

# Freiberger Anzeiger und Tageblatt.

Amtsblatt für die königlichen und städtischen Behörden zu Freiberg und Brand.

Verantwortlicher Redakteur: Julius Braun in Freiberg.

N<sup>o</sup> 66.

Erscheint jeden Wochentag Abends 7/8 Uhr für den andern Tag. Preis vierteljährlich 2 Mark 25 Pf., zweimonatlich 1 M. 50 Pf. und einmonatlich 75 Pf.

37. Jahrgang.  
Sonnabend, den 21. März.

Inserate werden bis Vormittag 11 Uhr angenommen und beträgt der Preis für die gespaltene Zeile oder deren Raum 15 Pf.

1885.

## Einladung zum Abonnement.

Indem wir das geehrte Publikum Freibergs sowie der näheren und weiteren Umgebung zum Abonnement auf unser täglich erscheinendes Organ:

## „Freiberger Anzeiger und Tageblatt“

pro zweites Quartal 1885 höflichst einzuladen uns erlauben, bitten wir, besonders die auswärtigen Abonnenten, die Bestellungen auf das Blatt rechtzeitig machen zu wollen, damit eine Unterbrechung resp. verspätete Lieferung vermieden wird. — Nach wie vor werden wir bemüht sein, den Inhalt unserer Zeitung möglichst mannigfaltig, gediegen und interessant zu gestalten. Außer der Besprechung wichtiger Fragen in Zeitartikeln finden die politischen Ereignisse des In- und Auslandes in gedrängter Kürze und Uebersichtlichkeit die ihnen gebührende Erwähnung. Bei wichtigeren Vorkommnissen geben wir sofort Kunde durch telegraphische Depeschen. Bei den Nachrichten aus dem Königreich Sachsen sollen hauptsächlich die Ortsakten des Landgerichts- u. a. amts-hauptmannschaftlichen Bezirks Freiberg, sowie insbesondere die des Erzgebirges Berücksichtigung finden. Regelmäßig erscheinen auch die Schwurgerichts- und sonstigen Verhandlungen beim Landgericht Freiberg, und werden dieselben, je nach ihrem Interesse für die Öffentlichkeit, in größerem oder geringerem Umfange geliefert.

Um auch den unterhaltenden Theil unseres Blattes möglichst interessant und mannigfach zu gestalten, bringt das tägliche Feuilleton nur gediegene Novitäten anerkannt tüchtiger Schriftsteller. Der Sonntagsbeilage wird auch ferner die Obst- und Gartenbauzeitung beigegeben, ebenso werden die Preisräthsel fortgesetzt.

Der vierteljährliche Abonnementspreis beträgt 2 Mark 25 Pf. Inserate, pro gespaltene Zeile 15 Pfennige, finden bei der großen Auflage des Blattes die weiteste und zweckentsprechendste Verbreitung. Bestellungen nehmen sämtliche kaiserliche Postanstalten, sowie die bekannten Ausgabestellen entgegen.

Die Redaktion und Expedition des „Freiberger Anzeiger und Tageblatt“.

## Die Ernährungsfrage.

In Bezug auf die richtige Ernährungsweise bestehen eine Menge von Vorurtheilen und Nachlässigkeiten, welche in allen Gesellschaftsklassen, den begüterten wie den unbegüterten, zumal aber bei Männern, welche angestrengt körperlich oder geistig arbeiten müssen, großen Schaden anrichten. Dieser Schaden äußert sich in sehr verschiedenen Gestaltungen und sind besonders die frühe Sterblichkeit, häufige Erkrankungen, Herabminderung der Körperkräfte, zeitiges Absterben, Gemüthsverstimmung und Gemüthsfrankheiten, selbst Wahnsinn oft nur auf Rechnung einer mangelhaften oder verkehrten Ernährungsweise zu setzen. Sonach kann dieses Kapitel zu den „sozialen Fragen ersten Ranges“ gerechnet werden. Aerzte, Beamte, Chemiker, Physiologen, Lehrer u. s. w. haben durch mühevollen Forschungen bereits Manches auf diesem Gebiete geleistet und fort und fort werden noch Untersuchungen über die dem Menschen mehr oder weniger zuträglichen Nahrungsmittel angestellt. Besonders haben v. Pettenkofer und Voit in sehr verdienstlicher Weise ihre reichen Erfahrungen zum allgemeinen Wohle in Wort und Schrift der Öffentlichkeit übergeben.

