

Wird 80 J. Bei 80 J ist die Zahlung leicht, nun aber den über 50 J gebenden Lebensjahre zu verlängern...

125. Hauptversammlung des sächs. Ingenieur- und Architekten-Vereins.

Leipzig, 17. November. Von den vier Mitteilungen, in welche sich die Mitglieder des sächsischen Ingenieur- und Architekten-Vereins gliedern...

Die Besichtigung des Städtischen Hofes hat sich an, doch möchte das Referat darüber bis zur nächsten Feststellung...

Die Besichtigung des Städtischen Hofes hat sich an, doch möchte das Referat darüber bis zur nächsten Feststellung...

Die Besichtigung des Städtischen Hofes hat sich an, doch möchte das Referat darüber bis zur nächsten Feststellung...

Wochenanweis der Bevölkerungs-Vorgänge zu Leipzig.

Table with columns for birth, death, and marriage statistics for Leipzig, including sub-sections for various districts and causes of death.

Literatur.

Deutsche Schäfer und Burgen. Von Schulte von Wechsungen. Leipzig. 1889.

Die Bauwirtschaftliche Unterrichtsreihe. Leipzig. 1889.

Königlich Sächsisches Standesamt Leipzig I.

Heirathen wurden in der Zeit vom 11. bis 16. November 1889 angesetzt.

Verstorbene.

Verstorbene wurden in der Zeit vom 11. bis 16. November 1889 angesetzt.

Königlich Sächsisches Standesamt Leipzig II.

Heirathen wurden in der Zeit vom 11. bis 16. November 1889 angesetzt.

Heirathen wurden in der Zeit vom 10. bis 16. November 1889 angesetzt.

Heirathen wurden in der Zeit vom 10. bis 16. November 1889 angesetzt.

Verstorbene.

Verstorbene wurden in der Zeit vom 10. bis 16. November 1889 angesetzt.

Königlich Sächsisches Standesamt Leipzig I.

Heirathen wurden in der Zeit vom 10. bis 16. November 1889 angesetzt.

Verstorbene.

Verstorbene wurden in der Zeit vom 10. bis 16. November 1889 angesetzt.

Heirathen wurden in der Zeit vom 10. bis 16. November 1889 angesetzt.

Heirathen wurden in der Zeit vom 10. bis 16. November 1889 angesetzt.

Verstorbene.

Verstorbene wurden in der Zeit vom 10. bis 16. November 1889 angesetzt.

Königlich Sächsisches Standesamt Leipzig I.

Heirathen wurden in der Zeit vom 10. bis 16. November 1889 angesetzt.

Verstorbene.

Verstorbene wurden in der Zeit vom 10. bis 16. November 1889 angesetzt.

Vertical text on the right margin, likely containing additional notices or advertisements.

Colonialpolitisches.

Es scheint unklar, ob der nunmehr zwei Wochen alten Nachricht von der Niederlegung der deutschen Gunst-Expeditio...

Aus Petersburg, 16. November, wird uns geschrieben: Das 500jährige Jubiläum der russischen Artillerie wird mit dem Namenfest des Großfürsten Nicolaus Nicolaewitsch...

Für die russische diplomatische Vertretung an ausländischen Höfen werden jährlich 1 177 300 Rubl. aufgegeben...

Frankreich im 19. Jahrhundert.

Vertrag des Herrn Professor Dr. Maurandier in Rommelschenschen Berlin.

In seinem zweiten Vortrage behandelte Herr Professor Dr. Maurandier das Thema „Restauration des Bourbonen“...

Aus Russland.

Die „Politische Correspondenz“ erhält aus St. Petersburg, 13. November, von einem offiziellen Correspondenten den folgenden Situationsbericht...

Die Mächte bestreiten nun Frankreich; nirgendwo gab es dort Truppen, die zu einem längeren Widerstand fähig und bereit gewesen wären...

Ein letztes Willenszeichen der Mitglieder am Abende des Vertriebs in den Gassen...

Das 500jährige Jubiläum der russischen Artillerie wird mit dem Namenfest des Großfürsten Nicolaus Nicolaewitsch...

Die Situation wurde durch eine Wortthat entschieden. Der König war in Berlin, die Hofhaltung für die Kaiserin wurde auf dem Hofe...

