

**Zeitschrift:** Schweizer Frauen-Zeitung : Blätter für den häuslichen Kreis  
**Band:** 32 (1910)  
**Heft:** 23

**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:** 21.11.2024

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

# Schweizer Frauen-Zeitung.

32. Jahrgang.

Organ für die Interessen der Frauenwelt.

**Abonnement.**

Bei Franko-Zustellung per Post  
Halbjährlich . . . . . Fr. 3.—  
Vierteljährlich . . . . . 1.50  
Ausland zuzüglich Porto.

**Gratis-Beilagen:**

„Koch- und Haushaltungsschule“  
(erscheint am 1. Sonntag jeden Monats).  
„Für die kleine Welt“  
(erscheint am 3. Sonntag jeden Monats).

**Redaktion und Verlag:**

Frau Elise Honegger,  
Wienerbergstrasse 3, „Bergfried“.  
Post Sauggas  
Telephon 376.



**Insertionspreis:**

Per einfache Pettzeile  
Für die Schweiz: 25 Cts.  
„ das Ausland: 25 Pfg.  
Die Retikamezelle: 50 Cts.

**Ausgabe:**

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

**Annoncen-Regie:**

Expedition  
der „Schweizer Frauen-Zeitung“.  
Aufträge vom Platz St. Gallen  
nimmt auch  
die Buchdruckerei Mercur entgegen

St. Gallen

Immer strebe zum Ganzen, und kannst du selber kein Ganzes  
Worte: Werden, als dienendes Glied schlies an ein Ganzes dich an!

Sonntag, 5. Juni.

Gedicht: Frühling.  
Der Schein.  
Das Zellerhaus in Berlin.  
Ueber den Weg zum Erfolg.  
Kopfschmerz.  
John Stuart Mill über die Ehe.

**Inhalt:**  
Sprechsaal.  
Feuilleton: Mütter und Söhne.  
Beilage:  
Briefkasten.

Ein Mittel gegen Schlaflosigkeit.  
Vermächtnisse.  
Fortsetzung des Sprechsaales.  
Die moderne Haartracht der Frauen — eine  
gesundheitliche Gefährde.

**Frühling.**

Eine Lerche steigt zum Himmel empor  
Und singet ein uraltes Liedchen mir vor;  
Ein Liedchen, so alt wie die Welt, und so neu —  
Sie singet vom Frühling, von Liebe und Treu'.

Sie singet vom Frühling, von goldener Zeit,  
Von Rosen und Dornen, von Liebe und Leid;  
Von Liebe und Leid, o so süß und so bang,  
Wie einst es auch mir in der Jugendzeit klang.

Auch mir hat's geklungen so lieb und so weh!  
Auch mir sang die Lerche aus himmlischer Höh'.  
Es blühten die Blumen des Frühlings so schön!  
Es lockten zum Reigen die lieblichen Feen.

O juble nur, Lerche, mit schmetterndem Schall,  
O wecke die Träume der Jugend mir all,  
Und singe die Liebe zu neuem Erglüh'n!  
Im Frieden dann laß ich die Ästern verblüh'n.

**Der Schein.**

Man sollte es kaum glauben, daß es heut-  
zutage noch Menschen gibt, die es vermögen,  
ihr Leben lang dem Schein, als höchstes Glück,  
zu hulbigen. Und doch ist es so und in viel  
ausgebehrtem Maße, als man selbst, als Schwarz-  
seher, annimmt.

Die Frau entbehrt geduldig Licht und Luft  
und Sonne in ihrer Wohnung, wenn sie nur  
dafür ein elegantes Kleid auf die Straße hat.  
In der Wohnung selbst verlegt man die Schlaf-  
zimmer, also den Raum, da wir einen Drittel  
unseres Lebens hindringen, in die schlechteste  
Dunkelkammer, wenn nur eine „gute Stube“,  
„ein Salon“ dadurch gewonnen wird. Am Mit-  
tagsisch begnügt man sich mit kärglicher, unzu-  
reichender Nahrung, wenn es nur dann bei einer  
Abend- oder Kaffeewisite zuweilen hoch hergeht.  
Der Mensch, der sonst so egoistische, opfert sich  
geradezu auf, wenn es dem Götzen „Schein“ gilt.  
In den vier Wänden, wo Fremde nicht Einblick  
nehmen können, herrscht oft äußerste Einschränkung;  
nach außen aber lebt man dem Schein. Man  
geht in allem über die Verhältnisse schämen  
seine Mittel zu scheinen und entbehrt lieber manches  
gemütlichen Komforts und eines großen Teils  
dessen, was das Heim schmückt und ziert, um  
der Welt gegenüber die Wohlhabenden, Gebil-

deten und Feinen zu spielen. Die Meinung der  
Außenstehenden gilt als das Höchste; um diese  
günstig zu beeinflussen, opfert man nicht selten  
Frieden, Gesundheit, häusliche Behaglichkeit, Fröh-  
lichkeit und Alles.

Der Mann steht diesem „Scheinen“ selten  
feindlich gegenüber, er unterstützt es sogar in  
vielen Fällen. Ja oft ist sogar der Mann der-  
jenige, der der besseren Einsicht der Frau gegen-  
über zurücksteht und auf das „Standesgemäß“ hält.

In Gesellschaft tut er es, wie zu seinen ledigen  
Zeiten, den Gutsituierten gleich. Dies auch in  
der Häuslichkeit zu tun, dazu reichen aber seine  
Mittel nicht aus. Ja, was er in der Gesellschaft  
der finanziell besser Situierten mehr verbrauchen  
muß für sich selbst, das muß er seiner Häuslich-  
keit entziehen; er muß eine billigere Wohnung  
nehmen, es muß am Essen Abbruch getan wer-  
den und für die Gesundheitspflege von Frau und  
Kindern bleibt kein Geld mehr übrig. In seine  
Häuslichkeit darf er keinen einblicken lassen. Seine  
Gemütlichkeit verausgabte er in der Gesellschaft  
und daheim ist er der Unbefriedigte und Ver-  
bitterte. Er führt ein Leben, das nicht des Lebens  
wert ist und für das er doch seine ganze Arbeits-  
kraft einsetzen muß.

Ganz bedenklich wird es, wenn in solchem  
Milieu Kinder heranwachsen, die dann — schon  
in der Schule — auch mehr scheinen wollen, als  
sie sind, die durch unpassende Ansprüche an  
Kleider und Vergnügungen den Eltern das Leben  
noch saurer machen, als es ohnedem schon ist;  
die sich ihrer häuslichen Verhältnisse schämen  
und vor keinen Mitteln zurückschrecken, um sich  
als höher stehend darzustellen, als sie sind.

Ja, der Schein ist ein schlimmer Gewalt-  
haber, wer ihm erst den Finger gibt, dem nimmt  
er die Hand und bald genug hat er den ganzen  
Menschen in seinen eisernen Fängen, denen er  
nicht mehr zu enttrinnen vermag.

Es ist kaum auszubedenken, welche nie endende  
Pein es sein muß, ohne Unterlaß und nach allen  
Seiten den Schein wahren zu müssen in der steten  
Angst und Sorge, der Vorhang möchte sich ver-  
schieben, sodaß die Umgebung einen Einblick in  
die tatsächlichen Verhältnisse bekommen könnte.  
Diese Furcht und Sorge ist aufreibend und wenn

der Vorhang sich dann doch einmal verschiebt,  
wenn der Schein erlischt und die wirklichen Ver-  
hältnisse sich zeigen, dann führt das Gefühl der  
erlittenen Schande und Schmach oft zu einem  
tragischen Ausgang, den Fernstehende nicht be-  
greifen können. Ein Beispiel bietet folgender  
Vorfal.

Die Familie eines kaufmännischen Angestellten,  
bestehend aus den Eltern und vier Kindern, die  
letzteren im Alter von 5—14 Jahren, schien in  
sehr guten Verhältnissen zu leben. Sie pflegten  
geselligen Verkehr, indem sie Einladungen annahmen  
und bei sich Gesellschaft saßen. Dies letzte in  
Form von einer sogenannten Abfütterung, wo  
man auf den gut eingerichteten Salon beschränkt  
war und von den übrigen Räumen nichts zu  
sehen bekam. So wie der Tischservice, war auch  
das Essen reichlich und vom feinsten. Es lag  
für die Gäste auf der Hand: Die Leute mußten  
in sehr guten Verhältnissen leben. Aber einmal  
kam die Katastrophe, die den verüllenden Vor-  
hang zerriß und die nackte Wirklichkeit zeigte. Am  
Schluß eines solchen Mahles verfügten die anwesen-  
den Herren sich auf den Bahnhof, um einen ge-  
meinamen Bekannten rasch zu verabschieden und  
nachher wieder zurückzukehren zu den Damen.  
Während die letzteren zusammen plauderten, trug  
das 14-jährige Töchterchen die Teller ab und  
setzte andere an deren Stelle. Plötzlich erkante  
ein durchdringendes Kinderschrei, das alle ent-  
setzt aufspringen machte. Sie eilten schauernd  
der Gastgeberin nach, die in ein anstößendes  
Zimmer stürzte, aus dem den Eindringenden Feuer  
und Rauch entgegenstürzte und wo ein brennendes  
Kind am Boden sich wand. Das Feuer konnte  
gedämmt werden, aber nicht ohne daß auch die  
Mutter sehr schwere Brandwunden erlitten hatte.  
Der Schrecken, die Aufregung und die Schmerzen  
hatten sie besinnungslos gemacht. Mitten im  
Tumult waren die Herren zurückgekommen und  
mit ihnen die Hilfe. Rasch zur Stelle kommen-  
der ärztlicher Rat beorderte die Verwundeten  
ins Krankenhaus und eine der anwesenden Damen  
anerbote sich da zu bleiben, bis Ordnung geschafft  
sei. Die anderen nahmen die Kinder mit sich  
heim, damit sie beaufsichtigt in Ruhe schlafen  
konnten. Da kein Dienstmädchen da war, wollte

die Dame ihre eigene Angestellte kommen lassen, um die Menge Geschirr zu waschen und unter Verschluss zu bringen. Das Töchterchen erklärte aber, daß sämtliches Geschirr in das Gasthaus gehöre, welches das Essen geliefert habe. Was der Familie gehörte, war nur das Mercurium-behrückte und dies noch in einem bedenklichen Zustand. Die Schlafzimmern wiesen die gleiche Verwahrlosung auf wie die Küche, die zugleich als Wohnzimmer dienen mußte. Und als ein Mädchen kam, um Nachtzug für die Kinder zu holen, fand sich keine Wäsche vor und was die Kinder als solche unter den guten Kleidern trugen, war in einem zugehörigen Zustand. Der hilfsbereiten Dame war recht übel zu Mute als sie bedachte, wie ahnungslos unbeforgt sie mit ihren Bekannten in dieser armen, bedürftigen Familie Gastfreundschaft genossen und sich gütlich getan hatten.

Wie war das wieder gut zu machen! Die verschiedenen Familien, die da zusammengelassen waren, einigten sich dahin, die Kinder vorderhand bei sich zu behalten, da das betroffene Kind seinen Wunden erlegen war und die Verletzungen der Mutter eine länger andauernde Behandlung im Krankenhaus notwendig machten. Die Kosten des Gastmahles beglichen bei Ablieferung des Services in aller Stille die Gäste aus der eigenen Tasche und es wurde auch im wohlverstandenen Interesse des Gastgebers dafür gefordert, daß ihm von auswärts eine Stelle angeboten wurde, die ihm in jeder Beziehung entsprach, und ihm ermöglichte, seine Frau nach Entlassung aus dem Krankenhaus direkt in das neue Domizil zu nehmen. Es wurde ihr damit die bittere Beschämung erspart, ihre Gäste noch einmal sehen zu müssen.

Wie bitter hatte sich da das Bestreben, den Schein des Begüterseins zu erwecken, gerächt und es darf wohl angenommen werden, daß die harte Lehre gefruchtet hat, jodaß die Familie am neuen Wohnort ihren tatsächlichen Verhältnissen gemäß sich eingerichtet und gelebt und nicht mehr versucht haben werde, falschen Schein zu erwecken und die Nächsten mit Drangabe der Rechtschaffenheit und Selbstachtung sowie des häuslich-gesundheitlichen Befagens über die wirklichen Verhältnisse zu täuschen.

Wer mit Absicht bei Anderen falschen Schein erweckt, der betrügt. Er betrügt nicht nur die Anderen, sondern auch sich und die Seinigen um das wahre Glück.

### Das Zellerhaus in Berlin. \*)

Als ich im Oktober zur Trinkerfürsorgekonferenz in Berlin war, hörte ich von einem Rettungshaus für Trinkerfinder. Und ich fragte mich hinaus nach der Luisenparkstraße 121. Vor der bezeichneten Hausnummer fand ich spielende Kinder. Sie fielen mir auf durch frische Gesichtsfarben und freundlich höfliches Wesen. Artig wiesen sie mir den Weg über den Hof zu dem Hinterhaus, dem sogenannten „Zellerhaus“. Gewiß waren das „Zellerfinder“. Freundlich wurde ich eingelassen und, obwohl die Besuchsstunden längst vorüber, bekam ich doch auf alle meine Fragen bereitwillig weitgehendsten Aufschluß. Das Haus besichtigen konnte ich wegen der späten Stunde leider nicht mehr. Nur den Eindruck hatte ich, daß alles Anstaltsmäßige vermieden ist und der Eindruck einer großen Familie dem ganzen Leben das Gepräge gibt. Die Hausmutter ist die Gründerin, Frau Anna Zeller, der Hausvater der geschäftliche Leiter, Herr W. Schmidtke. Zur Hilfe für die einzelnen „Familien“ sind noch ungefähr zehn „Schwestern“ angestellt, die im Zellerhaus zugleich ihr Mutterhaus haben. Als Arzt, Rechtsbeistand fungieren unentgeltlich Herrin in und bei Berlin.

Wie ist dies Haus entstanden? Frau Anna Zeller, die Tochter eines württembergischen Arztes, hatte in England die soziale Tätigkeit der Reichen kennen gelernt. Der Gedanke: Gehe hin und tue desgleichen! ließ sie nicht wieder los. Besonders war ihr Auge gefallen auf die leibliche und geistliche Not, der Trinkerfinder ausgefetzt sind. So fing vor etwa sechs Jahren ihr Werk an, indem sie zwei Kinder aufnahm. Freudigen Herzens machte sie die Entdeckung, daß Geduld und Nachsicht auch auf scheinbar ungünstigstem Boden gute Erfolge erzielen. So wagte sie es denn, den Kreis zu erweitern, und heute sind wohl über 30 Kinder unter ihrer Hut. Schwierigkeiten aller Art stellten sich dem redlichen Willen entgegen. Oftmals in ihrer Liebestätigkeit bedroht, anfänglich fast täglich den schwersten Krankheiten unversehrlicher Trunkenbolde ausgefetzt, bot sich der Gründerin natürlich nicht die geringste Aussicht, eine Verzahnung der Eltern zu den Kindern, welche die Erziehung, Kleidung und Ernährung der Kinder dem Heime verurfachten, zu ermöglichen, und so blieb der süßen Verfechterin ihres Gedankens nichts

weiter übrig, als ihr Privatvermögen ihren Bestrebungen zu opfern. Man hat verlost, durch Verkauf von kleineren Schriften einen Beitrag zu leisten, ein Kreis von Gönnern ist hinzutreten; wo man kann, zieht man selbstverständlich auch die Gemeinden oder sonstige Zahlungspflichtige heran. Aber immerhin ist und bleibt dies Werk auf Liebesgaben angewiesen.

