

Wenn Ihr nicht gut sehen könnt geht zu
Max J. Egge
 Augen-Spezialist.
 Zimmer 42-43
 Hedde-Gebäude, Grand Island

DR. D. A. FINCH
 Zahnarzt
 Zimmer 5 und 6
 Hedde-Gebäude
 empfiehlt sich dem Publikum zur Ausführung aller zahnärztlichen Arbeit.

Dr. E. Arthur Watson
 Chirurgie.
 Dr. W. Reilly
 Kinder - Krankheiten.
Drs. Watson & Reilly
 Roth-Gebäude, Eingang an der Westseite.

Dr. John H. Regan
 County Arzt
 Hedde-Gebäude
 Office Phone: A 52-1

A. C. MAYER
 Deutscher Advokat
 Dolmetscher
 Vollmachten, Testamente
 Grand Island, Nebraska

FRED W. ASHTON
 Advokat
 Elary - Gebäude, Grand Island.

H. C. Wengert, M. D.
 Auge, Ohr, Nase, Hals
 Augengläser angepasst
 Telephone 167. Ueber Pizer's Laden

E. E. FARNSWORTH, M. D.
 Innere Medizin, Kinderkrankheiten, Geburtshilfe.
 Hedde-Gebäude.
 Tel.: Office, A 5 888, 1 Ring;
 Ref.: A 5 888, 2 Rings.

GEDDES & CO.
 Leichenbestatter
 315-317 westl. Dritte Straße.
 Tel.: Tag oder Nacht, A 5 5901.
 Privat - Ambulanz.
 J. A. Livingston, Begräbnis-Dir.

Dr. A. H. FARNSWORTH,
 Arzt und Wundarzt,
 Office: 2. Stockwerk, Hedde-Gebäude.

The FOLKS AT HOME EXPECT YOU TO TELL 'EM ALL ABOUT
 "OMAHA'S FUN VISIT CENTRE," THE **GAYETY**
 Exhilarating Burlesque; Vaudeville
 Ladies' Dime Matinee Every Weekday
 Always the biggest and best show west of Chicago

WILLIAM SUHR
 Rechtsanwalt
 First National Bank-Gebäude
 Grand Island, Neb.

Dr. Oscar H. Mayer
 Deutscher Zahnarzt
 Hedde-Gebäude Telephone A 5 31

Neues aus Natur- und Heilkunde.

Fleischerias.
 Durch seinen hohen Eiweißgehalt ist das Fleisch für die menschliche Ernährung besonders wertvoll. Sieht man sich nun zu Zeiten der Fleischteuerung genötigt, die Fleischportionen zu verkleinern, so muß man darauf achten, daß in den anderen Nahrungsmitteln genügende Mengen Eiweiß geboten werden. Darin wird aber bei der Zusammenstellung des Küchenzettels vielfach gefehlt. Einige Winte für die Hausfrau dürften darum am Platze sein.
 Mageres Fleisch junger Schlacht-tiere enthält etwa 20 v. H. Eiweiß, beim fetten sinkt der Gehalt auf 17 bis 14 v. H. Vergleichen wir damit andere Nahrungsmittel! Da sind zunächst die Molkereiprodukte zu erwähnen. Im Quark erhalten wir 23 v. H. und in verschiedenen Sorten Käseforten 25 bis 35 v. H. Eiweiß, das aus der Milch stammt und ebenso gut wie das Eiweiß des Fleisches verdaulich und ausgenutzt wird. Da sind vorzügliche Ersatzmittel für das Fleisch.
 Unter den Produkten der Geflügelzucht kommen die Eier in Betracht, man kann wohl sagen, daß etwa 15 Eier im Durchschnittsgewicht von je 50 Gramm ein Pfund fettes Fleisch ergeben. In der Regel laufen wir aber in ihnen das Eiweiß nicht billiger als im Fleisch.
 Das Fleisch der Fische ist fast ebenso nahrhaft wie das unserer Schlachttiere. Unsere Süßwasserfische sind aber in besseren Arten für unseren Zweck zu teuer. Wohl aber eignen sich die billigeren Seefische, namentlich der Schellfisch mit 17 v. H. Eiweiß, und ebenso der Hering sehr gut als Ersatz für das teure Fleisch. In allen diesen Nahrungsmitteln wird uns tierisches Eiweiß geboten. Früher glaubte man, daß es zur Erhaltung des Menschen unentbehrlich sei, die neueren Forschungen haben aber erwiesen, daß man es ganz zweckmäßig durch das wesentlich billigere pflanzliche Eiweiß ersetzen kann. Leber aber lehrt die Erfahrung, daß eine derartige Kost im allgemeinen nicht ausreicht. Die pflanzlichen Nahrungsmittel sind weniger leicht verdaulich, und ein nicht unbedeutlicher Teil des Eiweißes, das sie enthalten, kann vom menschlichen Körper nicht ausgenutzt werden; wir müssen dann so große Mengen Nahrung zu uns nehmen, daß der Darm die Arbeit nicht gut bewältigen kann. Zu beachten ist ferner, daß die einen pflanzlichen Nahrungsmittel mehr, die anderen dagegen weniger Eiweiß enthalten. Zu Zeiten also, wo die Not den Menschen zwingt, die Fleischgaben einzuschränken, muß man die Kost so zusammensetzen, daß man Speisen bevorzugt, die aus eiweißreicheren pflanzlichen Nahrungsmitteln bereitet sind.