Ein letztes Willenszeichen der Mitglieder am Abende des Vertriebs in den Gassen...

Die Situation wurde durch eine Wortthat entschieden. Der König war in Berlin, die Hofhaltung für die Kaiserin wurde auf dem Hofe...

Sport.

Der unter dem Schutze des kaiserlichen Schutzes Verband deutscher Reitervereine...

Der unter dem Schutze des kaiserlichen Schutzes Verband deutscher Reitervereine...

Berlin, 18. November.

Carl Stangen's Reise durch Berlin W., Robert-Str. 10, gibt die neuesten Prospekte für das Jahr 1859 heraus...

Literatur.

St. 47 des 12. Jahrganges der „Militär-Zeitung“, Organ für die Reserve- und Landwehr-Offiziere...

Vermischtes.

Berlin, 17. November. Die „Post“ berichtet: Der Herrin junger Konsulats von Berlin legte die Herrin eines fünfjährigen Sohnes...



W. Mann, m. d. Wasserläden u. Brigg...
W. Mann, m. d. Wasserläden u. Brigg...
W. Mann, m. d. Wasserläden u. Brigg...

Wir suchen für eine lebendige...
Wir suchen für eine lebendige...
Wir suchen für eine lebendige...

Ein j. Kaufmann, Correspondent...
Ein j. Kaufmann, Correspondent...
Ein j. Kaufmann, Correspondent...

Commis-Gesuch...
Commis-Gesuch...
Commis-Gesuch...

Wirttemberg wird per sofort ein...
Wirttemberg wird per sofort ein...
Wirttemberg wird per sofort ein...

Comptoirist...
Comptoirist...
Comptoirist...

Verkauf-Gesuch...
Verkauf-Gesuch...
Verkauf-Gesuch...

Kürschner...
Kürschner...
Kürschner...

Zimmerleute...
Zimmerleute...
Zimmerleute...

Lichtige Maurer...
Lichtige Maurer...
Lichtige Maurer...

Ansänger...
Ansänger...
Ansänger...

Bräuerei Leipzig...
Bräuerei Leipzig...
Bräuerei Leipzig...

Ein Expedient oder Copist...
Ein Expedient oder Copist...
Ein Expedient oder Copist...

Lithographen...
Lithographen...
Lithographen...

Gravurgehilfen...
Gravurgehilfen...
Gravurgehilfen...

Ein ord. Markthelfer...
Ein ord. Markthelfer...
Ein ord. Markthelfer...

30 Erdarbeiter...
30 Erdarbeiter...
30 Erdarbeiter...

Arbeitsburden...
Arbeitsburden...
Arbeitsburden...

Waltergehilfe...
Waltergehilfe...
Waltergehilfe...

Kürschner...
Kürschner...
Kürschner...

Lichtige Maurer...
Lichtige Maurer...
Lichtige Maurer...

Ansänger...
Ansänger...
Ansänger...

Geübte Zuschneider...
Geübte Zuschneider...
Geübte Zuschneider...

als Lehrling...
als Lehrling...
als Lehrling...

1 tücht. Verkäuferin...
1 tücht. Verkäuferin...
1 tücht. Verkäuferin...

erste Verkäuferin...
erste Verkäuferin...
erste Verkäuferin...

Tapissierin...
Tapissierin...
Tapissierin...

Lernende...
Lernende...
Lernende...

Pugmacherin...
Pugmacherin...
Pugmacherin...

Säflerinnen...
Säflerinnen...
Säflerinnen...

Arbeitsburden...
Arbeitsburden...
Arbeitsburden...

Waltergehilfe...
Waltergehilfe...
Waltergehilfe...

Kürschner...
Kürschner...
Kürschner...

Lichtige Maurer...
Lichtige Maurer...
Lichtige Maurer...

Ansänger...
Ansänger...
Ansänger...

Geübte Zuschneider...
Geübte Zuschneider...
Geübte Zuschneider...

als Lehrling...
als Lehrling...
als Lehrling...

1 tücht. Verkäuferin...
1 tücht. Verkäuferin...
1 tücht. Verkäuferin...

erste Verkäuferin...
erste Verkäuferin...
erste Verkäuferin...

Tapissierin...
Tapissierin...
Tapissierin...

