Hauterkrankungen bei Kindern durch Raupen

Nach einem Bericht des Hauptgesundheitsamtes haben sich im vergangenen Jahre die Fälle fieberhafter Hauterkrankungen durch Raupen bei Kindern gehäuft. Stets war die Ursache der Erkrankung eine Berührung mit den Raupen. Leider wird nicht gesagt, um welche Raupen es sich hierbei gehandelt hat. Nicht alle Raupen haben diese Wirkung und auch nicht alle Kinder und Erwachsenen sind gleich empfänglich. Im allgemeinen werden Erkrankungen durch Raupen — meist Hautausschläge — nicht gerade häufig beobachtet. Mediziner behaupten, daß in sogenannten „Raupenjahren", in denen diese gefräßigen Tiere in gehäuften Massen vorkommen, die unangenehm juckenden Quaddeln oder nesselartigen Hautausschläge häufiger gemeldet werden. Diese sollen zum Teil durch die mit feinen Widerhaken versehenen Haare der Raupen häufiger aber durch Flüssigkeiten hervorgerufen werden, die von den Raupen abgesondert werden. Es kommt jedenfalls, besonders bei disponierten Personen, unter dem Reiz dieser Absonderungen zu einer mehr oder weniger erheblichen Hautentzündung. Meist zeigt sich diese am Halse, der ja einem Ueberfall durch Raupen leicht ausgesetzt ist. Die Haut ist dabei unter Umständen stark gerötet und geschwollen, und selbst das Allgemeinbefinden kann gestört sein. Ernstere Folgen werden so gut wie nie beobachtet. Bei Anwendung kühlender Umschläge mit einer Lösung von essigsaurer Tonerde geht die Entzündung schon nach kurzer Zeit spurlos zurück.

B. Kraßler, Berlin.

Aus der Geschichte des Tees

Die Geschichte des Tees geht mit der des Kaffees und überhaupt aller jener exotischen Genußmittel, die im 15. und 17. Jahrhundert in Europa eingeführt wurden, Hand in Hand. Gleichwohl wird Tee in Paris, wo er 1636 zuerst erschien, viel früher getrunken als Kaffee. England, wo das Teetrinken später förmlich zu einer häuslichen Zeremonie und Feierlichkeit sich ausbildet, lernt den Tee erst 1666 kennen, und Deutschland erhält ihn noch etwas später. Damals war in Frankreich bereits um das neue Getränk ein heftiges Für und Wider entbrannt. Da namentlich der berühmte Kanzler Seguier die Mode des Teetrinkens hier eingeführt hatte, so stellte ein Doktor öffentlich um den Minister zu ehren, die Behauptung auf daß der Tee Verstand gebe. Dagegen eiferte die übrige Aerzteschaft, und einige gingen so weit, daß sie die Schrift des kühnen Teeverteidigers öffentlich verbrannten. Dennoch fand der Tee, und vielleicht mehr als anfänglich der Kaffee, der ihn allerdings später erheblich verdrängte, rasch zahllose Anhänger; Liselotte von der Pfalz erzählt von einer Herzogin, die sich eigens in indische Tracht kleidete, wenn sie Tee trank, wie dann auch ihre aufwartende Dienerschaft indisch gekleidet sein mußte. Liselotte selbst wollte von Tee, ebenso wie von Kaffee oder Schokolade nichts wissen. Die Marquise de la Salliere kam als erste auf den Gedanken, Tee mit Milch zu trinken; Frau v. Sevigne erwähnt das 1680 als eine wichtige Neuerung, die dann dazu führte, daß man hinfort auch den Kaffee mit Milch trank. Es kam damals auch vielfach vor, daß man den trockenen Tee gleich wie Tabak in Pfeifen rauchte. Einige bayerische Prinzen, die kurz nach 1700 nach Paris kamen und in den Kaffeeschenken viel Tee tranken, führten eine neue Mode ein, indem sie den Tee in kristallnen Karaffen auftragen ließen und ihn statt mit Zucker mit Syrup vermischten; man nannte das klare, in Gläsern verabreichte Getränk „bayerischen Tee", und die Lokale, wo es verabfolgt wurde und die hinfort in Paris eine Rolle spielten, hießen „Bavaroisen". In England entstanden die so beliebten Teegärten, in denen in schattiger Sommerlaube Tee und Butterbrot in Ein-Schillingsportionen zu haben war. Tee wurde das Nationalgetränk der Engländer, und man zahlte willig 10 Mark und mehr für das Pfund, da die geringeren Sorten nur eine Mischung von Stengeln, Blättern und fremden Kräutern waren. In Deutschland setzte sich das Teetrinken nur eigentlich in höheren Kreisen durch, und nur in Hamburg war, wohl infolge der stets engen englischen Beziehungen, der tägliche Teetisch im bürgerlichen Hause schon frühzeitig beliebt, bis der Tee sich auch wohl hauptsächlich von hier aus als allgemeineres Hausgetränk in Deutschland verbreitete.

B. W.

Ratschläge und Winke

Frottiertücher, Bademäntel, kurz alle Frottiergewebe müssen auf besondere Art bei der Wäsche behandelt werden. Zunächst ist ein Kochen dieser Wäsche tunlichst zu vermeiden, da es dem Gewebe nicht zuträglich ist. Ein zweimaliges Handwaschen (nur in ganz besonderen Fällen ein kurzes Auskochen), genügt meist. Nach dem Spülen vermeide man unter allen Umständen, die Wäsche durch die Wringmaschine zu nehmen, sondern drücke sie kräftig (ohne sie zu drehen) mit den Händen aus. Rollen und Plätten darf ebenfalls nicht vorgenommen werden. Man hängt die Frottiersachen fadengerade auf, schlägt sie während des Trocknens des öfteren einmal aus, und schlägt sie nach dem völligen Trocknen nochmals gut durch. Ein so behandeltes Stück wirkt nach der Wäsche wie neu und ist in seiner Haltbarkeit unbegrenzt.

Ein praktisches Aufwischen der Zimmer geschieht auf folgende Weise: Man umwickelt den Schrubber mit dem Scheuertuch und bindet oberhalb desselben die Enden des Tuches mittels eines Bindfadens fest um den Stiel. Nun erst taucht man den so umwickelten Schrubber in den mit Wasser gefüllten Eimer und beginnt mit dem Aufwischen. Das lästige Abgleiten des Scheuertuches ist so unmöglich. Des öfteren taucht man den Lappen zum Durchspülen in das Wasser. Alle Räume werden auf diese Weise gewischt, erst danach wird das Tuch abgestreift und gründlich ausgewaschen. Um die Ecken nicht zu vernachlässigen, behandelt man diese mit einem besonderen Lappen vorher, oder das vorher besprochene Verfahren wendet man viermal wöchentlich an, um zweimal in der Woche das allgemein übliche mit untergelegtem Scheuertuch (wo also auch die Ecken besonders gewischt werden), vorzunehmen. Jedenfalls spart man auf diese Weise manche Zeit.