Obenan stehen in letzterer Hinsicht die Hülsenfrüchte, Erbsen, Bohnen und Linsen, die sogar noch etwas mehr Eiweiß als mageres Fleisch enthalten. Leber aber sind sie so schwer verdaulich, daß wohl die Hälfte ihres Eiweißes vom Körper nicht ausgenutzt wird.
 Die Getreialien oder Getreidearten sind ärmer an Eiweiß. Roggen- und Weizenmehl bieten nur 10 bis 12 v. H. Eiweiß. Bei der Zubereitung muß ihnen aber Wasser zugefügt werden, dadurch vermindert sich der Eiweißgehalt; so beträgt er bei verschiedenen Brotarten z. B. nur 6 bis 8 v. H. Weizenklein verhalten sich Hafer und Hirse, während Reis etwa 8 v. H. Eiweiß enthält. In dieser Hinsicht sind die Getreialien weit der Kartoffel überlegen, deren Eiweißgehalt zwischen 2 bis 3 v. H. schwankt. Sehr wenig Eiweiß bieten auch die anderen Gemüse und Obst.
 Aus diesen Tatsachen ergeben sich wertvolle Winke dafür, wie man bei verringertem Fleischgenuß die Kost gestalten soll. In den meisten Fällen ist unseres Volkes bildet die Kartoffel ein sehr wichtiges Sättigungsmittel. Ist man weniger Fleisch und dafür mehr Kartoffeln, so muß zweifellos eine Unterernährung in bezug auf den Eiweißbedarf eintreten. Es empfiehlt sich darum, die Kartoffelergänze einzuschränken und dafür mehr Fleischspeisen zu bieten. Rüben, Spargel, Hirse- und Reispeisen sollten in Abwechslung mit Bohnen, Erbsen oder Linsengerichten bevorzugt werden. Bei einer solchen Kost kann der Mensch auch bei geringerer Fleischgabe gesund und leistungsfähig bleiben.

Wahrheit der Stummheit.

In der Wiener Ärzte-Gesellschaft stellte Dr. Fr. Neumann eine Frau vor, die seit einer im vierten Lebensjahr überstandenen Diphtherie stimmlos war. Die Untersuchung mit dem Reklappspiegel zeigte, wie die Wiener Medizinische Wochenschrift berichtet hat, eine narbige Zerstörung des linken Stimmbandes. Beim Versuch zu sprechen, bewegte sich das gesunde rechte Stimmband, aber es blieb zurück ihm und der Reklappspiegel wand eine so große Wunde, daß eine Stimmgebung unmöglich war. Es wurde nun versucht, diese Wunde durch Paraffineinspritzung in die Gegend des linken Stimmbandes auszugleichen und so eine Art künstlicher Stimmrinne zu schaffen. Der Versuch gelang, und die Frau spricht nun schon seit längerer Zeit mit zwar heiserer, aber laut vernehmbarer Stimme.

Die Sterbestunden.

Früher nahm man allgemein an, daß die meisten Menschen, soweit sie eines natürlichen Todes sterben, in den Lebergangstunden zur Nacht ihr Leben aushauchen. So schreibt noch der Leipziger Professor der Medizin Winter in seinem 1781 erschienenen Werke über die Funktionen des menschlichen Körpers: „Es ist nicht anzuzweifeln, daß das Scherben des Tagesgestirns auf den Zeitpunkt der endlichen Auflösung eines bereits mit dem Tode Ringenden einen bestimmenden Einfluß hat.“ In neuerer Zeit hat dann der englische Arzt Hoptkins den Versuch gemacht, diese trübselige Zeit durch eine genau geführte Statistik zu ermitteln, nachdem er die Todesbestände von 2800 Personen verschiedenen Alters in den Jahren 1893 bis 1903 aufzeichnete hatte, ergab sich ein folgendes, durchaus abweichendes Resultat: Die meisten Todesfälle, 4 v. H. die Hälfte, kommen zwischen 4 und 6 Uhr morgens vor, die wenigsten, nur 6 Prozent, zwischen 9 und 11 Uhr vormittags.
 Diese Feststellung erregte seinerzeit in Fachkreisen einige Aufsehen. Konnte man doch keinerlei stichhaltige Erklärung dafür finden, warum gerade in der Zeit des Sonnenaufgangs die Sterblichkeitsziffer so besonders hoch und dafür in den Vormittagsstunden so auffallend klein war. Zedenfalls gab aber die Hoptkinsche Statistik anderen Medizinern die Anregung, dessen Angaben nachzuprüfen.