Lernende...
Lernende...
Lernende...

Pugmacherin...
Pugmacherin...
Pugmacherin...

Säflerinnen...
Säflerinnen...
Säflerinnen...

Arbeitsburden...
Arbeitsburden...
Arbeitsburden...

Waltergehilfe...
Waltergehilfe...
Waltergehilfe...

Kürschner...
Kürschner...
Kürschner...

Lichtige Maurer...
Lichtige Maurer...
Lichtige Maurer...

Ansänger...
Ansänger...
Ansänger...

Geübte Zuschneider...
Geübte Zuschneider...
Geübte Zuschneider...

Stellengesuche...
Stellengesuche...
Stellengesuche...

Arzt...
Arzt...
Arzt...

Maschinen-Techner...
Maschinen-Techner...
Maschinen-Techner...

Vertretung...
Vertretung...
Vertretung...

Arzt...
Arzt...
Arzt...

Stellengesuche...
Stellengesuche...
Stellengesuche...

Arzt...
Arzt...
Arzt...

Stellengesuche...
Stellengesuche...
Stellengesuche...

Arzt...
Arzt...
Arzt...

Stellengesuche...
Stellengesuche...
Stellengesuche...

Arzt...
Arzt...
Arzt...

Stellengesuche...
Stellengesuche...
Stellengesuche...

Arzt...
Arzt...
Arzt...

Stellengesuche...
Stellengesuche...
Stellengesuche...

Arzt...
Arzt...
Arzt...

Maschinen-Techner...
Maschinen-Techner...
Maschinen-Techner...

Vertretung...
Vertretung...
Vertretung...

Arzt...
Arzt...
Arzt...

Stellengesuche...
Stellengesuche...
Stellengesuche...

Arzt...
Arzt...
Arzt...

Stellengesuche...
Stellengesuche...
Stellengesuche...

Arzt...
Arzt...
Arzt...

Stellengesuche...
Stellengesuche...
Stellengesuche...

Arzt...
Arzt...
Arzt...

Stellengesuche...
Stellengesuche...
Stellengesuche...

Arzt...
Arzt...
Arzt...

Die ganze Geschichte ist eingetragelt, hat er, was ich, in dem...
Es ist eine große Zahl von Fragen zur Vertheilung gegeben.

Die vier ersten Nummern der Zeitschrift...
Die vier ersten Nummern der Zeitschrift...

Städtisches Verzeichniß

III. Straßennamen.
Leipzig, 18. November. Die Wägen...
Leipzig, 18. November. Die Wägen...

Table with multiple columns of numbers, likely a list of names or addresses.

Leipzig, 18. November. Nach dem...
Leipzig, 18. November. Nach dem...

Leipzig, 18. November. Nach dem...
Leipzig, 18. November. Nach dem...

Der Herr...
Der Herr...

Der Herr...
Der Herr...

Der Herr...
Der Herr...

Der Herr...
Der Herr...

Der Herr...
Der Herr...

Gewinne

5. Klasse 116. Haupt-Loose...
Gewinne in Leipzig vom 18. November 1898.

Table listing lottery prizes and winners for the 5th class of the 116th main draw.

Nachtrag

Leipzig, 18. November. Nach dem...
Leipzig, 18. November. Nach dem...

Nachtrag

Leipzig, 18. November. Nach dem...
Leipzig, 18. November. Nach dem...

Literatur

Die Gedächtnisreden des...
Literatur...

Volkswirtschaftliches.

Die in diesen Tagen erscheinenden Ausgaben sind zu richten an den verantwortlichen Redakteur des Leipziger Tageblattes, E. G. Giese in Leipzig. — Sonntags: nur von 10-11 Uhr Vorm. und von 4-6 Uhr Nachm.

Telegramme.

WTB. Berlin, 18. November. Die seitlich bei Reichs-Verkehrswesen...

WTB. Berlin, 18. November. Die letzte Vertheilung...

Einheitliche Ortszeit — Weltzeit.

Nach Verhandlungen in höchsten Instanzen und Reichstages-Sitzung...

Die zweite Kammer, welche in Straß. Coppel in Wien einen...

Nach in Berlin hat am 18. November die Regierung zur...

Der Antrag, dass eine einheitliche Zeitrechnung...

