

**Jetzt scheint es gross
Und jetzt — wieder klein:**

Die \$5.00 oder \$10.00, die erst so gross aussehen, weil sie eine Ersparnis beim Einkauf eines Rahmen-Separators bedeuteten, verschwinden vor dem Blick, wenn man die billige Maschine und ihre Resultate vergleicht mit dem

De Laval Separator

Hält ein Leben lang aus. Lange nachdem der Preis vergessen ist, tut der Separator noch allerbeste Arbeit.

The De Laval Separator Co.

Montreal.

Winnipeg.

Vancouver.



Farm und Haus.

Zufriedenheit.

Welt, ein törichtes Gut ist der Friede des Herzens, und doch bei wenigen Menschenfindet er vorhanden. Zufriedenheit ist Glück, aber die meisten Menschen können den richtigen Weg nicht finden, der zum Glück führt. Sie müssen und müssen sich vom lichten Morgen bis zum letzten Abend um's tägliche Brod, ohne Seest und Körper Ruhe zu getragen und sind, wenn sie ihr Tagewerk vollbracht, müde und unbefriedigt Einschlafen Teil tragen Reid und Müll, um's Schuld daran. Der Gedanke immer und immer sich zu quälen, ratlos, nur um überhaupt leben zu können, während ihre vom Schafschaf begünstigten Mitmenschen frohlos das Tag verbringen, ohne auch nur einen Augenblick zu ruhen — dieser Gedanke ist wohl mit die Hauptursache aller Unglücksfälle. Aber der Schein traut nur zu oft. Wer bringt denn für die Gemüthe, daß die besten gefüllten Perlonen glücklich sind als ihre ärmeren Schwester und Brüder? Wie unendlich viel Weh und Dergleid liegt oft unter glänzenden Aufsenfeier verborgen, die sorgfältig in den Deckmantel der Verbindigkeit. Gibt es eine Statistik der Thränen, so würde ich bald herausstellen, daß die größte Träne diejenigen einfiekt, die des Brots in der Stille den Augen entflöhen, geweint von Menschen, die während des Tages mit heiteren Blicke überher und lachen, um der Welt ein Glück vorzuspielen, das lediglich auf Lüftung beruht. Das wahre Glück entsteht aus innerer Harmonie und bedingt vor allem ein großes Herz zur Gründlage, ein Herz, das zu kämpfen hat und — zu öffnen versteht. Jede Menschenbrust bringt im tiefsten Sinn die heile Schnauze nach Glück. Wenn jedoch das Gefühl mit der Erfüllung dieser Herzensmilde zaudert oder für ganz verlägt, dann wird die Zufriedenheit zur Staub, die nur durch Demut und Liebe erklängt werden kann.

Bon Essen.

Unter 20 Menschen essen vielleicht 9 zu viel. Es ist allgemein bekannt, aber leider wenig beachtet, daß in vielen Fällen die Gesundheit von der Quantität des Genusses abhängt. Die Folgen vom übermäßigen Essen sind vorüber und geistige Tragheit während mehrerer Stunden des Tages, in welcher die Verdauung vor sich geht. Unter übermäßigem Essen verlieren wir mehr essen als absolut zum Stillen des Hungers nötig ist. Der Rat, nur zu essen, wenn man hungrig, und mit Essen aufzuhören, wenn es am besten schmeckt, ist wichtiger als man glaubt und würde, wenn er Berücksichtigung fände, für viele Menschen eine Quelle von Lebenskraft werden, die bei der gewöhnlichen Art zu essen verfehlt, selbst wenn es zu merklichem Übergeblinden nicht kommen sollte. Ist man zu viel im schlaffen Sinne des Wortes, so wird die Verdauung geschwächt, und in Folge davon treten mehr oder minder lästige Zufälle und Krankheiten ein, die den ganzen Organismus oft zerstören können. Auch ist es durchaus nicht gleichzeitig, ob die dem Körper nötige Nahrung auf mehr oder weniger Mahlzeiten des Tages verteilt wird. Die jüngsten Körper vertragen am schnellsten und werden durch viel Speise auf einmal am meisten beeinträchtigt. Säuglinge bedürfen die Brust alle zwei Stunden des Tages, etwas seltener zur Nachzeit. Kinder und alle Personen, deren Körperfutter noch nicht vollendet ist, werden fünf oder vier Mal des Tages zu essen genötigt sein. Auch die meisten Frauen können nicht ohne vier Mahlzeiten bestehen, da es ihnen schlecht aufgeht, viel auf einmal zu bekommen. Unter Mahlzeiten verstehen wir vier jeden Sonntag zur Sättigung, also auch nahezu Beträume, wie Milch, Chocolade u. s. w. Erwachsene Männer bedürfen auf keine Weise mehr als drei Mahlzeiten, oft sind selbst zwei ausreichend. Dagegen ist es in den meisten Fällen nachteilig, die tägliche Nahrung in einer Mahlzeit zu genießen.

