

Die Frau und ihr Haus

Zeitschrift für Kleidung · Gesundheit
Körperpflege und Wohnungsfragen

Beilage zur Gleichheit

Vom deutschen Volks- und Kinderlied

Wer unser Volksleben in den letzten Jahrzehnten mit Aufmerksamkeit beobachtet hat, wird wissen, daß von Zeit zu Zeit, fast mit elementarer Gewalt, eine bestimmte Melodie auftaucht, die von jung und alt, im Salon und auf der Gasse, im Theater und in der Werkstatt, gesungen, gepfiffen, gegeigt und geflütet wird. Sind das nun Volkslieder, diese Melodien, die das ganze Volk singt? Ihrer Verbreitung nach könnten sie es sein, da sie alle Kreise unseres Volkes erfassen, aber wirkliche Volkslieder sind sie nicht. Sie wirken wie eine große Überschwemmung, die, wenn sie abgelaufen ist, keine Spur hinterläßt. Diese „Schlager“ mit ihrem oft unsäglich blöden Text, die zum großen Teil der gerade zugkräftigen Operette entnommen sind, sie kommen und verschwinden, wie es die Mode eben will. Ein Volkslied aber ist ein Teil des Volkes selbst; es wächst hervor aus seiner Freude und seinem Leid, seiner Liebe und seinem Haß, aus seiner Sehnsucht und seiner Frömmigkeit, und es spiegelt wieder die Freude an der Natur und das Glück in der Familie. Da wird irgendwo jemandem ein großes Glück zuteil, die überquellende Freude spricht er in schlichten Reimen aus, es fällt ihm vielleicht auch eine Melodie dazu ein, vielleicht findet auch ein anderer eine einfache Singweise — das kleine Lied pflanzt sich fort und bald klingt und singt es überall. Ist es in einer bestimmten deutschen Mundart entstanden, bleibt es wohl auf ein kleineres Gebiet beschränkt, sonst wandert es, soweit die deutsche Zunge klingt, ein kräftiges Band zwischen den Volksgenossen. Aber nicht nur beim Einzelnen, auch im Kreise fröhlicher Gesellen kann das Lied entstehen, an dem dann der ganze Kreis teilnimmt; die Melodie findet sich hinzu und je nach dem Inhalt bindet sie sich mit lustiger Bewegung zu Spiel und Tanz.

Ebenso wie das Lied ist der Tanz ein unlösbares Glied deutschen Volkslebens und seine Entstehung reicht bis in die ältesten Zeiten.

Was vom Volkslied gilt, das gilt auch vom Kinderlied: auch für dieses ist kennzeichnend das Unbekanntsein des Verfassers; ohne Pflege sproßt es wie Feld- und Waldblumen hervor, ein gemeinsames Erbe der ganzen, deutschen Kinderwelt. Was die Mutter den Kindern singt zur Unterhaltung, das wird von ihnen aufgenommen und umgeformt, sie schaffen in der Freude am Klange, aus der übersprudelnden Fülle ihrer kindlichen Phantasie. Seine Stoffe wählt das Kind aus der umgebenden Natur, die Tiere sind seine Freunde, es singt vom Wind und vom Wetter, vom Baum im Walde und dem Grassalm auf dem Feld. Es hat oft Freude am Klingklang der Silbenspieleret, es formt auch Spott- und Flügengedichte. Und mehr noch wie beim Lied der Erwachsenen findet sich beim Kinde zu Wort und Lied auch Spiel und Tanz; das Kind will im Spiel darstellen, was es erlebt und fröhliche Bewegung ist ihm Lebensbedürfnis.



13. Mittelkleid für kleine Kinder.

Das Kleidchen läßt sich aus jedem beliebigen Stoff nacharbeiten. Es ist im einfachen Mittelschnitt eingerichtet, hat zu jeder Seite eine eingelegte Falte, die bis zum Gürtel abgesteppt wird. Der Gürtel ist seitlich durch Spangen festgehalten. Verschluss des Kleides in der Rückenmitte. Am Ausschnitt sind kleine Spitzenecken eingestickt. Zur Verzierung ist ein einfaches Börtchen mit flachlich eingestickt am Ausschnitt, Ärmel- und Rockrand. Das Börtchen kann zum Stoff in kräftig abstechender Farbe oder auch aus bunten Farben gearbeitet werden, z. B. man näht 5 Stiche schwarz, 2 Stiche grün, 1 Stich rot, wieder 2 Stiche grün und wiederholt nun das Muster. Schnittmuster für 1—3 Jahr. Preis 40 Pf. Erforderlich 1,50 m Stoff 80 cm breit.

viel schöner und reicher besitzen? Jetzt, wo uns so manches genommen, was uns vor kurzem noch unentbehrlich dünkte, wollen wir uns auf die reichen Schätze besinnen, die wir früher gering geachtet haben. Wir wollen unsere deutsche Eigenart pflegen und die edelsten Freuden schöpfen aus dem reichen Quell unserer

Leider sind die Volkslieder, wie so manches Ursprüngliche mehr und mehr verschwunden, besonders in den Städten.

Sie sind überwuchert durch den Gassenhauer, die schönen Reigen und Bewegungsspiele sind verdrängt durch den Walzer, in letzter Zeit durch die abscheulichen Modetänze, Tango, two-step und wie sie alle heißen mögen. Muß das so bleiben? Müssen wir sogar jezt von Fremden borgen, was wir so

Volks- und Kinderlieder*. Männer, wie Uhland, Simrock, Erf, Boehme, Scherer und ungezählte andere haben sich um diesen Schatz bemüht und eine unendlich große Anzahl von Sammlungen alter und neuer, hoch- und niederdeutscher Volkslieder geschaffen. Wir finden dort die herrlichsten Weisen: Liebes- und Vaterlandslieder, Natur- und Frühlingslieder, religiöse Gedichte, Reigen- und Tanzlieder, Trinklieder, Rätsel und Lügengedichte.

Wir bringen heute eine kleine Probe alter Lieder; von den Blümeleien im Maien wissen wir allerdings, daß Hans Sachs den ersten Vers geschrieben hat, wer das Liedlein weiter dichtete ist ebenso unbekannt, wie die Dichter der beiden folgenden herzigen Kinderlieder. —

Mit der Wiederbelebung der Tanzliedchen ist kürzlich in Köln ein ganz kleiner Anfang gemacht worden. Der Ausschuß Kölner Frauenvereine für deutsche Kultur veranstaltete einen Abend, an dem Volkslieder und Kinderspiele, Reigen und Tänze, die alten Kölner Sagen entnommen waren, von Kindern und Erwachsenen vorgeführt wurden. Wer die Glückseligkeit der mitwirkenden und der zuschauenden Kleinen beobachten durfte, wer die frischen Stimmen unserer jungen Mädchen in den mehrstimmigen Liedern hörte, wer ihre anmutigen Bewegungen sah bei den Kinderspielen oder bei den Tanzliedchen, der wird sicher überzeugt sein, daß dieser Abend nur der erste von sehr vielen ist. Aber die Pflege des deutschen Liedes darf natürlich nicht auf Vorführungen beschränkt werden, diese können nur anregen; ebenso sind auch die schönsten

* Die Volkslieder, die bis dahin mündlich überliefert, wurden im 14. Jahrhundert zuerst aufgezeichnet



14 a.



