Für unsere Hausfrau

Am Abend

Von Wolf Dietmar.

Wünsche sind Wellen,
Auf wogendem Meer,
Wallen und schwellen,
Wer weiß woher?
Wünsche sind Säume
Am Wolkenkleid,
Schleppen durch Räume
Der Einsamkeit.
Wünsche sind Rahen
Auf nächtlichem Teich.
Gleiten aus Waben
In Traumes Reich.
Wünsche sind Sterne
Mit rastlosem Schein,
Wandeln in ferne
Welten hinein.

Das Geheimnis der Lebenskraft

Professor Martin-Mendelsohn, welcher seit 28 Jahren an der Berliner Universität den Lehrstuhl für Herzkrankheiten inne hat, stellte kürzlich in einem Artikel, den er in der neuen ärztlichen Fachzeitschrift „Die medizinische Zeit" erscheinen ließ, die hochinteressante neue Theorie auf, daß das Leben nicht mit der Einstellung des Blutkreislaufs aufhört und der Blutkreislauf durch das Herz nicht als die treibende Lebenskraft anzusprechen ist, sondern daß diese treibende Kraft von den Flüssigkeit absondernden Zellen des Körpers geliefert wird. Nicht das Herz bedeute Leben, weil es das Blut durch die Gefäße des Körpers treibe, sondern die Zellen seien es, welche Lebenssäfte durch das Herz und die Gefäße hindurchzutreiben hatten.

Professor Dr. Mendelsohn stützt seine Theorie auf die Tatsache, daß viele Leute, deren Herzschlag so matt ist, daß ihr Herz unmöglich das Blut durch ihre Schlagadern und Venen hindurchtreiben könnte, darum doch nicht aufhören weiterzuleben. Wenn der Herzschlag ganz aufhöre, bedeute das noch nicht zweifellos, daß der Tod eingetreten sei. So käme es, daß Scheintote häufig lebendig begraben worden seien, weil man den Tod durch Aufhören des Herzschlags für erwiesen hielt und von anderen Erprobungen und Feststellungen Abstand genommen habe.

„Als treibende Kraft des Körpers," sagt Professor Mendelsohn in der medizinischen Fachzeitschrift, „ist die Zellentätigkeit der Drüsen und der Haut anzusprechen. Sie nimmt die Flüssigkeiten auf und sondert sie ab, welche das nötige Heizmaterial für den Motor des menschlichen Körpers liefern. Das Herz und der Blutkreislauf dagegen haben nur die ständige Aufgabe, die Verteilung des Heizmaterials und der bei seinem Verbrauch sich ergebenden Abfälle durch Hin- und Herschwemmen nach und von den verschiedenen Motoren zu bewerkstelligen, die überall im Körper vorhanden sind, nämlich in den Eingeweide-, Drüsen- und Hornhautzellen."

Ruhepause im rechten Augenblick

Die Kunst, sich die Arbeit leichter zu machen, wird immer noch wenig verstanden. Es ist im großen und ganzen auf den meisten Arbeitsgebieten recht wenig geschehen, um die Müdigkeit oder Ueberanstrengung hintanzuhalten, die so beschwerlich und kostspielig zu heilen ist. Schon die Schulen legen den Grund zu dieser Arbeitsermüdung, die dann das ganze Leben hindurch ein großes Hindernis für wirklichen Erfolg bildet. Amerika ist auf diesem Gebiet mit einer genauen Untersuchung der Verhältnisse vorangegangen. Die Amerikaner arbeiten in der Regel unter Hochdruck und Spannung und entwickeln eine anderwo nicht immer geübte Geschwindigkeit. Das Ergebnis der Untersuchung scheint die Auffassung zu bekräftigen, daß es ebenso unklug, wie ungesund ist, die Arbeit noch länger fortzusetzen, wenn einmal das Müdigkeitsgefühl aufgetreten ist. Eine kleine Erholungsreise erspart eine spätere langdauernde gründliche Ruhezeit. Eine Ruhepause im rechten Augenblick erspart viele solche in der Zukunft. Für alle, die sich ihre Arbeit selbst einrichten können, und für die, welche die Arbeit von Untergebenen einzurichten haben, ist es gut, im Gedächtnis zu behalten, daß jeder Arbeit einige Minuten Vorbereitung vorausgehen müssen, während deren man sich die schnellste und geeignetste Ausführung überlegt. Dann macht man sich ruhig an die Arbeit, erst langsam, allmählich und unmerklich schneller. Dann hat man auch acht zu geben, in welcher Tageszeit die Arbeit am leichtesten und schnellsten von der Hand geht. Es kann das von Tag zu Tag etwas wechseln, aber man merkt bald, wie lange es immer währt, bis man mit einer Arbeit in Gang kommt. Es kann bis zehn Minuten dauern, es kann eine Viertelstunde, eine halbe Stunde werden. Dann hat man auch zu beobachten, wie lange die Arbeit rasch und leicht geht, und wann das Ergebnis sowohl an Güte wie an Menge schlechter zu werden beginnt. Wenn man merkt, daß die Kurve abwärts geht, hat man so schnell wie möglich Schluß zu machen. Erst nach einer kleinen Weile darf man wieder anfangen. Arbeitet ein Mensch nach solchen vernünftig angewendeten Grundsätzen, dann leistet er das Bestmöglichste, auf welchem Gebiete es auch immer sein mag. Langandauernde Arbeit ohne genügende Unterbrechung ist der sichere Weg zum Ruin des Arbeitsvermögens.