Auch die Tageszeiten verdienen beim Essen Berücksichtigung. Es ist naturgemäß, die Hauptmahlzeit mehr in die Mitte des Tages zu legen, und die nahrbestehenden Speisen weder früh noch zu spät zu sich zu nehmen. Es ist Erfahrungssache, daß man leichter eine Speise als mehrere verdauet, besonders wenn die Speisen sich nicht vertragen, wie etwa Milchspeisen mit gewürzten Gemüsen, Salaten oder Obst.

Kinder als Helden.

Es ist nicht ganz selten in der Geschichte vorgekommen, daß kleine Kinder durch ihre Heilsgewogenheit und ihren naiven Bagatell großes Unglück verhinderten. Einige solche Fälle, sämtlich aus den beiden letzten Jahrzehnten, seien hier angeführt.

Der westfälische Zuderländerkant Joseph Martin bewohnte eine Villa in Kingston auf Jamaika. Dieser fütterte eines Nachts ein berüchtigtes Einbrecher namens Boney Croh einen Bruder ab. Schon hatte er dem Bruder ausgeräumt und war mit seinem Gang recht zufrieden, als sich auf einmal leise die Tür zu einem anstossenden Zimmer aufstaut und ein häßliches Rädchen auf den Schwelle erschien. Es hatte mutter in seinem Bettchen gelegen und den Mondchein auf einem Bild gerade ihm eine Wohlbeteiligung, da es seinen Schred auf, viel auf einmal zu bekommen. Unter Mahlzeiten verstehen wir vier jeden Sonntag zur Sättigung, also auch nahezu Beträume, wie Milch, Chocolade u. s. w. Erwachsene Männer bedürfen auf keine Weise mehr als drei Mahlzeiten, oft sind selbst zwei ausreichend. Dagegen ist es in den meisten Fällen nachteilig, die tägliche Nahrung in einer Mahlzeit zu genießen.

Auch die Tageszeiten verdienen beim Essen Berücksichtigung. Es ist naturgemäß, die Hauptmahlzeit mehr in die Mitte des Tages zu legen, und die nahrbestehenden Speisen weder früh noch zu spät zu sich zu nehmen. Es ist Erfahrungssache, daß man leichter eine Speise als mehrere verdauet, besonders wenn die Speisen sich nicht vertragen, wie etwa Milchspeisen mit gewürzten Gemüsen, Salaten oder Obst.

The
**Regina Lumber &
Supply Co.**
Ltd.

Altestes Holzgeschäft im Distrikt.

Etabliert 1882 von Chas. Willoughby später wurde W. H. Duncan Teilhaber der Firma Willoughby & Duncan, aus welcher schließlich die jetzige Gesellschaft hervorging.