Zitronen kann man monatelang aufbewahren, ohne daß diese welk werden oder eintrocknen, wenn man sie in guten, sauberen, sehr trocknen Sand legt. Am besten eignet sich hierfür der feine helle Siebesand den man vorsichtshalber noch vor dem Gebrauch durchsiebt, und ihn, wenn nötig, auch vorher noch durch Erhitzen auf einer Platte, Bratpfanne oder dergleichen trocknet. Die Zitronen dürfen sich nicht berühren. Sie büßen durch diese Art der Aufbewahrung weder an Frische noch an Aroma ein.

Goldbrokatstoffe, Decken, Kissen usw. erhalten neuen Glanz, wenn sie unansehnlich geworden sind, nachdem man sie mit einem weichen neuen Lederlappen (Fensterleder) an den golddurchwirkten Stellen tüchtig überreibt. Man spannt sie am besten vorher stramm auf.

Küche der Hausfrau

Gulasch auf ungarische Art. Man schneidet ein zartes Stück Rindfleisch (Keule) in walnußgroße Würfel, desgleichen wird magerer Speck würflig geschnitten, gelb gebraten. Alsdann wird das Fleisch mitsamt dem Speck und mehreren gedünsteten Zwiebeln in einen Schmortopf gelegt, Pfeffer, Paprika und Salz hinzugetan. Fernerhin gibt man etwas feingestoßenen, gesiebten Kümmel bei, fügt Ungarwein und Rum hinzu und läßt das ganze zugedeckt auf gelindem Feuer weich dämpfen. Der Fleischgrund wird abgegossen, etwas Braunmehl und Fleischbrühe wird hinzugefügt und eine sämige Sauce daraus gestaltet. Diese gießt man auf das Fleisch, das man noch kurze Zeit schmoren läßt. Zu dem Gericht gibt man Quetschkartoffeln oder Mehlklöße.

Kalte Wienerspeisen. Es werden 30 Gramm Gelatine mit einem Glas Weißwein über dem Feuer aufgelöst und dann durch ein Mulltuch gegossen. Dann werden sechs Eigelb mit 100 Gramm Zucker solange geschlagen, bis sie ganz schaumig und locker sind. Die noch warme Gelatinemasse wird damit verrührt. Man zieht dann den Schnee der sechs Eier darunter, richtet die Speise in einer Kristallschale an und stellt sie auf das Eis. Mit eingemachten Früchten wird die erkaltete Speise wirkungsvoll garniert.

Gebratene Hammelrippen. Die Rippenstücke werden von Sehnen und Fett befreit, gut geklopft und die Knochen halb gekürzt. Man bratet sie darnach unter mehrmaligem Wenden etwa zwei bis drei Minuten in hochgradig erhitztem Schmalz, richtet sie auf einer gewärmten Schüssel an und bestreut sie nach Geschmack mit Pfeffer und Salz. Den Bratensatz kocht man mit zwei Löffeln Wasser, Salz, Würze, Zitronensaft und ein wenig Kartoffelmehl los und gießt diesen dann unter die Fleischstücke. Das Gericht wird mit Salzkartoffeln serviert.

Gebackene Fruchtpolenta. Ein halbes Pfund beliebiges Obst wird in Zuckerwasser weich gekocht und dann in Stücke geschnitten. In der Zwischenzeit verkocht man 150 Gramm mehrfach entwässerten Maisgries und 3/4 Liter Magermilch zu einem glatten Brei, in dem man das zerschnittene Obst ohne den Saft rührt. Das ganze wird in eine ausgefettete Form getan und mit dem Schnee von zwei geschlagenen Eiweiß überzogen. In mäßiger Hitze backt man die Speise hellbraun und reicht sie mit dem gesiebten Obstsaft.

Fränkische Weißbrotsuppe. Einige alte Semmeln werden geschält, auf einem Reibeisen gerieben, durch einen großlöcherigen Durchschlag gesiebt und alsdann in Butter schön gelb geröstet, wonach sie zum Abtropfen der Butter in ein Sieb geschüttet werden. Nun bringt man Fleischbrühe zum Kochen, tut die gerösteten Semmel hinein und läßt sie kurze Zeit darin aufkochen; die Suppe wird mit einigen Eidottern und Sahne abgequirlt und kann dann serviert werden.

Eine praktische Art, Kartoffeln zu „pellen". In der Schale gekochte Kartoffeln soll man bekanntlich möglichst heiß pellen, da sich später eine Art Giftstoff entwickelt, der naturgemäß gesundheitsschädlich ist. Eben abgegossene Kartoffeln lassen sich nun außerordentlich sauber und schnell pellen, wenn man sie einige Sekunden in ganz kaltem Wasser läßt, also gewissermaßen abwellt. Dies geschieht am zweckmäßigsten derart, daß man, während man eine abpellt, die nächste im Wasser läßt, nicht länger, da sie sonst erhaltet und sich erst recht schlecht von der Schale befreien läßt. Das sehr kurze Abwellen bedingt aber, daß man die Schale unglaublich leicht und in großen Stücken ablösen kann; die Kartoffeln bleiben so recht sauber, bleiben zudem ganz heiß und — man spart viel Zeit. Man wird nach einem ernsten Versuch die Kartoffeln kaum noch auf andere Weise als diese pellen. Bedingung ist nur, daß man nur wenige Sekunden die Kartoffeln „wässern" kann.

Englisches Gingerbier. Die Schale von drei Zitronen, 50 Gramm geriebenen Ingwer, Saft von vier Zitronen, drei Pfund Zucker und 15 Gramm Cremortartari schüttet man in einen sauberen großen Steintopf und überschüttet es mit 10 Liter kochenden Wassers. Nach dem Erkalten gibt man zwei Eßlöffel voll frische Bierhefe hinzu und löst diese restlos auf. Nun läßt man das Getränk bis zum folgenden Tage gären, nimmt dann behutsam den Schaum ab und gießt es in einen sauberen Topf vom Bodensatz ab. Das Getränk wird auf Flaschen gefüllt und diese verkorkt: Die Flaschen werden mit einer losen Bandschlinge verbunden und in den Keller gestellt. Schon nach einigen Tagen ist das köstliche und billige Sommergetränk genießbar.

Büchertisch

Daheim (64. Jahrg. Nr. 42). Wer zur Reisezeit offenen Auges durch Feld und Wald wandert, wird vor einer Erscheinung oft verwundert stehen bleiben: vor den knolligen oder wurmartigen Gebilden auf Pflanzenblättern: den Gallen. Was er dort vor sich sieht, erzählt ihm ein reich illustrierter Aufsatz in der vorliegenden Daheim-Nummer, der sehr instruktiv ist. Er erfährt aus dieser Nummer überhaupt noch allerlei: warum der Jupiter das Wetter schlecht macht, warum man keine Flinte auf der Schulter tragen darf, warum die Streckenreiniger in Paris Deutsche waren, warum wir einer Verniggerung entgegengehen, warum sich Albrecht Dürer in seinem Haus am Tiergärtnertor so wohl fühlte, warum Herr Rehberger seine Sommerreise verschob, warum wir Erfindungen für die Küche ausnutzen und nicht stumpfsinnig gegen unsere kleinsten Erdenbürger sein sollen. Es werden allerlei Fragen in Bild und Wort beantwortet. Es gibt auch noch einen Romanteil und eine Novelle: „Die häßlichen Hände" zu lesen. Auch Anekdoten und Rätsel gibt's. Hinweise auf Schulen und Berufe: „eine Menge Zeugs!" sagt der Volksmund. Und er hat recht.