Wie notwendig und segensreich dieses Haus für Trinkerfinder ist, zeigen am besten die folgenden Beispiele, die aus dem Bericht einer besuchenden Frau am Jahresbericht abgedruckt sind:

Da ist ein großes, schönes, blondes Mädchen, dessen lieblicher Ausdruck und klare Stimme mir vorhin beim Singen aufstiegen. Sie sieht aus, als habe sie des Lebens rauhe Hand an diese reine Kinderstimme gerührt. Und doch hat der eigene Vater das zwölfjährige Kind mißbraucht und es dann zur Bedienung von Studenten vermietet. Vielleicht hat sie in den Jahren des friedlichen Anstaltslebens die Schreden dieser Zeit vergessen. Ihr Blick ist ruhig, sie weiß nun, daß es auch Güte und Erbarmen in der Welt gibt, und geht fröhlichen Schrittes den Weg zu einem geachteten Dasein.

Da ist das kleine achtjährige Hännchen, das mir auffiel, weil es so ausdrucksvoll ein kleines Gedicht aufsaugte.

Einmal schon hat die Polizei in sein Leben gegriffen, weil seine Eltern — die Mutter eine Dirne, der Vater ein Zubäcker — ins Gefängnis mußten. Es kam zu Verwandten. Es durfte da im Bett zu Füßen des Ehepaars schlafen. Aber der Mann war ein Quarztalesäurer, und wenn die tierische Mut des Alkoholrausches über ihn kam, riß er das kleine Mädchen aus dem Bett und schlug es furchterlich mit einem Lederriemen. Das geängstete Kind verdeckte sich unter dem Bett, aber auch dort wurde es von dem Wüterich entdeckt und mißhandelt. Bei Tage mußte es betteln gehen, abends kamen die Prügel.

Es entließ den Heimgang — die Polizei brachte es den „Pflegeeltern“ zurück. Da faßte die Kleine einen heroischen Entschluß. Wochenlang nächtigte sie auf dem Kirchhof. Die Toten waren einem gut, die Toten einem nicht. Ganz erlarrt fand der Totengräber das kleine Lumpenbündel an einem rauhen Herbstmorgen zwischen den bereiteten Gräbern.

Seitdem kam sie ins Zeller-Haus.

Vielleicht war es dem kleinen sechsjährigen Mädchen noch schlimmer ergangen. Es war krank, zum Sterben krank. Der Doktor hatte alle Hoffnung aufgegeben. Ganz klar wird der Blick des kleinen Mädchens. „Großmama“, ringt es sich endlich bebend von den feberheißen Lippen, „trinkt der liebe Gott auch? Dann möchte ich nicht in den Himmel.“

Das Wunderkind der Anstalt ist ein dreijähriges Bürschchen. Seine Mutter ist eine böswürdige Trinkerin. Mit Lumpen bedeckt lag das arme Kind in der Wiege, eine hilflose Beute des Ungeziefers, das seinen Körper buchstäblich zerfleischt. Neunzig Wunden bedeckten den kleinen Körper, als man es brachte, und selbst den guten Schwestern des Zeller-Hauses graute es vor diesem verwahrlosten Geschöpf. Die Ärzte hielten es dem Tode verfallen. Aber die „Großmama“ pflegte es Tag und Nacht, bis es genas. Jetzt ist es ein lebensfrohes Kind.

Es bedarf einer unerschöpflichen Liebe und einer zähen Energie, diese Kinder, deren leibliche Nahrung oft zum großen Teil Schnaps, deren seelische die Eindricke tiefster Verkommenheit waren, gefunden zu machen. Zuerst ist unausgesetzte Beobachtung, sogar nachts nötig, um diese verfeuchten Kinder von schlimmen Gewohnheiten zu befreien. Aber bald wird der stittliche Wille in ihnen geweckt, eine nachhafte vegetarische Kost, viel Obst und tägliche Bäder und Abreibungen tun das ihre.

Der leitende Grundsatz hier ist Liebe. Dabei wird feinstens individualisiert. Wie sehr das Beispiel wirkt, zeigen die älteren, das heißt schon länger in der Anstalt weilenden Jünglinge, die unentbehrliche Helfer in der Erziehung der Neugewonnenen sind. Die Ausbrüche der Rohheit, die schmutzigen Reden, die Neulinge meist als etwas Selbstverständliches mitbringen, wehren sie mit ruhigem „das darf man hier nicht“ ab.

Auch die Musik findet hier als Heilfaktor und Erziehungsmittel reiche Pflege. Durch häufige Spaziergänge in der Jungfernhöhe wird die Liebe zur Natur geweckt.

Das Zeller-Haus erzielt mit seiner Methode überraschend gute Erfolge. Nie hat bisher ein Kind, noch kamen viele schwere Krankheiten vor. Die Kinder entwickelten sich gut, sie besuchten je nach Fähigkeiten Gemeindefschulen oder höhere Schulen. Die Knaben sollen später zur Marine gehen, die Mädchen bereitet man für bürgerliche Berufe vor. Bis zum Selbständigwerden haben sie ihre Heimat im Heim.

So erscheint das Zeller-Haus als eine vorbildliche Anstalt für die Erziehung gefährdeter, in der Verwahrlosung begriffener Kinder.

### Ueber den Weg zum Erfolg.

Ohne Disziplin des Geistes führen bedeutende Gaben nicht zu einem vollen Erfolg. Mit dem, was man ist und hat, zielbewußt sich einzurichten, materiell wie geistig, das ist das Schwere, zugleich aber ist es auch das Befreiende. Nichts ist drückender, als einem Menschen zu beobachten, der nie ans Ziel kommt, herumirrende, vergeudete Kraft. Und doch gibt es Unzählige solche. Den heute so zahlreichen willensschwachen Individuen scheint die Aufgabe unläsbar, einen bestimmten

Zweck klar zu erfassen und die Mittel entsprechend zu wählen. Man muß wissen, was man will, in der täglichen Arbeit, in der Wahl der Freunde, im Ernst und beim Vergnügen — und der hat überall Freude, der nicht herumtappt. Unzählige Bücher würden nicht geschrieben, wenn die Menschen weniger planlos an die Arbeit gingen. So viele verpuffte Leben würden tüchtig werden können, wenn Disziplin, innere Ordnung als erstes Erfordernis zur Lebensführung erkannt würde. Eine wahre Wohltat ist der Anblick jedes Menschen, der sich nicht vom vielgestaltigen Leben nach allen Richtungen zerplittern läßt, sondern bei freiem Blick für alles doch vor allem eine Aufgabe fest vor Augen hat und bestimmt nach diesem Ziel ausschreitet. Nur Entschlossenheit macht den Weg zum möglichen Erfolg frei. O. B. „Bund“.

### Kopfschmerz.

Ueber den Kopfschmerz veröffentlicht der Geh. Medizinalrat Prof. Dr. Goldscheider in Wetzlar und Klafings Monatshefte eine interessante Studie. Kopfschmerz! Wer kann sich rühmen, diesen Peiniger nicht zu kennen? Gehört er doch unter den körperlichen Leiden zum Wob, zu dem großen Haufen, wie der Schnupfen, das Zahnhweh, das Hühnerauge. Aber doch wie verschieden ist Kopfschmerz und Kopfschmerz! Schon eine oberflächliche Betrachtung zeigt, daß die Klasse „Kopfschmerz“ eine sehr bunte Gesellschaft darstellt. Die Dame, welche nach nervöser Erregung ihre Migräne bekommt, würde es sich verbiten, daß ihr Kopfschmerz auf eine Stufe gestellt werde mit dem Kopfschmerz des Studenten — am anderen Morgen. Der Gehirnlende aber würde auf den Knien danken, wenn er seinen Kopfschmerz eintauschen könnte gegen eine Migräne, die doch geht, wie sie kommt und bei all ihrer Tücke harmlos ist — ein Hund, der nur bellt, aber nicht beißt.

### Allelei Ursachen.

Die Ursachen des Kopfschmerzes sind Legion. Zunächst ist er sehr häufig nur Symptom einer anderen Krankheit. So ist das Fieber ein solches, gleichgültig welcher Herkunft, mit Kopfschmerz verbunden. Krankheiten des Herzens erzeugen — durch Blutstauung — oft Kopfschmerz. Ganz gewöhnlich findet er sich bei der Aderwantharre (sog. Arterienverfaltung) und bei Nierenentzündungen. Wie häufig Magen- und Darm-Erkrankungen, wie Indigestionen, Magenkatarrh, Verstopfung, ferner Leberkrankheiten, Eingemommenheit des Kopfes bis zum ausgeprochenen Schmerz erzeugen, ist bekannt. Der Kopfschmerz ist ein treuer Ball des Schnupfens und bildet als rheumatischer Kopfschmerz eine häufige Begleiterscheinung des Muskul-rheumatismus. Die furchtbare, bis zu Schmerzdelirien sich steigende Pöbe finden wir bei den Kopfschmerzen, welche durch die Hirnhautentzündung und Gehirngeschwülste bedingt sind. Der Kopfschmerz findet sich endlich bei Blutandrang zum Kopf wie bei Bluthleere, sei es, daß diese durch allgemeine Blutararmut, sei es, daß sie durch lokale Zusammenziehung der Blutgefäße bedingt ist. Diesen „symptomatischen“ Kopfschmerzen gegenüber steht eine Klasse, deren Merkmal darin besteht, daß der Kopfschmerz selbst das wesentliche Krankheitsbild darstellt. Der Mensch scheint gesund — bis auf den Kopfschmerz. Aber auch diese Gruppe ist nicht einheitlicher Natur. Schon in seiner Art, sich zu geben, läßt dieser Kopfschmerz handgreifliche Unterschiede erkennen: Er kommt und geht unwillkürlich, er setzt sich dauernd fest, er nimmt den ganzen Kopf in Beschlag oder begnügt sich mit einem Teil; er legt sich über den Schädel, so daß jedes Haar weh tut, oder er bringt tief in das Innere; er umgibt den Kopf wie ein Heisen oder er droht ihn von innen zu zerprengen; er schiebt, bohrt in einzelnen Abfällen, als ob er uns mit Pfeilen schießt, und er setzt sich wie ein ungefüger Klumpen, wie ein bleierner Fremdkörper fest, regungslos brütend oder unheimlich nagend.

### Kopfschmerz etwa's Nützliches.

Daß die Befreiung der Ursachen des Schmerzes nicht bloß die einzig rationale Behandlung des Schmerzes selbst, sondern auch die dem gesamten Organismus förderlichste ist, ergibt sich aus einer anderen Art der Betrachtung. Es mutet den Leser vielleicht merkwürdig an, wenn ich behaupte, daß der Schmerz und auch der Kopfschmerz etwa's Nützliches seien. Und doch spielt er eine wichtige Rolle in dem Abwehrkampf des Organismus gegen die auf diesen einwirkenden Schädlichkeiten. Der Schmerz wirkt als Wächter und Warner. Nicht immer vermag der Organismus automatisch die Schädlichkeiten auszugleichen und auszufalten; oft bedarf es eines Appells an die willensbegabte Persönlichkeit, an das empfindende und wollende Ich, welches so oft den Organismus in Gefahren stürzt. Da erscheint der Schmerz als der Ratschrei der gequälten automatischen Maschine, als Signal und Weckruf, andeutend, daß eine Betriebsstörung durch Einwirkung einer Schädlichkeit, durch zu starke Beanspruchung u. a. m. stattgefunden hat.

So tritt, noch physiologisch, noch nicht als Krankheits-symptom, der Kopfschmerz auf, wenn wir uns in verdorbener, mit Kohlenäure und Ausdünstungsprodukten überladener Luft oder in überhitzten Räumen befinden, infolge starker Sonnenstrahlung, durch starke Dürste, durch Überanstrengung körperlicher und geistiger Art, durch übermäßige Anstrengung der Augen usw. In unmerklichen Ubergänge wird dieser noch den physiologischen Bedingungen des Lebens zugehörige

\*) Der „Freiheit“ entnommen.

Kopfschmerz zum Krankheits-symptom. So kann man den nach Genuß von Alkohol, Tabak, starkem Tee oder Kaffee auftretenden Kopfschmerz bereits als Ausdruck einer Vergiftung ansehen. Daran reiht sich dann der Kopfschmerz infolge von Magenatarrh, Fieber, Infektionskrankheiten (Typhus, Malaria), Erkältung usw. Auch hier überall zeigt der Kopfschmerz an, daß Schädlichkeiten vorhanden sind, die den Organismus bedrohen und gegen welche er kämpft. Was können wir also vernünftigeres tun, als seiner Stimme Gehör zu geben, d. h. der Schädlichkeiten gewahr zu werden, suchen und sie zu vernichten? Der Leidende, die Umgebung, der Arzt mögen im Einzelfall unter Berücksichtigung aller Lebensverhältnisse zu ermitteln suchen, wo die Ursachen des Kopfschmerzes gelegen sind. Die ursächliche Behandlung ist der Weg, der nicht bloß zur Verhütung des Schmerzes, sondern, was oft viel wichtiger ist, zur Beseitigung der Schädlichkeiten und Krankheitsvorgänge, die er anzeigt, führt.

In besonders charakteristischer Weise tritt uns die als Migräne bezeichnete Form entgegen, dadurch ausgezeichnet, daß der Schmerz vorwiegend eine Kopfhälfte befällt und mit Uebelkeit, bezw. Erbrechen und allgemeiner Abspannung verbunden ist. Bei einer Wabart der Migräne, der Augenmigräne, finden sich damit verbunden Augenjammern, Funkensehen und dergl.

Nach den verschiedenen Ursachen kann man Kopfschmerzen durch Blutüberfüllung des Kopfes, durch Blutleere, durch geistige Ueberanstrengung, durch heftige Gemütsregungen, durch Rheumatismus der Kopfmuskeln oder der Kopfschwarte, durch Knochenhautentzündung der Kopfschalen, durch Entzündungen der Sinushöhle oder Kieferhöhle, der Nase, der Ohren entstehen. Ferner entsteht Kopfschmerz durch allerlei giftige Stoffe, die entweder von außen dem Körper zugeführt oder in ihm gebildet werden, z. B. durch Alkohol, Tabak, Chloroform, schlechte Luft, Leuchtgas, gewisse Arzneimittel wie Chinin u. a. m.; durch Zerlegungsstoffe, die sich im Darm bilden, durch Gicht, durch Harnvergiftung (bei Nierenkranken), bei Zuckerkranke usw. In diese Gruppe schließt sich der Kopfschmerz durch Infektionskrankheiten, wie Wechselstieber (Malaria), Typhus, Influenza. Der Sitz des Kopfschmerzes ist nicht in der Gehirnschicht selbst gelegen, sondern in den Umhüllungen und Bedeckungen des Gehirns (Gehirnhäuten, Knochenhaut des Schädels, Kopfschwarte und Kopfhaut, Kopfmuskeln, Nervenstämmchen des Kopfes), sowie in den Blutgefäßen (dem sympathischen Geflecht).