14 b.

Liederbüchlein zu Straßburg, Basel, Augsburg und Nürnberg gedruckt, oft mit hinzugefügten Singnoten.

(Aus Königs Literaturgeschichte).

Sammlungen nur totes Gut, wenn wir selbst es nicht zum Leben erwecken. Der Same kann nur aufgehen, wenn wir überall unsere deutschen Lieder und Reigen singen, im Hause und in der Schule, auf der Dorfstraße und dem Spielplatz, bis sie uns ganz zu eigen geworden sind, und dazu muß jeder das Seine tun, ganz besonders aber unsere deutschen Mütter.



14. Kleid für kleine Mädchen.

Das Kleidchen ist aus blauweiß kariertem Stoff gearbeitet und mit einer leichten Stickerei aus blauer Wolle oder aus blauem waschfesten Stüchsgarn geschmückt. Das Karomuster ist als Grundform für die Stickerei genommen, letztere ist in Spannarbeit auszuführen, siehe 14 a und b. Für das kurze Kleidchen ist die Schnittübersicht 14 c gegeben. Der Halsauschnitt ist vorn tiefer als im Rücken, das Rückenteil ist am unteren Rand nach der gebogenen Linie zu schneiden. Das Röschchen ist etwa 1,40 m weit zu schneiden. Die Gürtelschnur aus geflochtener Wolle oder Stüchsgarn wird mit Quasten abgeschlossen; sie ist am Leibchen durch geschürzte Ösen festgehalten. Normalschnittmuster für 2—4 und 4—6 Jahr. Preis 40 Pf. Erforderlich 1,60 m Stoff, 70 cm für 4—6 Jahr.



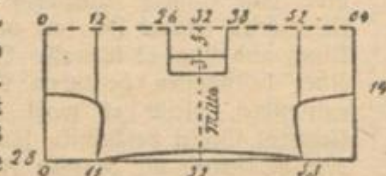
15. Araber-Kittel für kleine Jungen.

Der Kittel ist aus hellem Woll- oder Waschstoff zu arbeiten. Die Stickerei ist für wollene Kleider in roter Wolle und schwarzen Perlen zu arbeiten, für Waschkleider in waschfester Stüchseide. Für den Verschluss ist in der vorderen Mitte ein Schlitze einzuschneiden. Die Schlitzeanten werden auf der Innenseite abgefüttert und auf eine untergenähte Leiste mit Druckknöpfen geschlossen. Die Ärmel werden am oberen und unteren Rand je drei mal mit Klöpfchen eingekraust. Mittels Bogentischen setzt man die Mittelleiste seitlich zusammen und die Ärmel ein. Erforderlich 1 m Stoff 100 cm breit. Normalschnittmuster für 1—3 und 3—5 Jahr. Preis 40 Pf.

Zu unsern Bildern

Hübsche einfache Kleider für kleine und große Mädchen, so wie unsere heutigen Bilder sie zeigen, sind nicht immer bei uns Mode gewesen. Vor gar nicht langer Zeit war ein Mädchenkleid ein sehr komplizierter Gegenstand. Es bestand aus zwanzigerteilen Teilen und Teichen, aufgesetzten Klappchen, aufgehefteten Büffchen, und wenn man solch ein Kleid auseinandertrennte, um es zu erweitern oder etwas anderes daraus zu machen, so blieb oftmals von der ganzen Herrlichkeit nichts übrig als allerlei Puppenlappen. — Da setzte vor etwa fünfzehn Jahren in Deutschland eine Reform der Kinderkleidung ein. Diese Reform wurde nicht von der Modeindustrie eingeleitet, sondern von deutschen Müttern und deutschen Kunstgewerbetlerinnen. Die Kleider, die sie ausdachten, sollten das Kind nicht beengen, leicht zu reinigen sein und Belegenheit bieten, hübsche Handarbeiten anzubringen. Zweierlei Grundformen wurden angewendet: das ländliche

mehr noch der einfache Herrgottskittel, ähnlich dem Russenkittel, den unsere Kinder dann und wann schon vorher trugen. Diese beiden Grundformen sind natürlich vielfach verändert worden, andere ähnliche Formen sind daraus entstanden, aber immer blieben sie einfach, und nach und nach verschwand auch aus der fabrikmäßig hergestellten Konfektion, sowohl in Deutschland wie in andern Ländern, das komplizierte und reich garnierte Kinderkleid. In dem Kleide, das jetzt gebräuchlich ist, fühlt das Kind sich wohl und die Nachart ist so einfach, daß die Mutter oder die ältere Schwester es selber herstellen kann. Was es aber heutzutage bedeutet, wenn wenigstens für die kleinen und größeren Mädchen zu Hause geschneidert wird, das weiß jeder.



15 c. Schulterübersicht.

Der Mayen.

1. Der ma - hen, der ma - hen, der pringt uns plüemelein vil — —; ich trag ain freis ge - müe - te, Gott wais wol, wem ichs wil, Gott wais wol, wem ichs wil.

2. Ich wils ein freyen geselen, derselbig wirbt umb mich, 3. Er maint, es sünig ain nachtigal, da wars ain junffrau fein, er tregt ein seidin hemmat an, [: darcin so preist er sich. :] und kan sie im nit werden, [: trauret das herze sein. :]
(Aus dem 14. Jahrhundert.)

Der Spielmann.

Gu - ten A - bend, Herr Spiel - mann, wie geht es euch denn. } Da ras - felt - der Ref - sel, da
 Mit der klei - nen Bio - li - ne, mit der gro - ßen Schrum - schrum? }

lin - gelt der Topf, da tan - zen die Mäd - chen ei - nen Ga - lopp. Tral - la - la - la - la - la.
(Aus F. M. Wöhme: Deutsches Kinderlied und Kinderspiel.)

Der Herr Nachbar.

Volkswaise.

Lie - ber Nach - bar, ach leihst mir doch eu - re La - tern! } Mein Schäf - lein ver -
 Es ist ja so fin - ster und scheint nicht ein Stern. }

lor heut im Fel - de der Hirt; drum muß ich doch se - hen, wo sich's hat ver - irrt.
 Lieber Nachbar, ach leihst mir doch eure Latern! Und fehlt eine Scheibe, so schadet das nicht;
 Sind die Gläser auch schmutzig, ich puh' mir sie gern; Ich halte den Hirt vor, dann brennt doch mein Licht.