Verantwortlich: H. Semmelmann. Altena.
Druck und Verlag: P. A. Sank, Altena.

Frauen-Zeitung

Beilage zum Altenaer Kreisblatt zugleich Neuenrader Zeitung

Nr. 29 Altena, den 17. Juli 1928

Tun und Lassen

Es hat einmal jemand gesagt: „Man ist nicht verantwortlich für den Verstand, mit dem man geboren wird, aber wohl für den, womit man durchs Leben geht, und gerade auf den kommts an."

Gebrauche deinen Verstand, und dann wird er sich, ebenso wie deine Muskeln, durch den Gebrauch entwickeln. Strenge ihn gelegentlich mal ganz intensiv an, und sieh dann zu, ob er nicht, statt erschöpft zu sein, im Gegenteil viel reger geworden ist.

Was die Geschäftswelt heutzutage braucht, sind Frauen, die ihren Verstand gebrauchen. Es ist ein Posten, und sogar ein guter da für jede, die das tut. Solche Menschen sehen den Kernpunkt. Statt daneben zu tappen, treffen sie den Nagel auf den Kopf. Ihr Verstand ist durch Uebung klar und logisch geworden. Man stelle sich den Wert solcher Köpfe in dieser rasch arbeitenden Welt vor, wo gute Resultate hauptsächlich durch die Ausschaltung der Verluste — Verlust von Zeit, von Waren und von Energie — erzielt werden.

Durch Uebung kannst du einen solchen Verstand bekommen. Tue Verstandeskraft in deine Arbeit, tue sie nicht mechanisch. Sonst könnte am Ende eine Maschine eines Tages deinen Platz einnehmen. Konzentriere dich auf Arbeit. Mache dir klar, warum du dieses oder jenes so oder so tust, und versuche einmal, ob du durch scharfes Nachdenken nicht noch eine bessre Art findest, es zu tun.

„Ich habe es ganz in Gedanken getan," sagst du, wenn dein Chef dir einen Irrtum vorwirft.

Gerade dieses Arbeiten „in Gedanken", d. h. ohne Gedanken, ist der Grund, warum so viele junge Mädchen nicht vorwärts kommen. — Gewöhne dir das Denken an. Halte deinen Geist rege, und konzentriere ihn während der Geschäftsstunden einzig und allein auf deine Arbeit. Du wirst dann bald sowohl deinen Chef wie dich selbst mit dem großen Fortschritt in deiner Arbeit überraschen.

Einerlei, mit was für einem Verstand du geboren bist, nimm dir vor, mit einem besseren durchs Leben zu gehen. Das kannst du!

Die Nichtachtung von Kindern im öffentlichen Leben

Von Ilse Steffens, Leipzig.

Die Not der Zeit hat es mit sich gebracht, daß die Mehrzahl der heranwachsenden Kinder nicht mehr in der gleichen, sorglosen Weise ihre Jugend genießen, wie das früher der Fall war. Zu allen möglichen kleinen und großen (oft viel zu schweren) Aufgaben werden sie herangezogen. So bedauerlich dies ist, so kann man, solange diese wirtschaftliche Krise nicht behoben oder doch wenigstens im Rückgang begriffen ist, leider diesem Mangel nicht abhelfen. Eins aber sollte man tun: Mit allen Mitteln dem entgegentreten, daß diesen Kindern ihr Amt noch unnötig erschwert wird da, wo es durchaus nicht notwendig erscheint.

Einige Beispiele: Eine Mutter, selbst unabkömmlich, schickt ihren Achtjährigen zum Einholen. Die Mohrrüben die er bringt, sind welk das Brot ist in der Mitte aufgebrochen, so daß es sich nicht gut schneiden läßt; zudem hat er ihr so schmutziges Papiergeld wiedergebracht, daß das arme Kerlchen mit einer Flut von Scheltworten empfangen wird. Wer hat Schuld? Die Mutter? Kaum! Was hätte es genützt, wenn sie ihm alle möglichen Ermahnungen mit auf den Weg gegeben hätte? Versteht ein Junge in dem Alter etwas von gutem Gemüse? Hätte er es wagen sollen, die zerrissenen Scheine gegen bessere zurückzugeben? Und das Brot wurde hinter dem Ladentisch in vorsorglicher Weise schon so schön eingewickelt, daß es nicht einmal der Mutter aufgefallen wäre, was man ihr da angeboten hatte. Wer hat Schuld? Die Mutter? Daß sie ihren Jungen schickt? Darüber waren wir uns ja im Anfang klar, daß in unendlich vielen Familien ein anderer Weg gar nicht möglich ist. Aber der Kaufmann — trägt nicht der allein die Verantwortung dafür, daß er den armen Jungen — bewußt — so bediente? Eben darum, weil es ein „Kind" war! Dem konnte man das alles bieten! Was daheim geschah, was ging einen das an! Die Hauptsache war, daß man wieder einmal Gelegenheit hatte, den weniger guten Kram loszuwerden. Erwachsene, nun ja, die hätten ihn zurückgewiesen. —

Tausend solcher Beispiele ließen sich anführen! Hier läßt man ein Kind, das des Morgens noch vor der Schule die Milch holen muß, warten, (wehe, wenn es sich vordrängen wollte) ganz gleich, ob es zu spät kommt — dort fertigt man ein anderes mit einem ungenauen Bescheid ab, um den es geschickt wurde. Mag doch der Vater selbst kommen! Ja, kann er denn immer? Dort wieder fährt man ein Kind ungerecht an, weil es sich nicht vorschriftsmäßig angestellt hat .... Ist das gerecht? Und ist das nötig? Hat man absolut kein Verständnis dafür, daß diese Kinder, die notwendigerweise ihre Eltern entlasten müssen, nicht auf ihren Wegen am Ende tränenden Auges mit einer Sehnsucht im Herzen nach den andern blicken, die während dieser Zeit lustig spielen und herumtollen dürfen? Und immer die Angst im Herzen, wehe, wenn du nach Hause kommst! Was wirst du wieder falsch gemacht haben!

Jede Mutter und jeder Vater wird ein Lied davon zu singen wissen, in welcher Weise und wie unglaublich oft ihre Kinder ausgenützt werden, immer aus dem Bewußtsein heraus: Es ist ja nur ein Kind!

Wie können wir da helfen? O, sehr gut können wir das.