Geßiß und Verdauung.

Daß die Zerkleinerung und das Roden der Speisen für die Verdauung von großer Bedeutung ist, ist bekannt. Professor Lehmann in Würzburg hat darüber interessante Versuche angestellt. Er legte gedörrte Speisen in Würfel von verschiedener Größe dem Verdauungsstoffe im Brutschrank aus und untersuchte, wie die verschiedensten Nahrungsmittel. Aus diesen Versuchen ergab sich nun, daß die kleineren und fein zerkleiner-

ten Würfel schneller verdaut werden. Bei Speisen, die ihres Zundergehaltes wegen genossen werden, ist das Stochen von großer Wichtigkeit, weil durch das Zerkleinern die Stärke zu kleineren die Zellengewebe gelöst werden. Durch Kochen und feines Zerreiben, wie bei Apfelsmus und Erdäpfelbrei, wird die Zunderbildung gefördert. Kranke und Genesende sollen daher möglichst fein zerkleinerte und zerkleinerte Speisen genießen. Für Genesende ist ein gutes Geßiß von höchster Wichtigkeit. Menschen, die häufig kauen und große, unzerlaute Bissen hinunterschlingen, leiden oft an Magenbeschwerden, die gehoben werden können, wenn genügend gut gekaut wird. Die Verwendung eines solchen Geßißes kann daher oft einen Magenleiden zur Heilung bringen. In neuester Zeit wird von manchen Ärzten behauptet, daß durch schlechtes Kauen der Speisen, sei es aus Nachlässigkeit oder durch den Mangel an Zähnen bedingt, auch gefährliche Krankheiten, speziell die so berüchtigte Blinddarmentzündung, entstehen können, deshalb sei allen die Mahnung, gut zu kauen und nicht zu hastig zu essen, warm ans Herz gelegt.

Leberflecke.

Die wahre Ursache der Leberflecke läßt sich nicht mit Sicherheit feststellen. Sie entstehen oft ohne jeden besonderen Grund. Häufig allerdings wird einer ausgiebigen Lichtwirkung starker Sonnenstrahlung oder dergleichen die Schuld zugeschrieben. Tatsächlich handelt es sich um kleine lokalisierte Pigmentanhäufungen in der Haut, die aber mit einem inneren Leiden gar nichts zu tun haben. Die Behandlung ist nicht sehr aussichtsreich. Man kann allerdings versuchen, mittels des elektrischen Stromes diese Pigmentanhäufungen zur Auflösung zu bringen. Immerhin ist dies Verfahren schmerzhaft, langwierig und durchaus nicht sicher. Es gibt Menschen, die besonders leicht zu derartigen Pigmentflecken neigen und infolge dessen viele Leberflecke haben. Diese müssen sich vor direkter Sonnenbestrahlung möglichst zu schützen. Die so häufig angelegten, unheimlichen Mittel zur Beseitigung von Leberflecken und Sommerprossen sind fast alle wirkungslos. Es gibt auch eine Art von Leberflecken, die angeboren sind und mehr den Charakter gefährlicher Mäler annehmen. Auch diese zu beseitigen ist schwierig. Sind die Flecke ganz dunkel-schwarz, so tut man unter Umständen gut, sie auf chirurgischem Wege entfernen zu lassen, da es hier und da vorkommt, daß derartige schwarze und angeborene Flecke zur Entstehung bösartiger Geschwülste Anlaß geben.

Heilung der Stummheit.

In der Wiener Ärzte-Gesellschaft stellte Dr. Fr. Neumann eine Frau vor, die seit einer im vierten Lebensjahr überstandenen Diphtherie stimmlos war. Die Untersuchung mit dem Reklappspiegel zeigte, wie die Wiener Medizinische Wochenschrift berichtet hat, eine narbige Zerstörung des linken Stimmbandes. Beim Versuch zu sprechen, bewegte sich das gesunde rechte Stimmband, aber es blieb zurück ihm und der Reklappspiegel wand eine so große Wunde, daß eine Stimmgebung unmöglich war. Es wurde nun versucht, diese Wunde durch Paraffineinspritzung in die Gegend des linken Stimmbandes auszugleichen und so eine Art künstlicher Stimmrinne zu schaffen. Der Versuch gelang, und die Frau spricht nun schon seit längerer Zeit mit zwar heiserer, aber laut vernehmbarer Stimme.