Vor Allem ist bei unserer Ernährungsweise die Frage zu beantworten: „Was ist notwendige Lebensnahrung?“ Eine solche hat dem Körper diejenigen Stoffe zuzuführen, aus welchen er seinen Bestand aufbaut. Diese Stoffe müssen aber in einem gewissen Verhältniß eingeführt werden, wenn sie ihren Zweck erfüllen sollen. Es würde also fehlerhaft sein und zu den vorgedachten Krankheitserscheinungen Veranlassung geben, wollten sich einige Menschen nur vom Brot, oder nur von Fleisch, oder nur von Pflanzenkost nähren. Vor Allem muß ausdrücklich vor einem unverhältnißmäßig hohen Verbrauch von Kartoffeln, die einen höchst niedrigen Nährgehalt besitzen, gewarnt werden, wie endlich auch ein übermäßiger Brotnuß nur eine Verschwendung von Nahrungsmitteln genannt werden kann. Beide Speisen, Kartoffeln sowie auch Brot, können nur bei sehr guter und kräftiger Verdauung von den Organen völlig verwertet werden. Es würde demnach von weit größerem Nutzen sein, wenn in den Armenspeisehäusern weniger Brot und Kartoffeln, wohl aber leichte und ebenso billige Mehlspeisen verabreicht würden. Ferner würden Hülsenfrüchte, Milch, Buttermilch, frischer Käse, auch Fische, wenn solche, wie in den Küstentädten, billig zu erlangen, weit besser nähren als fortgesetzte Kartoffelmahlzeiten in ihren verschiedenen Zubereitungen. Auch mit Fett sollte nicht so gefargt werden, denn es ist längst als ein Vorurtheil erkannt, daß dies „nur den Magen beschwere und keine Kraft gebe.“ Es ist damit wie mit allen Dingen, ein Uebermaß schadet, und allzuviel Fett ist ebenso schädlich, wie allzuviel Kartoffeln. Selbstverständlich gelten bei Krankenkost andere Vorschriften. Zu den vorzüglichsten und besten Nahrungsmitteln gehört un- zweifelhaft das Fleisch. Es wäre freilich besser, die Fleischpreise ständen auf einer tieferen Stufe, so daß alle Klassen der Bevölkerung sich den Genuß von Fleischspeisen öfter,

als dies wirklich der Fall ist, verschaffen könnten. In vielen Orten des sächsischen Erzgebirges kommt leider selten ein Stück Fleisch auf den Tisch und sind Tag für Tag Kartoffeln, Brot und Kaffee die Nährprodukte.

Uebrigens herrschen in den verschiedensten Theilen des Deutschen Reiches und des Auslandes sehr verschiedene Ansichten über eine richtige Ernährungsweise. Viele meinen, sie könnten sich vollständig auf ihren Instinkt verlassen, der nie irre gehe, und denken, alles essen zu können, was ihnen schmeckt. Andere haben von Volksstämmen gehört, die nur von Pflanzenkost leben, oder haben gelesen, daß Fleischnahrung eigentlich gar nicht für den Menschen bestimmt sei, und werden darin bestärkt von einer kleinen Genossenschaft, die Vegetarier oder Vegetarianer genannt, welche übrigens ihre Propaganda fast ebenso eifrig betreiben, wie die Sozialisten. Der Arbeiter, welcher seine körperlichen Kräfte täglich in hohem Maße anstrengen muß, möge dieser eigenthümlichen Theorie sein Ohr verschließen. Ein mäßiger Fleischgenuß wird ihm in unierem Klima niemals schädlich, und ein guter Hausvater wird nur der zu nennen sein, der zu Gunsten des Fleischgenusses anderen Genußmitteln, als Kartoffeln, Kaffee, Spirituosen, Bier, Tabak, Zigarren u. s. w., entzagt, wenigstens aber den Bedarf derselben auf ein Minimum herabsetzt. Soll und muß aus pekuniären und ökonomischen Gründen auf Fleischkost Verzicht geleistet werden, so mag wenigstens nach dem Beispiel derjenigen Naturvölker, die auch wenig Fleischkost genießen, durch Herbeinahme von frischem Käse, saurer Milch, Schmalz, Fischen u. s. w. ein nothdürftiger Ersatz geschafft werden.