Was bleibt der Frau noch zu erobern?

Der Mann!

Mlle Cecile Sorel, das berühmte Mitglied der „Comedie Francaise" hielt vor einiger Zeit in Paris einen mit großem Beifall aufgenommenen Vortrag über die moderne Frau. Die Frau, sagte sie, ist freiwillig in den Rhythmus des modernen Lebens eingetreten. Sie kann bei allen Tätigkeiten, bei allen Kulturfortschritten mitarbeiten. Sie kann fast alle Grade erreichen, sie kann nach allen Aemtern streben und sich bewähren. Was bleibt der Frau nun noch zu erobern übrig? — „Der Mann". So paradox das auch scheint, ist es doch wahr. Der Lebensgefährte, den das junge Mädchen erhofft, muß sein Ideal modifizieren. Er findet in dieser Generation keine Sklavin, kein Opfer mehr, das in Unwissenheit und Schwäche unterliegt. Die Braut kennt ebenso wie er ihre Rechte und Pflichten. Sie kann ihr Auto wie ihr Vermögen selbst regieren und ist imstande, die Erziehung ihrer Söhne selbst zu leiten. Was sie von der Ehe erwartet, ist die Harmonie gegenseitigen Verständnisses. — In ihrem Gatten will sie einen Freund finden, einen Geliebten, einen Gefährten im höchsten Sinne des Wortes. — Wenn er in der Gefühlssphäre ihr Meister bleibt, so wird sie ihn darüber auf intellektuellem und praktischem Gebiet anregen. Sie will mehr als seine „Flamme", sie will seine Leuchte sein. Aber er hüte sich, sie wird schwieriger zu befriedigen sein, als ihre Vorfahrinnen, die ein schön gezogener Scheitel, eine wohlgeknüpfte Krawatte entzückten. Sie wird schwieriger zufriedengestellt sein, da sie, besser unterrichtet, menschlicher sein wird. Es wird keine weinerlichen Frauen mehr geben, die nichts besseres zu tun wissen, als über Untreue, Tränen zu vergießen, sondern sie werden feine, scharfsinnige Kameraden sein, die der Untreue zu begegnen und und sie durch Duldsamkeit zu heilen wissen. Auf solcher neuen Basis läßt sich das Glück erhoffen.

Die Mädchenerziehung bei den Mexikanern im Altertum.

Die Töchter des alten mexikanischen Volkes erhielten ihre Erziehung ausschließlich in der Familie. Die Töchter des Adels wurden von den Priesterinnen, die (unverheiratet) in der Nähe der Tempel lebten, erzogen und lernten dort Uebung der weiblichen Tugenden, besonders der Keuschheit. Ehrerbietung gegen Aeltere und Geschicklichkeit in den besonderen weiblichen Handwerken und Kunstgewerben. Vom 13. Jahre an mußten die Mädchen mahlen, kochen, weben. Wenn diese Erziehung beendet war, so verheirateten sie sich oder wurden Priesterinnen. Die Zucht war streng. In Gegenwart Aelterer wagten die Kinder selbst zu sprechen.