Die Sterbestunden.

Früher nahm man allgemein an, daß die meisten Menschen, soweit sie eines natürlichen Todes sterben, in den Lebergangstunden zur Nacht ihr Leben aushauchen. So schreibt noch der Leipziger Professor der Medizin Winter in seinem 1781 erschienenen Werke über die Funktionen des menschlichen Körpers: „Es ist nicht anzuzweifeln, daß das Scherben des Tagesgestirns auf den Zeitpunkt der endlichen Auflösung eines bereits mit dem Tode Ringenden einen bestimmenden Einfluß hat.“ In neuerer Zeit hat dann der englische Arzt Hoptkins den Versuch gemacht, diese trübselige Zeit durch eine genau geführte Statistik zu ermitteln, nachdem er die Todesbestände von 2800 Personen verschiedenen Alters in den Jahren 1893 bis 1903 aufzeichnete hatte, ergab sich ein folgendes, durchaus abweichendes Resultat: Die meisten Todesfälle, 4 v. H. die Hälfte, kommen zwischen 4 und 6 Uhr morgens vor, die wenigsten, nur 6 Prozent, zwischen 9 und 11 Uhr vormittags.
 Diese Feststellung erregte seinerzeit in Fachkreisen einige Aufsehen. Konnte man doch keinerlei stichhaltige Erklärung dafür finden, warum gerade in der Zeit des Sonnenaufgangs die Sterblichkeitsziffer so besonders hoch und dafür in den Vormittagsstunden so auffallend klein war. Zedenfalls gab aber die Hoptkinsche Statistik anderen Medizinern die Anregung, dessen Angaben nachzuprüfen.

Geßiß und Verdauung.

Daß die Zerkleinerung und das Roden der Speisen für die Verdauung von großer Bedeutung ist, ist bekannt. Professor Lehmann in Würzburg hat darüber interessante Versuche angestellt. Er legte gedörrte Speisen in Würfel von verschiedener Größe dem Verdauungsstoffe im Brutschrank aus und untersuchte, wie die verschiedensten Nahrungsmittel. Aus diesen Versuchen ergab sich nun, daß die kleineren und fein zerkleiner-

ten Würfel schneller verdaut werden. Bei Speisen, die ihres Zundergehaltes wegen genossen werden, ist das Stochen von großer Wichtigkeit, weil durch das Zerkleinern die Stärke zu kleineren die Zellengewebe gelöst werden. Durch Kochen und feines Zerreiben, wie bei Apfelsmus und Erdäpfelbrei, wird die Zunderbildung gefördert. Kranke und Genesende sollen daher möglichst fein zerkleinerte und zerkleinerte Speisen genießen. Für Genesende ist ein gutes Geßiß von höchster Wichtigkeit. Menschen, die häufig kauen und große, unzerlaute Bissen hinunterschlingen, leiden oft an Magenbeschwerden, die gehoben werden können, wenn genügend gut gekaut wird. Die Verwendung eines solchen Geßißes kann daher oft einen Magenleiden zur Heilung bringen. In neuester Zeit wird von manchen Ärzten behauptet, daß durch schlechtes Kauen der Speisen, sei es aus Nachlässigkeit oder durch den Mangel an Zähnen bedingt, auch gefährliche Krankheiten, speziell die so berüchtigte Blinddarmentzündung, entstehen können, deshalb sei allen die Mahnung, gut zu kauen und nicht zu hastig zu essen, warm ans Herz gelegt.

Moderne Lehrlingsklassen.

Werden heute auch in Amerika immer vielfacher gekannt.