Dem Körper ist, ebenso wie dem Geiste, ein Zuviel so wenig nützlich, wie ein Zuwenig. Thatsache aber ist, daß ein mäßiger Genuß leichter aufgenommen werden, und daß ein Vollproppen des Magens mit Kartoffeln oder schwerem saueren Brote dem Körper keineswegs zur Wohlfahrt ge- beihen kann. Dasselbe gilt von einem übermäßigen Genuß schwerer Biere, welche dem Körper weit mehr schaden, als angenommen und zugestanden wird. Dagegen empfiehlt sich der mäßige Genuß leichter Biere und möglichste Verminderung des Schnapskonsums, dessen Nachtheile von den Vereinen gegen Trunksucht zwar energisch bekämpft, aber nicht aufgehört werden, so lange der Branntwein nicht durch eine höhere Besteuerung vertheuert und für andere wohlfeile Anregungsmittel Sorge getragen wird. Hierbei kann viel Gutes von Seiten der Arbeitgeber geleistet werden. Wie das geschehen kann, dafür erbringt die neueste „Sozialkorrespondenz“ folgendes nachahmenswerthe Beispiel: „In der etwa 600 männliche und 300 weibliche Arbeiter beschäftigenden Steingutfabrik von Willeroy & Boch in Dresden beabsichtigte die Fabrikdirektion schon seit längerer Zeit, den Schnapskonsum — der sich in diesem Etablissement überhaupt stets in bescheidenen Grenzen hielt — gänzlich zu verbieten. Um den Arbeitern den Uebergang zu erleichtern, ist seit vorigem Herbst eine Kaffeeküche eingerichtet. Von dem 1. März dieses Jahres an ist nun das Schnapsverbot in Kraft getreten und den Arbeitern Ersatz durch Fleischbrühe geschafft worden. Bei Gelegenheit einer Versammlung

der Fabrikkrankenkasse machte der Direktor der Fabrik auf das Verderbliche des Schnapses und die Entbehrlichkeit desselben aufmerksam und wies auf den Dresdner Bezirksverein gegen den Mißbrauch geistiger Getränke hin. Etwa 200 Arbeiter haben sich darauf sofort zur Mitgliedschaft angemeldet. Auch ist unter den Arbeitern die Gründung eines besonderen Vereins zur Förderung der Mäßigkeit geplant, welcher namentlich dazu berufen sein soll, eine individuelle Trinkerpflege unter den Fabrikangehörigen einzurichten. Ueber die Suppenküche sei noch mitgetheilt, daß erst größere bauliche Veränderungen deren Einrichtung möglich gemacht haben. Zu der Fleischbrühe wird nur wirkliches Muskelfleisch — kein Fett und keine Knochen — verwendet. Das Fleisch wird auf wissenschaftliche Weise ausgenutzt. Durch eine Maschine wird dasselbe zu Mus zerleinert und der Mus hierauf einige Stunden mit der Hälfte des zur Suppe benötigten Wassers ausgelangt. Es geschieht dies bei gewöhnlicher Temperatur, damit das den hauptsächlichsten Nährstoff bildende Eiweiß löslich bleibt. Der Fleischrückstand wird dann abgeseigt und ausgepreßt, nachher nochmals mit wenig Wasser ausgekocht. Darauf wird in den Rest des Wassers eine entsprechende Menge von Hülsenfrucht-Mehl (Erbsen, Bohnen oder Linjen) eingerührt, der Fleischsaft zugefügt, auch genügend Kochsalz und Gewürzsalz beigelegt und das Ganze zum Kochen er- hitzt. Auf 1 Liter Wasser kommen 60 Gramm Muskelfleisch, 50 Gramm Mehl und 2 Gramm Gewürzsalz. Diese Suppen, welche sehr schmackhaft sind, vereinigen das An- regende der Fleischbrühe und die Nährkraft der Leguminosen. Für 1/2 Liter dieser Suppe zahlen die Arbeiter 8 Pf.“

Wenn sich alle größeren Arbeitgeber in ihrem eigenen Interesse ihrer Verantwortlichkeit gegen die Arbeiter und ihrer Pflichten, die nicht nur im Lohnzahlen, sondern in der Hebung des ganzen Lebensstandes und der Sittlichkeit und Wirtschaftlichkeit der Arbeiter bestehen, so bewußt wären, wie die Leiter der genannten Fabrik, dann wäre ein großer Theil der sozialen Frage gelöst. Die Aufgaben und Pflichten der Arbeitgeber bilden thatsächlich den Mittelpunkt der ganzen jetzigen sozialen Bewegung. Die den Fabrikbesitzern obliegende Herstellung von Gütern bedarf nicht nur der todtten Naturkräfte, der Stoffe, Maschinen und Kapitalien, sondern vor Allem auch lebendiger Arbeits- gehilfen, deren Wohlfahrt an das Gedeihen der Unter- nehmungen geknüpft ist. Der Arbeitgeber darf nicht nur an sich und seine eigene Familie, sondern muß auch an das Glück seiner Mitarbeiter denken; er soll nicht nur seine Häuser und Maschinen und sein todttes Arbeitsmaterial, sondern auch seine lebendigen Arbeitsgehilfen versichern und ihre Zukunft fest im Auge behalten. Deshalb muß aber auch die Ernährungsweise der arbeitenden Bevölkerung Gegenstand der humanen Fürsorge der Fabrikanten sein und je mehr sich die Letzteren für diese Angelegenheit interessieren, desto leichter wird dieser nicht unwichtige Theil der sozialen Frage seine glückliche Lösung finden. Jedenfalls darf man es nicht außer Acht lassen, daß auch der Arbeiter das ist, was er ist — und trinkt.