Durch die Verbesserung des Handarbeitsunterrichts in den Volksschulen lernen die Mädchen in den oberen Klassen etwas vom Schneidern und die Kleinen in den unteren Klassen wissen schon wie man eine einfache Kleiderverzierung selber herstellt. So kann die große Schwester, zusammen mit der Mutter die einfachen Kleider anfertigen und das kleine Schwesterchen schmückt sie aus mit selbsterdachten Verzierungen. Wie froh und stolz ist aber das Kind, wenn es ein Kleid trägt, an dem es mitgeholfen hat, und wie sehr wird es auf dieses Kleid achten!

Auch in diesem Falle kann man, wie so oft, aus der Not eine Tugend machen, denn es ist gut, daß bei der Hauschneiderei Groß und Klein den Wert der Arbeit schätzen lernt und sich daran gewöhnt, so sorgfältig und schonend mit den Kleidern umzugehen, wie es die große Teuerung der Zeit erfordert. — s. S.

Zum Nachdenken*

Es scheint merkwürdig schwer, daß ein Vater und ein Sohn den Weg zueinander finden; sie scheinen zu

* Aus Ludwig Finckh: Rapunzel.

unmittelbar verwandt miteinander zu sein, um sich zu verstehen. Der schwere Mann, der seinen Weg eingeschlagen hat, geht ihn blindlings weiter sein Leben lang; es ist aber eine Eigentümlichkeit der Söhne, daß es sie reizt, ihre Schuhe nicht in die Fußstapfen des Vaters zu setzen, sondern ihren eigenen Weg zu gehen, der sich vom Vater entfernt und oft nichts anderes ist als der Dornenweg des Großvaters. Der schwere Mann aber steht da und sieht sich um und wartet ein wenig, ob der Sohn nicht komme, danach gerät er in Born und redet etwas vom Hörner abstoßen.

Die Frau aber hat leichte Füße, und eine Mutter hat Flügel; sie läßt ihr Herz hinter dem Sohn herflattern, und da sie ihn in den Dornen sieht, während der Vater auf seinem Wege geht, so steht sie zu dem, der eine Mutter nötig hat; eine Mutter ist immer so jung als der jüngste Sohn.

Etwas über die Verwendung von Zeit im kleinen Haushalt

Von Vertha Radwaldt.

Obwohl die erhöhte Frettration und geplagten Hausfrauen das Kochen, Waschen und Waschen erheblich erleichtert, bleibt uns

doch noch ein bedeutendes Mehr an Fett zu wünschen übrig. Wir wissen, daß von der amtlichen Lebensmittelversorgung daran gearbeitet wird, diesem fühlbaren Mangel nach Kräften abzuwehren und wir finden uns damit ab, daß die Bekämpfung der Fettnot nur allmählich erfolgen kann. Haben wir uns doch viel schwierigeren Verhältnissen anzupassen gewußt! Wer gedenkt nicht noch des furchtbaren Getreidemangels von 1916/17? —

Aber wir können es ja auch einmal aussprechen, daß wir mit der uns zugeteilten Fettmenge immer noch nicht auskommen, sondern gezwungen sind, nach Möglichkeit das teurere Fett, sogenanntes „Auslandsfett“, nebenher zu kaufen. Am meisten fühlbar macht sich wohl der Butter- resp. der Brotaufstrichmangel. In Frankfurt a. M. gab es von April bis Ende September nur drei- bis viermal frische Butter. Wie hilft man sich da, wenn auch die Marmelade und der Zucker knapp sind? Eine Wohltat sind amerikanisches Schmalz und Speck. Wenn das Schmalz noch einmal mit Zwiebeln, einem Apfel und etwas Pfefferkraut und Majoran durchgelocht wird und dann erkalte, gibt das einen lederen Aufstrich. Der ausländische, gesalzene Speck ist, so wie wir ihn bekommen, fast ungenießbar. Wenn man ihn aber in kaltem Wasser 1-2 Tage hat wässern lassen, ihn dann in kleine Würfel schneidet, mit Zwiebeln, etwas Pfefferkraut und Majoran und einem Apfel ausläßt, gibt es ebenfalls einen schmackhaften Brotaufstrich. Zum Braten von Kartoffeln, zum Baden von Kartoffelpuffern, oder wie die Rheinländer, Süd- und Westdeutschen sagen: „Reibkuchen“, nimmt man am besten Öl und das zeitweilig erscheinende Kunstpeisefett. So bleibt uns die Margarine zum Fetten der Gemüse.

Wer in der Nähe des besetzten Gebietes wohnt, wird mit ausländischem Fett offenbar besser versorgt als die Bewohner in anderen Gegenden Deutschlands. Dabei muß auf eine große Torheit hingewiesen werden, die in der Nähe des besetzten Gebietes in den letzten Wochen aufs neue gemacht worden ist. Trotz des teuren Preises von 13 Mark pro Pfund wird das Schmalz wieder in über-großem Maße in Vorräten für den Winter gekauft, nicht nur von Wohlhabenden. Es wird dabei dieselbe Unklugheit wie bei Ausbruch des Krieges begangen, wo auch alles immer „vorrätig“ gekauft wurde, und die Preise dadurch künstlich in die Höhe getrieben wurden. Und das in einer Zeit, in der unsere Mark so furchtbar im Sinken war. Inzwischen ist es ja nun noch viel schlimmer geworden. Es gibt eben leider Menschen, die nichts hinzulernt und — viel vergessen haben. Im Winter braucht der Körper natürlich mehr Fett wie im Sommer, weil der Wärmebedarf im Winter erheblich höher ist und die Fettzufuhr einer unmittelbaren Wärmezufuhr gleichkommt. Eine erhebliche Verbesserung in unserer Fettversorgung kann erzielt werden, wenn wir auf dem Gebiete der Schweinezucht leistungsfähiger würden. Sie könnte bei uns bedeutend gefördert werden, wenn uns die Amerikaner statt des teureren Speckes ihre im reichlichen Übermaß vorhandenen Kraftfuttermittel zur Verfügung stellen wollten. Da sie aber als getriebene Geschäftsleute herausgefunden haben, daß sie am Speck mehr verdienen, denken sie nicht daran, uns durch

Verkauf von den viel billigeren Futtermitteln entgegenzukommen. Wie es nun auch immer sei, die Furcht vor der sich wiederholenden schrecklichen, fettlosen Getreidemangelszeit 1916/17 brauchen wir hoffentlich nicht mehr zu haben.

Außer beim Kochen, Braten und Baden macht sich leider der „Fett-“ resp. Öl-mangel noch an anderen Stellen im Haushalt fühlbar. Bei der herrschenden Kohlennot, in der die Gas-spere als unangenehme Folgeerscheinung auftritt, würden wir gern wieder die Petroleumlampen hervorholen, wenn, ja, wenn wir Brennöl oder Petroleum hätten. Brennöl ist meines Wissens überhaupt nicht zu haben, und Petroleum gibt es nur in rationierten Mengen. Manche Haushaltungen helfen sich wie die Kaffeehäuser und Wirtschaften mit Karbidlampen. Ferner ist es zur Erhaltung des ach so teuren Schuhzeuges nötig, daß es von Zeit zu Zeit „geschmiert“ wird. Aber womit? Wir sehen leider Mangel noch überall und müssen uns immer wieder darauf besinnen, wie wir den Mangel abhelfen können. Praktische, denkende Hausfrauen finden auch immer noch Auswege. So kann man sich in stichreichen Gegenden selbst Schuhfett verschaffen, wenn man das Fett, das manche Fische in den Eingeweiden haben, ausläßt und damit die Schuhe einfettet.