Vor noch nicht vielen Jahren fand in Amerika der Gedanke einer besonderen beruflichen Ausbildung von Lehrlingen, unmittelbar in den betreffenden Geschäften, keinen Anklang, weder bei Arbeitgebern noch bei Angestellten. Vielfach sah man sogar die ganze Idee als eine veraltete an und glaubte, daß schließlich auf persönliche „Fähigkeit“ alles ankomme.
 Das ist bedeutend anders geworden, und man kann geradezu von einem Wiederaufleben alter Zeiten in dieser Beziehung sprechen, wenn auch nicht ganz nach dem alten Zuschnitt. Viele größere amerikanische Industrie- und Handels-Geschäfte unterhalten heute in ihren eigenen Mauern, und auf ihre eigenen Kosten, besondere Schulen oder Klassen für die berufliche Ausbildung ihrer Angestellten, und sie haben offenbar die Ueberzeugung gewonnen, daß sich dies für sie zähle.
 In jüngerer Zeit haben Beamte des Bundes-Arbeitsministeriums Erhebungen über diesen Gegenstand angestellt, und sie glauben, daß solche Klassen, wenn richtig geleitet, allgemeinen erzieherischen Wert haben, zusätzlich der Erhöhung der industriellen Leistungsfähigkeit der Angestellten in einem bestimmten Zweige. Und berufliche Ausbildung überhaupt, die sich lange Zeit nur auf die sogenannten höheren Fächer beschränkt, wird jetzt in immer weiteren Kreisen als höchst vorteilhaft anerkannt, als Teil der großen Bewegung für industrielle Verbesserung der Arbeiterlage. Das gilt natürlich nicht bloß von Lehrlingsklassen, die von Arbeitgebern selbst betrieben werden. Wahrscheinlich die erste offene Schule dieser Art in den Ver. Staaten war die in Boston, welche hauptsächlich der Ausbildung von Verkäuferinnen und Verkäuferinnen gewidmet war und sich bald als ein großer Erfolg erwies. Sie wurde von den Läden selbst begünstigt, welche wußten, daß sie gute tüchtige Arbeiterkräfte von dieser Schule betamen und sie auch anständig bezahlten.

Genaue Einzelheiten über den Geschäftszweig, in welchem sie zu Zeit angestellt sind, können die Jugendlichen natürlich am besten in Lehrlingsklassen erfahren, welche von den Arbeitgebern selbst betrieben werden. In allen diesen Schulen aber werden gewisse gemeinsame Dinge gelehrt, welche von großer Bedeutung werden können. Vor allem wird den auszubildenden jungen Männern oder Frauen die höchste Achtung für streng systematische Arbeiten und für die Berufsschulung selbst der scheinbar unbedeutendsten Kleinigkeiten beigebracht, die sich schließlich zu „Großigkeiten“ auswachsen können. Möglichst gründliche Kenntnis der zu handhabenden Waren oder Stoffe wird selbstverständlich gelehrt. Der Lehrling soll aber auch befähigt werden, sich weiterhin selber auf das Beste auszubilden, und er soll ein hohes Verantwortungs-Gefühl und überhaupt hohe geschäftliche Ideale pflegen lernen. Nicht das geringste dieser Ziele ist Artigkeit gegen Kunden. Mit der beruflichen Ausbildung soll auch die Charakter-Ausbildung Hand in Hand gehen.
 Unter den Vorteilen einer solchen Erziehung wird auch die Förderung eines strammen „Körpergeistes“ in den verschiedenen Geschäften und überhaupt derselben hervorgehoben. Und noch in manchen anderen Beziehungen des Lebens mögen sich die glänzendsten Wirkungen geltend machen. So wird z. B. ein Mädchen, das als Verkäuferin ausgebildet worden ist, sich unter allen Umständen auch als gute Käuferin bewähren und damit ein wertvolleres Glied der Familie und der Gesellschaft werden.

Schwer zu machen.

„Schwer zu machen.“ Sie haben wegen Ihrer verheirateten Leiden doch mehrere Spezialisten befragt; in welches Bad werden Sie nun eigentlich gehen?
 „Ach, Du lieber Himmel! Mein Bad soll nach Marienbad, mein Leber nach Karlsbad, mein Herz nach Nauheim, meine Lunge nach Davos.“

Allelei für's Haus.

