Das haeusliche =: Glueck :=

Courier Beilage fuer unsere Frauen

Hoffnung.

Leise pocht die Hoffnung wieder an,
zartes Leuchten über Winterwäldern,
Ein Erwachen auf vereisten Feldern
erster Lenz, der tiefgeheim begann.

Menschen schau'n solch süßen Traum nicht nach,
nimmer möcht's ihr stumpfer Sinn erfassen —
aber horch, da wird in allen Gassen
erster sel'ger Kinderjubel wach!

Horch, ein Starmatz pfeift geheim die Weise,
lauer West streicht über Ackerbreiten,
trübe Herzen unbewußt sich weiten,
und ein Lächeln träumt ganz leise, leise . . . .

Ferdinand Bruger.

Schön ist die Jugend . . .

Memoirisches von Paul Steegemann.

In den Volksschulen wird in jedem Jahre ein Elternabend getätigt. Da tritt der Lehrkörper zusammen und veranstaltet vor der geladenen Elternschaft eine musische Abrechnung mit seinen Schülern.

Da wird geturnt. Da wird gesungen und deklamiert.

Da wird Kaffee, Bier und Kuchen einvernommen.

Panem et circenses in Röllchen.

Als ich zum zwölften Jahre emporreifte, ruhten einige Augen des Lehrkörpers ziemlich wohlwollend auf meinen künstlerischen Fähigkeiten. Ich wurde zum Deklamator bestellt und trug daraufhin mit moiffiahaftem Einschlag die bekannte „Trompete von Vionville" dem Auditorium vor.

Der Beifall schwoll maßlos, die Tränen standen sich in den Augen der Veteranen und kullerten dann weich auf die Zigarren.

Der Rektor überreichte mir, seelisch verzückt, Schillers sämtliche Werke in einem Bande, zweispaltig und schlecht gedruckt. Bebend preßte ich dies Geschenk, dies teure Stück deutscher Literatur an meinen Gummikragen.

Am andern Tag, bei der Lektüre, keimte eine herbe Enttäuschung. Denn dieser Autor langweilte mich gräßlich. Was war mir, dem Zwölfjährigen, Don Carlos in seiner Pracht? Was gingen mich die „Gedichte an Laura" an? Wieso kam ich dazu, dem Fiesco von Genua auch nur zwo Gramm Sympathie abzuringen?

Da war kein Winneton, Old Shatterhand, Hobble Frank; da beschlich kein Nic Carter, kein Buffalo Bill, kein Texas Jack; da kämpften keine Seeräuber, hungerten keine Goldgräber, verhafteten keine Detektivs. Da hatte ich in meinen Händen, in meinem Hirn nichts als Schillers sämtliche Werke in einem Bande.

Ich malte kurzerhand mit Kreide eine Scheibe auf den Einband und lernte so, unter Hinzuziehung eines wohltemperierten Terzerols, den Umgang mit Schießwaffen.

Später indessen, vielleicht ein halbes Jahr später, stieß ich durch magische Gewalt auf ein Drama, dessen Titel mich arg faszinierte: „Die Räuber", von Fr. v. Schiller. Nun erst gewann ich dem preziösen Geschenk einige lichte Schattenseiten ab.

Wie alles, was ein Junge in die Hände bekommt, sehr real sein muß, so erfüllte dieses Dichtwerk auch erst seinen Zweck, als ich das Räuberlied mit roter Tinte auf Pappdeckel in kleiner Auflage kalligraphiert und das Produkt am anderen Morgen auf dem Schulhof an zehn tapfere Blaßgesichter beschwörend verteilt hatte.

Am Abend trafen wir uns auf einem großen Gelände vor der Stadt, mit Wiesen, Schrebergärten, kleinen Flüssen, mit heißen Sommern, stürmischen Winden, dunklen Nächten.

Dort würde, sozusagen als Synthese aus „Wilhelm Tell" und den „Räubern", ein Lausbubenbund gegründet, der einige Zeit lang die Schule, das Stadtviertel und besonders jeden Erwachsenen mit radikalem Terror befruchtete.