Der Schlaf der Schulkinder.

In Schweden hat man eine Untersuchung angestellt über den Schlaf der Schulkinder und ist zum Resultat gekommen, daß für Schulkinder ein langer Schlaf durchaus notwendig ist und daß diejenigen Kinder, die zu wenig schlafen, um 25 Prozent kränker sind als andere Kinder. Nach Ansicht der mit der Untersuchung betrauten Aerzte müssen Kinder von 4 Jahren durchschnittlich 12 Stunden schlafen, Kinder von 7 Jahren 11 Stunden. Kinder im Alter von 9 Jahren haben 10 Stunden Schlaf notwendig. Kinder von 12 bis 14 Jahren 9—10 Stunden und im Alter von 14—21 Jahren bedarf der Körper 8—9 Stunden Schlaf. Blutleere und Blutarmut sowie Bleichsucht sind oftmals auf zu wenig Schlaf zurückzuführen.

Schmerzen im ganzen Körper

Zwei weitere Fälle von Frauenkrankheiten gelindert durch Lydia E. Pinkhams Vegetable Compound

Barrington, N.S. — „Ich hatte fürchterliche Gefühle, Kopfschmerzen, Seiten- und Rückenschmerzen, sowie Schmerzen über meinen ganzen Körper. Ich mußte mich einmal des Monats ins Bett legen und nichts schien mir zu helfen. Mein Mann und mein Vater verrichteten meine Arbeiten, denn ich habe zwei Kinder und einen sehr großen Haushalt. In einer Zeitung las ich etwas über Lydia E. Pinkhams Vegetable Compound und erhielt auch einmal ein Büchlein darüber per Post und dann schickte mein Mann nach der Stadt und bestellte eine Flasche. Nachher bestellten wir noch mehr. Ich fühle mich jetzt sehr wohl und verrichte alle meine Hausarbeiten und kann gut durchkommen. Meinen Freundinnen sage ich: Lydia E. Pinkham's Vegetable Compound hat mich gesund gemacht." Frau Victor Richardson, Barrington, Nova Scotia.

Stiller Schmerz im Rücken

St. Thomas, Ont. — „Ich nahm vier Flaschen Lydia E. Pinkham's Vegetable Compound und fand große Linderung von den stillen, schweren Schmerzen im Rücken und der Schwäche die ich empfunden habe seit der Geburt meines Sohnes. Nach dem ich fünf Flaschen Lydia E. Pinkham's Vegetable Compound verbraucht habe und auch den Sanative Wash, fühle ich mich besser als in den letzten sieben Jahren und rate auch allen meinen Freundinnen, dasselbe zu tun." Mrs. F. Johnson, 49 Moore Str., St Thomas, Ont.

Alberta

(Fortsetzung von Seite 3)

Abendmahls. — 7.30 abends: Schluß- und Bethewerstunde. Predigt von Rev. E. P. Wahl und Rev. A. Krajath.

N.B. — Die Gemeinde Germantown bei Hilda Alta. ladet alle ihre Mitverbundenen sowie alle deutschen Freunde in der Umgegend von Hilda freundlichst und herzlichst zu all den Versammlungen dieser Zusammenkunft ein. Jedermann ist herzlich willkommen. Die Mittag- u. Abendmahlzeiten werden bei Bezahlung von nur 25 Cents per Mahlzeit in der Kirche serviert und verabreicht. Freies Quartier und freundliche Aufnahme in den Heimen der Gemeindemitglieder ist zugesichert. Für gute Musik und Gesang gesorgt. Kommt und bringt eure Freunde auch mit! Denn es ist hie kein Unterschied; sie sind allzumal Sünder und werden ohne Verdienst gerecht aus seiner Gnade durch die Erlösung, so durch Christum Jesum geschehen ist. Röm. 3, 23—24.

British Columbia

Russischer Auftrag für canadische Pferde noch nicht zurückgezogen.

Victoria, 9. Juni. — Nach einer Mitteilung des canadischen Landwirtschafts-Ministeriums in Ottawa ist der russische Auftrag für die Lieferung von 1000 canadischen Pferden bis jetzt noch nicht zurückgezogen worden. Von den 1000 Pferden würden etwa 1500 aus Britisch Columbien bezogen werden.