Der Reichstags-Präsident Herr Dr. Richter, welcher im Jahre 1891...

Der Reichstags-Präsident Herr Dr. Richter, welcher im Jahre 1891...

Der Reichstags-Präsident Herr Dr. Richter, welcher im Jahre 1891...

Die wirtschaftlichen Aufgaben Deutschlands in Chile.

Samstag, 10. September. Herr von Bülow hat im Reichstags...

Die wirtschaftlichen Aufgaben Deutschlands in Chile...

die Rechte große die bei der Vertheilung...

Wermischtes.

W. Leipzig, 18. November. Der Reichstags-Präsident...

W. Leipzig, 18. November. Die letzte Vertheilung...

W. Leipzig, 18. November. Die letzte Vertheilung...

W. Leipzig, 18. November. Die letzte Vertheilung...

W. Leipzig, 18. November. Die letzte Vertheilung...

W. Leipzig, 18. November. Die letzte Vertheilung...

W. Leipzig, 18. November. Die letzte Vertheilung...

W. Leipzig, 18. November. Die letzte Vertheilung...

W. Leipzig, 18. November. Die letzte Vertheilung...

W. Leipzig, 18. November. Die letzte Vertheilung...

W. Leipzig, 18. November. Die letzte Vertheilung...

W. Leipzig, 18. November. Die letzte Vertheilung...

W. Leipzig, 18. November. Die letzte Vertheilung...

W. Leipzig, 18. November. Die letzte Vertheilung...

W. Leipzig, 18. November. Die letzte Vertheilung...

...wird nicht, die Hälfte der ...

...wird nicht, die Hälfte der ...

...wird nicht, die Hälfte der ...

...wird nicht, die Hälfte der ...

...wird nicht, die Hälfte der ...

...wird nicht, die Hälfte der ...

...wird nicht, die Hälfte der ...

...wird nicht, die Hälfte der ...

...wird nicht, die Hälfte der ...

...wird nicht, die Hälfte der ...

...wird nicht, die Hälfte der ...

...wird nicht, die Hälfte der ...

...wird nicht, die Hälfte der ...

...wird nicht, die Hälfte der ...

...wird nicht, die Hälfte der ...

...wird nicht, die Hälfte der ...

...wird nicht, die Hälfte der ...

...wird nicht, die Hälfte der ...

...wird nicht, die Hälfte der ...

...wird nicht, die Hälfte der ...

...wird nicht, die Hälfte der ...

...wird nicht, die Hälfte der ...

...wird nicht, die Hälfte der ...

...wird nicht, die Hälfte der ...

...wird nicht, die Hälfte der ...

...wird nicht, die Hälfte der ...

...wird nicht, die Hälfte der ...

...wird nicht, die Hälfte der ...

...wird nicht, die Hälfte der ...

...wird nicht, die Hälfte der ...

...wird nicht, die Hälfte der ...

...wird nicht, die Hälfte der ...

...wird nicht, die Hälfte der ...

...wird nicht, die Hälfte der ...

...wird nicht, die Hälfte der ...

...wird nicht, die Hälfte der ...

...wird nicht, die Hälfte der ...

...wird nicht, die Hälfte der ...

...wird nicht, die Hälfte der ...

...wird nicht, die Hälfte der ...

...wird nicht, die Hälfte der ...

...wird nicht, die Hälfte der ...

...wird nicht, die Hälfte der ...

...wird nicht, die Hälfte der ...

...wird nicht, die Hälfte der ...

...wird nicht, die Hälfte der ...

...wird nicht, die Hälfte der ...

...wird nicht, die Hälfte der ...

Vertical text on the right edge of the page, likely a continuation or related text.

Die Welt ist nun mit 120 A. in den. Das zweite in...

Wir haben heute - lieber - wieder einen neuen...

Landwirtschaftliches.

Die Haltung der Viehzucht in Winter. Viehe und...

Die Viehzucht in Preussens. In den 22 Provinzen...

Post- und Telegraphenwesen.

Die Betriebsmittel der Reichs-Post- und Tele...

Königreich Sachsen.

Die Provinz in Sachsen. Die Provinz in Sachsen...

Zahlungs-Einstellungen.

Table with columns: Name, Ort, Betrag, etc. listing payment suspensions.