Der Fettmangel ist wohl die Hauptursache der jetzt herrschenden Unterernährung. Jedenfalls müssen wir baldigt zu einer Befundung der Ernährungsverhältnisse in Deutschland kommen. Vieles, beinahe alles ist davon abhängig.



16. Mantel für größere Mädchen.

Notes Tuch diente zur Anfertigung des Mantels, schwarzer Lackledergürtel zur Verzierung. Rücken und Vorderseite sind durchgehend geschnitten, an die kurzen Seitenteile sind Kaltenteile angefügt. Der große Kragen ist aus doppeltem Stoff, die Stulpen sind mit Leineneinlage gearbeitet. Normalschnittmuster für 10-12 und 12-14 Jahre. Preis 60 Pf. Erforderlich 2 m Stoff, 120 cm breit für 10-12 Jahre.

17. Mantel m. Treffenschmud. Der Mantel ist aus grünem Tuch, zur Verzierung sind schwarze



Treffen auf weissen Stoff gesetzt. Der weisse Stoff ist für Kragen, Stulpen und Taschen genau nach der erforderlichen Form zuzuschneiden und in gleichmäßigen Abständen mit der Presse zu besetzen. Der einfarbige Stoff wird auf den mit Treffen besetzten Stoff aufgesteppt. Gürtel und Stulpen sind mit Leineneinlage zu arbeiten. Kapsel-Knopflöcher und Treffenschmud zum Verschluss. Die Ärmel sind angeschnitten. Normalschnittmuster für 6-8, 8-10 und 10-12 Jahre. Preis 60 Pf. Erforderlich 1,80 m Stoff, 120 cm breit; 50x60 m weisser Stoff; etwa 4 m Presse, 1 1/2 cm breit.

Was haben wir Köstliches als unsere Volkstier? Aber wer im Goff von Neapel singt: „Muh i denn, muh i denn zum Ställe hinaus —“, der verflündigt sich gleichermaßen an der Heimat und am genius loci. (Solde King (Deutsche und Italiener).)

Da oben am Berge, Da weht sehr der Wind, Da sitzt Frau Maria Und wieget ihr Kind. Sie wiegt es so sanft mit der Schneeweissen Hand Und brauchet dazu kein Wiegenband.

Was muß die Hausfrau und Mutter von der Gesundheitspflege in der Haushaltsführung wissen?

Von Hedwig Döbbelt,

Ärztin und hauptamtliche Lehrkraft an der Niederrhein. Frauenakademie in Düsseldorf, sowie Dozentin an der Stadt. Säuglingspoliklinik in Düsseldorf. — Mit Erlaubnis entnommen aus Nr. 3/4 der Zeitschrift „Mutter und Kind“, Monatschrift für Säuglingsfürsorge in Düsseldorf.

Die Berrichtungen der Organe des Körpers, die das Leben ermöglichen, setzen die Erfüllung gewisser Bedürfnisse voraus, die nur von der umgebenden Welt gewährt werden kann. Diese Lebensbedürfnisse müssen zweckmäßig, d. h. ausreichend und unter Fernhaltung von Schädlichkeiten befriedigt



18. Mittelkleidchen mit Schnurversch.

Das Kleid ist aus rotem Tuch, verziert mit Kurbel- oder Suttaschfiderei in schwarzer Farbe. Ausschnitt, Ärmel- und Rocksaum sind mit einem gestickten Leiterbördchen verziert. Die Gürtelschnur mit Bündchenabschluss ist an den Seiten durch aufgesetzte Spangen geführt. Verschluß des Kleidchens in der Rückenmitte. Normalschnittmuster für 4, 6—8 und 8—10 Jahr erhältlich. Preis 60 Pf. Erforderlich 2 m Stoff 100 cm breit. Stickermuster 1.50 W.

19. Blusenkleid für größere Mädchen.

Die Bluse ist aus weißem, gepunktetem Batist gearbeitet. Der Ausschnitt ist auf der Innenseite mit einer Blende besetzt, durch die ein Zugband zu leiten ist. Der untere Blusenrand ist in ein Bündchen gefaßt, auf welches der Unterrock aufgedrückt werden kann. Das Überkleid läßt sich in jeder Stoffart nacharbeiten. Bunte Vorten dienen zur Verzierung; über die Schultern in doppelter Breite, am Gürtel einfach breit aufgesetzt. Die Vorten können auch durch Stiderei ersetzt werden oder durch einfarbige Stoffblenden, wenn man das Überkleid aus karierten Stoffen arbeitet. Verschluß des Kleides in der Rückenmitte mittels Druckknöpfen. Normalschnittmuster für 8—10, 10—12

werden, damit der Körper gesund erhalten bleibt. Sie erstrecken sich auf die Luft zur Atmung, das Wasser als Getränk und als Reinigungsmittel, die Nahrung zur Erhaltung des Stoff- und Kraftwechsels, Kleidung und Wohnung als Schutz gegen Witterungseinflüsse.

I. Das Luftbedürfnis.

Durch den Atmungsprozeß der Bewohner wird die Wohnungsluft ärmer an Sauerstoff, der eingeatmet wird, und reicher an Kohlenäure und Wasserdampf, die bei der Ausatmung ausgeschieden werden. Außerdem können noch andere gasförmige Verunreinigungen in die Wohnungsluft hineingelangen, die in der Mehrzahl der Fälle zurückzuführen sind auf ungenügende Reinlichkeit der Bewohner in bezug auf ihre Haut und Körperöffnungen (Mundhöhle), Kleidung und Wohnung. Das Wohlbefinden wird durch sie beeinträchtigt.

Luftstaub in größerer Menge in der Wohnungsluft beeinträchtigt die Atmung und kann als Überträger von Krankheiten gefährlich werden. Staudentwicklung in der Wohnungsluft ist nach Möglichkeit durch ausgiebige, zweckmäßig feuchte Reinigung der Wohnung und Verlegen der Kleider, Möbel- und Teppichreinigung außerhalb der Wohnung zu verhüten. Krankheitskeime gelangen außer im Luftstaub durch Aushustung,

und 12—14 Jahre. Preis 60 Pf. Erforderlich: 1,25 m Blusenstoff 80 cm breit; 2,25 m 100 cm breit zum Überkleid für 10—12 Jahr.

