiden, Geschwüre** aller Arten heilt nach einfacher Methode (durchaus wissenschaftlich) mit brillantem Erfolge brieflich [549
Spezialarzt **Dr. Buck,**
Netstal (Glarus).

Chr. Schmidt, Nekarsulm (Württemb.):
Strickmaschinen.
Einzig prämirt, Stuttgart 1881: Silb. Medaille.
Vertreter für die Schweiz: [537
Oechslin & Vogel, Schaffhausen.

Feinstes Nähmaschinenöl,
in Fläschchen à **50** und **90 Cts.**, in der
Apotheke Rothenhäusler, Rorschach.
Dépôt der meisten Richter'schen Präparate: Painexpeller, Regulatingpillen. [558

Niederlage
der weltberühmten
Metall-Putz-Pomade, die kleine Büchse à 15 Cts., die grosse à 40 Cts.
Leder-Appretur, p. Flasche 70 Cts.
Flüssiger Leim, p. Flasche 50 Cts.
aus der chemischen Fabrik von **Hermann Lubsinski** in **Berlin** bei
A. Custer zum »Neueck«,
563] Speisergasse 39, **St. Gallen.**

Wäschezeichen-Tinte
(Marking Ink),
garantirt waschächt, ohne den Stoffen zu schaden, kann als Stempelfarbe oder zum Schreiben mit der Feder benutzt werden.
Preis per Flacon **75 Cts.**, per 6 Flacons **Fr. 4. —.**
An Wiederverkäufer Rabatt.
A. O. Werdmüller, Apotheker,
555] in **Davos.**

W. Rietmann-Rheiner,
Graveur,
Unterer Graben, **St. Gallen.**
Lager
in **Petschaften, Timbre-cachets, Automaten, Monogramm-Chablonen, Chablonen-Pinseln, Firma-Monogrammen, Stempeln** in Metall und Kautschuk, **Stahlstempeln** zum Einschlagen, **Brenneisen, Stempelfarben** und **Lingetinte.**
Gravuren in *Gold, Silber, Perlmutter, Elphenbein, Schildkrot, Metallschilder* etc. in feiner Ausführung. [547

Für Hausfrauen!
Giftfreie Farben z. Selbstfärben
aller Art Stoffe
in allen Farben und Nüancen, in Paqueten à 25 u. 50 Cts., mit genauer Gebrauchsanweisung, empfiehlt die
Hecht-Apotheke
v. **C. Friederich Hausmann**
in **St. Gallen.** [548

Linoleum-Parquetböden
(Korkteppiche)
für Zimmer jeder Art empfehlen als Spezialität
Jac. Bær & Cie., Arbon.
Prospekte gratis auch bei der Expedition dieses Blattes. (O 113 A) [536

— Für Fr. 15. — —
versende ich einen guten, achromatischen
Militär- und Reise-Gucker,
auch für Theater passend, mit **Leder-Etui** und **Riemen** versehen. Objektive 43 mm. Durchmesser. **Grosses Sehfeld** und **Klarheit** garantirt.
E. Gautschy,
Optiker und Fabrikant,
in **Lausanne,**
541] 9 Rue de Bourg 9.

Das schönste Geschenk,
das eine Gattin ihrem Gatten machen kann, ist ein [517
Schlafrock,
billig gekauft im Magazin von
Sternenberger-Engler,
St. Gallen, Spitalg. 3.

Avis.
506] Auf kommende Saison wieder bestens assortirt, erlauben wir uns, folgende Artikel in empfehlende Erinnerung zu bringen:
Stickereien auf *Stramin, Tuch* und *Leinwand, Boden-Teppiche, Pantoffeln, Kissen, Lambrequins, Tischdecken, Servietten, verschiedene Kinderarbeiten* auf Carton etc.
Strumpf-, Kastor- und **Terneauwolle** in prima Qualität.
Zeichnungen auf alle Stoffe werden prompt und schnell besorgt, sowie Auswahlsendungen gerne verabreicht.
C. & A. Alder,
Neugasse Nr. 20, **St. Gallen.**

Für 6 Mark 40 Pfenning
versende franko, exklusive Zoll, 1 Kistel, enthaltend 24 Stück à 1/4 Pfund (125 gr.)
Frankfurter
reine Toilette-Fettseife.
(Ohne jede Spur von Schärfe bei grossen reinigenden Eigenschaften und verhältnissmässig geringem Verbrauche die mildeste und billigste aller Toiletteseifen.)
Feodor Bachfeld,
Parfümerien- und Toiletteseifen-Fabrik
M69/8F] **Frankfurt a. M.** [447

Gestickte Vorhangstoffe,
Bandes & Entredeux
liefert billigst [418
Eduard Lutz in **St. Gallen.**
Muster sende franco zur Einsicht.