Die Provinz in Sachsen. Die Provinz in Sachsen...

Technisches.

Die Provinz in Sachsen. Die Provinz in Sachsen...

Patente.

Die Provinz in Sachsen. Die Provinz in Sachsen...

Tarifwesen.

Die Provinz in Sachsen. Die Provinz in Sachsen...

Einnahme-Anzeige.

Die Provinz in Sachsen. Die Provinz in Sachsen...

Literatur.

Die Provinz in Sachsen. Die Provinz in Sachsen...

Verloofungen.

Die Provinz in Sachsen. Die Provinz in Sachsen...

Leipziger Börse am 18. November.

Die Provinz in Sachsen. Die Provinz in Sachsen...

Die Provinz in Sachsen. Die Provinz in Sachsen...

Die Provinz in Sachsen. Die Provinz in Sachsen...

Die Provinz in Sachsen. Die Provinz in Sachsen...

Die Provinz in Sachsen. Die Provinz in Sachsen...

Börsen- und Handelsberichte.

Die Provinz in Sachsen. Die Provinz in Sachsen...

Wellberichte.

Die Provinz in Sachsen. Die Provinz in Sachsen...

Leipziger Börse am 18. November.

Die Provinz in Sachsen. Die Provinz in Sachsen...

Die Provinz in Sachsen. Die Provinz in Sachsen...

Die Provinz in Sachsen. Die Provinz in Sachsen...

Die Provinz in Sachsen. Die Provinz in Sachsen...

Die Provinz in Sachsen. Die Provinz in Sachsen...

Börsen- und Handelsberichte.

Die Provinz in Sachsen. Die Provinz in Sachsen...

Wellberichte.

Die Provinz in Sachsen. Die Provinz in Sachsen...

Leipziger Börse am 18. November.

Die Provinz in Sachsen. Die Provinz in Sachsen...

Leipziger Börse am 18. November.

Table with columns: Name, Ort, Betrag, etc. listing market data.

Leipziger Börsen-Course am 18. November 1899.

Table with multiple columns listing various stocks and their prices, including 'Deutsche Fonds' and 'Ausländische Fonds'.

Text block providing market commentary or news related to the stock exchange.

Table listing 'Deutsche Fonds' (German Funds) with columns for name, value, and price.

Table listing 'Ausländische Fonds' (Foreign Funds) with columns for name, value, and price.

Table listing 'Deutsche Eisenbahn-Prior.-Obligationen' (German Railway Priority Bonds).

Table listing 'Ausländische Eisenbahn-Prior.-Obligationen' (Foreign Railway Priority Bonds).

Table listing 'Industrie-Aktien und Prior.-Aktien' (Industry Stocks and Priority Stocks).

Table listing 'Sorten' (Types) of various goods or securities.

Table listing 'Bank-Discant' (Bank Discount) rates.

Table listing 'Umschlagungs-Geld' (Exchange Money) rates.

Table listing 'Bank-Aktionen' (Bank Actions).

Table listing 'Obligationen von Industrie-Gesellschaften' (Obligations of Industrial Companies).

Table listing 'Schiffahrt' (Shipping) information.

Text block providing shipping schedules and related information.

Deutsche Fonds

Table listing 'Deutsche Fonds' (German Funds) with columns for name, value, and price.

Deutsche Eisenbahn-Prior.-Obligationen

Table listing 'Deutsche Eisenbahn-Prior.-Obligationen' (German Railway Priority Bonds).

Ausländische Eisenbahn-Prior.-Obligationen

Table listing 'Ausländische Eisenbahn-Prior.-Obligationen' (Foreign Railway Priority Bonds).

Industrie-Aktien und Prior.-Aktien

Table listing 'Industrie-Aktien und Prior.-Aktien' (Industry Stocks and Priority Stocks).

Sorten

Table listing 'Sorten' (Types) of various goods or securities.

Bank-Discant

Table listing 'Bank-Discant' (Bank Discount) rates.

Umschlagungs-Geld

Table listing 'Umschlagungs-Geld' (Exchange Money) rates.

Wochent

Table listing 'Wochent' (Weekly) market data.

Leipziger Aktien

Table listing 'Leipziger Aktien' (Leipzig Stocks).