20. Kleid aus gestreiftem Stoff.

Braunweiß gestreifter Stoff und braune Seide sind für das Kleid verarbeitet. Der Kragen wird mit Stoff, die Schleife mit weißer Seide abgefüttert. Verschluß des Kleides links an der Vorderbahn; im Rückenteil sind zwei Quetschfalten eingelegt, der Gürtel ist mit brauner Seide gepaspelt, im Rücken unter den Quetschfalten durchgezogen. Normalschnittmuster für 8—10, 10—12 und 12—14 Jahre. Preis 60 Pf. Erforderlich: 2 m Stoff 100 cm breit, 60 cm Seide 50 cm breit.

21. Einfaches Festkleid.

Goldbraunes Tuch ist für das Kleidchen genommen; die Stiderei ist in Pastellfarben blau, grün und schwarz in Stiel- und Flachsich mit feiner Wolle ausgeführt. Passe, Gürtel und Stulpen sind mit Ausbogensfalten umrandet, der Saum ist mit Ausbogensfalten festgehalten. Gürtelschnur aus goldbrauner und blauer Wolle gedreht. Verschluß des Kleides in der Rückenmitte. Normalschnittmuster für 6—8, 8—10 und 10—12 Jahr. Preis 60 Pf. Erforderlich 1,45 m Stoff, 80 cm breit.

Niesen usw. erkrankter Personen (Tuberkulose, Diphtherie, Grippe z. B.) in die Wohnungsluft. Die Gefahr dieser Tröpfcheninfektion, die besonders für kleine Kinder sehr groß ist, kann durch zweckmäßiges Verhalten der Kranken sehr verringert werden.

Der Feuchtigkeitsgehalt der Wohnungsluft beeinflusst die Wärmeabgabe des Körpers; zu hoher Feuchtigkeitsgehalt führt zu Gesundheitsschädigungen, warme, feuchte Luft hemmt die Wärmeabgabe des Körpers, kalte, feuchte Luft führt zu starken Wärmeverluste und damit die Disposition zu sogen. Erkältungskrankheiten herbei. Nichtbräuchliche Benutzung der Wohnung (Waschen im Wohnraum) kann zu hoher Feuchtigkeit zur Folge haben.

Die Lufttemperatur, die in stark bewohnten Räumen leicht zu hohe Grade annimmt, beeinflusst auch die Wärmeabgabe des Körpers. Bei hoher Außentemperatur muß durch rechtzeitiges Abblenden des Sonnenlichtes, reichliches Lüften morgens, abends und nachts, Feuchthalten des Bodens für möglichst kühle Wohnungstemperatur gesorgt werden, damit keine Wärmestauung im Körper eintritt. Am meisten gefährdet durch zu hohe Wohnungstemperatur sind die Säuglinge; für sie gilt insbesondere: 1. die Wärmeabgabe des Körpers durch

zweckmäßige Kleidung zu erleichtern, 2 sie anzuregen durch kühle Bädungen und 3 die Wärmebildung des Körpers durch Einschränken der Nahrung herabzusetzen. Im Winter soll die durch Öfen oder Zentralheizung zu erzielende Zimmertemperatur 14—19 Grad Celsius betragen, sie soll gleichmäßig im Raum sein. Ungleichmäßige und zu niedere Temperatur bewirken Erkältungskrankheiten, Überhitzung von Wohnräumen verweicht die Haut und setzt ihr Anpassungsvermögen an kältere Außentemperaturen herab.

Lüftung der Wohnung ist notwendig zur Beseitigung der durch die Bewohner bewirkten Veränderungen der Luft und zur Wohnbarerhaltung der Räume. Sie geschieht durch Fortschaffen der unbrauchbar gewordenen Wohnungsluft und Zuführen reiner, kühler Außenluft. Je mehr Bewohner auf einen Raum angewiesen sind und je mehr Zwecken er dient (Wohnen, Schlafen, Kochen, Arbeiten, Waschen), desto häufiger und gründlicher muß er gereinigt und gelüftet werden.

II. Das Wasserbedürfnis.

Das Wasser brauchen wir als: 1. Trinkwasser u. 2. Gebrauchswasser. Es muß 1. wohlschmeckend, 2. nicht zu hart (kalkhaltig), 3. frei von Krankheitskeimen und schädlichen Stoffen, 4. in ausreichender Menge vorhanden sein.

Ist die Herkunft des Wassers nicht einwandfrei, so ist das Trinkwasser und das zur Vereinerung der Nahrung wie zur Reinigung der Geschirre zu benutzende Wasser vor dem Gebrauch abzukochen.

Das Gebrauchswasser dient zur Entfernung des Schmutzes aus den Wohnungen, aus unserer Wäsche und Kleidung, und von unserem Körper. Schmutz in unserer Umgebung und auf unserer Haut wirkt direkt schädlich auf die Atem- und Verdauungswege, auf die Haut, indirekt durch Verunreinigung der Nahrungsmittel. Wasser ist das beste Mittel zur Entfernung des Schmutzes, weiches Wasser (Regenwasser) ist am geeignetsten, besonders bei der Wäsche- und Hautreinigung. Zusatz von Soda lockert den Schmutz, Seife löst fetthaltigen Schmutz auf. Mechanische Reinigung (Bürsten, Reiben) unterstützt die Wirkung.

III. Das Nahrungsbedürfnis.

Der Körper braucht die Nahrung 1. zum Ersatz der durch

den Lebensprozeß verloren gehenden Stoffe, 2. als Kraftquelle für die Arbeit die er leistet (Bewegung, Wärmebildung) und 3. zum Aufbau neuer Körpersubstanz (wachsender Organismus.) Das Nahrungsbedürfnis ist demnach von derchiedenerlei Faktoren abhängig: Alter, Körpergewicht, Beschäftigung und Lebensweise. Die tägliche Kost muß

1. die nötigen Nährstoffe (Eiweiß, Fett, Kohlenhydrate, Wasser, Salze) enthalten und genügend Geschmacksreize in entsprechender Abwechslung bieten. Diese Nährstoffe sind in den verschiedenen pflanzlichen und tierischen Nahrungsmitteln enthalten.

2. Sie muß gut ausnützlich und verdaulich sein.

3. Sie muß durch sachgemäße Zubereitung (Kochen) verdaulich und schmackhafter gemacht werden; bei der Aufbewahrung und Zubereitung dürfen keine schädlichen Bestandteile (Krankheitskeime und Gifte) hineingelangen. Die Aufbewahrungsräume sollen trocken, luftig, frostfrei sein; der Zutritt von Insekten muß verhindert werden. Stark riechende Nahrungsmittel bewahrt man von den anderen getrennt auf.

4. Die Menge der Kost muß zur Sättigung ausreichen, darf aber nicht zu voluminös sein.

5. Sie muß richtig temperiert genossen werden.

6. Grundliches Staunen erleichtert die Verdauung, ruht die Nährstoffe besser aus. Tägliche Zahnputze ist vom zweiten Jahre ab geboten.