Ein nervöser Kopfschmerz eigener Art ist die Neuralgie der Gesichtsnerven (sogenannte Trigemimus-Neuralgie), die anfallsweise auftritt (daher der Name Tic douloureux) und von so furchtbarer Heftigkeit sein kann, daß sie zu den grauhaftesten Schmerzen gehört, von welcher der Mensch überhaupt heimgesucht werden kann. Die Trigemimus-Neuralgie kann gleichfalls sowohl auf einem krankhaften Zustande der Nerven selbst oder darauf beruhen, daß der an und für sich gesunde Nerv durch irgend einen anderen Krankheitsprozeß in Mitleidenschaft gezogen, z. B. durch eine innere Geschwulst gedrückt wird.

Kopfmeh-Mittel.

Neben der Behandlung des Grundleidens wird zur augenblicklichen Befämpfung des Schmerzes eine ganze Anzahl von Mitteln und Maßnahmen angewendet, wie kalte und warme Umschläge, Fußbäder, Brom, Baldrian, Antipyrin, Morphium usw. Diese wirken zum Teil ursächlich, wie z. B. die warmen Kopfumschläge bei den durch Blutleere des Kopfes bedingten Schmerzen, die kalten Umschläge und die heißen Fußbäder bei Blutfülle des Kopfes.

Die zahlreichen gegen Kopfschmerz gebräuchlichen Mittel, wie Antipyrin, Phenacetin, Migränin usw. sind bei vernünftigen und sparsamen, vom Arzte kontrollierten Gebrauche keineswegs schädlich — von der vereinzelt vorkommenden Jodothyrastase dagegen sehe ich ab — vielmehr segensreich. Dasselbe gilt von Brom, Baldrian und dergl. Leiber aber beseitigen sie weder die schädlichen Ursachen, noch kräftigen sie die Nerven. Sie sind zur Milderung gewisser Formen von Kopfschmerz sehr brauchbar, entbehren uns aber nicht der Notwendigkeit, alles übrige zur Behebung des Leidens zu tun.

John Stuart Mill über die Ehe.

Seeben wird die Korrespondenz des großen englischen Philosophen und Logikers John Stuart Mill vom Verlage Longmans, Green & Co. herausgegeben. Ein interessantes Licht wird auf die Liebesaffäre des Gelehrten gemorfen. 1830 lernte er Mrs. Taylor kennen, der sein ganzes Leben hindurch seine Neigung galt. Während 20 Jahren lebten sie in intimster Gemeinschaft, bis der Tod des Gemahls der Dame ihr die Möglichkeit verschaffte, Will zu heiraten. Dabei gab er folgende eigenartige Erklärungen ab: „Da ich im Begriff bin, wenn ich so glücklich sein sollte, ihre Einwilligung zu erhalten, in die eheliche Gemeinschaft mit der einzigen Frau zu treten, mit der ich je von allen, die ich gekannt habe, mich hätte verheiraten mögen, und da der ganze Charakter der ehemaligen Beziehungen, wie sie vom Gesetz festgelegt sind, ein derartiger ist, daß sie sowohl als ich gänzlich und aus innerer Ueberzeugung verwerfen, weil die Ehe, unter anderem, eine der beiden Parteien des Kontraktes von Gesetzes wegen Macht und Kontrolle über die andere Person, deren Eigentum und Aktionsfreiheit unabhängig von ihrem eigenen Willen und eigenem Willen einräumt, und da das Gesetz mir keine Handhabe gibt, um mich dieser Rechte zu begeben (was ich gewiß tun würde, wenn eine derartige mich bindende Erklärung gesetzlich abgegeben werden könnte), so halte ich es für meine Pflicht, einen formellen Protest gegen die existierenden Ehegesetze,

sofern sie derartige Rechte einräumen, zu erheben, und ich erkläre feierlich, daß ich in keinem Fall und unter keinen Umständen von diesem Rechte Gebrauch machen werde. Und im Falle einer Heirat zwischen Mrs. Taylor und mir erkläre ich, daß es mein Wille und meine Absicht, sowie die Bedingung des Verhältnisses zwischen uns ist, daß sie in jeglicher Beziehung ihre absolute Handlungsfreiheit behält und absolut über sich selbst oder über das, was ihr gehört oder gehören wird oder tut, verfügen kann, genau so, als wenn überhaupt keine Heirat stattgefunden hätte, und ich leugne und weise absolut jeden Anspruch zurück, daß ich infolge einer Heirat irgend welche Rechte erworben habe.“

Sprechsaal.

Fragen.

In dieser Rubrik können nur Fragen von allgemeinem Interesse aufgenommen werden. Stellen-gesuche oder Stellenofferten sind ausgeschlossen.

Frage 10 801: Was halten lebenserfahrene Leser und Lesrinnen von nachfolgender Sache: Meine Freundin, eine in jeder Beziehung ebenso tüchtig als gezielte Persönlichkeit ist seit zwei Jahren mit einem jungen Mann verlobt, der an Intelligenz und Berufstüchtigkeit ihr ebenbürtig ist. Der Charakter läßt aber nach meinem Dafürhalten zu wünschen übrig, was mich für die Zukunft meiner Freundin besorgt macht. Infolge seiner Geschäftlichkeit verdient er als Angestellter ein schönes Stück Geld, doch braucht er auch viel, ganz besonders wenn er am Abend und an Sonntagen nicht mit seiner Verlobten zusammen sein kann. Wenn er bloß auf seine Kameraden angemessen ist, so kennt er in allem kein Maß und kein Ziel, er kommt abwärts, wird händelstüchtig, läßt sich von seiner Prinzipalschaft nichts sagen und verläßt ohne Grund seinen Posten. Aus diesem Grund hat meine Freundin nun bereits sechs Mal ihre Stelle wechseln müssen, was ihr recht oft leid getan und allerlei Schaden gebracht hat. Sie nimmt aber alles willig auf sich und der Gedanke, ihrem Verlobten so unentbehrlich und zu seinem auf dem rechten Weg Beharren ihm unbedingt nötig zu sein, entschädigt sie für alles. Ist dies nicht ein ganz ungelundes Verhältnis, das für die Zukunft keine Gewähr bietet? Um gütige Meinungsäußerungen bittet

Eine treue Freundin

Frage 10 802: Es wäre einer Leserin sehr interessant verschiedene Ansichten zu vernehmen über die Frage: Wie im Menschen der Zug der niedrigen Denkweise, der Gang zur zweideutigen Rede entsteht? Dieser schwarze Flecken in unserer Zivilisation ist so groß, daß es sich wohl der Mühe lohnt, dem Uebel auf den Grund zu kommen. Was man der Ansicht Raum lassen, daß diese Neigung mit der mehr tierischen Natur im Menschen identisch ist, oder zeigt sich der Zug je nach der Art der Erziehung, die ein Mensch genossen hat. Auf erklärende Antworten ist gespannt

Ehrliche Leserin in 3.

Frage 10 803: Wir haben vor drei Jahren in unserem Garten eine größere Anpflanzung von Johannis- und Himbeersträuchern anlegen lassen. Alles lauter diese Sorten. Nun habe ich in den zwei Jahren die unangenehme Erfahrung gemacht, daß die Vögel die kaum recht abgeblühten Beeren der schwarzen und der weißen Johannisbeeren wegessen, so daß, wo die schönen, vielversprechenden grünen Traubchen hingen, jetzt nur noch die leeren Kränze sind. Wie kann man die frechen Räuber — es sind meistens Spagen, wohl auch Hie und da Finken, von den mir um ihrer medizinischen Wirkung willen kostbaren Beeren fern halten? Ich würde den Vögeln, die ich sonst lieb habe und schätze, gern eine Staube von den reichlich vertretbaren roten Beeren opfern. Frachkundiger Rat von Erfahrenen wäre mir sehr wertvoll.

Eine dankbare Leserin.

Frage 10 804: Ist es wirklich unaufrichtig und im höchsten Grade pietätlos, wenn eine junge Tochter ein halbes Jahr nach dem Tode der Eltern sich in aller Stille mit ihrem Verlobten trauen läßt, um wieder ein Heim zu haben? Die Eltern waren den Verlobten sehr zugetan und die Hochzeit war von ihnen selbst eben auf die Zeit bestimmt, welche das Paar jetzt einzuhalten wünscht. Der Unterschied ist nur der, daß die Eltern den Tag durch ein frohes Fest zu verherrlichen gedachten, das Paar sich aber nur von den unerlässlichen Trauzeugen begleiten läßt. Noch blutet ja die schmerzliche Wunde, welche der unerbittliche Tod dem jungen Paar geschlagen hat und das Andenken an die Verbliebenen wird in treuem Herzen getragen und nie verflücht. Für gütige Meinungsäußerungen wäre herzlich dankbar

Die Freundin der Frau

Frage 10 805: Ist es nicht etwas rechtschaffenen Mannes Pflicht, sich vor der öffentlichen Verlobung von einem Verhältnis zu einer jungen Dame zurück-zuziehen, wenn er beweiskräftig zur Ueberzeugung gelangen mußte, daß die Tochter sehr schonungsbedürftig von der körperlichen und seelischen Aufregungen einer Ehe voraussichtlich nicht gemachsen sein werde? Die Eltern haben es verjäumt, dem Bewerber gleich von Anfang an die nötigen Andeutungen zu machen und nun sollten sie den unerquicklichen Ausgang eben begreifen, anstatt, ihrerseits von Wortbrüchigkeit und Wankelmütigkeit in verletzender Weise zu sprechen. Wie denken andere über den Fall?

Ein Leser.

Frage 10 806: Ich habe im Haushalt meiner Schwiegermutter einige Bratpfannen aus Kupfer ange-troffen, die ich mich gar nicht zu verwenden getraue, aus Angst vor Grünspanvergiftung. Ich werde für meine Furcht ausgelacht. Diese Kupferpfannen, die freilich sehr schön im Stande sind, seien seit Jahr-

zehnten stets gebraucht worden und niemals haben sich irgend welcher Art Unzuträglichkeiten gezeigt, ich dürfte sie ruhig weiter brauchen. Ist das wirklich so? Darf ich wirklich ruhig sein? Die Bratpfannen sind un-ver-zinn-t!

Eine überaus Klugliche.

Frage 10 807: Welche Behandlung empfiehlt sich gegen andauernde Nierenaffektion nach Scharlach bei einem Erwaachsenen? Fragesteller wäre gleichzeitig für Mitteilung von Adressen guter Bergkurorte, wo passende vegetarische Diät zu haben ist, dankbar.

Frage 10 808: Mein junges Dienstmädchen hat mir jetzt die zweite Serie von Rüdchentüchern durch Zerschneiden und Zerfetzen ruiniert. Sie scheint un-be-lehr-bar zu sein. Ich bin sonst nicht ungeduldiger Natur, solcher bodenlosen Gleichgültigkeit und Sorg-lo-sigkeit gegenüber recht ich aber doch die Galle empfind-lich. Was tun andere Hausfrauen in solchem Fall? Eine unzufriedene, junge Hausfrau.

Frage 10 809: Unsere Tochter hat vom Welsch-land eine Art Latwerge mitgebracht, Melace wird's dort genannt. Es ist sehr billig, soll für Halsleiden sehr vorzuziehlich sein, und mundete uns allen recht. Ist dieses Präparat auch in der deutschen Schweiz erhältlich, ist es in größerem Quantum aus der franz. Schweiz zu beziehen? Für gütige Antwort dankt herzlich

Abonnetin vom Bande.

Frage 10 810: Unsere halb 18jährige Tochter nimmt Gesangstunden und macht recht ordentliche Fort-schritte. Ist im gebrechten Leserkreis vielleicht jemand so gütig uns mitzuteilen, ob durch Anwesenheit, Diät zc. zu einer klaren, schönen Stimme nachgeholfen werden kann? Zum Voraus herzlichen Dank von

Einer Musiklieblichen.

Frage 10 811: Ist in der deutschen Schweiz eine Haushaltungsschule, wo nebenbei Sprachunterricht und Handarbeiten erteilt werden? Herzlichen Dank von

Einem Wackisch.

Frage 10 812: Könnte mir vielleicht ein verehrter Leser oder Leserin aus eigener Erfahrung Rat erteilen betreffs eines 4 Jahre alten, an Hüftgelenkentzündung leidenden Kindes, wo ein Spezialist für diese Leiden zu finden ist, um das Kind gleich in die richtige Behandlung zu bringen?

Eine bestimmte Mutter.

Frage 10 813: Ist eine erfahrene Leserin so freund-lich, mir zu sagen, wie Saccharin bei der Herstellung von Confitüre und Fruchtstücken an Stelle von Zucker zu verwenden ist? Ist der Geschmack bei mit Saccharin gesüßten Confitüren und Sirupe gleich wie die mit Zucker behandelten? Bleibt die Herstellung bei mit Saccharin behandelten Früchte die gleiche wie beim Verwenden von Zucker und sind die ersteren ebenso haltbar wie die letzteren? Gütigen Rat von Sach-fundigen verdanke bestens

Mm. u. c.

Frage 10 814: Wo könnte eine Frau sich beruflich im Anfertigen von Anaben- und Mädchenkleidern aus-bilden? Um gefl. Mitteilung von passenden Adressen bittet

Eine treue Abonnetin.

Antworten.

Auf Frage 10 784: Es wird vielfach der Fehler gemacht, daß man eine gewisse Gewinnsucht bei Kin-dern heranzieht, indem man z. B. um Stifter oder Stifterin zu ehren, das Kind immer wieder an seinen Besiß erinnert. Es ist vielleicht jeweils Zeuge bei neuen Einlagen und wird bei Gelegenheiten von Besprech-ungen über seine Zukunft nicht bedacht vorgegangen. Das alles sind Sünden, die sich rächen. Ein Kind soll nur insoweit mit Geld zu schaffen haben, als ein „Käffeli“ mit einer Wenigkeit den Sparkinn wecken soll. Zukunftsgebeur sollen stillschweigend von Eltern oder Vormündern gesammelt und gewissenhaft verwahrt werden. Das zeitweilige „unvermeidliche“ Degimieren der Kinderkassen ist eine schlechte Gewohnheit, die sich früher oder später empfindlich rächen kann.

Fr. B. in A.

Auf Frage 10 792: Der Arzt, welcher den Kranken bisher behandelt hat, weiß hier am besten Bescheid. Sehr schwere Fälle führt man der Anstalt für Epileptische in Zürich zu, aber bei Ihnen scheint es sich eher um einen leichten Fall zu handeln, der mit Geduld und Schonung unter ärztlicher Aufsicht am besten zu Hause ausheilen wird. Auf Baldrian halte ich mehr als auf Brom.

Fr. W. in S.

Auf Frage 10 792: Wenden Sie sich an Herrn Dr. Imfeld, rue Thalberg 4, Genf. Sie finden dort voraussichtlich baldige Heilung für Ihren Sohn und die passende Unterkunft in dem Heilanstalt Paracelsus in Genf, dessen leitender Arzt der Genannte ist.

Fr. A.

Auf Frage 10 792: Diese gar nicht seltene Er-trankung der Nerven ist eine Folge des zu schnellen körperlichen Wachstums und gleichzeitiger geistiger An-strengung. Wo sich in dem Entwicklungsalter ein so rasches Wachstum einstellt, sollte der Schulbesuch unter-brochen werden. Wenn immer angängig eine längere Liegekur im Freien, oder wenn dies nicht sein kann, in gut ventilierter, sonnigen Raum. Heftige Ernährungs- keine anstrengende, körperliche Bewegungen; warme Bäder. Dies mit Geduld und Beharrlichkeit durch-geführt, wird Heilung bringen. An eine Fortsetzung des Schulunterrichts darf erst wieder gedacht werden, wenn die Anfälle sich verloren haben und der Körper völlig kräftig ist. Fragen Sie den Fall einem tüchtigen Nervenarzt vor, der das Feil nicht in der Dar-reichung von diesem oder jenem in Mode stehenden Medikament sucht.