Jeder, der Zeuge einer solchen Nichtachtung des Kindes in seiner Arbeit ist, sollte es sich zur Pflicht machen, einzugreifen, es würde sicher bald anders bestellt sein. Und einem Jeden bietet sich beinahe täglich Gelegenheit dazu, Abhilfe zu schaffen. Sind wir Zeuge einer Ungerechtigkeit, so können wir gut, als würde an uns dieses Unrecht getan, dies zurückweisen getrost mit dem Hinweis, daß die Mutter daheim das Kind schelten würde. Beobachten wir daß ein Kind zurückgedrängt wird oder daß es nicht wagt, sich vorzudrängen und doch (vielleicht aus berechtigten Gründen) dieses ihm angeraten ward vom Vater, so sollen wir Erwachsene ihm helfen, sein Ziel zu erreichen. Bei all den tausend Beispielen können wir ebenso oft irgendwie eingreifen. Und um so leichter dürfte uns dies werden, da wir ja mehr oder weniger alle in der Lage sind, an unseren eigenen Kinder die Nichtachtung erleben zu müssen, die für manche Leute Prinzip zu sein scheint. Im Grunde also hätten wir selbst einen Vorteil davon, wenn wir dieser Unsitte entgegenträten, darum auf in den Kampf!

Auslandsdeutschtum

Frau und Kolonie.

Von P. Wild.

Wenn wir von unserem guten Recht auf unsere deutschen Kolonien sprechen, ist das keine Phrase, denn der schnelle Aufbau und die tatsächliche Blütezeit unserer Kolonien haben das bewiesen.

Zu diesem Aufbau gehörte die tatkräftige Mitarbeit der deutschen Frau und wir wollen hoffen, daß sie bei einer kommenden Rückgabe unserer Kolonien, zunächst vielleicht als Mandatsstaat, wieder mit dem Mann für den deutschen Gedanken, die deutsche Kultur schafft.

Ungeheure Mengen Arbeitskraft liegen im Vaterland brach und unsere Sehnsucht, unser Hoffen dringt in jene Fernen, die Kraft brauchen. Aus diesen Gedanken heraus, um unserer Lebensnotwendigkeit willen, gilt es den einst deutschen Boden wieder deutsch zu machen und durch möglichst zahlreiche deutsche Bevölkerung auch heute deutschgeistig zu erhalten.

Abertausende suchen heute Beruf und Stellung, wollen Arbeit und Freiheit und glauben beides in den Kolonien zu finden. Auch zahlreiche deutsche Mädchen und Frauen sind zur Arbeit „da drüben" bereit, und zwar ist es heute eine andere Schicht als vorkriegslich. Die um ihr Geld Betrogenen glauben drüben Vergessen und Lebensmöglichkeiten zu finden, die ihnen hier unmöglich sind.

Doch hüte sich jede Frau vor zu leichter Auffassung der Arbeit in der Kolonie, von der große Zahl ist nur ein sehr kleiner Prozentsatz „kolonialtauglich".

Welche Vorbedingungen sind nötig?

Körperliche Eignung heißt: unbedingt feste Gesundheit, keinerlei Krankheitsveranlagung, zähe Widerstandskraft, gesundes Nervensystem.

Geistige Eignung: Energie. Ausdauer, Arbeitsfreude, Liebe zur Natur, Liebe zur praktischen Arbeit und zum praktischen Beruf. Wissenschaftlich geistige theoretische Belange dürfen nicht überwiegen. Kolonialarbeit ist Leben der praktischen Arbeit.

Welche Stellung kommt für die deutsche Frau in Frage?

Da gibt es vorläufig nur zwei Berufe. Die Farmgehilfin und in sehr beschränktem Umfang die Krankenschwester, die nebenbei immer Hebamme sein muß. Andere Berufe, Lehrerin, kaufmännische Angestellte haben keinerlei Aussicht auf Anstellung.

An wen wendet sich die Auswandrungswillige:

Der koloniale Frauenbund, dessen Zweigvereine über ganz Deutschland verbreitet sind, ist in erster Linie berufen, sachlich zu raten. Es ist Zweck und Ziel des Vereins, den deutschen Aufbau zu fördern und aus der Erkenntnis heraus, daß nur da gefördert wird, wo deutsches Familienleben gegründet und beschafft wird, ist der Verein zur Vermittlung weiblicher deutscher Hilfskräfte neuerdings wieder bereit. So wird jeder Interessent dort die rechte Auskunft erhalten.

Welche Ausbildung erfordert die Kolonialarbeit?

Die beste Ausbildung, die sich systematisch den Notwendigkeiten der Fremdarbeit mit ihren uns nicht bekannten Grundlagen anpaßt, und die über jahrzehntelange Erfahrung verfügt, ist die „Koloniale Frauenschule" in Rendsburg. Sie sichtet das Schülermaterial sehr sorgfältig und die dort ausgebildeten Kräfte werden auch von den Mittlerstellen stets bevorzugt.

Was muß die Frau für Uebersee können? Vor allem eins, arbeiten, arbeiten. Sie muß in der Beziehung jeder oft sehr großen Anforderung gewachsen sein und viele Dinge verstehen, die bei der Primitivität des Lebens in der Einsamkeit der Farm z. B. als unumgänglich notwendig erscheinen.

Organisatorische Forderungen, Achtstundenarbeitstag usw. sind dort nicht angebracht. Wer hinüber geht, muß sich der dortigen Gewohnheit, die sich aus klimatischen und finanziellen Schwierigkeiten ergibt, anpassen.

Verwöhnte Frauen oder solche, die auf gesellige Zerstreuungen, Theater, Vorträge, Tanz, Festlichkeiten aller Art nicht verzichten können, sollen sich nicht in die Einsamkeit der Kolonie wagen. Nur in sich gefestigte ernst-frohe Menschen voll Pflichtfreude und Verantwortungsbewußtsein dürften im Schaffen Befriedigung finden.

Es ist kein leichtes Leben da draußen und die Last der Einsamkeit nicht für jede Gemütsart tragbar. Und doch, der echte Afrikaner und seine Familie hängen mit innigster Hingabe am Land, dessen Boden sie urbar gemacht, den sie sich in Wahrheit erobert haben.

Ernte

Skizze von Erwin Sedding

Marias Augen waren blauer als der Julihimmel und ihre Haare goldener als der hohe Roggen. Wenn Andreas nicht so arm gewesen wäre, hätte hingehen und sprechen mögen: „Ich habe mir immer einen Jungen gewünscht, Maria, aber wenn Du die Mutter meines Kindes werden willst, dann soll mir auch Mädel recht sein!“

Diese Gedanken mochten von der glühenden Sonne kommen, die kein Wölkchen duldete in ihrer Ernteluft. Mußte ein Tagelöhner nicht zufrieden sein, wenn ihm Arbeit gegeben wurde? Tausende in der Heimat — Andreas mußte es — darbten. Auch die Aehren, zu gleicher Stunde gesät, von demselben Wind bestäubt, konnten nicht alle zum Brot reifen.