Das fing zunächst ganz bescheiden an.

Einer von uns Laufjungen schritt in den nächstbefindlichen Bäckerladen, grüßte devot und fragte scheinheilig: „Haben Sie alte Brötchen?"

Natürlich hatte der Gute alte Brötchen. Jeder Bäcker hat alte Brötchen. Aber wir wollten ja keine erwerben. Weshalb der Jüngling höhnisch in den Laden schrie: „Dann sehen Sie blos zu, daß Sie sie loswerden, ehe sie verschimmeln."

Dem Schlächter an der Ecke ging es leider nicht besser. Dem empfahlen wir Glühstrümpfe für seine vorrätigen Eisbeine.

Wir brauchten Geld, dringend Geld für tausend nützliche Dinge. Um dies in möglichst großen Mengen zu beschaffen, zogen wir zum Bahnhof machten den Dienstmännern Konkurrenz und schleppten Koffer; wir paßten auf Autos auf, bewachten die herrlichen Mercedes-Wagen, wenn die Chauffeure austraten, und kassierten dafür Trinkgelder; wir stahlen Obst, sammelten Blechbüchsen, Stanniol, Lumpen, alte Flaschen; wir angelten, mit einem Magnet an der Strippe, Geldstücke aus Kellerlöchern; wir vermieteten uns geschlossen dem hannoverschen Hoftheater als Statisten und bubiten mit Caruso um die Gunst des Publikums . . ., er sang, wir mahlten Rhabarber; kurzum, wir waren sehr merkantil . . .

Das große Erlebnis kam immer am Abend. Da legten wir Pakete, mit Dreck gefüllt und ordentlich verschnürt, auf die Straße und erfreuten uns an der späteren Ueberraschung des jeweils ehrlichen Finders.

Oder wir schoben ein großes Portemonnaie in das Licht einer Laterne, am Zwirnfaden verhaftet, so daß es stets sich bückenden Passanten mit leidigem Ruck entzogen werden konnte.

Später am Abend saßen wir dann in unserer Höhle, einem hohlen Baum, schmauchten seltsame Kräuter aus Tonpfeifen, erzählten tolle Geschichten, absurde Begebenheiten, beschworen aufs neue das unheimliche Bündnis, dunkle Sehnsucht in den Augen.

An den hohen Feiertagen unseres Bundes, auch die hatten wir, wurden Feuerwerkskörper hergestellt. Buntfeuer kunstvoll gemischt, Zündschnüre gedreht. Dann böllerte, dann zischte es in die Landschaft, in den gutmütigen Himmel . . .

Schön ist die Jugend, bei rohen Spielen! . . .

Maienluft, Blumenduft über Wald und Feld,
Schnür dein Bündel, junger Mann, ziehe in die Welt.
Und der reiche, alte Mann zählt zu Haus sein Geld.

Familiensinn.

Das Zusammengehörigkeitsgefühl mit den Blutsverwandten, das im vergangenen Jahrhundert viel stärker entwickelt war, scheint mit der um sich greifenden Zivilisation zu verschwinden, weil es die moderne Lebensführung nicht mehr erfordert, daß sich eine Familie, eine Sippe, aus Gründen der persönlichen Sicherheit und aus wirtschaftlichen Motiven zusammenschließt. Die von außen drohende körperliche Gefahr stärkte den Familiensinn. Für den modernen Menschen beruht er auf ethischen Momenten; der Zusammenhang der Familie bedeutet eine Rückendeckung gegen seelische Gefährdungen.

Es soll ja die Regel sein, daß sich Menschen gleichen Blutes und gleicher Herkunft am besten verstehen, daß sie die treuesten Kameraden sind, daß Familienbande etwas Hohes, Heiliges in unserem Leben bedeuten.

Leider beobachten wir aber, daß gerade die Gleichartigkeit von Menschen zu einer Trennung führt, daß sich Eltern und Geschwister untereinander sehr wenig verstehen, ja oft geradezu fremd sind. Es mag diese Erscheinung schon immer gegeben haben, aber nur in Ausnahmefällen.