Manitoba

Für landwirtschaftliche Entwicklung.

Winnipeg, 8. Juni. — Die Kommission, die zu dem Zwecke eingesetzt war, einen Ueberblick über die unbesiedelten Ländereien von Manitoba vorzunehmen, schlug die Einsetzung einer Behörde für landwirtschaftliche Entwicklung vor, um auf diese Weise die Kolonisation zu fördern und die Auswahl der Ansiedler zu überwachen.

Ontario

Vom Scherz in den Tod.

Peterboro, 9. Juni. — Jack Elliot, der als Knecht bei Merton Seenen angestellt war, wollte in einem Schlafzimmer seine Kleider wechseln, wobei der 7jährige Jack Seenen in seiner Nähe spielte. Elliot, der den Sohn seines Arbeitgebers sehr gern hatte, ergriff ein Gewehr und sagte im Scherz: „Gehe hinaus oder ich erschieße dich." Das Gewehr ging los und der Schuß traf den Jungen in die eine Seite seines Kopfes. Er war sofort tot. Die Jury betrachtete den Fall als ein Unglück.

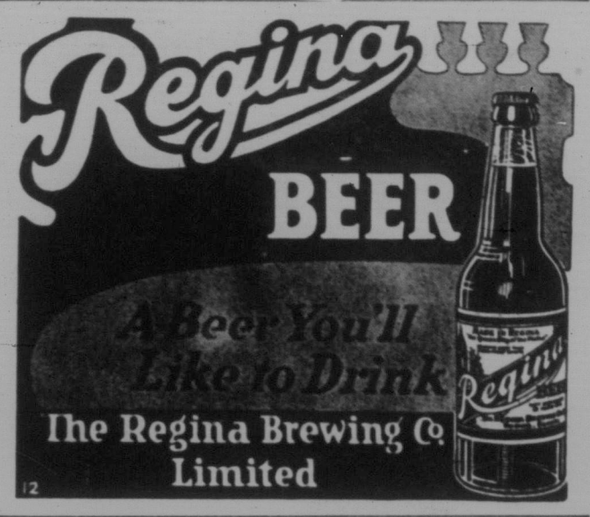
Quebec

Zigarettenschmuggel nach Canada.

Montreal, 6. Juni. — Zwischen 600 und 1000 Millionen Zigaretten werden jährlich von den Ver. Staaten nach Canada eingeschmuggelt, wie H. F. Burke, der Verkaufsleiter der „Imperial Tobacco Company", heute hier der königlichen Zollkommission erklärte. Er schätzt, daß sich der Verlust an Zoll für die Dominion auf $7,800,000 bis $10,000,000 im Jahre beläuft.

Der Oberkommissär fragte, wie das Schmuggeln verhindert werden könne, worauf Burke erwiderte, durch die Erniedrigung der Steuern auf canadische Zigaretten, da die Steuern höher seien, als ein Paket Zigaretten in den Ver. Staaten koste.

Erhalten Deine Kinder deutschen Unterricht, oder läßt Du sie Deinem Deutschtum verloren gehen?



Darlehen

Große und kleine, auf städtische Häuser.

Fragen Sie nach unserem monatlichen Rückzahlungsplan. Sie können das ganze Kapital, das noch aussteht, jederzeit nach drei Jahren ohne Ankündigung oder Bonus bezahlen.

Clifton C. Cross & Co.
2130 11th Ave., Regina, Sask.
Phone 4849.

Schiffskarten von und nach Europa und Rußland

Geldüberweisungen nach allen Teilen der Welt in Dollars und in der Landeswährung durch Kabel, Check und Money Order. Rechtsgültige Dokumente, Einwanderungspapiere nach den Staaten, Pässe, Bürgerpapiere sind meine Spezialität.

Versicherungen aller Art in nur erstklassigen Gesellschaften.
Ich verwalte Nachlässe, kollektiere Gelder und besorge Anleihen.
Verkauf und Tausch von Farmland und Stadteigentum.
Vertreter der ältesten und bekanntesten Schiffsgesellschaften:
White Star Dominion Line — Red Star Line — American Line — Cunard Line— Anchor-Donaldson Line — Scandinavian American Line — United American Lines und Hamburg-Amerika Linie.
Vertreter der Bank of United States und der American Express Co.
Mein Name bürgt für ehrliche und zuverlässige Bedienung.