Für den Säugling ist die Milch der eigenen Mutter die einzig zweckmäßige Nahrung. Falls nicht geflüßt werden kann, kommt als Ersatz nur einwandfreie Kuh- (oder Ziegen-) Milch in entsprechender Verdünnung mit Zuckersatz in Frage. Die Milch muß sofort nach Empfang gelocht, rasch geflüßt und bis zum Gebrauch kühl gehalten werden, das Eindringen neuer Krankheitserreger muß verhindert werden.

IV. Kleidung

brauchen wir zum Schutz gegen Abkühlung und Nässe. Die Kleider nehmen leicht Staub, überlebende Gase und reichlich Bakterien in sich auf, und müssen oft und gründlich gereinigt werden. Bei ungenügender Reinigung können sie die Übertragung von Infektionskrankheiten fördern; das gleiche gilt von den Betten.



22

22. Jackett aus zweierlei Stoff für junge Mädchen.

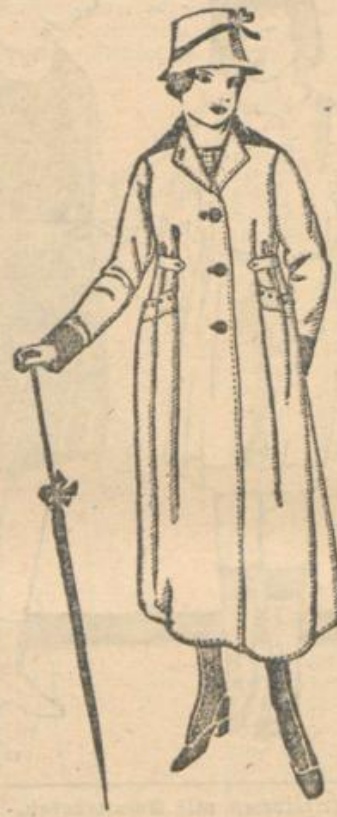
Grün-schwarz kariertes Stoff und grünes Tuch sind für das Kleid angewendet, die Weste ist aus grünem Samt. Der Rock ist vierteilig geschnitten, am oberen Rand eingekraust auf ein Niederband genäht und mit einem schmalen Gürtel abgeschlossen. Die Samtweste ist der Jade eingnäht, sie wird mit Perlmutter-Knopfen geschlossen. Die großen Taschen aus dem karierten Stoff sind am oberen Rand aufzuknöpfen. Stragen und Stulpen sind mit Leinwand einzeln zu arbeiten. Normalschnittmuster für 82, 86, 90 und 98 cm Oberweite erhältlich. Preis 1.20 M. Erforderlich: 2 m kariertes Stoff 100 cm breit;



23

23. Kleid für junge Mädchen.

1.50 m einfarbiger Stoff 100 cm breit; 50x40 cm - amt. Leichter wollener oder auch seidener Stoff ist für die Anfertigung des Kleides geeignet. Am Ausschnitt ist eine Vorte aus Handweberei aufgesetzt, diese kann aber auch durch eine mit Kreuzstick-Stiderei geschmückte Blende ersetzt werden. Rock und Bluse sind unter dem Gürtel zusammengeheftet. Die Bluse ist auf ein leicht anliegendes Blusenfutter genäht. Die 4 Blenden, die über der Bluse liegen und auf die Quetschfalten aufgeknopt werden, sind besonders aufzuheben. Der Rock ist grabartig etwa 2 m weit zu schneiden, am oberen Rand in 8 Quetschfalten so zu legen, daß die Blenden der Bluse vorn und im Rücken passend aufgeknopt werden können, die übrige Weite ist einzutragen. Zu blauem Stoff würde die Vorte am Ausschnitt am besten in grauer und lila Farbe passen. Stoffbezogene Knöpfe für



24

24. Mantel für junge Mädchen.

Dunkelblauer Stoff wurde für den Mantel verarbeitet. Schwarze Ripseide für Stulpen und Stragen. Die Tascheneinschnitte sind mit breiten, mit Knöpfen geschmückten Blenden besetzt. Dasselbe Seidenfutter im Oberteil des Mantels. Erforderlich 2.80 m Stoff 130 cm breit für 86 cm Oberweite. 3 m Seide 50 cm breit. Normalschnittmuster für die Oberweite 82, 86, 90 und 98 cm erhältlich. Preis 1.10 M., Maßschnitt 5 M.

Die Reinigung von Bett- und Leibwäsche wie der Oberkleider muß durch eine sorgfältige Hautpflege ergänzt werden. Die Hautoberfläche enthält viel Schmutz, zerfetzte Ausscheidungen der Hautdrüsen, die belästigenden Geruch entwickeln, Krankheitskeime. Bei Kindern, die sich mit ihren eigenen Ausleerungen beschmutzen, ist das tägliche Reinigungsbad unerlässlich. Auf die Notwendigkeit der Reinhaltung der Hände sind die Kinder frühzeitig hinzuweisen. Je mehr Menschen in einem Raum zusammen wohnen, desto notwendiger ist für die Gesamtheit die Hautpflege des einzelnen.

Die Reinigung der Haut wirkt auch anregend auf die Hauttätigkeit überhaupt, besonders auf die Temperaturempfindungen. Diese Nerven müssen geübt werden, die Haut muß an wechselnde Außentemperatur gewöhnt werden. Dieser Abhärtung dient der reichliche Aufenthalt im Freien in Bewegung, das Luftbad, das mehr für das ganz jugendliche Alter, das Schwimmbad und die kalten Abwaschungen, die für die heranwachsende Jugend in Betracht kommen.

V. Wohnung.

Die Wohnungsfrage soll die Hausfrau nach den Grundsätzen der Gesundheitslehre handhaben. Ihre wichtigsten Aufgaben sind dabei 1. ausreichende Lüftung, 2. Sorge für eine richtige Wohnungstemperatur, 3. die Reinigung der Wohnung, 4. Sorge für reichliche Belichtung der Zimmer.

Spielzeug für unsere Kinder

mit Abb. 25.

Unter den vielen Spielen, die je nach Jahreszeit fast gleichmäßig in der Art überall in unserem Vaterlande von den Kindern geübt werden, verdient das Ballspiel seinen besonderen Platz. In Deutschland sind von altersher die verschiedensten Spiele betrieben worden. Im Dorfe auf dem Acker, in der Stadt in eigens dazu gebautem Ballhaus spielte man auf die verschiedenste Art. Leider sind viele der anregenden Spiele in Vergessenheit geraten; sie verdienen aber von der Jugend wieder aufgenommen zu werden. Denn es gibt kaum ein zweites Spiel, bei dem der ganze Körper in Bewegung kommt, wie beim Ballwerfen und -fangen. Wir sollten deshalb bei unseren Kindern dieses gesunde Spiel, natürlich mäßig betrieben, pflegen, weil es ein nicht zu unterschätzender Faktor in der Körperpflege ist.

In dieser Zeit, wo Gummi- und Lederbälle (wenn man sie überhaupt erhält), furchtbar teuer sind, nehmen unsere Leserrinnen gewiß gern eine Anregung auf, wie sie ihren kleineren Kindern selbst Bälle anfertigen können. Mit Abb. 25 bringen wir ein Beispiel, dazu das Ballnetz. Und für die hübsche Pferdeleine werden die Knaben sicher dankbare Abnehmer sein.