Der Neuzeit blieb es vorbehalten, sie als Regel anzuerkennen, sie auf den Schild zu heben, um mit ihr „Sport" zu treiben. Der Erwachsene, der mit kindlicher Dankbarkeit in und mit seiner Familie lebt, wird oft von seinen „modernen" Kameraden gehäufelt. Es gehört gewissermaßen zum guten Ton, in einem gewissen Alter selbständig, ohne den Rat der Eltern, zu handeln, seinen Vergnügungen auf eigene Faust nachzugehen und in seinem eigenen Bekanntenkreis zu leben.

„Volksbildung" a la Sowjet.

Ein Moskauer Telegramm berichtet über einen Brand eines Kinotheaters in einem Provinzdorf mit dem Namen Vladimir. Ueber 120 Zuschauer kamen bei dem Brande ums Leben, als der betrunkene Kino-Operateur durch eine weggeworfene Zigarette das Feuer verursachte. Die Vorführungen fanden in einem Fabriksraum statt und der Fabriksleiter wollte die Räumlichkeiten wgeen der Feuergefährlichkeit nicht zur Verfügung stellen. Da es sich aber um die in Sowjet-Rußland gebräuchlichen Propaganda-Filme handelte — die anläßlich des Abdankungsdatums des Zaren zur Erbauung dringend notwendig waren — wurde der Fabriksleiter unter Androhung von Gefängnisstrafe gezwungen, den Raum beizustellen. Zu Ehren des großen Tages waren aber die meisten Teilnehmer dre Veranstaltung total betrunken und der größere Teil des zu „Bildungszwecken" erschienenen Publikums war fest eingeschlafen, als das Feuer plötzlich ausbrach. Nur wenige konnten sich retten. Die Angehörigen d reVerbrannten waren aber so erbost, daß sie den unschuldigen Fabriksleiter erst besinnungslos prügelten und ihn dann ins Feuer warfen. Womit also der Gerechtigkeit Genüge geschehen war. Der „Bildungs"-Film war leider auch mitverbrannt, so daß die politische Erbauungsstunde den bildungsbedürftigen Dorfbewohnern nicht mehr zuteil werden konnte.

Ohnmachtsanfall einer schönen Diebin wegen Tanzverbots.

Ellie Bryant aus London liebt den Tanz und den Putz. Sie ließ sich vor einem Richter durch Zeugen bestätigen, daß sie unzurechnungsfähig werde in der Aussicht auf Tanz oder schöne Unter- und Oberkleidung. Auch ihr Vater half ihr mit der Behauptung, daß sie schon immer sehr schlechte Nerven gehabt habe und offensichtlich an Tanzverrücktheit leide. Solche Bekundungen waren nötig, um Schön-Ellie vor einem zu harten Zugriff der Gesetzesmaschine zu bewahren, weil sie ihrem Arbeitgeber, einem Geistlichen, der sie als Stenotypistin beschäftigte, 40 Mark entwendet hatte, die sie für einen Ball dringend benötigte. Vater, Freundinnen und der Geschädigte selbst waren einig in dem Bemühen, den Richter zur Milde zu bewegen, gleichzeitig aber doch auch der Ellie einen Denkzettel zu geben. Der Richter sprach der schönen Sünderin tatsächlich einen Strafaufschub zu, legte ihr aber auf, zwei Jahre alle Tanzstätten zu meiden. Das war zuviel für Ellie. Nach diesem richterlichen Spruch sank sie auf der Anklagebank in Ohnmacht und erwachte auch nicht, als man sie in der üblichen Weise mit Wasser und Riechsalzen bearbeitete. Erst als jemand ihr ins Ohr flüsterte, daß ihr das Tanzen bei Familienfestlichkeiten und in geschlossenen Gesellschaften ja nicht verboten worden sei, schlug sie die Augen wieder auf.

Haben Sie ein Hautübel?

Uebersehet nicht die frühen Anzeichen einer Hautkrankheit. Bestreiche die Stellen mit Zam-Buk, beim ersten Zeichen von üblen Schuppen, Reizung oder Ausschlag. Es lindert den Schmerz und verhindert die Krankheit.