Andreas holte weit aus mit seiner Sense. Da kam der Stallbursche den Graben entlang gelaufen und rief: „Du sollst zum Inspektor kommen, er erwartet Dich auf dem Hof! Rasch, Andreas, beeile Dich!“

Der stellte das Hauen ein. „Warum?“ —

„Weiß nicht. Wirst es schon hören. Aber mach, daß Du hinkommst!“ war die Antwort. „Mit Herrn Claus ist heute nicht zu spaßen. Dem geht alles zu langsam!“ —

Andreas knöpfte sein Hemd zu. Er legte die Sense neben den Wasserkrug und zog den Leibriemen an. Der Stallbursche war längst wieder fort, nur die Lerchen jubelten durch den stillen Tag. Plötzlich schrie jemand. — Andreas drehte sich um. Das war Marias Stimme gewesen! Rief sie ihn? —

Er schaute feldein. Am Ende des Ackers, wo die letzten Garben aufgeschichtet standen, entdeckte er das rote Kopftuch des Mädchens. Wie ein Klatschmohn leuchtete es in der Sonne. Andreas trichterte die Hände vor den Mund und schrie eine Frage hinaus. Dünn trug der Wind die Antwort zurück: „Hilfe!“ Nun gab es kein Zögern mehr für ihn: er lief:

Maria lag in den Stoppeln. Sie preßte den Fußknöchel mit brauner Erde, aber Andreas sah sofort, wie er geschwollen war.

„Eine Kreuzotter?“ —

„Nein. Nur verstaucht. Bin über den Stein hier gefallen. Was soll ich tun, Andreas?“

Er kniete nieder. Das Bein gehörte in einen festen Verband. Vielleicht war auch der Knochen verletzt. Am besten wäre es gewesen, die Tragbahre zu holen, die in der Remise stand. Aber um diese Zeit die Knechte von der Arbeit zu rufen, war unmöglich.

„Ob Mutter Weidemann zu Hause ist?“

„Ich glaub' schon. Weshalb?“

„Die versteht sich doch auf Krankheiten und so etwas. Die könnte Dir kalte Umschläge machen, was meinst Du?“

Das Mädchen nickte. Ihre Augen wurden feucht, die Schmerzen schienen immer mehr zu wachsen. Der Weg konnte nicht länger als zehn Minuten sein.

Niemand bemerkte ihn, da er, keuchend vor Hitze bei den Gesindehäusern anlangte. Außer Inspektor Claus, der über den Brunnenplatz schlenderte, wo die Enten in den Pfützen hockten.

Der Schnitter grüßte. Er übergab Maria dem Schutz Mutter Weidemanns und trat dann, noch immer hochroten Gesichts, vor den Brotherrn.

„Sie haben mich rufen lassen, Herr Inspektor.“

„Stimmt. Und daß Sie nicht gekommen sind, stimmt ebenfalls. Wissen Sie, was ich mit den Leuten tun pflege, die mir zu langsam sind?“

Schweigen. —

„Die dürfen sich ihren Lohn holen!!“

Ein Hahn krähte vom Geflügelhof her.

„Erzählen Sie: was war mit der Maria!?“

Andreas schluckte die Angst vor der Entlassung hinunter und berichtete. „Wenn ein Mensch in Not ist, helfe ich ihm“, sagte er.

„Auch wenn es Ihr eigenes Unglück wird?“

„Ja!“

Der Inspektor schaute eine Sekunde lang auf seine Reitstiefel. Dann legte er dem Schnitter plötzlich die Hand auf die Schulter und sagte: „Sie sind stolz, Andreas, und mutig. Diese Eigenschaften braucht man beim Mähen nicht. Sie werden von morgen an zu den Teichen fahren. Als Vorarbeiter. Und wenn die Maria einen Arzt braucht, — die zwei Kilometer zum Dorf wird die Stute noch schaffen.“

Andreas mußte lange nachdenken, bis er begriff, was geschehen war. Eine Welle der Dankbarkeit stieg in ihm hoch. „Herr Inspektor! —“ wollte er sagen. Aber da war jener längst seiner Wege gegangen.

Hinter den Zäunen sangen die Mägde das Lied vom Säen und Ernten, vom Keimen und Fruchttragen.

Wie Schornsteinfegermeister Putzer zu seiner Frau kam

Heitere Skizze von Emil Felden

Schornsteinfegermeister Putzer knüllte wütend die Zeitung zusammen und warf sie in die Ecke. „Eine Million Frauen mehr als Männer in Deutschland“, hatte er darin gelesen. Was nützte es ihm? Er bekam trotzdem keine Frau. Obwohl er ein ansehnlicher Mann war, der den Mädchen wohl gefallen konnte. Aber: „Pfui“, sagten sie, sowie sie seinen Beruf erkundet hatten. „Wenn der einen küssen würde . . .“, hörte er eine der andern zuraunen, worauf beide kicherten. Als ob es keine Seife gäbe! Putzer begann seinen Beruf zu hassen. Obwohl der seinen Mann ausgezeichnet ernährte . . . Wo mußte morgen gefegt werden? „Klempnermeister Blech, ganz früh“, stand im Merkbuche. Richtig, in einigen Tagen feierten Blechs silberne Hochzeit. Da mußte der Schornstein ziehen.

Bei Blechs kam an demselben Abend Fräulein Hede, Frau Blechs Nichte, an, um in den Festtagen auszuhelfen. Das ältere, „junge Mädchen“ hatte ja Zeit, war rundlich und nett, hatte zwar dünne Fältchen wie feine Spinngewebe in den Augenwinkeln sitzen, aber ein frisches Gesicht mit pfiffigen Aeugelein. Womöglich fiel bei dieser Gelegenheit ein Mann für sie ab . . .

„Ja, Hede Du mußt diesmal auf dem Boden schlafen, es läßt sich nicht anders einrichten“, sagte Frau Blech zu ihr, „aber es ist nicht schlimm. Wir haben das Bett hinter eine spanische Wand gerückt. Du fürchtest Dich doch nicht?“

„Nee, mich stiehlt keiner“, antwortete Hede. Es klang wie Bedauern . . . Hinter der spanischen Wand fiel sie sogleich in tiefen Schlaf.

Am nächsten Tage kletterte Putzer im Morgengrauen auf Blechs Dach, fegte den Schornstein, schaffte im Keller den Ruß fort und stieg abermals auf den Boden, um sein Leiterchen zu holen. Es war mittlerweile ganz hell geworden. Was stand denn da? Eine spanische Wand. Und — horch . . . dahinter ruhige Atemzüge. Hm . . .! Putzer witterte etwas Nettes. Er lehnte sein Leiterchen an den Querbalken. Rutschte es nicht ab? Nein, es hielt; wie abgepaßt. Behutsam stieg er hinauf, lugte über die spanische Wand hinüber. Ei, das seine Kind! Es schlief da so unschuldig. Einfach reizend, nicht satt sehen konnte sich Putzer . . . Aber was war das? Schritte auf der Treppe. Dumm! Flink herunter von der Leiter. Malermeister Strich tauchte auf, wollte seine Farbentöpfe vom Boden holen, um unten mit seiner Arbeit zu beginnen.

„Ach, Du bist es“, zischte ihn Putzer unfreundlich an.