Die Offices sind vor kurzem von der Spruce Street nach den Yards der Domhoden Str., gerade östlich der Kraft Station, verlegt worden. Hier wird das Geschäft nach den alten Grundsätzen weitergeführt. Dies sind:

Vollkommen gerechte Behandlung aller, Niemandem bevorzugte Vergünstigungen.

Wir führen alle Arten von Holz, Laten, Schindeln, Fenster, Sturmhinter, Türen, Beschlag, Leisten, Kali, Bleigittern, Schalen und allgemeinem Baumaterial.

Office-Telephone 12.
Warehaus-Telephone 50.
C. Willoughby, W. H. Duncan,
Präsident.
T. B. Patton,
Vize-Präsident.
Sekretär-Schaffmeister.

Golden West Viehzüchterei.

Edenwald, via Balgonie.

Wir haben erstklassige Vollblut Clydesdale Hengste und Stuten in allen Altersklassen zu verkaufen. Ebenso allerbestes Vollblut Shorthorn Vieh, Bullen sowohl als weibliche Tiere. Unsere Züchterei sind auf allen beschickten Ausstellungen mit den höchsten Preisen ausgezeichnet worden.

Ebenso haben wir eine große Auswahl von besten schweren Arbeitspferden.

Als besonders günstig offerieren wir einen 4½-jährigen Vollblut Clydesdale Hengst zu nur \$600.

Preise und Zahlungsbedingungen zeitgemäß.

Anfragen zu richten an

P. M. Bredt & Sohn,

Box 452, Regina.

F. G. SIMPSON, A. T. HEPWORTH.
Gefreideübersendungen

Farmer!
Es zahlt sich stets, Ihr Getreide zu versenden.

Markieren Sie den Verladeschein und benachrichtigen Sie **Simpson - Hepworth Co., Ltd.**

520 Ashdown Block, Winnipeg.

Und bitte vergessen Sie nicht:

Liberale Vorschüsse.

Höchste Preise.

Regierungs-Saathäser zum Verkauf.

Nachdem ich alle Aufträge für Regierungsäser erfüllt habe, verbleibt mir ein Rest, den ich zu 85 Cents per Bushel auf den Markt bringe. Käufer von Winnipeg müssen sich am Anchor Elevator einfinden.

Dieser Saathäser ist frisch importiert, teils von Prince Edward Island, teils von Großbritannien. Der britische Häser schlägt ein: Abundance, Banner und Waverley und wiegt 41 bis 45 Pfund per Bushel. Der Prince Edward Island Häser ist eine besonders gute Mühlensorte und wiegt 39 bis 40 Pfund per Bushel. Alle Sorten sind vorzüglich und bei ihrer Ankunft hier sorgfältig gereinigt worden. Aufträge werden entgegennommen so lange der Vorrat reicht; es ist aber ratsam, Wünsche in Bezug der einen oder andern Sorte dem Unterzeichneten baldigst zuzusenden. Aufträge müssen in Bar bezahlt werden.

C. C. Castle,
Handelsagent,
Box 1327, Winnipeg, Manitoba.

Binder-Zwirn zu Eaton's Preisen.

Wir machen hiermit bekannt, daß wir auch dieses Jahr wieder im Binderzwirn-Geschäft sind. Wir verkaufen eine ebenso gute oder noch bessere Qualität wie letztes Jahr zu bedeutend billigeren Preisen. Wir geben auch eine weitgehende Garantie.

Wenn der Zwirn aus irgend einem Grunde nicht befriedigt, über wenn Ihre Größe vernichtet wird durch Frost, Hagel oder übermäßig Regen, so können Sie den Zwirn auf unsere Kosten an uns zurücksenden und wir werden nicht nur den Kaufpreis, sondern auch alle Kosten zurücksetzen.