Zam Buk ist das einzige Heilmittel, das bis auf die Wurzel der Krankheit dringt, wenn die Haut schon entzündet ist mit Eczema oder wenn schon Giftwunden oder Geschwüre eingetreten sind. Zam Buk vertreibt die Krankheit und ersetzt gesunde, reine Haut.

Zam-Buk hat durch seine immerwährende und außergewöhnliche Heilkraft, Beschwichtigung und Keimtötung einen permanenten Platz gefunden in über einer Million Heimen.

Holt euch noch heute eine Schachtel dieser berühmten Kräutersalbe und haltet es immer an Hand.

Frau W. Campbell, von Bonny River Station, N. B., sagt: „Wässeriger Ausschlag im Gesichte und auf den Armen meiner Tochter, verwandelte sich in offene Wunden. Wir hatten schon alles mögliche probiert ehe wir Zam Buk entdeckten. Diese Salbe heilte und reinigte die Haut des Mädchens in kürzester Zeit."

Holt noch heute eine Schachtel des Zam Buk vom Händler. Nur eine Größe. Preis 50 Cents, 3 für $1.25.

Zam Buk Medizinseife, 25c das Stück.

Zam-Buk

Wie man Butter im Haushalt durch Fett ersetzen kann.

Eine sparsame Hausfrau wird natürlich darauf bedacht sein, nicht nur schmackhaft, sondern auch sparsam zu kochen. Sie kann deshalb Butter durch andere Fette ersetzen, ohne dadurch dem Wohlgeschmack mancher Speisen zu schaden. Oelsen- oder Nierenfett, Schweine-, Puter-, Enten-, Gänsefett, auch Oel, Schinken- und Hammelfett lassen sich in der Küche zu manchen Speisen vorzüglich verwenden.

Vor allem gehört eine wohlausgescheuerte Pfanne dazu, um gebratene Speisen schmackhaft zu machen. Man lasse die Fette nicht tagelang auf derselben Pfanne, da es weder sauber noch appetitlich ist.

Hier sind einige Winke für die praktische Hausfrau, wie sie am besten Fette im Haushalt verwenden kann:

Für Roastbeef ist frisches, in Würfel geschnittenes Nierenfett der Butter vorzuziehen, indem das Fleisch darin viel saftiger und milder wird, und die überflüssige Sauce als Extrakt zu Kraftsuppen benutzt werden kann. Zugleich wird das Fett dadurch so sehr verbessert, daß man es als Butter für verschiedene Gemüse anwenden kann. Da dasselbe bei mäßigem Feuer nicht verbrät, so ist es zweckmäßig zu einem Braten von etwa 6 bis 8 Pfund 1 Pfund Nierenfett zu nehmen, welches dadurch sehr an Geschmack gewinnt, daß man es einen Tag und eine Nacht in Wasser legt.

Kalbsbraten erhält zwar in reichlich guter Butter den feinsten Geschmack, doch kann man zur Ersparnis rein schmeckenden Speck, in Scheiben geschnitten, unten und auf den Braten legen, auch Schweinefett und Butter nehmen; man rühre dann eben vor dem Anrichten ein Stück kalte Butter in die Sauce.

Zum Wildbraten kann man halb Butter, halb in Würfel geschnittenen Speck nehmen. Zum Hasenbraten nehme man Butter und lege einige Speckscheiben auf den Braten.

Zu Hammelbraten läßt sich die Butter recht gut durch Speck oder Nierenfett ersetzen.

Zum Puter (Turkey) und Kapaun tut man wohl, einige dünne Speckscheiben darunter zu legen, auch über die Brust zu binden; im übrigen ist die Butter nicht zu entbehren.

Zu Küken, Tauben und Enten: Speckscheiben und Butter.

Zum Backen der Fische: Schweineschmalz und Butter; auch gut ausgelöstes Maisöl.

Zu Fricasses ist die Butter nicht zu ersetzen.

Kalbsleber wird gebraten in Speck und Butter, oder Nierenfett.