„Hast Du mich erschreckt, Schwarzer! Wie der Leibhaftige siehst Du aus“, dröhnte Strich in tiefem Baß, schwieg aber erschrocken, als ihm Putzer, den Zeigefinger auf die Lippen legend, Stille gebot. „Weißt Du, wer hier schläft?“ flüsterte der Schornsteinfeger, indem er mit dem Daumen nach der spanischen Wand wies.

„Unsinn, sie schlafen alle unten“, brummte Strich.

Statt einer Antwort winkte Putzer dem Maler, ihm zu folgen. Kletterte flink das Leiterchen bis zur höchsten Sprosse hinauf und schaute verzückt auf die Schläferin herab. Nun wurde Strich neugierig, erstieg ebenfalls die Leiter, eräugte ein kleines Stück der schlafenden Jungfrau, kletterte eine Sprosse höher, reckte den Hals zu fabelhafter Länge über die spanische Wand hinüber . . . und da . . . jählings rutschte das Leiterchen ab, flink sprang Strich herunter, aber Putzer, der sich vergeblich am Balken fest zu klammern suchte, flog im Bogen durch die Luft, um im nächsten Augenblick auf schneeweißem Deckbett neben der schönen Maid zu liegen, die mit markerschütterndem Kreischen in die Höhe fuhr. Sowie sie den zappelnden Schwarzen, dessen Augen vor Entsetzen schrecklich rollten, an ihrer Seite erblickte, schoß sie aus dem Bett und raste, laut schreiend, hinter dem flüchtenden Strich her die Bodentreppe hinab. Ihr folgte Putzer, rufend und allerhand Entschuldigungen stammelnd.

Tante Blech war vom Lärm über ihr aufgewacht, aus dem Bette gesprungen und vor die Schlafzimmertür geeilt. An ihr vorüber schoß der Maler. In ihre Arme flog Hede und schrie: „Hilfe, der Teufel!“ Putzer versuchte eine Beruhigungsrede zu stammeln. Aber Tante schnaubte ihn böse an: „Gehen Sie, Sie! Sehen Sie nicht, wie sie sich vor Ihnen fürchtet?“

Da schlich Putzer beschämt von dannen. Unten stand der Maler und hielt sich den Bauch vor Lachen. „Du hast die Leiter geschoben. Wart', ich tränk es Dir ein“, drohte ihm der wütende Putzer. Das arme Mädchen ging ihm nicht aus dem Kopfe. Das süße Ding, wie hatte es sich erschreckt! Da half nichts, er mußte sich entschuldigen. Er wußte, was sich schickte. Unangenehme Sache zwar, aber es mußte sein. So zog er am Nachmittag seinen besten Anzug an und begab sich, vor Sauberkeit strahlend, zu Blechs, entschuldigte sich, indem er eine nicht ganz wahre Darstellung des „unglücklichen Zufalls“ gab, blickte Hede, die er noch schöner als am Morgen fand, mit verliebten Augen an und sagte ihr allerhand angenehme Dinge. Und sie — sie war keine Holzpuppe, nein. „Wissen Sie, wenn Sie so, wie Sie jetzt sind, heruntergekommen wären, dann wäre ich gewiß nicht so erschrocken“, tröstete sie ihn schließlich mit verführerisch-lockendem Lächeln. Da faßte er Mut und lud sie — zur Sühne! — zu einem „kleinen Ausgang“ nach dem Abendbrot ein. Ein feiner Mensch sei er, wirklich, schwärmte Hede am nächsten Tage der Tante vor. War es da verwunderlich, daß Putzer zur silbernen Hochzeit eingeladen wurde und daß am Abend des Festtages seine Verlobung mit Fräulein Hede bekannt gegeben ward? — „Ich bin wirklich nicht schuld daran, beteuerte Maler Strich, als er Putzer beglückwünschte. Aber der glaubte ihm nicht, sondern drückte ihm als den Begründer seines Glückes dankbar die Hand.

Die kulturellen Belange des Deutschtums werden vom Kolonialen Frauenbund aufs beste vertreten. Die Stellungsuchenden werden auf Eignung geprüft, beraten und, falls sie kolonialtüchtig befunden sind. auch geldlich fördernd unterstützt. Da gibt es Reisebeihilfen und andere Erleichterungen. Auch ist der Wert zuverlässiger Auskunft für die stellungsuchende Farmgehilfin nicht zu verkennen, denn die Verhältnisse sind von uns aus gemeinhin unübersehbar.

An und für sich spielt die Geldfrage eine große Rolle, denn die Unkosten der Reise belaufen sich sehr hoch und das Verdienst steht in keinem rechten Verhältnis dazu, denn unsere deutschen Farmer müssen wiederum von vorn anfangen, entweder durch Rückkauf ihrer früheren Farm oder Neulandkauf, das ihre finanziellen Kräfte gleicherweise belastet und sie zwingt, jede Ausgabe möglichst zu beschneiden.

Meist werden langfristige Kontrakte gemacht, wobei nach einer gewissen Jahreszahl ein Anteil der Rückreise garantiert oder ganz zugesichert wird. Ein Versuch als solcher lohnt unter keinen Umständen, weil das finanzielle Risiko zu groß ist. Darum überlege und prüfe jeder, inwieweit das Erwartete seinen Ansprüchen entspricht und ob die berechtigte Hoffnung dauernder befriedigender Arbeit für ihn gegeben ist.

Nicht Abenteuerlust und die Romantik unbekannter Ferne darf ausschlaggebend sein. Die Romantik verblaßt bald im rauhen Alltag, der unerbittlich seine Anforderungen stellt, ohne für die Arbeit jene uns selbstverständlichen Erleichterungen zu kennen, ohne die wir nicht glauben leben zu können.

Und doch liegt gerade in der Primitivität der Zauber eines gewaltigen Ansporns, die Möglichkeit Urland zu gewinnen, in zivilisatorischer und kultureller Hinsicht. Dazu soll die deutsche Frau, das deutsche Mädchen in Uebersee helfen, zu Ehren des deutschen Frauennamens.

Revolution der Linie

Von Sitte-Hutter.

Die Mode hat es faustdick hinter den Ohren. Das hat sich jetzt herausgestellt. Da heißt es: Linie und Silhouette der Frau ändern sich kaum wesentlich. Aber gerade die sogenannten „unwesentlichen“ Veränderungen wachsen sich dann zu ganz großen Ueberraschungen aus. So auch diesmal. Nichtsahnend rechnete man mit dem Weiterbestand der Modelinie unter Beibehaltung der bisherigen Teilungslinie zwischen Rock und Bluse, die ungefähr an der Hüfte lag.

Die „Taille“. — es ist ja eigentlich ein kühnes Wort dafür gewesen —, war meist markiert, schlängelte sich um die Hüfte und war immerhin 10 bis 15 Zentimeter von der anatomischen Mitte entfernt. Wohl verlautete, daß die Modegewaltigen den waghalsigen Versuch unternehmen wollen, die Taille etwas höher zu rücken. Aber, man lächelte ungläubig, nachsichtig, so etwa, wie wenn man das Märchen vom Storch der die Kinderchen bringt, vorgesetzt bekommt.