D. S.

Auf Frage 10 793: Wo man früher mit 70 und 80 Franken Pensionsgeld für einen gesunden Jüngling auskommen konnte, erfordert es jetzt bei der Verteuerung aller Lebensmittel eine monatliche Summe von 100 bis 130 Franken, je nach Gegend und Ansprüchen. Für

Wäsche müssen Sie zirka 10 Franken rechnen und das Taschengeld richtet sich nach den gewohnheitsgemäß bereits eingelebten Bedürfnissen. Ein Jüngling, der bereits im Vereinsleben steckt und das Wirtshaus regelmäßig besucht, braucht natürlich mehr Taschengeld als einer, der diesen „Bedürfnissen“ ablehnend gegenüber steht.

**Auf Frage 10793:** Das kommt natürlich ganz auf die Ansprüche an. Ich denke, daß Sie mindestens mit Fr. 100.— bis 120.— pro Monat rechnen müssen. Die Nebenausgaben vollends richten sich nach dem was man verlangt.

**Auf Frage 10794:** Es existiert ein wissenschaftliches Buch über die Behandlung von Augenkrankheiten, aus dem schon unzählige dauernde Heilung geschöpft haben, nachdem die Behandlung von Fachautoritäten erfolglos geblieben war. Herausgeber und Verfasser des Buches ist: Herr a. Schuldirektor Mathias Schmidbauer in Schwamenstadt. Wenden Sie sich an den genannten Herrn direkt.

**Auf Frage 10795:** Nachdem die ersten Spezialisten den Fall behandelt haben, kommt unsersich natürlich viel zu spät mit Precipitatsalbe, Augendouchen und Waschungen mit lauem Wasser und Karlsbader Wasser, um das Blut von den Augen abzusaugen.

**Auf Frage 10796:** Bei einem Mann von neunundzwanzig Jahren muß das Herz vernehmlich sprechen, wenn es sich um die Wahl einer Lebensgefährtin handelt. Ist dies bis jetzt noch nicht geschehen, so wird es sicher später der Fall sein, was schlimmen Seelenkämpfen rufen müßte, wenn er bereits eine kühle Verstandesehe eingegangen wäre. Ihr Empfinden ist ganz richtig. Immerhin können Sie in kluger und taktvoller Weise das Ihre tun, um ihrem gleichmütigen Herrn Sohn in Natura oder im Bild liebenswerte weibliche Wesen vor Augen zu führen. Je unauffälliger und harmloser dies geschieht, um so wahrscheinlicher ist der Erfolg. Sie müssen ihre eigenen Wünsche nur nicht spürbar in den Vordergrund stellen. Wenn Ihr Sohn dann sieht, daß es Ihnen zu schwer wird, den Haushalt allein zu führen, so wird er schon auf Mittel und Wege sinnen, Sie zu entlasten. Es gibt ja auch Helferinnen mit tüchtlicher Gesinnung, die nicht geheiratet sein wollen.

**Auf Frage 10797:** Solche Musterjünglinge sind in der Tat seltene Ausnahmen; obgleich ich Ihnen im Grunde Recht geben muß, glaube ich, daß Sie es versuchen können, ihm eine Frau auszufinden, und daß die Sache recht herauskommen wird.

**Auf Frage 10798:** Wie man selbst gurgelt mit kaltem Wasser, dem man ein paar Tropfen Gurgelwasser oder Zahnwasser beisetzt (lieber nicht Odol), lehrt man solches auch den Kindern. Das ist eine recht gute, für die Gesundheit nützliche Gewohnheit, reinigt und stärkt die Schleimhäute.

**Auf Frage 10799:** Das täglich zweimalige Ausspülen von Hals, Mund und Nase mit warmem Salzwasser ist ein vielseitig erprobtes Mittel gegen Halsleiden und Katarhe der Kinder, nur ist es unerlässlich, daß nach der warmen, eine kurze kalte Spülung nachzuwuschen hat. Das Mittel hat sich allseitig bewährt, wo uns in früheren Jahren in unserem Töchterpensionate die Halsgeschichten der zarten Mädchen viel zu schaffen machte.

## Feuilleton.

### Mütter und Söhne.

Roman von Erica Niebberg.

Nachdruck verboten.

Der Abend kam. Wir hatten nur noch wenige Stunden. Mit Tagesanbruch mußte er fort.

Er lag zu meinen Füßen, den Kopf in die Falten meines Kleides gewöhlt, außer sich. Er stöhnte und klagte in fassungslosem Schmerz.

Todesahnung peinigete ihn. Wie von etwas Unumstößlichem sprach er vom frühen Sterben, von der Trennung für immer.

„Nie wirst Du meine Frau! Ich komme nicht wieder! Ich weiß es gewiß, ich falle. Nie wirst Du meine Frau!“

„Nie wirst Du meine Frau!“

Das waren die unaufhörlich wiederholten, herzzerreißenden Klagen.

— Und da habe ich mich ihm geschenkt.

Nicht im Leichtsinne, nicht im Selbstvergeffen einer schwülen Stunde — frei, im vollen Bewußtsein meines Luns — dem Scheidenden zum Trost.

Einige Monate später lag Martin Neimann im Massengrab des Schlachtfeldes von Orleans — und ich war von meinem Vater verstoßen.

Ich wartete nicht, bis er mich fortjagte, reisefertig trat ich vor ihn hin und sagte ihm alles.

Seine Antwort war ein stummes, eisiges, unerbittliches nach der Tür Weifen.

Ich hatte es gewußt — und ging.

Ich wandte mich nach Berlin. Mein Erspartes, vierhundert Mark, nahm ich mit.

So lange wie möglich wollte ich arbeiten, die Zeit, wo das nicht ging, hoffte ich mit diesem Notgroschen zu überleben.

Ein Zufall, den ich nicht genug preisen kann, führte mich zu Lina Fischer, der kleinen Handarbeitslehrerin, die jetzt ihre winzige Pension bei mir verzehrt und mir dadurch ermöglicht, trotz meiner häufigen Abwesenheit einen regelmäßigen Haushalt zu führen. Durch Linas Vermittlung fand ich reichlich Arbeit.

Damals konnte jede, auch schwache und ungeübte Kraft gebraucht werden.

Ich half bei der Pflege Verwundeter, kranker Gefangener, nähte Verbandstoffe und arbeitete noch stundenweise bis in die Nacht hinein in einer Blumenbinderei.

Man hielt mich für die Witwe eines Gefallenen. Ich habe den Leuten ihren Glauben nicht genommen.

Nur Lina besaß mein Vertrauen, und bei ihr, in unserer gemeinsamen kleinen Wohnung, ist Ernst geboren.

Das ist jetzt 21 Jahre her. Und bis auf den heutigen Tag habe ich mich, wohl unter Mühe und Arbeit, aber ohne Not, mit meinem Kinde durchgebracht.

Nicht eine Stunde habe ich Martins Sohn von mir gelassen, nicht ein Stück Brot hat er gegessen, das nicht meiner Hände Arbeit allein für ihn verdient hätte.

Ich habe nie bereut, was ich getan, und ich hoffe, daß mein Sohn mir einst für das Leben, das ich ihm gegeben habe, danken wird.

Ich hoffe es, denn bis heute weiß er noch nicht, daß an seiner Geburt das hafet, was die Welt einen Mafel nennt.

Du wirst mich deshalb feige schelten, Adelheid. Vielleicht mit Recht. Aber wer wäre nicht feige, wenn es gilt, dem Geliebtesten weh zu tun, ihm selbst sein Ideal zertrümmern zu müssen.

Doch nicht allein deshalb schob ich mein Geständnis hinaus, es ist die Sorge um sein Fortkommen.

Ich weiß, die Eröffnung wird ihn treffen wie ein furchtbarer Schlag.

Ich bin darauf gefaßt, Adelheid, daß er sich von seiner Mutter abwenden wird, und das soll nicht eher geschehen, bis er meine Hilfe entbehren kann.

Noch muß ich für ihn arbeiten, noch darf mein Geständnis ihn nicht von mir trennen.

Mein Vater hat sein bißchen Geld einer Waise vermachet, bei der er seine letzten Tage beschloß. Nach der Beerdigung blieb wohl kaum etwas. Jedoch in absehbarer Zeit wird mir ein Kapital von etlichen tausend Mark zufallen. Es ist der Erlös eines kleinen Grundstückes in der Lüneburger Haide, und das Vermächtnis meiner einzigen noch lebenden Verwandten.

Sobald ich dies Geld zur Verfügung habe, lasse ich es auf Ernsts Namen übertragen — und dann werde ich sprechen.

Ich bin zu Ende, Adelheid. Ich sehe, wie Du nachdenklich auf diese Blätter niederseht. Etwas unsicher, denn noch weißt Du nicht, wie Du Dich entscheiden sollst.

Ueberlege in Ruhe, Adelheid. Und wie auch Dein Urteil ausfallen mag, Du bleibst, was Du mir stets gewesen — der liebste Mensch aus unserer Jugend Tagen.

Christine Keiner hatte Recht, wenn sie vermutete, Adelheid werde nachdenklich auf ihre Bekenntnisse blicken, aber Unentschiedenheit war nicht im Anblick der einsamen Frau.

Sie dachte und sann, und ihr geschärfter Blick durchdrang zum ersten Mal das Nebelgenoge von Vorurteilen und Gesehen guter Sitte auf der Oberfläche ihres gesellschaftlichen Lebens und sah auf diesen tiefsten Gründen des natürlichen menschlichen Seins in ruhiger, bewußter Kraft den Opfermut des Weibes, die eiserne Liebeskraft der Mutter empormachen.

Und dieses Weib hatte keinen Gatten, diese Mutter keinen Vater für ihr Kind!

Frei hatte sie sich dem Manne gegeben, voll Würde und Kraft nahm sie ihr Geschick auf sich, ein ganzer und großer Mensch.

„Ich hoffe, mein Sohn wird mir einst danken für das Leben, das ich ihm gegeben habe.“

Das war das Schöne, was sie zu erhoffen wagte, mit welchem Zittern, welchem Zagen!

Stand nicht immer beinahe als Gewißheit die Furcht hinter ihr: „Wenn er es erfährt, wird er sich von mir wenden.“

Wahrlich, Christines Mutterchaft war ein Martyrium! Aber das Schicksal hatte sich für diese Last starke und edle Schultern ausgerechnet, wie um zu zeigen, was ein wahres Weib zu tragen vermag.

Und Adelheid fragte sich: „Wie habe ich die Bürde, die jeder mitbekommt ins Leben, getragen?“

Sie ging in gewissenhafter Selbstprüfung ihre Ehe durch und mußte sich weiter sagen:

„Ich gehöre nicht zu den Aufrechten. Geduckt habe ich mich, zwischen Angst und heimlichem Trost hin und her geschwankt mein Leben lang.“

Und ich brauchte das doch gar nicht. Ging nicht alles glatt und ehrbar, so ganz und gar nach Sitte und Vorschrift zu bei mir.

Was brauchte ich zu beben vor des Mannes kaltem Blick? Warum zu zittern vor seinem herrischen Wort?

War ich nicht frei, wie er? brachte ich ihm nicht hohe Güter zu? Unschuld, reinen Willen und heiliges Vertrauen?

Was hat jenes Weib, die man unter die Gefallenen zählen würde, aus ihrem Sohn gemacht, und was ich aus dem meinen, ich, die hochachtbare Frau?

Erhobenen Hauptes, voll bescheidenem Selbstgefühl geht jener einher, scheu und kraftlos schleicht sich der meine beiseite.

Und die Tochter? Werde ich nicht untätig zusehen wie man sie einem Gatten überliefert, den sie fürchten wird, wie ich ihren Vater fürchten lernte?

Nein, nein, ich gehöre nicht unter die Aufrechten. Ich habe meines Lebens Bürde nicht getragen, ich bin feige zusammengefunken unter ihr. Tief am Boden liege ich.

Und hoch über mir in freier Menschenwürde steht Du, Christine, und spricht: „Das tat ich und bereue nichts.“

So fann die einsame Frau. Die Hände über den Briefschlätteln gefaltet, zog sie das Fazit von ihrem und der Jugendfreundin Leben.

Das Klavierpiel nebenan war längst verstummt. Feige trat Hanna auf die Schwelle, Adelheid bemerkte sie nicht. Lautlos glitt die schlankte Gestalt wieder zurück.

Endlich weckte sie das helle Schlagen einer Uhr. Mitternacht!

Da raffte sie die Papiere zusammen.

„Kein Mensch kann über sich selbst hinaus. Ich habe mein Leben in die Hände eines anderen gegeben, der hat's geformt nach seinem Willen, denn die meinen waren zu schwach, ihm eigene Gestalt zu geben.“

Warum sie zu schwach waren? Weil die Natur mich so schuf. Ihr habe ich mich unterworfen.

Du bist von anderer Art, Christine, aber beide brauchen wir uns nicht zu schämen. Und morgen will ich Dich wiedersehen.“

### 3. Kapitel.

Die Gesellschaft bei Ruhls verlief, wie derartige Feste zu verlaufen pflegen bei Leuten, denen die Haupterfordernisse zu gutem Gelingen zur Verfügung stehen: Geschmack und Geld. Die Jovialität des Geheimrats, die vornehme Liebeshöflichkeit seiner Frau nahm ihren Gesellschaften den Stempel des Schablonenhaften, der solchen „Völkerverfesten“ sonst anhaftet.

Der Geheimrat schätzte die gesellschaftlichen Eigenschaften Adelheds sehr, und mit jener gewissen Bonhomie, die auch andern neben der eigenen wichtigen Persönlichkeit Raum lassen will, pflegte er sie hervorzuhoben.

Heute blickten ihre Augen nicht so gelassen, über die Wangen zog zumellen eine schnelle Röte, und die gehaltene Stimme klang nicht so ruhig.

Bei der Tafel passierte es ihr, daß sie eine Frage ihres Tischherrn überhörte; freilich ließ sich der junge Dozent wenig dadurch stören, sondern fuhr fort, ihr einen Vortrag über sein kürzlich erschienenen Buch zu halten.

Zwischendurch trank er schnell mehrere Glas Wein hintereinander und schlang hastig die Wiffen hinunter, die er wahllos auf seinen Teller häufte.

So hatte Adelheid Müße zu beobachten, ohne unhöflich zu sein.

Sie tat es mit brennenden Augen und klopfendem Herzen.

Zwischen drei Punkten an ihrer Tafel irrten ihre Blicke umher.

Sie sah ihre Tochter neben dem Manne sitzen, der mit einer kaum angedeuteten, nur scharfen Beobachtern wahrnehmbarer Bestignahme den Platz an des Mädchens Seite behauptete.

(Fortsetzung folgt.)

MILKA  
VELMA  
NOISETTINE

Suchard's  
BELIEBTE  
ESS-CHOCOLADEN

Briefkasten der Redaktion.

Frau P. in S. Geben Sie die Tochter in eine erzieherisch bewährte Hand. Das Opfer, das Sie damit bringen, wird sich später lohnen.