Im übrigen verweisen wir auf den Artikel in Nr. 12. „Das Spiel des Kindes“.

25. Pferdeleine. In eine Rolle oder einen ausgehöhlten Korkstopfen steckt man 4, soll die Leine kräftiger werden, 5 oder 6 Stednadeln. Aus dem Strickfaden schlingt man lose Knoten, die man über den Nadeln zur Rasche anzieht. Das Ende steckt man durch die Höhlung. Mit einer Hädel- oder Stednadel nimmt man die einzelnen Raschen ab, schlingt den Faden durch und steckt ihn als neue Rasche auf die Nadel, immer rund herum arbeitend. Zu einer längeren Leine, an der man Löcher für die Arme abnäht und die man mit kleinen Glöckchen verzieren kann, ist ziemlich viel Material erforderlich. Anregung zu dieser Arbeit gab das Büchlein Kinderspiel und Spielzeug von Klara Zinn, Kleine Beschäftigungsbücher für Kinderstube und Kindergarten. Herausgegeben von Eiki Dröschner, Verlag von W. G. Teubner, Leipzig und Berlin 1918, Heft 3, 3. Auflage. Preis 1.40 M.

Aus dem 4. Heft dieser Beschäftigungsbücher, Kleine Geschenke von Kinderhand von Emma Gumbert, ist das geknüpft Ballnetz Abb. 25 entnommen, zu dem man hartes Wollgarn nimmt. Je nach der gewünschten Größe wird mit 10 oder 12 Fadenschlingen angefangen. Man nimmt dazu Fäden von 120 cm Länge, die man in der Mitte zusammenlegt und in gleichem Abstände voneinander auf der Sofalehne feststeckt. Zunächst werden die Fäden unter den Schlingen verknüpft, in der zweiten Knotenreihe werden die Fäden getrennt und mit den danebenliegenden verknüpft, in der dritten wieder vereint. Zuerst knotet man nur die mittleren Fäden, die rechts und links liegenden läßt man vorläufig hängen, bis der Beutel die



25. Ballnetz, Ball und Pferdeleine.

richtige Länge hat, dann werden die Schlingen von den Stednadeln abgenommen und die 2 ersten und 2 letzten Schlingen im gleichen Abstand wie die abgenommenen befestigt. Die Fäden werden dann genau wie die Fäden der anderen Schlingen miteinander verknüpft, um die Mündung herauszuarbeiten. Ist der Beutel fertig, knüpft man die hängenden Fäden zu einem Büschel zusammen, schneidet die Fäden bis 4 oder 5 cm vom Knoten ab und zieht durch die obersten Schlingen eine durch Knoten zusammengehaltene Schnur. Diese knüpft man aus zwei Wollfäden. Zuerst werden Faden 1 und 2 verknüpft, dann legt man Faden 1 zu einer Schlinge dicht beim Knoten, zieht eine Schlinge aus Faden 2 durch die Schlinge des Fadens 1 und zieht Faden 1 fest an. Durch die Schlinge Faden 2 wird nun eine Schlinge Faden 1 gesteckt und Faden 2 fest angezogen usw.

Zum Ball Abb. 25 schlägt man etwa 25 Raschen auf und strickt glatt rechts 30 Doppelreihen. Man kann alle alten Wollreste oder Baumwolle gebrauchen, je bunter, je besser, nur achte man darauf, daß stets an gleicher Seite angefaßt wird, damit der Ansatz nicht in den Linksreihen zu sehen ist. Es ist zweckmäßig, nicht jedesmal die letzten Reihen mitzustricken. Geffüllt wird der Ball durch Papier oder Stoffreste, die man am besten um einen Korkstopfen wickelt. Er muß sehr fest und gleichmäßig gefüllt werden, nachdem man vorher die abgehobenen Seiten so fest wie möglich zusammengenaht hat. Der fertige Ball wird durch eine einfache Naht geschlossen.

Willst Du Dich am Ganzen erquiden,
So mußt Du das Ganze im Kleinsten erblicken. Goethe.

Der Verlag gibt Normalschnitte oder Schnitte nach Maß gezeichnet zu den am Schluß jeder Beschreibung angeführten Preisen ab

Gutschein für Schnittmusterverwand

zugänglich 50% Feuerungszuschlag. Unsere Normalschnitte werden nach mittelgroßen ungechnürten Normalfiguren gezeichnet.

Bei Einsendung dieses Gutscheins wird nur 20% Feuerungszuschlag erhoben.

Maße der Normalschnitte für Erwachsene

Größe in cm	Oberweite	Ärmelweite	Ärmellänge	Ärmelweite	Ärmellänge	Ärmellänge
I	90	70	90	36	36	100
II	98	75	103	38	37	102
III	106	80	114	39	38	102
IV	116	86	125	38	39	102

Maße der Normalschnitte für Jungmädchenkleider

Alter	Oberweite	Ärmelweite	Ärmellänge	Ärmelweite	Ärmellänge	Ärmellänge
12-14 Jahre	82	64	84	34	35	55
14-16 "	86	66	88	35	36	65
16-18 "	90	70	90	36	36	85

Den Betrag für die gewünschten Schnitte und 20 Pf. für Porto wolle man mit der Bestellung einsenden, andernfalls erfolgt Zusendung mit Nachnahme. Ausführliche Anleitung zum Maßnehmen ist vom Verlag

W. Braunsche Holbuchdruckerei u. Verlag
Raststraße 1. B., Rastriedrichstr. 14.

zu beziehen. Wir bitten bei Bestellungen von Normalschnittmustern die genaue Größe anzugeben.

Turnbücher von Maul

Gerätübungen und Spiele für das Mädchen- und Frauenturnen.

Zweite Auflage (XVI, 234 S.) kart. M 3.20 und Teuerungszuschlag.

Verlag der G. Braunschen Hofbuchdruckerei in Karlsruhe i. B.

Bestellschein

(An eine Buchhandlung zu richten oder an den Verlag)

In offenem Briefumschlag für 6 Bg. als Druckfache zulässig.