Rückkehr zur natürlichen Mitte . . . ausgeschlossen! Das hieße Revolution! Und noch dazu ohne jeden Uebergang. Bis dato ging man immer peu a peu vor. Ein Zentimeter höher und wieder mal einer tiefer. Aber so ein Sprung ins . . . Ungewisse?

Die großen Schneider haben ihn gewagt und wir werden in den kommenden Wochen sehen, ob sie sich das Genick dabei brechen oder ob die Frauen, welche die Unterbrechung der Figur in der Taille als unmöglich ansehen, dieser ganz neuen Linie Geschmack abgewinnen können. Denn die Menge der Für und Wider, die dem entgegenstehen, ist nicht gering. Am besten kommen wieder die ganz Schlanken davon. Die Unbetontheit ihrer „Linie“ kann es nicht stören, ob die Mitte da oder dort markiert wird. Sie werden also diejenigen sein, welche am ehesten beigeben, welche die Mode vielleicht lanzieren werden. Jene Frauen, welche aber trotz aller Moderegeln (vielleicht auch weil sie bisher machtlos waren) Brust und Hüften haben, werden schon ein bedenklicheres Gesicht machen; werden beim Spiegel stehen und gouftieren. Denn sie werden wirklich verändert sein. Wenn man sich daran gewöhnt haben wird, kann man sogar sagen: auch im guten Sinne. Durch die richtig zu nehmende Taillenmarkierung, die sich also in der anatomischen Mitte plazieren soll, wird wohl der Oberkörper etwas stärker erscheinen. Als Ausgleich erscheint aber da die Rocklänge, welche ja jenen Teil gewinnt, dessen die Bluse verlustig gegangen ist. Und dieser längere Rock streckt wieder die Figur. Es ändert sich also de facto nur die „Einteilung der Frau“, aber nicht die wirkliche Kleidlänge, resp. Kleidkürze.

Der Gürtel! Man gürtet den Jumper, das Nachmittagskleid, das Abendkleid — bald Leder, bald Charmeuse, bald Perlen und Steine. Bei einem ganz kühnen Modell schob sich sogar der Gürtel von der anatomischen Mitte aufwärts, in eine Spitze verlaufend und erreichte damit die Linie des Boleroröckchens. Wer weiß, vielleicht gehen wir im Herbst a la Greque. Aber auch dem würde die Mode abhelfen. Man denke nur an die Stilkleider, die in der ersten Reihe der Gesellschafts- und duftigen Sommerkleider stehen, trotzdem sie oft bis zum Fußknöchel reichen.

Aber nun genug von den Phantasien über die mögliche Mode von morgen.

Gerade bei einer so heiklen Angelegenheit jedoch, wie es die Taille ist, sei erwogen, wie weit man der Mode „mit dem ersten Anhieb“ folgen darf. Vielleicht verträgt die Linie mancher Frau nicht bedingungslos die Verschiebung bis zur Mitte. Ein bißchen zuwarten kann daher nicht schaden.

Sprich in deiner Küche deutsch

Es gibt sehr viele Hausfrauen, welche der Ansicht sind, daß es besser klingt, wenn sie sich in der Küche möglichst viel fremdländisch ausdrücken und das Gericht, welches sie gerade zubereiten, mit einem Fremdenausdruck bezeichnen. Ja, leider haben sich in unsrer deutschen Sprache so unendlich viele Fremdwörter eingebürgert; sie wieder zu entwurzeln, hält schwer. Meistens werden die Fremdausdrücke gar noch falsch ausgesprochen oder auch falsch angewendet, was dann noch ganz besonders lächerlich klingt und die Hausfrau nicht selten in Verlegenheit bringt. Zu einem deutschen Gericht gehört auch unbedingt ein deutsches Wort!

Wieviele Kochbücher gibt es in unserm Vaterlande, die von Fremdausdrücken wimmeln. Betrachten wir einmal ein sogenanntes „Menu“, das man zu einem „Diner“ aufstellt. Wenn man sich nun gut deutsch ausdrückt, so meint man damit nur die Speisenfolge bei einem Mittagsmahl. Als erstes Gericht ist vielleicht „Bouillon“ verzeichnet. Klingt denn aber das feiner, als unsre Bezeichnung Fleischbrühe? Klingt „Hors d'oeuvre“ denn besser als Nebengericht? Dann wird als Vorspeise (Entree) ein „Ragout fin en coquilles“ aufgetragen und wenn wir dieses dann verzehren, so ist es nichts andres als ein Würzfleisch in Muschelschalen. Diesem Gericht folgt dann oft ein Lendenbraten (Filet), eine gedämpfte Kalbskeule (Frikandeau) oder statt dessen ein am Rost gebratenes Fleischstück (Grillade), sowie auch oft eine gefüllte Kalbsbrust (farciert). Hierzu hat die deutsche Köchin die schmackhaften Tunken (Soßen), die man „Mayonnaise“ anstatt Eieröltunke, oder „Remouladensoße“ anstatt würzige Eiertunke nennt. Beschämenderweise bezeichnet man ebenso gut mit Rahmzwiebeltunke. Als Nachtisch (Dessert) werden noch verschiedene Leckerbissen (diverse Delikatessen) aufgetischt. Stets willkommen ist der Kaffee mit Schlagsahne (Café melange).

Wenn man in einem Gasthaus (Restaurant) einkehrt, um dort zu speisen (dinieren), so ist es stets sehr angenehm, wenn man seinem eignen Geschmack gerecht werden kann und sich nach der Speisekarte (à la Carte) einen Teil (Portion) einer Speise auftragen lassen kann. Leider treten einem auch hier wieder die entsetzlichen „Verlegenheitswörter“ in den Weg. Wie gerne möchte mancher wohl Rinderschmorbraten essen, wenn er nur wüßte, daß „Boef à la Mode“ dasselbe ist. Aber auch noch andere wohlschmeckende (delikate) Speisen hat die Speisekarte aufzuweisen, als zum Beispiel rohes Rindfleisch (Beefsteak à la Tatare), am Spieße gebratenes Fleisch (brochiert). Rindslende (Chateaubriand) Fleischspeisen in Gallerte (Chaudfroid), gebackene Kartoffelspeisen (Croquettes), Pfeffergurken (Cornichons), Fleischklöße (Frikandellen), Wildbraten, bei der feine Wildgeschmack (Hautpout) die Hauptsache ist. Ferner Perlbohnen (Harricots), Hackfleischbrei (Hachee), Suppen mit Kräutereinlagen (Jardiniére), Königinsuppe (à la reine), Ochsenschwanzsuppe (Oxtail-Suppe), Kartoffelbrei (Puree), Gerichte vom Kalbskopf (Mockturtle Ragout), gebratene Rinderscheiben (Rumsteaks), Rostbraten (Roastbeef), Rindfleischrollen (Rouladen), Auflauf (Soufles), Fleisch in Blätterteighülle (Vol au vent) und die würzig schmeckenden (pikanten) gemischten (Essiggemüse (Mixed - Pickles), Fische in verschiedenen Würzlaken (Marinade), Fleischsülze (Aspik) nicht zu vergessen. Wie viele mehr deutsche Gerichte werden außer den genannten noch mit fremden Ausdrücken bezeichnet. An den genannten sieht man, daß wir uns unsrer Muttersprache nicht zu schämen brauchen, denn sie hat für jeden Fremdausdruck selbst eine treffende Bezeichnung aufzuweisen. Also darum auch kein Fremdwort mehr für das, was in der Kochkunst mit deutschen Worten gut ausgedrückt werden kann!

