

— Kremefarbige Kleider und Blusen praktisch zu reinigen. Zwei Teile warmes Wasser werden mit einem Teil gutem, 90prozentigen Spiritus vermischt. Das Kleid wird über ein Plättchen gezogen, mit einer nicht zu scharfen Bürste regelmäßig mit der Lösung gut gebürstet und sofort mit gewöhnlichem Gips bestreut. Der Gips ermöglicht ein schnelles Trocknen und läßt auch keine unsauberen Streifen zurück, kann also reichlich aufgetragen werden. Nachdem nun der Stoff vollständig trocken geworden, wird der Gips abgebürstet. — Auch lassen sich Krems- sowie hellfarbige Stoffe sehr gut mit heißem Kartoffelmehl reinigen, indem man die Kleider und Blusen mittelst eines groben Leinentuches, welches man mit dem heißen Kartoffelmehl bestreut, strichweise abreibt. Um etwaige Flecke zu entfernen, macht man von Benzol und Kartoffelmehl einen Teig, der nicht zu flüssig sein darf, und reibt damit den Fleck tüchtig ein und läßt dies ruhig einen Tag oder wenigstens einige Stunden liegen; alsdann reibt man mit einem Lappen den Teig ab, mit Kartoffelmehl nach, und der Fleck wird verschwunden sein.

— Knopflöcher der Kragen und Vorhemden zu schonen. Es kostet meist viel Mühe und — Fingernägel, Hemden- und Manschettenknöpfe in steife Knopflöcher zu bohren. Dieser Umstand ist schnell beseitigt, wenn man die Knopflöcher auf der Rückseite etwas anfeuchtet. Man hebt mit dem Finger einen Tropfen Wasser aus dem Wasserglas und betupft damit das Knopfloch, läßt das Wasser einziehen, ohne das Aussehen der Vorderseite zu beeinträchtigen. Beim Herausnehmen der Knöpfe hat man es noch bequemer, da man dann nicht so sparsam mit Wasser zu sein braucht. Die Knopflöcher werden durch dieses Verfahren sehr geschont.

— Reinigung matter Lampenglocken. Um gläserne Lampenglocken von den so oft verunzierenden Delflecken usw. zu reinigen und ihnen das schöne, matte Aussehen des polierten Glases wieder zu geben, gießt man zwei Löffel voll einer leicht

erwärmten Auflösung von Pottasche in die Glocke, befeuchtet damit die ganze innere und äußere Fläche und reibt die Flecken mit einem Lappchen, spült mit reinem Wasser nach und trocknet die Glocke gut mit einem weichen Tuche ab.

**Gesundheitspflege.**

Sollen wir unsere Speisen und Getränke heiß oder kalt genießen? Sowohl eiskalte als sehr heiße Nahrung schadet den Zähnen und dem Magen. An kaltes Getränk kann man sich gewöhnen und dadurch den Magen abhärten; an heißes kann man sich niemals gewöhnen, es schadet den Magen immer. Kaltes Getränk entzieht dem Magen und dem Blut Wärme, ruft also zum Ersatz dieses Verlustes regeren Stoffwechsel hervor und ist dadurch ein Förderer der Gesundheit. Heißes Getränk überliefert dem Blut Wärme, heizt gleichsam den Körper, verringert mithin auch den Umsatz der Stoffe und, was gleichbedeutend ist, den Zustand der Kraft oder Gesundheit. Nur in Krankheiten, etwas um Schweiß schnell zu erregen, oder bei älteren Personen, um frühmorgens den lästigen Schleim besser aushusten zu können, darf es gestattet sein, „warmes“ Wasser zu trinken, aber nicht „heißes“. Suppen und warme Getränke darf man niemals heiß zum Munde führen, sondern so, daß die Lippen die Flüssigkeit längere Zeit berühren können, ohne daß man ein Gefühl brennender Hitze wahrnimmt.

Die schmerzhafteste Krankheit, welche man gewöhnlich Magenkrampf nennt, entsteht vorzugsweise durch den Genuß heißer Speisen und Getränke; diese rufen übermäßigen Blutzufluß nach dem Magen und schließlich schmerzhaftes Geschwür in demselben hervor. Ebenso vermeide man eiskaltes Wasser zu trinken, weil dieses den Zähnen nachteilig ist, namentlich wenn es zum warmen Essen getrunken wird, — und den Atmungsorganen schadet es, wenn man durch Laufen, Singen, Tanzen usw. erhitzt ist.



Wollt ihr keine Schmerzen ansiehen, dann trinkt **Welters-Mixtur-Magnesia-Magetrink** gegen Magenschmerzen, Magenkrampf, Stuhlbeschwerden, was Taufende und noch täglich erhaltenen, die 30 Jahre magenleidend waren und nie wieder Hilfe bekommen konnten, hat es geholfen und kann sich jeder selbst für ein paar Pf. zubereiten. Ausfunft, nur 20 Pf. Briefmarken belegen.

Hurra, jetzt habe ich Lust zum Leben, seit ich Magnesia-Magetrink trinke

Durch **H. Welter, Niederbreisig, Rh. Abt. 30.**

**Der sicherste Weg zum Wohlstand!**  
welcher unbedingt Erfolg bringt.  
Verlangen Sie noch heute das Buch:  
„Wohlfahrt“ nur Mk. 1.25 franko.  
**Erich Bräuer, Leipzig - Stö. 67. E.**

Rein Ton. Kein Ton  
Ohne Seifenkarte!  
2 Original Kartons 12 Stück  
**Dr. Bethmanns**  
**Valelin-Toilettenstücke**  
schäumen und duften  
hervorragend für Hautpflege  
Nachn. inst. Verpackung 6...  
Verfandgeschäft **J. Starke,**  
Wiesdorf bei Cöln.