H. SCHUMACHER
Schiffskartenagentur, Oeffentlicher Notar, Eideskommissar u. Auktionator.
Office Phone 5790 — Haus Phone 6068.
1607—11th Ave. Regina, Sask.

Erzbischof Mathieu

bietet

einen Film für die ganze Menschheit.

Der offizielle Kino-Film des

Eucharistischen Kongresses

in Chicago.

Die größte Pilgerfahrt der Welt wird Ihnen gezeigt in einem großen

Schauspiel auf der Leinwand

Ausgeführt von Fox Film Corporation,
William Fox, Präsident.

Regina-Theater. 20., 21., 22. Juni.

Verlangt diese **Freie Probe** gegen **Gallstein**

Leber- und Magenbeschwerden.
Niemand an Gallenstein, Leberkolik, brennenden Schmerzen in den rechtsseitigen Rippen, Schüttelfrost, Fieber u. Magenbeschwerden leiden, wenn Ihr mit Dr. Hildebrands Gallenstein- u. Leberkapseln gerettet werden könnt? Schreibt heute noch um die **Freie Probe** und seid erlöst. Ihr könnt eine Operation verhindern — Euer Leben retten. Schickt kein Geld; nur Namen und Adresse — keine Verpflichtung — an: Dr. Hildebrand's Laboratorn, 156 N. Union Ave., Chicago, Ill., Dept. 485, U.S.A.

Haben Sie Freunde in der alten Heimat?

Billette von und nach allen Teilen der Welt

denen Sie behilflich sein möchten bei der Einwanderung in dieses Land, dann kommen Sie zu uns. Wir besorgen alles, was notwendig ist.

CITY TICKET OFFICE
1874 Scarth Street (Telephon 3857)
Agenten für alle Dampfschiffslinien
oder schreibt an irgendeinen Agenten der

CANADIAN NATIONAL

Achtung Farmer!

Wenn Sie für dieses Frühjahr Farmarbeiter gebrauchen, wenden Sie sich vertrauensvoll an mich. Ich werde Ihnen dieselben kostenlos besorgen. Teilen Sie mir sofort mit, wieviel Leute Sie gebrauchen und wann Sie dieselben haben wollen und ich werde dafür sorgen, daß Ihre Arbeiter zur rechten Zeit an Ort und Stelle sind. Schreiben oder telephonieren Sie sofort an

H. SCHUMACHER
Schiffskartenagentur und öffentlicher Notar.
1607—11te Ave. Regina, Sask.
Telephon 5790, Haus 6068.

Die
Union Mutual Hail Insurance Company

bietet ihre Hagelversicherung wiederum den Farmern von Saskatchewan an durch Vermittlung ihrer hunderten von Agenten, die über die ganze Provinz zerstreut sind.

In diesem Zusammenhang glauben wir, daß Sie als Farmer mit Interesse einige der Vorteile sich überlegen, welche die Union Mutual Ihnen zu bieten hat:

1. **Unsere Durchschnittsraten sind um 80% niedriger als die von Joint Stock Companies berechneten Raten.** Das ist der Tatsache zuzuschreiben, daß wir Teilhaber- und Generalagenten Profite ersparen, daß wir so wirtschaftlich, wie sich das mit einer guten Bedienung vereinbaren läßt, arbeiten, und daß schließlich unsere örtlichen Agenten eine geringere Kommission für den Verkauf dieser Versicherung erhalten, als sie von den meisten anderen Gesellschaften bezahlt wird.
2. **Unser Versicherungsplan ist rein genossenschaftlich.** Das Geld, das ein Farmer an uns für seine Versicherung schickt, fließt in einen „Pool". Nach Deckung aller notwendigen Unkosten wird das gesamte Geld schließlich an die Farmer der Provinz zurückgegeben, entweder als Bezahlung der Verluste, oder in Form von zukünftiger Ratenverminderung. Nichts davon geht an die Geldzentren der Welt in Form von Profit.
3. **Die Union Mutual schaut ihre Verluste durch Abschätzer ab, die von der Gesellschaft angestellt sind und gegenüber den Farmer-Direktoren derselben, die direkte Verantwortung tragen.** Das bedeutet, daß jeder Farmer, der sich über seine Abschätzung beschweren will, sich direkt mit der Hauptgeschäftsstelle der Gesellschaft in Verbindung setzen kann. Wenn seine Beschwerde berechtigt ist, wird er den Schadenersatz erhalten, auf den er Anspruch erheben kann.
4. **Wir nehmen die Noten von selbständigen Farmern anstelle von Barzahlung der Prämien entgegen, ohne daß unsere Agenten die Noten indossieren müssen.** Das ermöglicht es vielen Hunderten von vertrauenswürdigen Farmern, die vorübergehend kurz an Geld sind oder die nicht die nötigen Bankregelungen getroffen haben, ihre Ernte zu einer Zeit zu schützen, da der Schutz notwendig ist.
5. **Der Farmer, der uns seine Note anstelle von Bargeld gegeben hat, wird einen beträchtlichen Diskonto erhalten, wenn die Note früher oder bei Fälligkeit bezahlt wird.**
6. **Wir halten unsere Township Grenzen niedrig, um eine möglichst vollkommene Risikoverteilung zwischen sogenannten gefährlichen und bevorzugten oder sicheren Gebieten der Provinz zu erzielen.**
7. **Während der Hagelsaison steht wenigstens einer von unseren Angestellten stets zur Verfügung, um Applikationen per Telephon oder Telegraph entgegenzunehmen.** In anderen Worten, wir bedienen unsere Leute in 24 Stunden, damit der Farmer möglichst bald nach Unterzeichnung seiner Applikation geschützt wird.
8. Wenn auch die Tätigkeit des Direktoriums der Union Mutual in jeder Beziehung mit dem Versicherungsgesetz von Saskatchewan, das den Schutz und die Unterstützung der Farmerinteressen der Provinz, zum grundlegenden Zwecke hat, übereinstimmen muß, so gehört doch andererseits die **Union Mutual nicht zu einer Hagelvereinigung und ist daher in der Lage, ihre Bestimmungen zu ändern, um allen außergewöhnlichen Umständen Rechnung zu tragen, so lange nur die Abänderungen auf alle Farmermitglieder der Gesellschaft, die davon berührt werden könnten, Anwendung finden.** Als Beispiel dafür, was das in der Praxis bedeutet, sei erwähnt, daß das Direktorium der Gesellschaft im Herbst 1926 zweimal das fällige Datum für alle unbezahlten Prämiennoten in Anbetracht der schlechten Dreschverhältnisse verlegte. Infolge dieses Schrittes konnten hunderte von Farmern ihre Notendiskonte erhalten, was außerdem ohne ihre Schuld ihnen nicht möglich gewesen wäre.

Bevor wir schließen, möchten wir Ihnen zu bedenken geben, daß jeder Direktor der Union Mutual Hail Insurance Company ein Farmer wie Sie ist. Er kennt Ihre Probleme, weil sie zugleich seine Probleme sind. Unsere Direktoren mögen wohl einige Fehler begehen; sie mögen nicht immer zu voller Zufriedenheit wirken; sie sind Menschen und die Werkzeuge mit denen sie arbeiten, sind gleichfalls Menschen. Aber ihr Wollen ist über jeden Tadel erhaben. Ihr einziger Zweck und der von vielen Hunderten von Farmern die während der letzten Jahre zu dieser Organisation gehörten, ist es, eine angemessene Bedienung auf einer gerechten und gleichmäßigen Grundlage zu geben und zu empfangen. Daher laden dieselben Sie ein, Sich mit ihnen in der Union Mutual Hail Insurance Co., während der jetzigen Saison zu vereinigen und zur Schaffung des genossenschaftlichen Erfolges, der ihr Ziel und Zweck ist, mitzuwirken.

Union Mutual Hail Insurance Co.

512 Westman Chambers, Regina, Sask.

Wir werden Ihnen gerne den Namen unseres Vertreters in Ihrem Distrikt mitteilen, wenn Sie ihn noch nicht getroffen haben.