Marga Hinzpeter.

Wie lange muß man Schriftstücke aufbewahren?

In jedem Hause, in jeder Familie, sammeln sich im Laufe der Jahre mehr oder weniger Schriftstücke an, Belege aller Art Dokumente und ähnliche Papiere, die zum Teil ungemein wichtig, ja unersetzlich sein können, zum anderen aber auch zu einer bestimmten Zeit wertlos werden.

Sofern es sich um wirkliche Dokumente, um amtliche Bescheinigungen, also etwa um Trauscheine, Geburtsurkunden, Taufscheine etc. etc handelt, müssen solche unbedingt einen besonders gesicherten Platz erhalten, der es unmöglich macht, daß sie in unberufene, oder doch nur unverständige Hände gelangen können. Welchen Verlust es bedeutet, wenn eines solcher Schriftstücke verloren oder vernichtet wurde, das hat vielleicht mancher schon erfahren. Langwierige Schreibereien oder Laufereien, Unannehmlichkeiten aller Art in punkto Wiederanschaffung resp. Ersatz derselben sind die unausbleibliche Folge jener Bedachtlosigkeiten. Die Zeit des Aufbewahrens solcher Schriftstücke ist dementsprechend auch unbegrenzt. Man hat kein Recht, irgend eines dieser Dinge zu vernichten, selbst, wenn man seinen Daseinszweck als erfüllt betrachtet; man soll wenigstens von Generation zu Generation diese Dokumente weiter verwahren, das ist das mindeste, in unzähligen Fällen wird aber auch diese Frist durch besondere Umstände erweitert werden müssen. Eher sollte man zu große Vorsicht in diesem Punkt üben, als durch vorschnelles Handeln, durch frühzeitiges Vernichten sich unabsehbaren Ungelegenheiten auszusetzen.

Anders ist es mit Rechnungen z. B. Hier ist die Aufbewahrungsfrist eine wesentlich kürzere. Sie ist sogar nicht einmal einer eigentlichen gesetzlichen Grenze unterworfen. Das gestattet aber dennoch keineswegs, daß man Rechnungen gleich nach der Begleichung forttun darf. Man muß natürlich unterscheiden zwischen kleinen, d. h. solchen Rechnungen, die beispielsweise eine einmalige Anschaffung betreffen und zwischen regelmäßigen, etwa Gas-, Krankenkassen-, Miets- und ähnlichen Rechnungen. Hier ist ein sofortiges Vernichten unter allen Umständen gewagt. Es kann hierbei nur zu leicht der Fall eintreten, wo durch irgendein Versehen des andern ein Irrtum in der Rechnung entstanden ist, der sich — durch den Beleg der aufbewahrten Quittung sofort widerlegen, oder sagen wir besser aufklären ließe. Ist diese quittierte Rechnung indessen nicht mehr als Beweis des bereits gezahlten Betrages anzuführen, so ist zum mindesten ein Hin und Her von beiden Seiten, ja oft eine nochmalige Einforderung des betreffenden Betrages die Folge, und bisweilen kommt solch ein Streit erst vor dem Gericht zum Austrag. Selbst also in diesem Falle ist, ohne jede Schuld eigentlich, nur durch allzufrühes Handeln, Aerger, wenn nicht materieller Schaden dasjenige, was sich hierdurch einstellt.

Selbstverständlich ist bei solchen Papieren eine jahrelange Aufbewahrung durchaus nicht Vorschrift, man müßte sonst auch notwendigerweise einen Extraschrank sich allmählich anschaffen, der all diese Hunderte und Tausende von Blättern in sich aufnimmt. Ein Jahr aber ist im allgemeinen das Mindeste, was man sich zum Prinzip machen sollte.

Wieder anders ist es mit Zeugnissen. Man sollte auch die ersten Schulzeugnisse seiner Kinder unter allen Umständen aufbewahren, anstatt sie nach der Absolvierung der Schule großzügig dem Papierkorb oder dem Kamin zu vermachen. Daß man Examenszeugnisse entsprechend aufhebt, d. h. solange, als der Betreffende, um den es sich handelt, irgendwie in die Lage kommen könnte, sich um eine Stellung zu bewerben, ist selbstverständlich. Darüber hinaus ist eine Verpflichtung im eigenen sich um persönliche Rücksichten handeln, die ein längeres Aufbewahren — etwa für Kinder und Kindeskinder, vielleicht bei Diplomen — wünschenswert erscheinen läßt.

Ganz dem eigenen Ermessen bleibt es überlassen, wie lange man etwa Briefe zu erhalten gedenkt. Das wird von der Einstellung jedes Einzelnen abhängen.

Was sind Kalorien?

Das Wort Kalorie ist gewissermaßen zum Schlagwort in unseren Tagen geworden. Man spricht beinahe täglich von Kalorien, man lebt nach Kalorien, man ißt nach Kalorien, und — am Ende weiß man nicht einmal, was denn eigentlich eine Kalorie ist. Unter Kalorie versteht man (fachmännisch ausgedrückt) diejenige Wärmemenge, die notwendig ist, um die Temperatur von 1 Liter Wasser um 1 Grad Celsius zu erhöhen. In die Praxis umgesetzt bedeutet das etwa folgendes: Bei der Verbrennung der Nahrung in unserem Körper wird die Wärme, die hierbei entsteht, gewissermaßen durch die in den Nährstoffen enthaltene Kalorienmenge hervorgerufen. Diese Kalorien sind also notwendig, sie sind aber. will man gesund bleiben, in ihrer Menge beschränkt.

Eine Frau soll im Durchschnitt bei mäßiger Arbeitsleistung (also nicht Schwerarbeit) nach wissenschaftlicher Feststellung täglich etwa 2000 Kalorien ihrem Körper zuführen dürfen, ohne im Gewicht zuzunehmen. Ein Mehr ist durchaus nicht bekömmlich beschwert im Gegensatz nur den Organismus. Zudem setzt sich das Zuviel, das dem Körper zugeführt wurde, als Fett an, und die Leistungsfähigkeit wird herabgemindert.

Natürlich ist beim Manne oder bei einer Frau, die schwere körperliche Arbeit zu leisten hat (etwa auf dem Lande) eine entsprechend höhere Zahl von Kalorien notwendig. Ebenso ist eine Beschränkung derselben gestattet, wenn man eine Entfettung anstrebt. Je weniger forciert diese Maßnahme betrieben wird um so harmloser und dem Körper bekömmlicher dürfte sie sein. Täglich 200 bis 500 Kalorien zu streichen, ist absolut unschädlich, bei Herzleidenden natürlich ist größere Vorsicht geboten.