Leipziger Eisenbahn-Prior.-Obligationen

Table listing 'Leipziger Eisenbahn-Prior.-Obligationen' (Leipzig Railway Priority Bonds).

Leipziger Industrie-Aktien und Prior.-Aktien

Table listing 'Leipziger Industrie-Aktien und Prior.-Aktien' (Leipzig Industry Stocks and Priority Stocks).

Leipziger Sorten

Table listing 'Leipziger Sorten' (Leipzig Types) of various goods or securities.

Leipziger Bank-Discant

Table listing 'Leipziger Bank-Discant' (Leipzig Bank Discount) rates.

Leipziger Umschlagungs-Geld

Table listing 'Leipziger Umschlagungs-Geld' (Leipzig Exchange Money) rates.

Leipziger Bank-Aktionen

Table listing 'Leipziger Bank-Aktionen' (Leipzig Bank Actions).

Ausländische Fonds

Table listing 'Ausländische Fonds' (Foreign Funds) with columns for name, value, and price.

Ausländische Eisenbahn-Prior.-Obligationen

Table listing 'Ausländische Eisenbahn-Prior.-Obligationen' (Foreign Railway Priority Bonds).

Ausländische Eisenbahn-Prior.-Obligationen

Table listing 'Ausländische Eisenbahn-Prior.-Obligationen' (Foreign Railway Priority Bonds).

Ausländische Eisenbahn-Prior.-Obligationen

Table listing 'Ausländische Eisenbahn-Prior.-Obligationen' (Foreign Railway Priority Bonds).

Ausländische Eisenbahn-Prior.-Obligationen

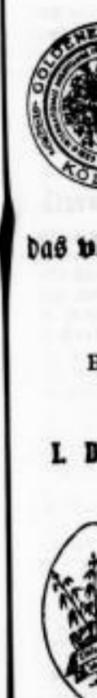
Table listing 'Ausländische Eisenbahn-Prior.-Obligationen' (Foreign Railway Priority Bonds).

Ausländische Eisenbahn-Prior.-Obligationen

Table listing 'Ausländische Eisenbahn-Prior.-Obligationen' (Foreign Railway Priority Bonds).

Ausländische Eisenbahn-Prior.-Obligationen

Table listing 'Ausländische Eisenbahn-Prior.-Obligationen' (Foreign Railway Priority Bonds).



Vertical text on the right margin, possibly a notice or advertisement.



Frank's Avenacia



auf der Internationalen Ausstellung für Nahrungsmittel etc.

mit der **goldenen Medaille** prämiert als

das **vorzüglichste und gesundheitslichste Nahrungsmittel der Gegenwart,**
zum Genusse für Jung und Alt in gesunden und kranken Tagen

ärztlich empfohlen.

Hergestellt in der Nahrungsmittel-Fabrik Frank & Cie., Bockenheim-Frankfurt a. M.

I. Die hohe Bedeutung der Ernährung im Allgemeinen.



Die nützlichste und ehrenreichste Wissenschaft für eine Frau ist die der Haushaltung und einer **geeigneten Ernährung**. Jede Mütter im Reich der Gesundheit; erstere begründet den Wohlstand und letztere bietet uns der Güter höchstes: die Gesundheit. Und in der That! Die richtige Ernährung des Körpers ist nicht nur die Grundlage der Gesundheit, sie ist das wesentlichste und in vielen Fällen das allein wirksame Mittel, um die verlorene Gesundheit wieder zu gewinnen, sie zu kräftigen, zu befestigen.

Es genügt nun aber nicht, daß eine Nahrung die verschiedenen nötigen Nahrungsstoffe hat, die man von einem Nahrungsmittel überhaupt verlangt, sondern die einzelnen Bestandteile der Nahrung müssen darin auch in **seiner Form enthalten sein, in welcher sie im Verdauungsapparat von den Verdauungsorganen gelöst und von dem Darms aufgesaugt oder resorbiert, d. h. in löslichen Bestandteilen umgewandelt werden können.** Die Nahrungsmittel dürfen daher namentlich nicht von unauflöselichen oder unauflöselichen Stoffen umgeben sein, dürfen nicht in größerer Menge schwerverdauliche Stoffe wie z. B. Stärkemehl, Cellulose etc., überhaupt nicht Bestandteile enthalten, die vom Darms schlecht verwertet werden oder leicht in saure Gährung gerathen. Es wird daher wohl einzuwenden, daß nicht jede Speise eine Nahrung und nicht jede Nahrung ein wirkliches Nahrungsmittel ist.