**Für Weingroßhändler!**  
**Boonekamp-Bittern**  
ca. 3000 Liter in Fässern  
hat billigt abzugeben gegen sofortige Kasse.  
**Leo Lambers, Lingen (Ems).**

**Wiederverkäufer gesucht für meine Postkarten**  
Neuheiten für jede Gelegenheit.  
**Soldaten-Serien, patriotische, Gratulations, Dankschaffs-, Blumen-, Kinder-, Liebes-, Frauen-, Pfingst- usw.,** seine vielfarbige Künstlerkarten. **Riesenerdienst.** Probehundert Mk. 2,50, 1000 Mk. 25,— fr. Vereinf. Nachn. 30 Pf. mehr. **Frieda Bizer, Verlag, Pforzheim, Schloßberg 15.**

**Jeder darf Radfahren**  
ohne Erlaubnis mit der besten Gummi-Ersatz-Bereifung, paßt zu jedem Fahrrad, Garantie, nur M. 6,75 das Stück, extra Post 7,75. Beschreibung kostenlos.  
**Willi Kraus, Berlin O. 27 F., Hindenburgstr. 22, 1 Trepp.**

**Vorbereitungsmittel gegen Hautjucken**  
**Kräutergan** (ges. gesch.) Erledigt in 2 Tag. ohne Berufsstör. Herstell. A. Sprodt, Bochum, Kornturmstr. 13. Vors. d. uns. Vere.-Apoth. Personanz. angeh. Warne vor wertlos. Mitteln.  
**C. Mühlmann, Freiburg i. B. 19.**

**Schuhwerk und Strümpfe bis 100 % billiger,**  
da längere Haltbarkeit, durch Gebrauch von „Gu-Kraw“-Schuheinlagen.  
**D. E. P. B.,** verhüten Hühneraugen, Ballen, Plattfuß, Krampfadernbildung, entspr. Prof. med. Zander, heilen resp. lindern alte Fuss- und Beinleiden, schützen gegen Müdigkeit und Kälte.  
**Das Vollkommenste auf diesem Gebiet.**  
Preis für Knaben- und Damen Größe 35-42 1.75 M., Herren-Größe 41-46 2.00 M. das Paar.  
Versand gegen Nachnahme oder Voreinsendung des Betrages.  
**Postscheckkonto Danzig 420.**  
Viele Anerkennungen.  
**Gustav Krause, Einlagenfabrik, Schneidemühl.**  
Bei Bestellung Angabe d. Schuhgrößen-Nummer massgeb. Wiederverkäufer entspr. Rabatt.

**Bouillon-Ersatz-Würfel**  
beste Qual., mit hohem Fettgehalt, liefern preiswert an Behörden und Wiederverkäufer ab Hamb. Lager.  
**John Heintz, Hauschild & Co., Hamburg I.**

**Grasige Wege**  
werden gereinigt durch „Grastod“. Mit doppelt so viel Wasser verdünnt, und der Giesskanne verossen, wird das Gras abgetötet. 100 kg M. 12,— ab Fabrik, Mindestabgabe 50 kg. Gefisse word. voll rückverg. Wiederverk. hoher Rabatt.  
**C. Mühlmann, Freiburg i. B. 19.**

**Auffallend schöne Handschrift**  
erhält selbst der schlechteste Schreiber sofort durch unsern gesetl. gesch. Lehrgang 5 Mk.  
**Gebr. Taube, Lehrer, Halle a. S. 32, L.-Wuchererstrasse.**

**Pröbelschule von Frau Clara Krohmann, Haushaltungs- u. Kochschule, Töchterpension, Berlin, Bülowstr. 82.** Kurse für Haus und Beruf, Stützen, Kinderfräulein I. u. II. Klasse, Jungfern, Stubenmädchen. - Freiprosp. - Eigenes Haus und Garten.

**Angebote von weissen Rüben**  
mit Proben, Preisen und Lieferzeit erbitet  
**Kriegsgesellschaft für Sanerkrant m. d. H.**  
Berlin, Potsdamer Straße 75.

**Handchriftendeutungen**  
sehr wichtig bei Gattenwahl, Ehe- sachen u. i. w. gegen Einblendung von 2 W. Prospekt frei.  
**Petrikaf, Charlottenburg, Replerstr. 45.**

**Photo-Sport!**  
Nach eingesandten Negativen kopiere jedes Quantum Gaslicht-Karten prima Ausführung binnen 24 Stunden. Elektrisch-Schnellbetrieb, daher unverzügliche Lieferung. Preis per 100, auch von verschiedenen Platten M. 7,—, bei 1000 von einer Platte M. 6,— per Hundert. für sämtliche Photobedarf.  
**Tempelhof Photo-Zentrale**  
Berlin-Tempelhof, Berliner Str. 90/91.

Verantwortlich für die Schriftleitung **W. Keil, Stglf.** für den geschäftlichen und Inseratenteil **Max Wandermann, Berlin W. 30,** Druck von **Gebhard Walflein, Schönebeck a. E.**