Leser in A. S. F. Ebenso wie es Leute gibt, denen die Tiere samt und sonderb gleichgültig sind, so gibt es auch Menschen, denen kein Tier irgendwelcher Art sympathisch sich nähert. Man kann solchen Naturen nichts zum Vorwurf machen, aber zur Beforgung von Kindern dürften solche schwerlich geeignet sein. Wer Anziehungskraft ausübt, der strahlt Wärme aus und gewinnt dadurch Einfluß auf seine Umgebung. Uns wurde f. Z. gesagt, es bedürfe sogar zu guter Berichtigung der untergeordneten Arbeiten der inneren Wärme und wir hörten mehr als einmal das Wort: "Die lernt niemals gut kochen, denn sie meint mit des Feuers Kraft sei es getan, sie scheint nicht zu wissen, daß es dazu auch der inneren eigenen Wärme bedarf. Wir denken, dies Wort habe heute noch seine volle Berechtigung.

Frau B. in S. H. "Einer der ältesten Abonnentinnen" gilt unser herzlichster Gruß.

H. A. Es kann feiner in die Haut des andern kriechen, aber es kann sich ein jeder bemühen, den andern zu verstehen, das gehört unbedingt zur Bildung.

Eifriger Leser in A. Der Erfüllung Ihres Wunsches steht unsererseits nichts entgegen.

H. M. in G. Nervöse Kinder dürfen mit Kalligraphie-Unterricht nicht gequält werden, ganz besonders nicht, wenn der Lehrer selber hochgradig nervös ist. Die richtige Inflation zur Entscheidung dieser Frage wäre wohl der Neurolog. Er würde vielleicht den Schüler, vielleicht aber auch den Lehrer vom Fach dispensieren. Der Fall ist kritisch, wenn die kurrente Schrift des Kalligraphielehrers vom Schüler nur mit Not gelesen werden kann, währenddem er an die Schrift in den freien, großen Wässern der Schüler unerhörte Anforderungen stellt. Der nervöse Lehrer ist so wie so ein Kreuz; entweder für die Schüler oder für seine Familie. Seine erste Pflicht ist es daher, sich gründlich kurieren zu lassen.

Frl. P. B. in B. Für die Wiener Fortbildungsschulen ist eine Dame als Schularzt angestellt worden. Die Betreffende hat nicht nur den Gesundheitszustand von vier Fortbildungsschulen für Lehramtskandidaten zu überwachen, sondern sie hat in diesen Schulen auch Unterricht in der Gesundheitspflege zu erteilen. Gewiß

Neu. Bewegliche Klaviatur. Patent Nr. 56,464.

Unentbehrlich für Anfänger und alle die leicht vom Klavier lesen wollen. 1834 Verkauf, die Schachtel zu Fr. 1.— und Fr. 1.75 franko, bei Herrn Philipp Collin, Les Grattes s. Rochefort, bei Neuchâtel, oder bei der Expedition der Schweizer Frauenzeitung.

ist das ein sehr passendes und zusagenendes Wirkungsfeld für Kerzinnen.

Betroffene Leserin. Hängen Sie Ihr Leid nicht an die große Glocke, denn die Sache kann sich unerwartet wenden, denn damit schwächen Sie sich selber. Die Kraft des Magneten wächst, wenn man ihm täglich etwas neue Luft anhängt. Das Leben ist eben kein Spiel, es ist eine Aufgabe und oft eine recht schwere.

Schweizerreisenden ist zur Orientierung ein hübsches, detailreiches Ueberlichtskärtchen, welches sich vom Vierwaldstättersee aus über das ganze Berner Oberland hinweg bis zum Genfersee erstreckt, im gegenwärtigen Moment, da die Reisepässe ausgereicht werden, sehr willkommen. Ein solches Kärtchen, das nebst den rot eingezeichneten Bahnen und Bergbahnen, die Straßen und Flüsse und die gesamte großartige Gletschermwelt des Berner Oberlandes zur Darstellung bringt, enthält dermaßen für dieses Gebiet und seine 75 Kurorte und Höhenstationen erscheinende Falterprospekt. Derselbe zeichnet sich außerdem durch acht reizende Farbenignetten ebensovieler Tal- und Höhenkurorte aus. Daneben enthält derselbe ein summarisches Verzeichnis der letzteren mit Angabe der jeweiligen Verkehrsmittel, der bedeutendsten Naturrunder, Brunnen- und Bäderorte, der einschlägigen Auskunfts-literatur etc. Zu beziehen durch das Oberländische Vertriebsbureau in Interlaken, welches denselben auf Wunsch gratis versendet.

Zur gefl. Beachtung.

Wer unser Blatt in den Mappen der Lesereine liest und dann nach Adressen von hier inserierten Herrschaften oder Stellenuchenden fragt, hat nur wenig Aussicht auf Erfolg, indem solche Gesuche in der Regel rasch erledigt werden.

Inserate, welche in der laufenden Wochennummer erscheinen sollen, müssen spätestens je Mittwoch vormittag in unserer Hand liegen.

Es sollen keine Originalzeugnisse eingesandt werden, nur Kopien. Photographien werden am besten in Visitenformat beigelegt.

Avis

an den verehrl. Leserkreis.

Seit dem neuen Jahre bieten wir unsern verehrl. Abonnenten die Uergünstigung, dass sie pro Jahr ein Inserat betreff. Stellenanerbieten und Stellengesuche (Raum zirka 10 Petitzeilen) unentgeltlich einmal in unserem Blatt erscheinen lassen können. Wird Chiffre-Inserat gewünscht, so ist für Uebermittlung der Offerten das nötige Porto beizulegen.

Hochachtend

1613

Die Expedition.

K. M. W. 02 bitte Antwort! [1898]

Tüchtige, seriöse Tochter, deutsch und französisch sprechend, findet sofort Stelle als [1897]

Ladentochter

in besserem Cigarengeschäft in Biel. Angenehmes Familienleben. Offerten mit Photographie gefl. sub Chiffre H 1008 U an Haasenstein & Vogler, Biel.

Welch edles Ehepaar würde armer kränklicher Witwe gesunden, hübschen, zweijährigen Knaben als eigen abnehmen? [1862] Offerten gefl. unter E H Poste restante Missionsstrasse, Basel.

KONGO Schuhglanzmittel SEIFENFABRIK KREUZLINGEN CARL SCHULER & Co. das beste aller Schuhglanzmittel

(H 1480 G) [1816]

Cailley's Milch-Chocolade Grösster Absatz der Welt.

RAGAZ :: Hotel St. Gallerhof :: Renoviert u. vergrößert. Lift. (Za 2716 g) Pension von Fr. 6.— an. [1839]

Buochs. Vierwaldstättersee. Hotel Krone [1863] Ruhige, kühle Lage, fohnfrei. Erker- u. Balkonzimmer. Zentralheizg., elektr. Licht. Schattige Anlagen. Pension mit Zimmer Fr. 5.50—7. Prospekte.

Luftkurort Menzberg Station Menznau der Hutwil-Wolhusen-Bahn. Prachtvolle Fernsicht, schöne Spaziergänge in ans Kurhaus stossende Waldungen. Eigene Wasserversorgung. Grosse, gedeckte Veranda. Deutsche Kegelbahn. Telegraph und Telefon. Vom 1. Juni bis 30. September zweimalige Fahrpostverbindung mit Station Menznau. Juni und September bedeutende Preisermässigung. Prospekt gratis. Höfl. empfiehlt sich H. Käch-Graber, Besitzer.

Kurhaus und Bad Rothenbrunnen (Station der Linie Chur-Engadin). Altberühmter Jodeisensäuerling. 1825] Bade- und Trinkkuren, Eisenschlammäder, elektrische Behandlung. Idyllische, staubfreie Lage. Vorzügliche Verpflegung. Mässige Preise. Ueberraschende Kurserfolge bei Erwachsenen und Kindern. Saison Mitte Mai bis Ende September. Der Kurarzt: Th. Brunner. Der Direktor: P. Pester. Mineralwasser-Versand nur direkt ab Quelle zu jeder Zeit.

Töchter-Pensionat. 1673] Herr und Frau Ed. Marchand-Ladame, Prof., Sekretär der Stadt-schulen von Neuenburg, nehmen junge Töchter in Pension auf, welche die französische Sprache zu erlernen und die Schulen der Stadt zu besuchen wünschen. Familienleben zugesichert. (O 399 L) Fauburg du Crêt 8 Neuenburg Prospekte und Referenzen zur Verfügung.

Knaben-Institut @ Handelsschule Clos-Rousseau, Cressier b. Neuenburg (französische Schweiz) 1721 Gegründet 1859. Pensionspreis Fr. 1200.—. Direktor: N. Quinche, Besitzer.

Gesucht:

1866] In ein besseres Hotel am Vierwaldstättersee 2 Kochlehrtöchter unter sehr günstigen Bedingungen. Zu erfragen bei der Expedition d. Bl.

Gesucht:

1731 in grösseres Weisswarengeschäft mit eigenem Atelier eine jüngere, lüchtlige, absolut selbständige

Weissnäherin

zu baldmöglichstem Eintritt. Angenehme Stelle. Geft. Offerten erbelten unter Chiffre 1894 Y S an die Expedition dieses Blattes.

Per sofort.

1893] Einfaches Fräulein, 23 Jahre alt, evangelisch, bürgerlich erzogen, mit höherer Schulbildung, in Haushalt und Küche nicht unerfahren, sucht Stellung in besserem Hause, wo sie Gelegenheit hätte, sich in Küche und Haus zu vervollkommen, da sie bis jetzt meistens im elterlichen Geschäft tätig war. Suchende tut gerne jede Arbeit und ist bei guter Behandlung mit einem bestimmten Taschengeld zufrieden. Offerten unter Chiffre F E 1893 befördert die Expedition.

In eine kleine, achtbare Familie in Höhenkurort (zehn Minuten von St. Moritz-Dorf, Engadin) würde man 1 oder 2 Kinder im Alter von 7 bis 15 Jahren, die sich längere oder kürzere Zeit im Hochgebirge aufhalten sollen, in gute Pension nehmen. Gewissenhafte Pflege und Ueberwachung, bescheidener Pensionspreis. Gelegenheit zum Schulbesuch oder Privatunterricht. Geft. Anfragen an die Exped. unter Chiffre K L 1851 des Bl.

Rovio (Luganersee)

1481] 502 m ü. M. Durch den Generoso gegen Osten und die S. Agata gegen Norden geschützt. Das ganze Jahr zum Kuraufenthalt für Deutschschweizer geeignet. Milde, staubfreie Luft. Neubau mit modernem Komfort. Zentralheizung, Bäder, engl. Closets, Zimmer nach Süden. Bescheidener Pensionspreis. Im Hause wird deutsch gesprochen. Prospekte gratis und franko. Kurhaus Pension Monte Generoso (Familie Blank) in Rovio (Luganersee).

Schuler's modernstes Waschmittel PERPLEX wäscht, reinigt und desinfiziert von selbst.

1803

**Ein Mittel gegen Schlaflosigkeit.**

Ein englischer Arzt, Dr. Huntley, gibt ein — wie er behauptet — unfehlbares Mittel zur Befämpfung der Schlaflosigkeit an. „Wenn Ihr“ so sagt er — „eine schlaflose Nacht ahnt, so deckt den Kopf unter das Deckbett und atmet nur die feinste Luft ein. Ihr werdet dadurch die Kohle-Sauerstoff verringern und fast augenblicklich einschlafen. Es ist nicht die geringste Gefahr dabei. Denn Ihr könnt sicher sein, daß Ihr bald nach dem Einschlafen die Decken zurückwerfen und so viel frische Luft haben werdet, als Ihr nur wollt.“ — Dr. Huntley bemerkt, daß dieses System von Hund und Ragen befolgt werde, die, nachdem sie zwei- oder dreimal sich um sich selbst gedreht haben, die Schnauze in ihr Fell vergraben, um zu schlafen. Auch die Vögel tun nichts anderes, indem sie Kopf und Hals unter den Flügel stecken.

**Vermächtnisse.**

Bei Anfertigung von testamentarischen Urkunden oder bei Bedächtnisgaben aus Trauerhäusern und dergleichen möge man auch gütigst bedenken des „Fonds für ein schweizerisches Taubstummenheim“ (Mittel für erwerbs- und arbeitsunfähige, geschulte Taubstumme), Gründung

und Verwaltung vom kantonalen Taubstummenprediger Eugen Sutermeister in Bern, der tätigen Interessenten gerne seine darauf bezügliche Broschüre „Fürsorge für erwachsene Taubstumme in der Schweiz“ unentgeltlich abgibt. Auch sammelt er für den gleichen Zweck Stanniol, Briefmarken und Geld und bittet, ihm solches jeweilen im Januar schicken zu wollen oder wann es den freundlichen Gebern paßt. Der Segen solcher Dankopfer für den glücklichen Besitz des Gehörs wird nicht ausbleiben.

**Klavierspiel ohne Notenkennntnis und ohne Noten!** Nicht viele Neheiten auf musikalischem Gebiete dürften solches Aufsehen erregen, wie die neueste Auflage des unter obigen Titel erschienenen Systems, handelt es sich doch um die Erlernung des Klavierspiels ohne Noten oder sonstige Vorkenntnisse durch Selbstunterricht. Der Erfinder, Kapellmeister Theodor Walther in Altona hat mehrere Jahre gebraucht, um die Methode auf die jegliche Einfachheit und Höhe zu bringen. So mancher Musikfreund kann sich hiernach ohne weiteres, lediglich durch Befolgung der Erklärung, seine Lieblingslieder selbst einüben, da die Methode so leicht gehalten ist, daß sie ohne Mühe von jedermann sofort verstanden wird. Heft 1 und 2 mit 6 beliebigen Liedern befoht auf Wunsch für Fr. 2.50 die Expedition dieser Zeitung unter Nachnahme des Betrages. [1511]

**Fortsetzung des Sprechsaals.**

**Auf Frage 10797:** Nach Ihrer Erzählung denke ich, daß der Herr das Geld nicht entbehrt und das kleine Abenteuer in ebenso angenehmem Unbedenken behalten wird, wie Sie selbst. Sie haben gewiß ab und zu Gelegenheit, Ihren Wäntchen besitzlich zu sein und auf diese Art Ihren Dank abzupfanden.

**Auf Frage 10798:** Manche besuchten schwarze Spigen vor dem Bügeln mit Bier, andere mit Kirchwasser (in diesem Falle Achtung vor dem Feuer); beide Parteien sagen, daß die Spigen auf diese Art sehr schön werden. Ich selbst trage, auch bei Trauer, immer nur weiße Spigen.

**Auf Frage 10798:** Ich mache meine schwarzen Spigen in Kartoffelmehle, drücke sie aus, lege sie glatt, die Handspigen mit Nadeln festgelegt auf den Glättetisch, und stopfe sie mit einem reinen, in Essig getauchten Stoffstückchen. Wenn die Säure des Essigs in die Fasern des Spigenwebes eingezogen hat, so wird die mit einem Streifen Seidenpapier oder feinem Leinwandstoff bedeckte Spitze geglättet. Das glättende und trocknende Eisen muß auf der Spitze wegsitzen bleiben, als hin und her gerückt werden, denn

„Ich habe mit Hommel's Haematogen bei den Kindern meiner Schwester, die infolge von Malaria Blutarm waren, sehr guten Erfolg gehabt. Erfreulich war vor allem die Zunahme des Appetits.“

Dr. med. O. Falst, Stabsarzt Stuttgart.

„Mit Hommel's Haematogen habe ich bei einem blutarmen achtjährigen und einem zehnjährigen in Rekonvaleszenz sich befindenden Kinde glänzende Erfolge gehabt. Bei beiden stellte sich in kürzester Zeit guter, anhaltender Appetit ein, sodass die leidige hartnäckige körperliche Schwäche zusehends schwand.“

Dr. med. R. Kröber Knauthain i. S.