Pensionat und Töchterschule

von Frl. **Hammer** in **Zürich-Neumünster.**

521] **Beginn des neuen Semesters am 24. Oktober.** — Unterricht in den wissenschaftlichen Fächern, Musik, Malen, Handarbeit. Französische und englische Conversation durch Ausländerinnen im Hause. (H 3631 Z)

Den verehrlichen Müttern die ergebene Anzeige, dass ich in meinem **Filialgeschäfte, Speisergasse Nr. 40** in **St. Gallen,** neuestens den Artikel [529

Kinderkleidchen und Mäntelchen

für Herbst und Winter in ganz- und halbwollenen Stoffen für Mädchen von 1 bis 12 Jahren eingeführt habe. Diese Kleidchen zeichnen sich ganz besonders durch vorzüglichen Schnitt und Eleganz aus. Da ich sie in grosser Masse eingekauft, bin ich im Falle, sie zu billigsten Ansätzen zu veräussern. Preis der **Mäntelchen** Fr. 4. 30 bis Fr. 15, der **Kleidchen** Fr. 7 bis Fr. 28.

J. Kuhn-Kelly, Filiale St. Gallen.

☞ Auswärtige Bestellerinnen belieben das vordere Maass vom Halsausschnitt bis unten am Saum des Kleidchens in Centimeter anzugeben. Die Maasse variiren von 48—90 Centimeter. Je nach Umständen werden auch Ansichtssendungen gemacht.

Pensionat Schmidt

in **Gundelfingen** (Königreich Bayern).

551] Söhnen gutrekommandirter Familien kann in beschränkter Anzahl Aufnahme als Pensionäre, resp. Externe, gewährt werden.

Gründlicher Unterricht in den Sprachen, den Realwissenschaften inkl. Zeichnen und Musik.

Exkursionen. — Turn-Uebungen. — Gewissenhafte Erziehung und Ueberwachung. — Ländliche Preise.

Das chemische Laboratorium

von

Dr. Ed. Kleiner, Festgasse 17, **Seefeld-Zürich,**

556] übernimmt (M 2562 Z)

mikroskopische und chemische Untersuchungen

von **Lebensmitteln, Getränken, Spezereien, Handelswaaren** etc. etc.

Privatschule und Pension für Mädchen

von Frau Professor **Tobler-Hattemer**

z. Morgenthal — **Hottingen-Zürich** — Thalstrasse 9.

Anfang des Winterkurses den 23. Oktober d. J.

560] Drei Elementar-, drei Real- und vier Sekundarklassen. Tüchtige Professoren und Lehrerinnen, sorgfältige Organisation des Unterrichtes, theoretische und praktische Uebung der neuern Sprachen, grosse Sorgfalt in sanitarischer Beziehung. Zahlreiche Referenzen.

Professor Jäger'sche

Normalkleidungen.

Sendungen ächter Tricots zu Anzügen

sind eingetroffen und empfehle dieselben zu Bestellungen nach Maass, **unter Garantie richtigen Passens.**

Modelle liegen zu gefl. Ansicht bereit. Hochachtend

Albrecht Wittlinger,

559] Storchengasse 13, **Zürich.**

☞ Keine Sommersprossen, ☜

Finnen, Mitesser, Falten des Alters, braune und gelbe Flecke entstellen das Gesicht, wenn man die **Orientalische Rosenmilch** von **Hutter & Cie. in Berlin,** in Flacons à Fr. 3, anwendet. Damen kann dieselbe als das einzige sichern Erfolg habende Toilettenmittel dieser Art empfohlen werden.

Dépôt bei **J. U. Locher,** Marktgasse in **St. Gallen.** [488

368] **Von schweizer. Aerzten und Autoritäten der medizinischen Wissenschaft empfohlen und als ausserordentlich heilkräftig erklärt. Speziell für Blutarme, Bleichsüchtige, Nervenschwache, Magen- und überhaupt Verdauungsschwache, Reconvalescenten.** — Bei Gebrauch nach Vorschrift ist dieser Bitter zur Erhaltung der Gesundheit bis in's höchste Alter ein **unübertrefflicher, diätetischer Hausliqueur.** — Preis per Flasche mit Gebrauchsanweisung Fr. 2. 50. Dépôt in **St. Gallen: Rehsteiner,** Apotheker.