Sauerbraten: Nierenfett.

Gänse- und Puterfett paßt vorzüglich zu braunem Winterkohl; auch können Kartoffeln damit gebraten werden; auch zu rotem Kohl ist es passend; man rühre dann zuletzt mit dem Essig ein Stück Butter durch.

Fett von Ochsenbraten, Puter Enten, Bratwurst kann zu Möhren, Bohnen, Steckrüben, Weißkraut benutzt werden; man lasse zuletzt ein Stück in Mehl gewickelte Butter durchkochen.

Zum Kochen des Sauerkrautes für eine feinere Küche ist Butter, Schweineschmalz und Nierenfett zu gleichen Teilen vorzüglich. Zu eingemachten Bohnen, eingemachten weißen Rüben paßt Nierenfett.

Schinken- und Rauchfleischfett nebst der Brühe, frisch und nicht zu salzig, kann für einen gewöhnlichen Tisch zu Kartoffel-, Erbsen- und Bohnensuppe, sowie auch zu eingemachten Gemüsen sehr gut verwandt werden.

Unser Hausarzt

Pfarrer Kneipp spricht:

Es gibt Menschen, die mir vorkommen wie Metzger, welche fünfzig bis sechzig Pfund Fleisch beständig mit sich herumtragen müssen, ohne es verkaufen zu können, und sich deshalb so recht mühsam dahinschleppen. Und doch könnte solchen Leuten ihre Last sehr leicht abgenommen werden.

So kam zu mir ein Herr, der drei Zentner und in die fünfzig Pfund wog und auch gern dieser Last ledig werden wollte. Der gute Herr wurde zuerst durch die allgemeinen Anwendungen (Schenkelguß, Rückenguß, Halbbad, Vollguß) an das Wasser gewöhnt; dann aber kam der Blitzguß. Du willst nun wissen, wie so ein Blitzguß beschaffen ist und was er wirkt.

Wenn der Blitzguß recht gegeben wird, so fängt man unten bei den Füßen an, steigt langsam aufwärts dem Rücken zu, und schließlich wird der ganze Rücken möglichst gleichmäßig begossen. Wie die ganze Rückseite, so wird auch die Vorderseite bearbeitet, u. gewöhnlich bildet sich schon während dieser Arbeit rasch eine zunehmende Wärme. Der Kranke fühlt sich so auffallend erleichtert, daß er sagt: Ich bin wie neugeboren.

Ich war einmal bei einer Feuersbrunst, bei welcher man sich zum Löschen des Brandes einer guten Feuerspritze bediente. Um das Feuer im Innern zu ersticken, suchte man durch die Feuerspritze die Mauer zum Fallen zu bringen, was auch gelang.

So ähnlich wird ein Wasserstrahl wie der Blitz durch ein Rohr auf den Körper gerichtet; unten wird angefangen und auch oben jeder Körperteil abgeblitzt. Dieser Blitzstrom greift fest an und ist keineswegs schmerzhaft; aber jeder merkt, daß er zerstörend auf das, was nicht fest ist in seinem Körper, einwirkt. Es geht ungefähr, wie wenn man mit einem Meerrohr einen Rock ausklopft; der Staub muß weichen, dem Rock geschieht nichts.

Die Entfernung zwischen dem Rohr und dem zu Begießenden kann drei bis fünf Meter betragen, je nachdem der Strahl stark oder schwach ist. Die Anwendung kann drei bis acht Minuten dauern. Zuerst schlägt der scharfe Blitzstrahl kräftig ein; dann wird auch abwechselnd mit dem Finger auf die Oeffnung gedrückt, so daß sich der Strahl zerteilt und ein Blitzregen auf die Haut niederfällt, wie wenn der Regen bei einem Gewitter ans Fenster schlägt. Die Oeffnung des Rohres darf höchstens so groß sein, daß ein dünner Bleistift in dasselbe gesteckt werden könnte. Der Strahl soll auch nicht zu stark sein; die Natur soll nämlich so schonend als möglich behandelt werden.