„Eine Patientin, welche an allgemeiner Blutarmut und Lungenspitzenkatarrh mit Verdacht auf Tuberkulose litt, dabei ganz apatisch und ohne Lust zu jedweder Arbeit war, nur an den Tod dachte, lies sich, da sie ein Vorurteil gegen Medikamente hatte, mit schwerer Mühe bereden, Haematogen Hommel zu nehmen. Nach Verbrauch von mehreren Flaschen erholte sie sich so sehr, dass sie nicht gegen dieses Präparat preisen kann. Der Lungenkatarrh wich vollständig, sie selbst fühlt sich kräftig und lebenslustig.“

Dr. Emanuel Rose Rawa-ruska (Galizien).

**Alkoholfrei!**

**Schwächliche**, in der Entwicklung oder beim Lernen zurückbleibende **Kinder**, sowie **blutarme**, sich matt führende und **nervöse**, überarbeitete, leicht erregbare, frühzeitig erschöpfte **Erwachsene** gebrauchen als Kräftigungsmittel mit grossem Erfolg [1575]

**Aetherfrei!**

als Kräftigungsmittel mit grossem Erfolg [1575]

**Dr. Hommel's Haematogen**

Der Appetit erwacht, die geistigen und körperlichen Kräfte werden rasch gehoben, das Gesamt-Nervensystem gestärkt.



Von der medizinischen Welt in 20-jähriger Praxis als ideales Kräftigungsmittel anerkannt bei:

Blutarmut, Bleichsucht, Magengeschwür, Malaria, Zuckerkrankheit, Neurasthenie und sonstigen Nervenleiden, bei und nach fieberhaften Krankheiten (Influenza, Lungenentzündung, Brustfellentzündung, Typhus, Scharlach, Masern etc.), bei Säuglingen und stillenden Frauen, Rachitis, Skrophulose, Keuchhusten, sowie chronischen Lungenleiden und tuberkulösen Erkrankungen der Lungen, der Knochengürtel und der Drüsen.

**Warnung.** Man verlange ausdrücklich den Namen **Dr. Hommel.**

Erhältlich in Apotheken u. Drogerien. Preis p. Flasche Fr. 3.75



„Besonders hat Hommel's Haematogen dazu beigetragen, die bei Kindern im Beginn der Schulzeit sich einstellende Mattigkeit und Appetitlosigkeit vollkommen zum Verschwinden zu bringen.“

Dr. med. L. Sommerfeld Schöneberg.

„Teile Ihnen mit, dass ich mit den Wirkungen Dr. Hommel's Haematogen stets sehr zufrieden war; dass es von denkbar schwächsten Magen vertragen wird, bewies mir folgender Fall. Mein eigenes künstlich ernährtes Kind bekam im Alter von sechs Wochen nach kurzer Verdauungsstörung ein sechs Tage lang sich wiederholendes furchterliches Blutbrechen; der sicher erwartete Tod kam nicht, aber das zum Skelett abgemagerte Kind schritt selbst an der Brust einer Amme erst dann wieder vorwärts, als ich ihm, mit Muttermilch verdünnt, einige Tropfen Haematogen einzufließen begann. Es hat im Laufe weniger Wochen eine ganze Flasche geleert und vertragen, während es sonst alles ausbrach und nur mit Klystieren einige Zeit gehalten wurde.“

Dr. Oskar Bley, Festenberg Prov. Schlesien.

„Ich habe Hommel's Haematogen in der Kinderpraxis, besonders bei Rachitis der Säuglinge mit durchschlagendem Erfolge angewandt.“

Dr. med. Ernst Piro, Trier.

**Alles in Allem**

gerechnet, wird die findige Hausfrau bald herausbekommen, dass die Selbstfabrikation von Hauskonfekten keine rentable ist. Sie wird es daher begrüssen, dieselben in ebenbürtiger Qualität und reicher Auswahl beziehen zu können und bietet ihr hierzu die Firma **Ch. Singer, Basel**, die beste Garantie für tadellose, stets frische und schmackhafte Ware. Versand in Postkolln von 4 Pfund netto in 8 Sorten gemischt à Fr. 6.— franko durch die ganze Schweiz. [1885] Zahlreiche Anerkennungen.

**Nidelbutter**

Garantiert reine [1569] liefert billigst Dillier-Wyss, Luzern.



**Ras** ist das beste Glanzmittel für Damen- u. Herrenschuhe.

**Weissenstein bei Solothurn**

Luftkurort. Ausgedehntestes Alpenpanorama d. Schweiz. Säntis, Montblanc, Vogesen, Schwarzwald. Hotel und Kurhaus. 70 Zimmer mit allem Komfort. Elektr. Licht. Staubfrei. Idealer Ferienaufenthalt. Post und Telegraph. [1844] Illustrierter Prospekt durch **K. Illi.**

**Sarnen Gasthof und Pension Seiler.**

Bestempfohlenes, komfortables Haus in schönster Lage. Prachtige Spaziergänge, Ruderschiffen etc. Vorzügliche Küche. Eignet sich auch vorzüglich für Frühjahrsaufenthalt. Pensionspreis mit Zimmer von **5 Fr.** an. Prospekte gern durch [1847] **Familie Seiler.**

**Kuranstalt Affoltern a. A. (Zürich)**

Arche und Lilienberg (begründet von Dr. Egli 1890) 600 m ü. M. Bewährtes Naturheilverfahren nach Kneipp, Rickli u. a. Vorzügliche, neue Einrichtungen. Grosse Luft- und Sonnenbad-Anlagen. Lufthütten. Gemischte und vegetarische Diät. Beste Erfolge bei Nervosität, Blutarmut, Verdauungsstörungen, Katarrhen, Rheumatismen und andern Leiden. Ruhiger Aufenthaltsort. Sorgfältige Verpflegung. Preise sehr mässig, für Vor- und Nachsaison reduziert. HeiBbare Bade- und Gesellschaftsräume. Prospekte und j. d. e. Auskunft durch die Verwaltung: **Familie Mayer-Häniger.** Ärztliche Leitung: **Dr. A. Bühler, Zürich.**

**Beyers bei St. Moritz Pension Beverin**

1854] (Ober-Engadin) Gut geführtes bürgerliches Haus, in prächtiger und ruhiger Lage. Mässige Pensionspreise. Prosp. (H 1231 Ch) Bes. Frau **A. Lendi.**

**Mellin's Nahrung**

gänzlich frei von Stärkemehl, daher die leichtverdaulichste Nahrung für Säuglinge, Kinder und Kranke. [1870] Aerztlich empfohlen. In allen Apotheken und Drogerien.

**Schuh-Versandhaus Wilh. Gräß Zürich**  
4 Trittligaffe 4

Nur garantiert solide Ware.

Illustr. Katalog gratis und franco entb. 400 Artikel z. B.

Arbeiterhülle, Hart	Fr. 7.80
Manns-Schnürstiefel sehr Hart	9.—
Manns-Schnürstiefel elegant mit Kappen	8.50
Frauen-Kantoffeln	2.—
Frauen-Schnürstiefel sehr Hart	10.31
Frauen-Schnürstiefel elegant mit Kappen	7.—
Knaben- und Töchterhülle No. 28-29	4.20
No. 30-35	5.20

Verlang gegen Nachnahme. Streng reelle Bedienung. Franco Umhänlich bei Nichtpassfen. Begr. 1880.

17201 (ZA 1804 2)

GES. BESONNEN  
BLICHE DEPOSE

das letztere würde der Spitze die Appretur wieder nehmen, welche das Waschen im Kartoffelwasser ihr gegeben hat.

**Auf Frage 10 799:** Wenn der Mann seine Pflicht nicht tut, so verliert er das Anrecht als das Haupt der Familie angesehen zu werden und Pflicht der Frau ist es, stellvertretend in die Lücke zu stehen, damit die Familie ehrenhaft dastehen kann und die Familie unter dem Leichtsinn des Vaters nicht zu leiden braucht. Ich möchte heutzutage den Richter sehen, der unter obwaltenden Umständen für das alte sich vollständig überlebte und hinter den neuen tatsächlichen Verhältnissen zurückgebliebenen Buchstabenrechtliches das Wort spräche. Er würde sich sterblich blamieren. Gewiß ist es hart für eine liebende Frau, ihren Abgott den Nimbus verlieren zu sehen, und einen Teil seiner bisherigen Vorrechte sich notgedrungen ammaßen zu müssen, aber Not bricht Eisen. Sie handeln nach einem gesunden Prinzip. Halten Sie daran unentwegt fest, so lange Ihr Gatte seiner Pflicht nicht nachkommt.

**Auf Frage 10 799:** Wo Sie so vollkommen im Rechte sind, wenn man den gesunden Menschenverstand zu Rate zieht, brauchen Sie das geschriebene Recht nicht zu fürchten; machen Sie nur ruhig in gleicher Weise weiter. Noch besser wäre es freilich, den Mann zu überzeugen, daß man mit Geld nicht so leichtsinnig umgehen darf.

**Auf Frage 10 800:** In den meisten Einfamilien-Häusern wird der Gasheubahn Nachts geschlossen; das gerührt für alle Fälle eine große Sicherheit. Ob Ihre Zimmerfräulein damit einverstanden wären, ist freilich eine andere Frage.

**Auf Frage 10 800:** Wenn Sie das Meinverfügungrecht im Hause haben, so ist es ein vortreffliches Prinzip, den Haupthahn der Gaszuleitung zu einer bestimmten Nachtstunde zu schließen, um früh am Morgen wieder zu öffnen. Bei außergewöhnlicher Veranlassung könnten Sie begründeten Wünschen ja leicht entsprechen. Wenn es sich übrigens nur um den unkontrollierten ungebührlichen Gasverbrauch handelt, so können Sie für die Apartments der Damen eigene Gasmesser anbringen lassen.

### Die moderne Haartracht der Frauen — eine gesundheitliche Gefahr.

Die Frauen tragen jetzt eine Frisur, zu der sie Haarrollen benötigen. In Ermangelung der eigenen Haarfülle helfen sie sich mit fremden Haaren, denn die Mode verlangt jetzt, daß die Köpfe der Frauen so groß als möglich aussehen, mögen sie sonst auch noch

#### Witchsuppe.

Für 3 Personen nehme man 1 Liter Milch, 1 Eßlöffel „Maizena“, 2 Eidotter, Zucker, Zitronenschale oder Vanille oder auch ein paar getrocknete Mandeln. Dieses wird über starkem Feuer fortwährend bis zum Kochen stark gerührt, dann in die Terrine gegossen und von dem zu Schaum geschlagenen Eiweiß Klößchen auf die Suppe gelegt, oder es kann auch der Schaum in der Terrine durchgeschlagen werden.

Probe-Exemplare der Schweizer Frauen-Zeitung werden gratis u. franko zugesandt.

so „beschränkt“ sein. Und hier berühren sich die Extreme: je größer die Figur, desto kleiner der Verstand. Um der Nachfrage nach fremdem Haar zu genügen, wird die ganze Erdkugel abgewandert, um das Material für die Haarrollen und „Einlagen“ aufzutreiben. Ein reichliches Erntegebiet von menschlichem Haar ist das Reich der Mitte, China, wo der Zopf gebeht; von dort wird das Haar nach Amerika und auch nach Europa eingeführt. Aber solches Haar ist nicht ohne Gefahr für Frauen und Mädchen, denn es mehren sich die Fälle, daß „Frauenspersonen“, die solches Haar tragen, an Ausfall erkranken. Wenn die Frauenspersonen also schon durchaus ästhetischen Gründen nicht zugänglich sind, so sollten sie wenigstens hygienischen Vorstellungen Beachtung schenken. Denn es ist fast unbegreiflich, wie sich die Frauen und Mädchen mit fremdem Haar „schmücken“ können, von dem sie gar nicht wissen, ob ihre Träger auch gesund waren, als man es ihnen abschneidete! Daß die Desinfektion solcher Haare nur problematischen Wert hat, das zeigen ja eben die sich mehrenden Fälle von Hautausschlägen.



**Die Frische** der Jugend kann man lange Zeit bewahren durch Anwendung von allbekanntem und geschätzten Präparaten wie die „**Crema Simon**“, mit welcher zusammen vorzugsweise das **Poudre de riz Simon** zu benutzen ist, und vermeide man dann alle andern wertlosen Kosmetiken.

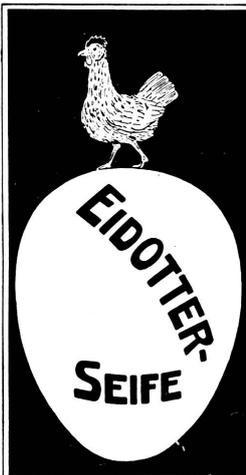
## 6 welche Freude zu kochen,

wenn man alle Hilfsmittel der modernen Küche zur Hand hat. Das allbekannteste Liebig's Fleisch-Extrakt ist das bewährteste und durch seine grosse Ausgiebigkeit billigste Produkt, das den Suppen, Saucen und Gemüsen den köstlichsten Wohlgeschmack verleiht, ohne ihren Eigengeschmack zu verdecken und dabei die Verdauung in sehr hohem Masse fördert.

[1703]

### Elektr. Vibrations-Massage-Apparate

für Gesichts- u. kräftige Körpermassage, an jeden elektr. Leuchter anschraubbar, für Privat- und ärztl. Gebrauch. — Hervorragende Neuheit. Spezialgeschäft elektr. Neuheiten „VIT-OR“, Winterthur. Wiederverkäufer gesucht. [1899]



enthält echtes Hühnerfleisch und macht bei tägl. Gebrauche rauhe, runzliche, spröde Haut unfehlbar zart, glatt u. geschmeidig und verleiht ihr jugendliche Frische und dem Teint blütenartiges Aussehen. Man verlange ausdrücklich (N 330) **Eidotter-Seife**. Stück 75 Cts. [1849]

### Bahnstation Sursee Stahlbad Knutwil Kanton Luzern

Schönster Landaufenthalt. Reichhaltige Stahlquelle. Soolbäder, Douche, Fango-Bäder, kohlensaure Bäder. Neue, sanit. Einrichtungen. Elektr. Licht. Ausgezeichnete Heilerfolge bei (H 2530 L)

#### Nervosität, Blutarmut, Rheumatismen

Bleichsucht, allgemeine Körperschwäche, chron. Gebärmutterleiden und Gicht. Massage. Milchkuren. Schattige Parkanlagen und Spaziergänge. Nahe Tannenwälder. Schöne Aussichtspunkte. Billige Pensionspreise. Telephon. Kurarzt: S. Hüppi. — Eigene Wagen und Automobil. Prospekte durch Otto Troller-Weingartner. [1860]



### Frauen- und Beinleiden.

1864 Krampfadern, Beingeschwüre, Verdickungen, Versteifungen, Fisteln, Lähmungen, Gebärmutterleiden, Periodenstörungen, Unterleibsentzündungen etc. finden Heilung nach bewährter Naturheilmethode im **Kurheim Leubringen**. Prospekte auf Verlangen. (Zäg Q 25) [1864]

Schweizerfrauen verwenden nur: Fischer's Hochglanz-Crème

## „Ideal“

unstreitig das beste Schuhputzmittel der Jetztzeit. „Ideal“ gibt verblüffend schnellen und dauerhaften Hochglanz, färbt nicht ab u. macht die Schuhe geschmeidig u. wasserdicht. Ein Anstrich genügt gewöhnlich für mehrere Tage. — Zu beziehen in Dosen zu 25, 40 und 60 Cts. durch jede Spezerei- und Schuhhandlung. [1619] Alleiner Fabrikant: G. H. Fischer, schweiz. Zündholz- und Fettwarenfabrik, Pehraltorf. Gegründet 1890.