Die rationelle Ernährung soll die Ausgaben des Körpers durch angemessene Einnahme ersetzen, sie soll Mäßigkeit und Bescheidenheit, nur solche Stoffe reichen, die in günstigem Nährstoffverhältnis zu einander stehen, d. h. das Verhältnis der einseitigen, knäuelbildenden auch genau dem der stärkenden, wärmebildenden Stoffe entsprechen. Ferner verlangt die rationelle Ernährung nicht allein Stoffe von großer Nährkraft, sondern fordert auch und zwar als vornehmstes Bedingnis, deren

Leichtverdaulichkeit.

Die Speisen bilden das kostbarste Lebenselement, das Blut; die feinen Blutgefäße führen die in das Blut übergegangenen Nahrungsstoffe durch den ganzen Körper zu Nerven und Gehirn, zu Knochen und Muskeln, zu Haut und Drüsen etc. und es resultiert daraus, wie von höchster Bedeutung die Speise auf das ganze Gelingen- und Ernährungsleben des Körpers ist. Ein Mangel in der Nahrung ist eine Störung im Stoffwechsel.

Kostliche Fleischkost, die zu viel Eiweiß und zu wenig Kohlenstoffe enthält, ist ein **Luxusverbrauch**, der nur zu leicht zum übermäßigen Gebrauch gewisser Genussmittel führt und durch diesen gestört wird. Die hierbei oft mit Sicherheit vorherzusagenden Erkrankungen: Nicht, Herz- und Nierenkrankheiten sind selbst bei großer Menge als Ergebnisse des Luxus

bekannt. Auch wird eine Neigung zur Entstehung krankhafter Gebilde unter diesen Umständen von den Ärzten allgemein anerkannt. Ebenso ist ausschließliche **Pflanzenkost** eine einseitige und schlechte Ernährung, bei welcher der Körper eine ungenügende Menge von Eiweiß, aber einen großen Ueberschuß an Kohlenstoffen erhält. Eine derartige Ernährungsweise hat auch noch den großen Nachteil, daß, soll sie von Nutzen sein, die Aufnahme zu großer Quantitäten der Nahrung erfordert, es entwickelt sich dadurch nicht nur eine **bleibende Erweiterung des Magens und des ganzen Darmkanals**, sondern auch eine **Neigung zu verschiedenen Erkrankungen der Verdauungsorgane.**

Das Aussehen der Bewohner von Gebirgsgegenden, bei denen der Getreideanbau erschwert ist und wo deswegen die Koststoff des Hauptnahrungsmittels bildet, liefert uns ein belehrendes Bild von unzureichender, unzureichender Ernährung. Bei schwermüthigen Menschen ist an eine Widerstandskraft beim Ausbruch von Krankheiten gar nicht zu denken und die **Entwickelung gewisser aus fehlerhafter Blutmischung entstandener Zustände wie Scrophulose und seltene Krankheiten** sieht im innigen Zusammenhang mit der unzureichenden Ernährung.

Deswegen beschäftigt sich die Wissenschaft in der Neuzeit mehr wie je mit der Lösung der **Ernährungsfrage** und legt jetzt um so größeren Nachdruck darauf, je mehr sie die hohe Bedeutung und die Wichtigkeit der Ernährung in Bezug auf das Wohl und Wehe der Menschheit anerkennt.

Die rationelle Ernährung in gesunden wie in kranken Tagen ist das vornehmste und wichtigste Bedingnis unserer heutigen Gesundheitspflege, ist der wichtigste Hebel ärztlicher Technik, soll unsere höchste Beachtung und die pünktlichste Ausübung aller Derer herausfordern, denen die verantwortliche Pflicht erwachsen, für ihr Wohl wie das der Ihrigen zu sorgen und zu wachen. So das Urtheil der Wissenschaft über unsere Ernährung!