Die Wirkungen des Blitzgusses sind folgende: Der Kranke bekommt viel mehr Naturwärme; sein Aussehen bessert sich sehr rasch, und der Atem wird leichter. Auch nimmt der Appetit mehr zu. Die Ausscheidungen sind gewöhnlich Schleimauswurf; auffallend ist ein ganz ungewöhnlicher Abgang von Urin, oft mit solch starkem Satz, daß die Leute erschrecken und fragen, ob es denn nicht gefährlich sei, wenn so viel Unrat durch den Urin abgehe. Wenn unsere Augen so scharf wären wie ein Vergrößerungsglas, so könnten wir sehen, wie nach einem Blitzgusse das Ausgeschiedene herauskommt aus dem Körper. Es geht gerade, wie wenn man ein Kleid hat, in dem Staub ist. Warum nimmt man da eine Bürste, einen Stock? Das Klopfen, wirkt auf die Poren; jetzt gerade das tut auch der Blitzguß, er klopft aus! Man kann unten anfangen und klopft nacheinander herauf an allen Teilen des Körpers. Man kann recht gut die Beobachtung machen, daß das Blut ganz prächtig in den Lauf kommt. Dann läuft das Blut noch rascher; wenn man weiter herauf kommt, strömt er nach den Armen zu, und es tritt so eine schöne Harmonie in der Zirkulation ein.

Die Allopathie hat das Massieren eingeführt. Ich bin grundsätzlich dagegen, weil so viele zu mir gekommen sind, die nicht bloß von den Schmerzen erzählten, die sie dabei ausgestanden, sondern auch davon, wie schlecht es ihnen bekommen. Das Drücken, Reiben, Zerquetschen kann sehr leicht Gefäße zum Bersten bringen, das Blut aus den feinen Aederchen austreiben und so leicht große Zerstörungen anrichten. So kam zu mir ein Kranker, der mehr als fünfzig Geschwüre bekommen hatte, weil Säfte und Blut sich durch das Massieren entzündeten und so Geschwüre bildeten, welche unter vielen Schmerzen eiterten. Statt der Massage kann ich mit gutem Gewissen den Blitzguß empfehlen, welcher diese nicht bloß ersetzt, sondern an Wirkung noch bei weitem übertrifft. Der Blitzguß hämmert und klopft am ganzen Körper, und was nicht fest ist, wird aufgelöst und ausgeleitet. Wenn kleine Verhärtungen vorhanden sind, das macht nichts. Ein Arzt sagte mir nach dem Blitzguß: Jetzt glaube ich, daß man die Massage bei der Wasserkur ganz entbehren kann. Der Blitzguß greift überall an in der feinsten und zartesten Weise; das Wasser fällt tropfenweise auf den ganzen Körper.

Daß korpulente Naturen schwammig sind, ist jedem klar und ebenso, daß sich das Schwammige leicht auflöst. Das kalte Wasser zieht alles Aufgelöste zusammen, und dies entweicht entweder durch die Transpiration oder durch den Urin. Gerade diejenigen, welche zur Korpulenz geneigt sind, haben auch nicht die kräftigsten Organe. Es bildet sich zu viel Fett. Einen Beweis hiefür geben sie uns, indem sie gewöhnlich einen schweren Atem oder einen mühsamen Gang haben und schnell müde werden.

(Fortsetzung folgt.)

Krebs

Geschwülste, Lupus behandelt ohne Messer oder Schmerzen. Alle Arbeit garantiert. Kommen oder schreiben Sie um freies Buch.

Dr. Williams Sanatorium, 525 University Ave. S. E. Minneapolis, Minn.

Volksweise . . .

Wenn's Mailüfterl säuselt
und der Schnee schmilzt im Tal,
dann blühen schon wieder
die Blümelein zumal.
Und d' Vöglein, die traurig
den Winter verträumt,
die singen so munter, die singen so munter —
wenn's knospet und keimt.

Der Mai ist gekommen, die Bäume schlagen aus,
Da bleibe, wer Lust hat, mit Sorgen zu Haus.