### Bettnässen

Befreiung sofort. Angabe des Alters. Versandhaus Steig 331, A, Herisau. [1895]

## Wer probt, der lobt!

und trinkt täglich

„Kathreiners Malzkaffee“

Er ist wohlschmeckend, gesund und doch billig. — Aber Vorsicht beim Einkauf! Verlangen Sie ausdrücklich „Kathreiner Malzkaffee“. [1521]

Wir möchten die Leser dieses Blattes hiermit auf ein neues Erzeugnis

## Hafer-Biscuit

der

### Anglo-Swiss Biscuit Co. in Winterthur

aufmerksam machen. Es ist dies ein aus schottischen Hafer-Flocken hergestelltes Biscuit, welches infolge seiner ausgezeichneten Qualität und feinstem Geschmack als bestes Kindernahrungsmittel von grösstem Nährwert in keinem Haushalte fehlen sollte. Das Biscuit ist ebenso Kranken- und Magenleidenden zu empfehlen und hat sich in kürzester Zeit überall bestens eingeführt. [1888]

In praktischer 1/4 Pfund-Packung überall erhältlich.

# Lenzburger Confitüren



• Der 5 Kilo Bimer •

Johannisbeer-Confitüre	Fr. 5.25
Zwetschgen-"	5.25
Quitten-"	5.25
Heidelbeer-"	5.25
Trauben-"	5.25
Aprikosen-"	6.50
Quitten-Gelée	6.50
Erdbeer-Confitüre	7.75
Kirschen-"	7.75
Himbeer-"	7.75
Vierfrucht-"	4.75

Ueberall zu haben.

[1689]

**Erstes deutsches Frauen-Polytechnikum** (Bwg 2286)  
 Abteilung V der Ingenieur-Akademie, Wismar a. Ostsee.  
 Abteilungen für Architektur und Kunstgewerbe, Bau-Ingenieur-Wesen,  
 Maschinen und Elektrotechnik. — Programm durch das Sekretariat.  
 1587

## ANGLO SWISS BISCUIT & WINTERTHUR



Ueberall erhältlich.

### Biscuits und Waffeln

Die Liebhaber von (Ue 2504 h) [1400]

#### 1400] Biscuits

bringen unsern Produkten andauernd ein steigendes Interesse entgegen.

Die Fabrik bemüht sich auch durch Verwendung nur feinsten Rohstoffe und durch neueste Einrichtungen das Beste zu liefern, was die Biscuitsfabrikation heute überhaupt zu bieten vermag.

Stets Neuheiten!

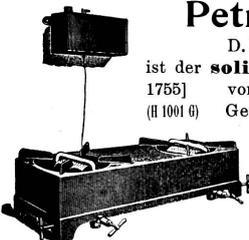
50% Brennmaterial- & 50% Zeitersparnis!!!! Ueber 1000 Stück im Gebrauch!

#### Petroleumgaskochherd

D. R. P. 212,552, Schweiz, Patent 41,493  
 ist der **solideste, feuersicherste und sparsamste** von allen Systemen. Brennt ohne Docht.  
 (H 1001 G) Geräuschloses und geruchloses Brennen.

Grossgestellte Flamme siedet **1 Liter in 5 Min.** und kostet per Stunde **3 Cts.** Kleingest. Flamme hält **15 Liter** konstant im Sieden und kostet p. Stunde **1 Ct.**  
**1 flammig 26 Fr. 2 flammig 46 Fr. 3 flammig 66 Fr.** — Prospekte gratis.

Ernst Haab (71 a), Ebnet (Schweiz).



## Sie werden überrascht sein

vom Erfolge, wenn Sie bei zugezogenen Erkältungen aller Art, gegen Appetitlosigkeit und deren Folgen [1744]

### Winkler's Kraft-Essenz

anwenden, pur oder auch als Grog, anstatt Thee, vorzüglich. In Flaschen erhältlich à Fr. 1.50 und Fr. 2.50 in allen Apotheken, Droguerien u. Handlungen, wo nicht, direkt von **Winkler & Co., Russikon**, franko durch die Post.

## KAISER-BORAX

**Hervorragendes Toalettmittel**, in hunderten von Familien im Gebrauch; macht die Haut zart und weiss und zugleich widerstandsfähig gegen Witterungseinflüsse. Nur echt in **roten** Kartons zu 15, 30 und 75 cent. **Kaiser-Borax-Seife** 75 cent. **Tola-Seife** 40 cent. **Heinrich Mack in Ulm a. D.**

1716

## Moderne Vorhänge

und Flaminstoffe aller Art, sowie Spachtel-Rouleaux und Kupperstoffe finden Sie wohl nirgends in reicherer Auswahl und vorteilhafter, als im ersten Zürcher Vorhang-Versand-Geschäft von

### Moser & Cie., Bahnhofstr. 45, Zürich I

reizende Neuheiten in **Künstlergardinen**

**Musterversand** nach auswärts. Bei der Mannigfaltigkeit unserer Lager sind etwelche Angaben sehr erwünscht.

OHNE:

UNIVERSAL-LEIBBINDE  
"MONOPOL"

nach Dr. Ostertag, echt aus Trikot, sowie Umstandsbinde. Für normale Figuren von 75 bis 113 cm in einfacher Ausführung von Fr. 5.— an. Für grösseren Leibesumfang entsprechend mehr. Sehr zu empfehlen gegen Hängeleib.

MIT:

(Ue 6147 f) Versandhaus: **Steig 331, A, Herisau.**

[1900]

### Für 6.50 Franken

versenden franko gegen Nachnahme **btt. 5 No. ff. Toilette-Abfall-Seifen** (ca. 60—70 leichtbeschädigte Stücke der feinsten Toilette-Seifen). [1600] **Bergmann & Co., Wiedikon-Zürich.**

### Für Mädchen und Frauen!

1675] Verlangen Sie bei Ausbleiben und sonstigen Störungen bestimmter Vorgänge **gratis** Prospekt od. direkt unser neues, unschädliches, ärztlich empfohlenes, sehr erfolgreiches Mittel à 4 Fr. Garantiert grösste Diskretion. **St. Afra Laboratorium, Zürich, Neumünster.** Postf. 18104.

Alt bewährtes Waschmittel

## Dr. LINCK'S

### Fettlaugen-Mehl

garantirt frei von schädlichen Stoffen.

## Schweizerische Nähmaschinenfabrik Luzern



Einlach solid, billig Schwingschiff Centralspühle Vor- und rückwärts nähend

**Mailand 1906: Goldene Medaille.**  
 Ablage **Basel:** Kohlenberg 7.  
**Bern:** Amthausgasse 20.  
**Luzern:** Kramgasse 1.  
**Winterthur:** Metzgasse.  
**Zürich:** Pelikanstrasse 4.  
**Genf:** Corratierie 4. [1610]

# Koch- & Haushaltungsschule

Hauswirthschaftliche Gratisbeilage der Schweizer Frauen-Zeitung.

Erscheint am ersten Sonntag jeden Monats.

---

St. Gallen.

Nr. 6.

Juni 1910.

---

## Das Verderben der Speisen beim Gewitter.

Es ist eine ganz bekannte Tatsache, daß Speisen und Getränke während eines Gewitters leicht verderben, oder, wie der technische Ausdruck der deutschen Sprache lautet, „umschlagen“. Bier wird schal, Milch sauer, und sogar das Fleisch bisweilen ungenießbar. Zur Erklärung dieser auffallenden Wirkung des Gewitters ist viel Nachdenken aufgewandt worden. Unter anderem hat man vermutet, daß die Bildung von Ozon oder salpetriger Säure für jene Vorgänge verantwortlich zu machen sei. Es ist jedoch nicht wahrscheinlich, daß die Atmosphäre während eines Gewitters chemische Veränderungen von erheblichem Betrag erleidet. Ueberdies müßte man annehmen, daß die Gegenwart von Ozon die Verderbnis der Speisen veranlassen könnte, die davon während eines Gewitters gebildete Menge sei viel zu klein, um verhältnismäßig große Bestände von Bier und Milch sauer werden zu machen. Beim Fleisch kann die Einwirkung von Ozon, daß heißt überschüssigen Sauerstoff, den Vorgang überhaupt nicht erklären. Wahrscheinlich ist er gar nicht mit unmittelbaren chemischen Einwirkungen in Verbindung zu bringen, sondern lediglich mit der Störung des elektrischen Gleichgewichtes. Jeder Körper auf der Erde befindet sich in einem gewissen elektrischen Zustande, der durch elektrische Vorgänge in der Umgebung beeinflusst wird. Personen, die sich in der Nähe eines niedergehenden Blitzes befinden, fühlen meistens einen schweren Schlag, obgleich sie die Entladung gar nicht getroffen hat. Das sind die altbekannten Erscheinungen der elektrischen Induktion. Eine derartige elektrische Erschütterung müssen nun auch die Gegenstände erleiden, die beim Gewitter dem Verderben anheimfallen, und sie könnte als der Einfluß zu einer chemischen Umwälzung oder als ein Reiz auf die in jedem Körper vorhandenen Bakterien aufgefaßt werden, die nun ihrerseits die Veränderungen in den Stoffen herbeiführen. Obgleich letztere während eines Gewitters besonders auffällig und häufig werden, so treten sie

unzweifelhaft auch zu anderen Zeiten ein, wenn keine elektrischen Störungen wahrzunehmen sind, sogar bei völlig klarem Himmel. Elektrische Spannungen bestehen aber stets in der Luft. Gewöhnlich erreichen sie den größten Betrag einige Stunden nach Sonnenaufgang, nehmen dann fortgesetzt ab, werden einige Stunden vor Sonnenuntergang am schwächsten, steigen dann wieder bis zu einigen Stunden vor Sonnenaufgang und gelangen auf ein zweites Minimum vor Tagesanbruch. Das sind die regelmäßigen Veränderungen der elektrischen Spannung in der Luft, die während eines Gewitters nur unregelmäßiger und schneller erfolgen. Uebrigens hat das Gefühl des Unwohlseins, das bei vielen Menschen während eines Gewitters eintritt und in Kopfschmerzen, nervösem Unbehagen und in Niedergeschlagenheit besteht, in den nämlichen Einwirkungen seinen Grund wie das Verderben der Speisen.

---

### Ein giftiger Salat?

---

Der hohe Wert der Brunnenkresse für verschiedene Leiden, speziell als Blutreinigungsmittel, der von unseren Vorfahren mehr als jetzt gewürdigt wurde, veranlaßt alljährlich, besonders im Frühjahr, viele Personen Brunnenkresse zu suchen oder suchen zu lassen. Fast alljährlich hört man dann auch von Vergiftungen, die nach dem Genuß von Brunnenkresse vorkommen. Wie kommt dies? Brunnenkresse ist nicht giftig, im Gegenteil, von sehr hohem, gesundheitlichem Wert und ein schmackhaftes Nahrungsmittel. Vorgekommene Vergiftungen sind meistens auf die von der echten Brunnenkresse kaum zu unterscheidende, aber giftige Bitterkresse (*Cardamine L.*) zurückzuführen, welche mit der wilden Brunnenkresse gemeinsam vorkommt. Auch Brunnenkresse aus stark unreinigten Gewässern und Sümpfen kann zuweilen gesundheitschädlich wirken. Es ist also Vorsicht am Platze, ob man wirklich echte und reine Ware erhält. In Deutschland und Frankreich wird schon lange Brunnenkresse an eigens dazu erstellten Anlagen gezüchtet, und auch in der Schweiz hat ein Handelsgärtner (Mozet, Wynau) diese Kultur eingeführt. Neben dem Vorzug der absoluten Reinheit ist diese Kresse auch viel milder und zarter. Da der aus dem Süden importierte Salat, der uns in der kalten Jahreszeit zur Verfügung steht, durch den Transport u. a., punkto Frische, Reinheit und Geschmack sehr leidet, so dürfte Brunnenkresse als Abwechslung mehr gebraucht werden.

---

## Rezepte.

Erprobt und gut befunden.

**Kerbelsuppe.** Aus einem Stück Butter und zwei Löffeln Mehl bereitet man eine hellgelbe Schwitze, welche man nach und nach mit Brühe aus Maggis Bouillonwürfeln verdünnt und tüchtig verkocht. Ein Suppenteller voll Kerbelkraut wird gewaschen, fein gewiegt und in der Flüssigkeit aufgekocht. 1—2 Eigelb verrührt man mit etwas kalter Milch oder Wasser und schüttet die heiße Suppe unter fortwährendem Quirlen hinein. Will man die Suppe noch verfeinern, so bereitet man Klößchen auf folgende Art und kocht sie in der Suppe gar. Rohes und gekochtes Rind- oder Schweinefleisch wird fein gewiegt, desgleichen Schnittlauch oder eine Zwiebel, mit einem Ei, 10 Tropfen Maggi-Würze, Semmelbrösel zu einem Teig verarbeitet, aus dem man die Klößchen in beliebiger Größe formt.

\*

**Boeuf à la mode.** 1—2 Kilo Huft oder Schwanzfeder wird geklopft und mit 3 cm langen und 1 cm dicken Speckstückchen, die man in Salz, Pfeffer, feingehacktem Grün, ebensolchen Zwiebeln, umwendet, gespickt, d. h. in das Fleisch werden mit der Messerspitze Einschnitte gemacht, diese mit dem Finger etwas vertieft und die Speckstückchen so hinein gelegt, daß sich der Einschnitt darüber zusammenschließt. Nun wird das so gespickte Fleischstück mit Salz und Pfeffer eingerieben und mit der Bratengarnitur in heißer Butter allseitig schön angebraten, 1 bis 2 Gläser Rotwein dazu gegossen, zugedeckt, und unter Wenden und Begießen in 2 Stunden gar gekocht. In einer andern Pfanne wird indessen etwas Mehl schön bräunlich geröstet, mit Brühe oder Wasser zur Sauce aufgekocht und zum Fleisch gegeben. Nach Belieben fügt man etwas Tomatenpurée oder sauren Rahm bei. Nachdem die Sauce entfettet und wenn nötig passiert worden, wird sie nochmals aufgekocht und zuletzt mit einem Gießchen „Maggi-Würze“ abgeschmeckt und über den angerichteten Braten gegeben.

\*

**Ratschläge zum Kochen alter Hühner.** Bei alten Hühnern, die man jetzt so gern zu Potage und Frikasse verwendet, kommt es häufig vor, daß sie trotz stundenlangen Kochens durchaus nicht weich werden wollen und daß das Fleisch eine unzerstörbare „Anhänglichkeit“ an das Knochengeriüst hegt, was beim Tranchieren und auch beim Essen sehr unangenehm ist. Dem hilft ein einfaches Mittel ab. Man stecke in das Innere der Henne einen runden Glasstöpsel von einer Flasche mit eingeschliffenem Stöpsel und nähe die Bauchhaut zu. Während des

Kochens schlägt nun dieser Glasstöpsel fortwährend an das Knochengerüst des Huhnes und erzeugt auch die kurzen Wellen des kochenden Wassers, die das Fleisch mürbe machen. Sehr gut ist es auch, dem Wasser einen Eßlöffel voll Brauntwein zuzusetzen, doch muß dies unbedingt beim ersten Aufwallen des Wassers mit dem Huhn geschehen. Um das Fleisch alter Hühner saftiger zu gestalten, fülle man alles Fett des Huhnes in die Bauchhöhle; das teilt sich dann nicht nur der Brühe, sondern in erster Linie dem Fleische mit. Beim Tranchieren des Huhnes beschöpfe man das Fleisch mit dem abgeschöpften Suppenfett.