Im Verlage der **M. Kälin'schen Buchdruckerei** in **St. Gallen** ist erschienen (siehe Besprechung in Nr. 38 dieses Blattes):

Schweizerischer Bauern-Kalender pro 1883.

Herausgegeben von Prof. **Anderegg** in **Chur.**

84 Seiten gr. 4°. **Preis 50 Rp.** Für Wiederverkäufer entsprechender Rabatt.

*Haupt-Dépôts bei den Herren: **J. H. Waser & Cie.** in **Zürich** und **J. M. Albin** in **Chur.*** [561

☞ **Kalenderverkäufer und Kolporteure** ☜

werden ganz besonders auf obigen „Bauern-Kalender" aufmerksam gemacht.

Heinrich Anderegg-Alder in Brunnadern (St. Gallen)

empfiehlt **Grob & Anderegg's** oder

Wattwiler Kindermehl

(mit und ohne Zuckergehalt), eine leicht verdauliche, sehr kräftigende, dem kindlichen Magen besonders zuträgliche Nahrung. [282

Zu beziehen in **Apotheken** und wo keine solchen sind, in **Spezereihandlungen.** (H 1790 Z)

Bruchbänder

jeder Art für **Männer, Frauen, Knaben** und **Kinder** in grösster Auswahl, von billigster bis hochfeinster Ausstattung, in durchaus guter, solider Qualität, empfiehlt zu billigsten Preisen und versendet auf Wunsch in passender Auswahl die

Engel-Apotheke Rothenhäusler, Rorschach.

557] **(Allopathische und homöopathische Offizin.)**

Holländische Blumenzwiebeln

als: **Hyacinthen, Tulpen, Crocus** etc., in reicher, vortrefflicher Auswahl, empfiehlt zu billigsten Preisen

545] ***Sam. Friedli, jun., Bern.***

Cataloge gratis und franko.

502] **Carl Grüring,** Marktgasse, **Bern,**

Spezerei- und Colonialwaaren-Handlung,

empfiehlt bestens

Thee, Chocoladen, engl. Bisquits, Cognac, Rhum und Kirsch.

= Corsets =

in grosser Auswahl von **Fr. 2. 30** an bis **Fr. 14.** — empfiehlt [562

A. Custer zum »Neueck«, Speisergasse 39, **St. Gallen.**

Kunst-Portraits

und [459

Stempel aller Arten

von

PAUL RENHAS,

Sprach- u. Stenographielehrer,

Rorschach.

MAILAND.

Hotel Biscione.

Deutsche Bedienung unter persönlicher Leitung des Besitzers. Mässige Preise. Stark besucht von Schweizern. Omnibus, Bäder und Telephon im Hause. [496

A. Borella, Propriétaire.

☞ Allen ☜

Magen- und Nervenkranken,

wie überhaupt allen ähnlich Leidenden, empfehlen wir auf's Wärmste den **Spezialarzt Bergfeld** in **Netstal** bei **Glarus.** Wo Andere nicht helfen konnten, heilte er uns brieflich, mit einfachen unschädlichen Mitteln. — Für Viele: Dr. Schoch in *Hottingen-Zürich;* **Mafli,** Verwalter der Korr.-Anst. *St. Leonhard-St. Gallen* u. s. w. [415

Walliser Trauben,

beste Auswahl,

5 Kilo franko in der Schweiz Fr. 5. —. Anleitung zur Traubenkur gratis. [550

G. Tschop, Siders.

Trauben

zu **Fr. 4. 50** in Kisten von 5 Kilo bei

540] **Jos. Antille, Sitten.**

Anglo-Swiss [494

Kindermehl.

Depôt: **A. Maestrani.**

Billigen, grünen

Mocca-Kaffee

499] von **ausgezeichnetem, wohlschmeckendem Aroma** verkauft en détail per Pfund à **Fr. 1. 20**

G. Winterhalter,

Nr. 6 Multergasse Nr. 6, in **St. Gallen.**

En gros et en détail. — Wiederverkäufer erhalten entsprechenden Rabatt.

Fernseher

— sehr bequem bei Spaziergängen — ein gutes Fernrohr ersetzend, versendet zu **F. 3.** — franko [553

Carl Liebi, Unterbälliz, **Thun.**

Agenten

für Porträts u. Stempelfabrikation

werden gesucht von [544

Paul Renhas, Rorschach.

Druck der M. Kälin'schen Buchdruckerei in St. Gallen.