Wir verkaufen diese Saison zwei Sorten Zwirn: Diamond Bond den Manila, 550 Fuß bei Pfund und Gold Standard, 500 Fuß bei Pfund. Unser Preis für die erste Sorte ist 103 und für die letzte 9 Cents per Pfund in Winnipeg, oder 11-12 und 94 respective in Regina. Wenn Sie aber, indem Sie sich mit Ihren Nachbarn zusammen, oder wenn Sie als eine Vereinigung laufen und eine Garantie bekommen können, so können wir Ihnen einen Spezialpreis quotieren.

Man schreibe wegen Einzelheiten.

Wir wollen jedes so schnell als möglich haben, so daß, wenn Sie keine ganze Gar bestellen, wie vielleicht eine Garabung zu Ihrer nächsten Station gehören können. Sollten wir dazu im Stande sein, so sparen wir an der Fracht und wir möchten Ihnen diese Ersparnis informieren lassen.

Wenn man Zwirn bestellt braucht man das Geld nicht gleich mitzubringen. Sie können bezahlen, wenn Sie den Zwirn bekommen, entweder auf der Station oder durch Ihre Bank.

The T. Eaton Co., Ltd. Winnipeg, Canada.

Obstbäume und Sträucher

sowie **Nußbäume:**

Russische Pappel	Apfelbäume
Carolina Pappel	Plaumenbäume
Cottonwood	Himbeeren
Ahorn	Erdbeeren
Esche	Johannisbeeren
Blühende Sträucher	Stachelbeeren

Alle abgekärtet in unserem westlichen Klima, keine östlichen Bäume und Pflanzen, werben verlust von der

Baumschule in Moose Jaw.

Deutsche Agenten: **P. M. Bredt & Sons.** Regina. Schreiben Sie wegen Katalog.

Weizen. Hafer. Gerste.
Wir sind die einzige Kommissionssitz in Regina. Wir zahlen die höchsten Preise.

Kohlen und Holz zum Verkauf.
A. D. Miller & Co., Ltd. Box 1340, Phone 79, Regina.

An die Farmer! Farmen zum Verkauf in Saskatchewan.

Jeder, der registrierte Clydesdale-Hengste, Vollblut-Schweine, registrierte Dorfbüffre oder Berghäuser oder Lambswohr-Eber oder Sauen, oder Sauen, die bis zum Frühjahr herkömmen, werden möglichst schreibe an den Unterzeichneten.

Saattortofeln zum Verkauf. Extra gute Qualität. \$3.00 per Bushel. Sonnenfeuer geliefert, wenn gewünscht.

J. A. Killough Venise.

Nimm Botte, tauche sie in heißes Wasser und lege sie dann auf die Bunde. Der Erfolg ist überraschend, selbst bei Verlegungen der Pulskadern.

Das Botte auflegen oder Botte in kaltes Wasser getaucht, soll nicht diese überzählig Wirkung haben. Als Blutstillungsmittel kann auch Arnika-tinktur, stark mit Wasser verdünnt (10 Troyen auf ½ Glas Wasser) verföhrt werden. Starke Blutungen, wenn sie nicht aus Adern, müssen durch Ärzte behandelt werden. Als innerlich kührende Mittel sind Himbeer-Joghurt und andere Fruchtmüller zu empfehlen.

Imperial Bank of Canada.

Autorisierte Kapital..... \$10,000,000
Gingezahltes Kapital..... \$4,925,000
Rest..... \$4,025,000

Zweigbanken in Saskatchewan.

Balgone, Broadview, Northam, Prince Albert. Desgleichen in allen Hauptorten Canadas.

Sparbank-Abteilung.

Zinsen bezahlt auf Depositen vom Tage der Eintragung an und vierteljährlich zum Kapital zugerechnet.

J. A. Wetmore, Mgr.,
Regina Zweig.

Darlehen.

Wir vermitteln Darlehen gegen jede Art von Sicherheit.

Nay & James,
The Standard Trusts Comp.,
Ed Portage Ave. und Fort St.,
Regina. Hamilton-Str. Sask.
Winnipeg.