— Alles neu macht der Mai, macht die Seele frisch und frei.

— Der Mai ist 'ne gefährliche Zeit, denn die Gräser schießen hoch und die Bäume schlagen aus.

— Nur wer nicht vor den Ungerechtigkeiten des Lebens die Augen verschließt, sieht die Wirklichkeit der Dinge.

War erstaunt über den guten Erfolg.

Sagt ein Mann aus Manitoba, nachdem er Dodd's Nierenpillen versucht hatte.

Albert Green litt an Rückenschmerzen und Urinbeschwerden.

Minnedosa, Man., 7. Jan. (Spezial.) „Ich hatte heftige Schmerzen im Rücken und hatte allerlei Urinbeschwerden," schreibt Herr A. Green, ein wohlbekannter Einwohner dieser Stadt. „Es wurde mir gesagt, ich sollte Dodd's Nierenpillen versuchen und nachdem ich die erste Schachtel aufgebraucht hatte, fand ich zu meinem größten Erstaunen, daß Linderung eingetreten war. Von jetzt an werde ich immer Dodd's Nierenpillen an Hand halten."

Daß Herrn Greens Leiden durch kranke Nieren verursacht worden sind, ist damit erklärlich, daß die Nierenpillen Linderung schufen. Es sind einzig und allein nur Nierenpillen. Es gibt viele Männer und Frauen, die zeitweilig Schmerzen im Rücken verspüren und vergrößert sich der Schmerz mit dem Alter. Durch Ruhe kann diesen Schmerzen etwas abgeholfen werden, aber die Nierenpillen vollbringen viel mehr. Sie stärken die Nieren und beseitigen alle Ursache zu weiteren Krankheiten.

Dodd's Nierenpillen haben schon Tausende gesund gemacht. Probieren Sie sie noch heute.

Wenn Sie sich (so) fühlen, dann nehmen Sie Nuga-Tone und fühlen sich (so)

Nuga-Tone baut Gesundheit und Kraft auf — es tut Wunder, manchmal in ein paar Tagen, für schwache, nervöse, kränkliche Leute — für Männer und Frauen, die da leiden an Appetitlosigkeit, Magenbeschwerden, Untergewicht und Ruhelosigkeit in der Nacht — die sich immer müde, elend und herabgekommen fühlen.

Nuga-Tone macht rotes, Gesundheit gebendes Blut. Es stimuliert und stärkt das Nervensystem und die lebenswichtigen Organe, vergrößert die Muskelkraft, Energie und Ausdauer, verbessert den Appetit, hilft der Verdauung, vertreibt Gase und Aufgedunsenheit in Magen und Darm, verhindert Reizung von Nieren und Blase und das Aufstehen während der Nacht. Es belebt eine träge Leber, vergrößert den Gallenfluß, erhöht das Gewicht dünner, herabgekommener Körper, bringt ruhevollen Schlaf und verschafft neue Lebensfreude.

Während der letzten 40 Jahre hat Nuga-Tone Millionen von Männern und Frauen in allen Teilen der Welt Gesundheit, Kraft und Stärke gegeben. Ist von großem Wert sowohl für alte wie für junge Leute, denen es an Kraft und Stärke mangelt.

Verstopfung Nuga-Tone reinigt den Darm von aufgehäuften, Krankheit erregenden Dingen und überkommt Verstopfung, welche die Ursache ist für belegte Zunge, schlechten Atem, Schwindligkeit, Kopfschmerzen, Blutarmut und ähnliche Beschwerden.

Nuga-Tone wird von allen Medizinhändlern verkauft und ein wirklicher Versuch wird seinen großen Wert als Erneuerer und Aufbauer von Gesundheit, Kraft und Energie beweisen.

— Frühstück ist fertig mit —

OGILVIE OATS

Kinder haben es gern — heiß serviert! und die Eltern wissen, daß es für die Kleinen und auch die Erwachsenen gut ist; denn **Ogilvies Hafer** hilft Muskeln und Knochen aufbauen. Tischt es zu jedem Frühstück auf. — Ihr Händler liefert Bestellung mit Freuden.