Hautreinigung. Jedermann weiß gewiß aus Erfahrung, daß man sich die Hände, wenn sie schmutzig geworden waren, mit warmem Wasser waschen muß, um sie gründlich zu säubern; nicht allen dürfte es aber bekannt sein, warum warmes Wasser die Haut besser reinigt, als kaltes. Durch die Poren der Haut bringt stets eine gewisse Menge von natürlichem Fett und Schweiß nach außen. Beide zusammen bilden dann eine Art Ueberzug der Haut, worauf Staub- und Schmutzteilchen hängen bleiben. Zur Entfernung des Schmutzes von der Haut ist es nun zunächst nötig, jene Fettschicht aufzulösen oder doch zu verflüssigen. Kaltes Wasser vermag das nicht, denn es hat die Wirkung, das Fett natürlich fester und damit härter zu machen. Durch das Waschen der Hände mit kaltem Wasser kann man höchstens den oberflächlichen Schmutz entfernen, der noch nicht fest in die fette, blige Dede der Haut eingebettet ist. Andererseits hat nun ordentlich warmes Wasser die Wirkung, das auf der Oberhaut liegende Fett zu schmelzen, so daß die daran haftenden Schmutzteilchen losgerissen werden und sich dann leicht entfernen lassen. Seife unterstützt noch diese Lockerung, weil sich aus ihr beim Vorhandensein reichlicheren Wassers Natronlauge abspaltet, die das Hautfett selbst, wenigstens grobenteils, wieder verflüssigt.
Metalle, Marmor und Porzellan zu reinigen. Marmor reinigt man mit Seife und Wollappen; danach mit einem Leinwand trocken reiben. Weißes Porzellan ist mit Seifenwasser, dem etwas Soda zugefügt ist, zu waschen und trocken zu reiben. Kupfer scheuert man mit Scheuerrohre, feinem weichen Sand und Bieneigen; statt letzterer kann man auch eine breiartige Mischung von Regenmehl und Eßig nehmen. Zint reinigt man mit Scheuerrohre, feinem weichen Sand, Seifenwasser mit Sodazugabe. Gutes Kupferblech und vollständiges Ausstreuen unterlasse man mit Sand und Seife und spült mit warmem Wasser nach.
Verborbener Magen. Wer sich den Magen verborgen hat, tut er sich selbst durch das einfache Mittel vierundzwanzigstündigen Fastens. Dieses Mittel ist überhaupt zu empfehlen, auch gesunden Leuten, sowie jedem, dessen Magen nicht recht arbeiten will, hauptsächlich denen, die zwischen den Mahlzeiten viel zu trinten pflegen. Enthaltung von jeglicher flüssigen Nahrung ist ein Mittel auch gegen argen Schnupfen.
Vom Wäsche waschen. Das heutige die Wäsche schneller verschleißt als in der guten alten Zeit, ist nicht zu bestreiten. Das mag zum Teil an der Quantität der Stoffe liegen, zum anderen Teil aber ist es die Folge der neuartigen Waschmethoden. Früher wusch man fast ausschließlich mit Seife, der etwas Soda, Pottasche und Lauge beigelegt wurde, und bleichte dann auf dem Rasen; heute nimmt man Chlor oder Sauerstoffpräparate zu Hilfe, unter denen sich das Natriumperborat den ersten Platz errungen hat. Seife und Soda greifen die Pflanzenfaser so gut wie gar nicht an, ja sie erhöhen sogar ihre Festigkeit. Sie vermögen aber nur zu reinigen, d. h. den Schmutz zu entfernen, sind dagegen nicht imstande zu bleichen. Die Sauerstoffpräparate ihrerseits erleiden die Pflanzenfaser, sind der Pflanzenfaser gefährlich; bei jeder Behandlung mit ihnen verlieren die Stoffe etwa 4/5 Prozent ihrer Festigkeit. Das zweckmäßige ist danach, nicht mit jeder Reinigung eine Bleiche zu verbinden, sondern die letztere nur zeitweilig einzutreten zu lassen. Nach diesem Gesichtspunkt muß sich die Hausfrau ihre Waschmittel aussuchen.
Pelzwerk zu reinigen. Die Zeit naht, zu der wir unser Pelzwerk wieder bedürfen und aus der Sommerzeit hervorholen. Alles Wollentwässer, Naphthalin oder Stämpfer wird gründlich ausgeschüttelt und abgewaschen und das Pelzwerk möglichst einige Stunden im freien Gelüfte. Will man einige Stücke selbst auswachen, so verfährt man folgendermaßen: Man macht eine leuchtende Brühe von guter weißer Seife und seigt sie durch ein Tuch. Dann läßt man die Brühe lauwarm werden und wäscht das Pelzwerk ohne Reiben, nur durch Schütteln und leichtes Drücken, gründlich aus. In kaltem Wasser wird es gut nachgespült und dann an der Luft völlig getrocknet. Man kann alsdann noch das Pelzwerk mit Stärkeleim einweichen und wieder auswachen oder auch nur mit einem weichen Wischen klopfen und später vorsichtig büffeln. Das Pelzwerk wird so völlig rein, weich und glänzend.
Solange die Zitronen billig sind, kann man sich davon Vorrat für teurere Zeiten anlegen, indem man tabellose Früchte ganz mit Eiweiß bestreift, das trocken muß. Durch den so hergestellten Luftschutz halten sich die Zitronen auch in kühler, trockener Ort sehr lange.

Im Küchen-Garten.