Unterzeichnete bestellt aus dem Verlage der G. Braunschen Hofbuchdruckerei, Karlsruhe in Baden:

Neue Frauenkleidung und Frauenkultur	
— Stück vom 1. Januar 1920 an	
— Probeheft mit Schnittmuster-Bogen unberechnet und portofrei	
— Stück Deutsche Frauenkleidung , Handbuch, herausgegeben vom Verband für deutsche Frauenkleidung und Frauenkultur	M 2.50
— " Kleiderrechnung	" 2.00
— " Für unsere Kinder , 3. Auflage	" 2.40
— " Einfache Kleider	" 2.20
— " Das Kleid der arbeitenden Frau	" 1.—
— " B. M. Berg, Zuschneideschule für die Damenschneiderei	" 2.40
— " — Zuschneidelehrbuch Band I	" 4.80
— " — Zuschneidelehrbuch Band II	" 4.60
— " — Zuschneidelehrbuch Band III	" in Vorbereitung
— " — Das Eigenunterkleid	" M 4.80
— " — Die Frau und ihr Kleid	" 2.—
— " — Maßbuch	" 0.90
— " Riesewetter-Steffahn, Das Baby (2. Aufl.) kart.	" 2.50
— " — in weiß Leinen geb.	" 3.90
— " Thierbach, Abformungskleider , 2. Auflage	" 2.20
— " Steffahn, Mädchenhandarbeiten , geb.	" 2.80
Die neue Nadelarbeit in der Volksschule , von Anna Munderoff. Mit zahlr. Abbildungen. 7 Hefte (2. bis 8. Schuljahr).	
— Stück Heft I (2. Schuljahr)	M 1.80
— " " II (3. ")	" 1.60
— " " III (4. ")	" 2.—
— " " IV (5. ")	" 3.20
— " Das Kleid der Frau als Ausdruck deutschen Wesens und deutscher Kultur , von Frau E. Cadenbach	" —.25
— " Birke, die fleischlose Küche in der Kriegszeit , geb.	" 3.—
— " Hinterm Pfug zur Kriegszeit , Ergebnisse eines Stadtkindes. Herausgegeben vom Vaterländischen Frauenverein Trier	" 1.50
— " Fräulein Großknecht , Ergebnisse eines Stadtkindes. Herausgegeben vom Vaterländischen Frauenverein Trier	" 2.—
— " Breßler, Grundlagen der Krankenernährung	" —.80
— " Taschenkalender für Kleingartenbau 1920	" 3.—
— " Horn, Hausangestelltenfrage	" —.35
— " Aus Krankheitsstagen für Krankheitstage	" 1.20
— " Er ist unser Friede	" 1.60

Auf alle Preise erfolgt noch ein Teuerungszuschlag von 5. Bt. 60%

(Betrag ist nachzunehmen — folgt auf Postcheckkonto Nr. 992 Karlsruhe)

Str. Straße _____
und Hausnummer _____

Name, Stand _____

<p>Abformungskleider</p> <p>Eine neue Art, ohne besondere Vorkenntnisse billige Kleider herzustellen</p> <p>Von Marie Thierbach</p> <p>Mit 15 Abbildungen und 1 Schnittmusterzeichnung</p> <p>Zweite Auflage</p> <p>Preis M 2.20</p>	<p>Das Baby</p> <p>Abbildungen von Babykleidung, Schnittübersichten, Teilansichten, dazu erklärender Text</p> <p>Bearbeitet und herausgegeben von Doris Riesewetter und Hermine Steffahn</p> <p>Zweite Auflage</p> <p>Preis kart. M 2.50, geb. M 3.90</p>	<p>Für unsere Kinder</p> <p>131 Vorbilder für deutsche Kleidung, Wäsche, Handarbeit</p> <p>Herausgegeben von der Schriftleiterin der Zeitschrift „Neue Frauenkleidung und Frauenkultur“</p> <p>Dritte Auflage</p> <p>Preis M 2.40</p>
---	--	--

Verlag der G. Braunschen Hofbuchdruckerei in Karlsruhe i. B.

Rad-70

Ein Segen für werdende Mütter.

Sorgen Sie deswegen Ihren Arzt

Rad-70

Versand G. m. b. H.

oder durch

alle Apotheken, Drogerien, Reformgeschäfte, Sanitätsgeschäfte und Handagisten.

ca. 100.000 glänzende Anerkennungen von Frauen, welche Rad-70 anwandten

Geprüft und begutachtet von hervorragenden Ärzten u. Professoren, u. a. mit großem Erfolg angewandt an einer deutschen Universitäts-Frauenklinik.

Zuschneide-System Berg-Bühl

Seit Jahren gelehrt und bewährt in Damenschneiderei-Kursen für Anfängerinnen, Gewerbetreibende und Fachlehrerinnen, in Gewerbeschulen, Frauenarbeits- und Nähschulen, sowie auch beim Selbstunterricht.

A. Zuschneide-Schule für die Damenschneiderei Preis M 2.40

Für einfachere Schulverhältnisse, für Anfängerinnen und zum Selbstunterricht. Enthält nur die einfachsten Schnitte (Grundskizzen) Fundament des Systems, Elementarlehrgang des Schnittzeichnens.

B. Zuschneide-Lehrbuch für Damenbekleidung, 2. verbesserte und vermehrte Auflage. Für Fortgeschrittene, für Fachschulen, sowie zum Selbstunterricht.

Band I: Grundformen Preis M 4.80
Band II: Ausführungsformen, Jackett und Mantel Preis M 4.60
Band III: Künstlerische Kleidung in Vorbereitung

C. Das Eigen-Unterkleid Preis M 4.80

Die Frau und ihr Kleid Ein Beitrag zur Arbeit in der Mode Preis M 2.—

Maßbuch mit Maßlisten Preis M —.90

Deutsche Frauenkleidung

Handbuch mit 160 Abbildung, u. einem Schnittmusterbogen

Herausgegeben vom

Verband für deutsche Frauenkleidung und Frauenkultur

Preis M 2.50 und Teuerungszuschlag

Taschenkalender für Kleingartenbau 1920

Herausgegeben von Fritz Witzum

Preis 3.— Kart

Allgemein wird an diesem Taschenkalender die zweckmäßige und übersichtliche Einteilung gelobt. Besonders für Anfänger ist dieser Kalender eine gute, klar verständliche Anleitung, sich das für den Haushalt benötigte Gemüse zu bauen und den Kleingarten gedeihlich und ertragreich zu bewirtschaften.

„Wir empfehlen ihn daher bestens.“ Bund der Landwirte. — „... das ungemein reichhaltige, praktische und billige Büchlein.“ Ev. Gemeindebote.

Verlag der G. Braunschen Hofbuchdruckerei, Karlsruhe i. B.

Herausgeberinnen: Elisabeth Böhl, Else Birmingham, beide in Köln — Verantwortlich für den redaktionellen Teil: G. Böhl, f. d. Bilderteil: E. Böhl-Karlsruhe
 Anzeigen: Rud. an die G. Braunsche Hofbuchdruckerei und Verlag in Karlsruhe i. B. zu senden. — 1 Millimeter Höhe und 37 Millimeter Breite kosten 60 Bg., worauf bei Wiederholungen Rabatt gewährt wird, der bei Abnahmeverträgen wechsell. Platz- und Erscheinungsdauer ohne Verbindlichkeit. — Erfüllungsort Karlsruhe i. B.
 Verlag: G. Braunsche Hofbuchdruckerei und Verlag, Karlsruhe i. B. — Druck: Vorwärts-Buchdruckerei und Verlagsgesellschaft Paul Singer & Co. in Berlin, Lindenstraße 3