\*

Hühner-Frikassée mit gemengtem Fleisch. Man zerschneidet die gekochten und erkalteten Hühner in saubere Stücke, dämpft, geschnittene Kalbsmilch oder Kalbsgehirn, kocht geschnittene Kalbsherzen und Zungen, geschnittenen und ausgekochten Rindergaumen weich, sodann dämpft man sauber gepuzte Champignons in Butter mit Zitronensaft, kocht Morcheln möglichst in Fleischbrühe, kocht Krebse, denen man die Schwänze und Scheeren ausbricht, die Krebsnasen füllt man mit einer Fisch- oder Krebsfarce, aus der man auch Fischklößchen bereitet. Die Schalen zerstößt man und bereitet Krebsbutter daraus. Nun schichte man in einem Kasseroll die Hühner mit all diesen genannten Zutaten, gießt etwas Hühnerbrühe darüber und setzt das Kasseroll in ein Bain-marie, um den Inhalt warm zu halten. Die übrige Hühnerbrühe oder auch gute Fleischbrühe von Liebig's Fleischextract verköcht man mit in Butter gelb geschwitztem Mehl,  $\frac{1}{2}$  Flasche Weißwein unter beständigem Rühren zu einer gehörig dicken, sämigen Sauce, zieht sie mit Eidotter ab, fügt etwas Zitronensaft dazu und gießt sie über die Fleischstücke, von denen man vorher die Hühnerbrühe abgossen hat; dieses Frikassée wird mit Halbmonden von Blätterteig verziert.

\*

Schwarzauer. Durchzogenes Schweinefleisch, am besten magere Brust und Hals, wird in viereckige Stücke geschnitten, und einen Tag in einer Essigbeize mariniert, dann wird das Fleisch mit halb Beize, halb Wasser nebst dem nötigen Gewürz auf das Feuer gestellt und nicht zu weich gekocht. Von der Brühe, mit Essig verrührtem Schweineblut, Schweineschmalz und etwas Mehl wird eine ganz glatte, glänzende Sauce angerührt, das Fleisch sauber ausgelesen, mit derselben vermischt und recht heiß, mit Rößen garniert, angerichtet.

\*

Champignons in Kalbsbratenjus. Eingemachte Champignons gießt man ab. Von dem Jus eines saftigen Kalbsbratens nimmt man in genügender Menge, würzt sie mit etwas Pfeffer und Fleisch-

extrakt, läßt es mit etwas Fleischbrühe heiß werden, tut die Champignons hinein, gießt das ganze in Becher und läßt den Inhalt erstarren.

\*

Sauce à la Berch. Bereitungszeit 25 Minuten. Für 6 Personen. Zutaten:  $\frac{1}{4}$  Liter Bordeaux oder roter Burgunder, 20 Gramm Liebigs Fleisch-Extrakt, 300 Gramm Butter, 5 Schalotten, Cayenne-Pfeffer, Salz, Zitronensaft. — 5 mittlere Schalotten werden fein gewiegt und in Butter weiß gedämpft, dann kommt  $\frac{1}{4}$  Liter guter Rotwein dazu, der ganz kurz eingekocht wird, ebenso der Fleischextrakt. Wenn es zergangen ist, arbeitet man unter fortwährendem Rühren mit einem Schneebesen allmählich 300 Gramm Butter unter, aber ja nicht zu heiß, da die Sauce sonst leicht rinnt. Als Gewürz etwas Cayenne-Pfeffer, das nötige Salz und ein paar Tropfen Zitronensaft. Nun richtet man die recht heißen Fischfilets auf einer Schüssel trocken an, sauciert mit der Sauce und streut etwas gehackte Petersilie darüber.

\*

Sauce (von unreifen grünen Tomaten). Schneide einen Korb voll grüne Tomaten in dünne Scheiben und streue eine Handvoll Salz darüber (über Nacht so lassen). Am Morgen gieße den Saft ab, gebe die Tomaten in einen Kessel mit soviel Essig, daß er die Tomaten eben deckt. 5—6 in Scheiben geschnittene rote Pfefferschoten, vier große, in Scheiben geschnittene Zwiebeln, eine Tasse voll geriebenen Meerrettig, eine Tasse Zucker, ein kleiner Eßlöffel voll Nelkenpulver, ebensoviel Zimmt und Pfeffer, koche das alles auf starkem Feuer eine Stunde. Wird in Häfen angerichtet und zu warmem oder kaltem Fleisch serviert.

\*

Reisauflauf. 125 Gramm Reis wird gewaschen und mit einer Tasse kaltem Wasser nebst einer Prise Salz auf das Feuer getan. Wenn das Wasser eingekocht ist, schüttet man  $\frac{1}{2}$  Liter Milch daran, fügt ein Stück süße Butter bei und kocht den Reis weich und ziemlich dick. Hernach rührt man 2 Löffel Staubzucker, geriebene Zitronenrinde, nach Belieben Weinbeeren oder geriebene Mandeln darunter. Ferner mischt man 5 Eigelb und das zu Schnee geschwungene Eiweiß bei. Bestreicht eine Form oder feuerfeste Schüssel mit Butter, füllt die Masse ein und backt sie im Ofen ungefähr  $\frac{3}{4}$  Stunden.

\*

Macaroni mit Morcheln. Bereitungszeit 1 Stunde. Für 5 Personen. Zutaten: 125 Gramm getrocknete Morcheln, 2 Liter Wasser, 60 Gr. Butter, 400 Gr. Mehl,  $\frac{1}{4}$  Liter süßen Rahm, 1 Zwiebel, 1 Prise Pfeffer und Salz, 20 Gr. Liebigs Fleisch-Extrakt. — Die getrockneten Morcheln werden zerschnitten, in warmem, oft gewechseltem Wasser tüchtig gewaschen, danach 12 Stunden in  $1\frac{1}{2}$  Liter Wasser geweicht und

dann in 50 Minuten in demselben Wasser gar gekocht. Ein Theelöffel gehackte Zwiebel wird in 60 Gramm Butter gelb geröstet, 40 Gramm Mehl hinzugerührt, danach den süßen Rahm und  $\frac{1}{4}$  Liter Morchelbrühe, in welcher Liebig's Fleischextrakt aufgelöst ist, hinzugetan und die Morcheln in dieser feimigen Sauce noch einmal aufgekocht und mit Pfeffer und Salz abgeschmeckt. Die Maccaroni kommen in die Mitte einer Schüssel und werden mit den Morcheln und der Sauce umgeben.

\*

Polenta. Ein Liter halb Milch halb Wasser gibt man aufs Feuer mit etwas Salz und einem Stückchen süßer Butter. Wenn es kocht, so wird 300 Gramm Polentamehl hineingerührt und unter langsamem Kochen unausgesetzt während  $\frac{3}{4}$  Stunden gerührt. Die Masse sieht zuletzt aus wie ein „Ankebälleli“, soll ganz trocken sein. Dann wird sie auf eine heiße Platte angerichtet und zu Saucenfleisch serviert. Oder man schneidet die Polenta in kleine Tranchen, bestreut sie lagenweise mit geriebenem Käse und übergießt das Ganze mit heißer Butter.

\*

Gelbe Rüben gedünstet oder gekocht. Die geschabten Karotten oder auch große frische Rüben werden nudelig geschnitten, mit reichlich fein gewiegter, grüner Petersilie, etwas Salz, Fett und einem Schöpflöffel Wasser weich gedünstet, mit einem Kochlöffel Mehl gestaubt mit fetter Fleischbrühe aufgegossen, mit wenig Zucker und einer kleinen Prise Pfeffer gewürzt. Gekochte Rüben werden ebenso vorbereitet wie die gedünsteten, mit reichlich Wasserzusatz weich gekocht, mit dünner gelblicher Einbrenne, in welcher viel gewiegte Petersilie eingerührt wurde, vergossen, etwas fette Fleischbrühe kommt ebenfalls dazu, nebst Salz, wenig Zucker und Pfeffer. Recht weich kochen lassen.

\*

Warmer Gurkensalat. Die geschälten und gehobelten Gurken werden gesalzen, gepfeffert, dann zerläßt man in einem Tigel würfelig geschnittenen Speck, gibt heißen Essig dazu und gießt dies über die geschnittenen Gurkenscheiben. Delikater ist jedoch der kalt angemachte Salat, weil die Gurke dann nichts von ihrem eigentümlichen Geschmack verliert und erfrischender schmeckt.

\*

Salzburger Nockerl. Man rührt eigroß Butter mit genügend gestoßenem Zucker ab und einer Prise Salz, gibt erst das Gelbe von einem Ei darein, ist dasselbe tüchtig verrührt, so nimmt man ein zweites Eigelb, nach tüchtigem Verrühren kommt löffelweise feines Mehl hinzu, welches stets gut gerührt wird. Dies wird so lange gemacht, bis der Teig Blasen wirft und sich leicht vom Löffel und der Schüssel löst. Zuletzt kommt noch der Eierschnee dazu. Inzwischen hat man auf zirka

2 Eier 1 Liter Milch mit einem Stückchen Vanille und genügend Zucker zum Feuer gegeben. Wenn diese kocht, so sticht man mit einem Theelöffel Klößchen in die Milch, deckt fest zu und läßt sie auf schwachem Feuer etwa  $\frac{1}{2}$  bis  $\frac{3}{4}$  Stunden langsam kochen. Während dieser Zeit darf nie abgedeckt werden. — Sind die Klößchen fertig, schöpft man sie auf eine Platte, streut Zucker darüber und serviert die noch übrige Milch extra. Diese billige und bei Groß und Klein sehr beliebte Mehlspeise ist sehr zu empfehlen.

\*

Erdbeer-Omelette. Man bestreue ein paar Stunden vor dem Gebrauche die Erdbeeren mit Zucker und lasse sie so stehen. Dann, kurz vor dem Servieren, verkloppe man 6 Eier, rühre 3 Eßlöffel süßen Rahm und 1 Eßlöffel Zucker daran, gebe 90 Gramm frische Butter in eine flache Pfanne und backe die Omelette auf der unteren Seite schön gelb, glitsche sie nun auf die Schüssel, belege eine Hälfte mit den Erdbeeren, schlage die andere darüber und serviere gleich.

\*

Kastanienkompot. Schöne, große, geröstete Kastanien werden geschält und in eine ofenfeste Kompotschale geschichtet. Mit  $\frac{1}{6}$  Liter feinstem Rhum begossen, bestreut man die Kastanien (Maronen) mit fein gestoßenem und gesiebttem Zucker und stellt sie zugedeckt an eine heiße Stelle des Herdes oder in den mäßig warmen Bratofen. Im Augenblick des Servierens zündet man den Rhum mit einem Schwefelholz oder langen Fidibus an. Man gibt sie zu Hasen-, Schweine- oder Gänsebraten. Die Speise ist ganz besonders bei Herren beliebt.

\*

Quarkpudding. (Sehr nahrhaft.)  $\frac{1}{4}$  Kilo Quark,  $\frac{1}{2}$  Kilo Mehl, 100 Gramm Zucker, ein gutes Backpulver, ein an Apfelsinenschale abgeriebenes Stück Zucker, 10 Gramm Salz, 50 Gramm Fett, 15 Gramm Salz zum Abkochen. Das Mehl wird in einem Topf mit dem weißen Käse, (Quark) Zucker, Backpulver, Apfelsinenzucker und Salz mit sauberen Händen glatt verarbeitet und nun mit der Mischung von Fett und vier Eßlöffel heißem Wasser zu einem Teig geknetet, den man zu einer Kugel formt. Ein sauberes weißes Tuch streut man mit Mehl leicht aus, legt die Kugel hinein, bindet es oben lose und läßt den Pudding in einem großen Topf, in dem man Wasser und 15 Gramm Salz zum Kochen brachte, und auf dessen Boden man eine umgekehrte Untertasse setzt, damit das Tuch nicht ansengt, 2 Stunden langsam kochen. Beim Anrichten nimmt man das Tuch hervor und kippt den Pudding vorsichtig in die Anrichtschüssel. Man gibt weichgekochtes Backobst, warmes Pflaumenmus oder gebratenen Speck mit Zwiebelwürfeln dazu.

Drangencreme. Die Schale von 2 Drangen wird auf 375 Gr. Zucker abgerieben. 6—8 Eigelb,  $\frac{3}{4}$  Liter Milch werden mit dem Zucker auf gelindem Feuer tüchtig geschlagen, dann durchgeseiht und zum Erfalten gestellt. Vor dem Servieren mischt man  $\frac{3}{4}$  Liter geschlagenen Rahm darunter, oder man garniert die Creme mit geschlagenem Rahm und frischen Drangenschnitzchen.

\*  
Das Gießen der Erdbeeren mit Wasser erweist sich bei trockener Witterung als zweckmäßig, ist aber nicht zu übertreiben, denn die Erdbeere liebt nur ein mäßig feuchtes Erdreich. Am zweckmäßigsten verfährt man, wenn zwischen den Reihen der Pflanzen kleine Gräben gezogen werden und in diese das Wasser geschüttet wird. Auf solche Weise durchzieht sich der Boden allmählich und nur linde mit Feuchtigkeit und solches ist in der Regel besser, als wenn das ganze Erdbeerefeld mit Wasser begossen wird.

\*  
Blutflecken zu entfernen. Man rühre Weizenstärke mit wenig kaltem Wasser an, trage dieselbe dick auf den Fleck auf und lasse sie trocknen. Ist die Stärke von der linken Seite aus abgeklopft, so werden frische Flecke verschwunden sein; bei veralteten wiederholt man dieses Verfahren. Es hat den Vorteil, daß es auch bei zarten Farben und Stoffen angewendet, dieselben nicht angreift.

\*  
Glänzend gewordene Stellen an Rammgarnstoffen lassen sich beseitigen, indem man dieselben mit verdünntem Salmiakgeist (ein Teil Salmiak auf zehn Teile Wasser) tränkt und dann mit einer Bürste, die in warmes Wasser getaucht ist, tüchtig ausbürstet. Statt der Salmiaklösung kann man auch Gallseife verwenden. Die Flecken sind dann nochmals in reinem Wasser nachzuwaschen.

\*  
Aluminiumgegenstände behandelt man mit kaustischer Kalilauge, wenn sie ein mattgraues Aussehen angenommen haben. Sie werden wieder lebhaft glänzend und laufen nicht an, wenn sie an der Luft sind.

\*  
Ausgepreßte Zitronen werfe man nicht gleich weg, da sie noch zum Reinigen rauher Hände dienen können. Man braucht sie wie Seife, reibt die Hände gut ein, und man wird wieder eine weiche Haut bekommen. Ferner können ausgepreßte Zitronen, angefeuchtet und in feinen Sand getaucht, sehr gut zum Blankreiben von Messingpfannen verwendet werden. Es ist stets noch Säure in der ausgepreßten Frucht, daß man sie nicht sofort wegwerfen, sondern noch für solche Zwecke verwenden sollte.