Die praktische Bewirtschaftung des Küchengartens beruht darauf, den Platz auf den Beeten gehörig auszunutzen und keines derselben längere Zeit unbenutzt liegen zu lassen. Schon abgemerkte Beete benutzt man für alle Gemüsearten, die erst im Sommer oder im Spätsommer gepflanzt oder gesät werden. Als solche sind zum Beispiel die Beete anzusehen, die Spinat, Rabischen, Salat, Frühstohrabi, Frühherbse, u. s. w., getragen haben. Für diese Beete hat man auf einem Saubere die Pflanzen herangezogen, die auf die leeren Beete gepflanzt werden, oder man sät solche, deren Aussaat spät im Freien erfolgt. Zu letzteren gehören Möhren, Zeltomer-Rüben, erstere werden im Juli gesät, letztere im August, und im September kann man dann noch Feldsalat säen. Spinat sät man nicht vor August nach, zu Ende Juni lassen sich noch späte Frühstohrabi und Erbsen nachlegen. Juli-August Aussaat von Kopfsalat liefert den Wintervorrat, auch Endivienaussaat erfolgt im Juni-Juli, die Verpflanzung wird im Juli-August vorgenommen. Eine Nachkultur auf nicht frisch gebüngtem Boden ergibt die Aussaat von Winterrettich zu Ende Juni. Für jede Nachkultur ist immer die Vorfrucht ausschlaggebend, die sich danach richtet, ob die Nachkultur frisch gebüngtem Boden verträglich oder nicht, und ob es die Zeit zuläßt, daß die Nachkultur auch auf dem abgeernteten Beete noch reif wird.
Ranichenpflege. Für das Wohlbefinden des Ranichens ist der Stoffwechsel und sein regelmäßiger Verlauf von einer nicht zu unterschätzenden Bedeutung; er ist als die Grundbedingung einer andauernden Gesundheit anzusehen. Es muß eben der Körper nicht nur die notwendigen Nährstoffe aufnehmen, sondern er muß auch die verfallenen, abgebrauchten Substanzen auf den richtigen Wegen ausscheiden.
 In lehrer Ausscheidungen nimmt die Haut sehr wesentlichen Anteil, etwa 17 Prozent aller verbrauchten Stoffe werden von ihr ausgeschieden und als solche Ausscheidungsorgane sind die Drüsen zu betrachten, die Schweiß- und Fettdrüsen. Letztere sondern eine fettige, ölartige Flüssigkeit ab, die an der Oberfläche der Haut leicht erhärtet, und von diesen erhärteten Teilen werden immer einzelne abgestorbene Zellen abgestoßen. Sie stellen sich dem Auge als Schuppchen dar und bilden einen wesentlichen Bestandteil des Staubes, der in der Haut sitzt. Die Ausscheidungen der Fett- und Schweißdrüsen bereinigen oder verbinden sich zu einer Art Kruste, die die Haut überzieht.
 Die Drüsen können ihre Tätigkeit nur entfalten, wenn sie offen gehalten werden. Dieses wird durch eine entsprechende Haut-, bzw. Haarpflege erreicht. Gut dazu zu verwenden ist eine nicht zu weiche Bürste, mittelst der ein am Haar und auf der Haut liegender Staubflocken gelodert und entfernt wird. Durch solches Bürsten werden auch die Drüsen selbst freigelegt.
Thripsarten. Witzig kleine Pflanzenschädiger sind die Thripsarten, deren Vorderflügel mit zwei unversästelten Längsader versehen sind. Die Hinterflügel sind kürzer, zarter und weisen oft nur eine Längsader auf. Meist sind die Flügel gefranst. Die Tiere zerfressen die untere Epidermis der Blätter, fangen den Saft aus und bringen dadurch die Blätter zum Welktadeln und zum Absterben. Die von ihnen befallenen Pflanzen rüchert man am besten mit Insektenspulver, welches man auf ein heißes Eisenblech bringt. Bei Pflanzen mit festen Blättern kommt man durch Waschen mit einer ziemlich starken Tabakabschöpfung oder durch das Eintauchen der ganzen Krone in solche zum Ziele. Nach der Prozedur müssen aber die Blätter wieder tüchtig abgespült werden, wenn der Tabak einige Stunden gewirkt hat. Auch Petroleumseifenbrühe, unterstützt durch kälteren Standort der Pflanzen, führt zur Vernichtung der Schmaroher. Bei Rosen, die besonders viel unter dem Zweig zu leiden haben, sticht man auch wohl die ganze Krone in 120 Grad warmes Wasser auf einen Augenblick.
 Die Zerfressungen, welche die rote Spinne oder die Webermilbe (Tetranychus) anrichtet, sind ziemlich dieselben, wie beim Thrips und beide breiten sich ungemein schnell aus. Die Webermilbe überzieht die Unterseite der Blätter mit kaum sichtbaren Fäden und saugt unter diesen silberglänzenden Deden den Saft der Pflanzen aus. Das Tier ist orangegefärbt, bald weiß, bald weniger rötlich. Auch bei zu wenig Feuchtigkeit tritt es bei der Pflanzenanzucht im Rasen auf. Häufiges Spritzen, also für genügend Feuchthaltung der Pflanzen sorgen, frische Luft, überhaupt sachgemäße Pflege, und no einmal vorhanden der Gebrauch von Petroleumseifenbrühe oder von Tabakstrakt-Mischung, läßt die ziemlich schwer zu vernichtende Webermilbe nicht so stark auftreten.

Schnitzel.

Wenn man sich getäuscht hat, will man meistens getäuscht worden sein.

Manche fällt das Herz in die Hosen, weil erst auf der Junge trägt.

Es ist klug, seine Fehler zu verbessern; es ist töricht, sie einzugestehen.

Am meisten werden bauliche Veränderungen nötig, wenn man auf Menschen gebaut hat.

Nur einen Platz in der Welt macht die niemand freitig; den auf den Trümmern deines Glückes.

Wie jemand verheiratet, sei ein geordnetes Leben nicht so angenehm, als ein ungeordnetes angenehm ist.

Man hat auch Pflichten gegen sich, sagen die Leute gern, die andere Pflichten noch nie gekannt haben.

Die Männer sind überall und unbedingt das stärkere Geschlecht, solange die Frauen nicht in Frage kommen.

Wo eine Ehe wegen Unübereinstimmung in Wort oder Tat sich auflöst, ist die Liebe vergangen oder nie dagewesen.

Es gibt Leute, die, wenn die Welt in Flammen aufginge, nur ihr Haus bebauern würden, das mit verbrannte.

Ob du dich selbst erkennst? Du tust es sicher, sobald du mehr Gebrechen an dir als an den anderen entdeckst.

Sei klug, und man wird dich schätzen. Sei stark, und man wird dich fürchten. Sei... und man wird dich mißbrauchen.

Religion ist die Phantasie der Menschheit, das Vermögen, alle Widersprüche nicht aufzugeben, sondern nur zu verneinen.

Je enger der Kreis des Lebens und je bestimmter das Wert ist, in dem man Vollkommenheit sucht, um so eher wird man dieselbe finden.

Wo der Geist fehlt, ist das Können Mechanik, die Freude und Ausübung seines höchsten Grades um seiner selbst willen; Virtuosität.

Was gekommen ist, wird auch wieder gehen, und was sich festgesetzt hat, am allerleichtesten; es ist durchs Festsetzen schon dem Absterben hingegeben.

In der Jugend bilden wir vorwärts, im Alter rückwärts. Wohl uns, wenn wir alsdann eine Stelle finden, auf der unser Auge mit Wohlgefallen ruhen kann!

Was es wirklich so weise von Diogenes, daß er eine Laterne anzündete, um einen Menschen zu suchen? Er hätte sie vielleicht lieber auslöschen lassen, um—keinen zu finden...

Kummet, der das Mark verzehret, Raub, der Hab und Gut verzehret, Jammer, der den Sinn verzehret, Eend, das den Leib beschweret, Grausamkeit, die Unrecht lehret, sind die Frucht, die Krieg gewähret.
 Fr. v. Logau.

Man hat berechnet, daß arbeitete Frauen durchschnittlich neun Jahre länger leben als unverheiratete. Bei den Männern tritt eine ähnliche Verlängerung des Lebens durch die Heirat ein; von den Verheirateten erreichen 88 Prozent das fünfzigste Lebensjahr, von den Unverheirateten nur 12 Prozent.

Wenn der Mensch keinen Menschen mehr hat, den er liebt, keinen für den er lebt und sorgt, so darf er Lebensüberdruß empfinden, aber noch nicht bis zu dem Grade, daß er ihm nachgeben und das Leben fortwerfen dürfte. Dann muß er sich umhauen und fragen, ob denn nichts Lebloses ihn zurückhalten könnte.

Wo in Berner Markt wird im dortigen „Tagblatt“ folgendes hübsche Geschichtchen erzählt: „En voila des jolies!“ sagte eine französisch sprechende Dame zu ihrer Freundin, indem sie auf einen stark voll prächtiger Knecht hindeutete. Die Freundin fragte die Bauernfrau in getrocknetem Deutsch, was das für Knecht sein und wie viel sie kosten. „Das ist Bismarck und koste eis zwanzig „Zint.“ bemerkte die Bäuerin, indem sie den Namen das „Zint“ präferierte. Wie paß war aber das Frauenli, als ihr, die zwei noblen Damen wie verabredet auf die schönen „Bismarckäpfel“ spuckten, indem sie meinten: „Ca manquerait encore“ und piffert von dannen eilten. Die gutmütige Frau, die das Weiblich nicht beherrschte, konnte sich ob dieser „Bismarckbedeutung“ nicht genug wundern und brummte vor sich hin: „Das ist jitz no „G'spöttig“. Sie hat eben noch nicht den richtigen Sinn für die Kultur.