II. Avenacia, ihren Werth und Verwendung.

Ein Nahrungsmittel für Jung und Alt zu gewinnen, das vorzüglichsten Anforderungen ganz entspricht, war die Aufgabe der Wissenschaft. Nun ist es bekannt, daß wir unter den vegetabilen Nahrungsmitteln besitzen, welche an sich nicht nur das Gleichgewicht an Nährstoffgehalt übertreffen, sondern auch die Nährstoffe in dem für rationelle Ernährung erforderlichen Mischungsverhältnis enthalten, Nahrungsmittel, deren **Ausnutzung** durch geeignete Zubereitung des Rohmaterials **ebenso gross als beim Fleisch** ist. Auf Grundlage dieser

Helfen wir nun die Forderung der Avenacia als Nahrungsmittel an der Hand der von Dr. Sauer in Bonn, Kaiserlich-Preussischer Versuchsanstalt in Rheinpreußen, vorgenommenen Analyse zusammen, so enthalten 100 Gramme:

Fett	7,13
Protein	14,56
Stärkehaltige Stoffe (Dextrin u. dergl.)	61,23
Cellulose	1,58
Feuchtigkeit	7,39
Salze	3,16

Frank's Avenacia unterscheidet sich demnach von allen anderen pflanzlichen Nahrungsmitteln und thierischen Substanzen, welche ebenfalls als Nahrungsmittel verwendet werden, durch folgende Vorzüge:

- 1) Größerer Gehalt an Fett und Eiweissstoff, bei angenehmem und anregendem Geschmack;
- 2) Ausserordentlich günstiges Nährstoffverhältnis: Avenacia übertrifft im Nährstoffverhältnis das Fleisch, Brod etc. und in der Leichtverdaulichkeit die Hülsenfrüchte sowie die Leguminosen;
- 3) Grosse Verdaulichkeit, leichte Löslichkeit. Schwerverdauliches, rohes Stärkemehl ist gar nicht vorhanden, sondern in leichtlösliches Dextrin übergeführt, folglich vom schwächsten Magen leicht zu verdauen;
- 4) Die bacteriologische Prüfung lautet auf absolute Reinheit von krankheitszeugenden Bacterien und Schimmelpilzen;
- 5) Billigkeit, bequeme und einfache Anwendbarkeit; in wenigen Minuten wird die Herstellung einer köstlichen Speise ermöglicht;
- 6) Der niedrige Feuchtigkeitsgrad sichert Avenacia unbegrenzte Haltbarkeit und bewahrt sie vor Säuerung und Zersetzung in heisser Jahreszeit.

Diese Vorzüge finden wir bei keinem anderen in oder ausländischen Nahrungsmittel in gleicher Höhe, in gleicher Reinheit, und diese Vorzüge stampfen Avenacia auch

zum vorzüglichsten und rationellsten Nahrungsmittel der Neuzeit.

Was Fleischextract in der thierischen Nahrung, das ist vollwerthig Frank's Avenacia in der Pflanzenkost.

III. Avenacia als Speise in den Tagen der Erkrankung.

Bietet nach diesen Ausführungen Avenacia ein unschätzbare Volkernahrungsmittel, einen bedeutsamen Ersatz für verschiedene andere Nahrungsmittel, so ist sein Gebrauch nicht minder wichtig bei

Kranken und Convalescenten.

Bei gesunden Menschen kann eine vollkommene Ernährung mit Hilfe der verschiedenartigen Nahrungsmittel bewerkstelligt werden, da die Verdauungsorgane sowohl in Bezug auf Quantität als Qualität der Nahrung einen grossen Spielraum gestatten und leichte Versäglichkeit gegen eine rationelle Ernährung sich erst nach und nach zeigt. Ganz anders verhält es sich bei zahlreichen Krankheitszuständen, bei welchen die Thätigkeit der Verdauungsorgane mehr oder weniger darniederliegt, so daß der Einspeisung des Nahrungsmittels eine enge Schranke gezogen ist. Gerade hierin wird schwer geübt, denn vielfach werden mangels besseren Wissens dem Kranken und Convalescenten Nahrungsmittel verabreicht, die zwar an sich richtig und gut, dem Kranken aber seiner reduzierten Verdauungsfähigkeit gemäss schädlich werden. Ist die Speise leichtverdaulich oder nicht, das scheint den Meisten eine untergeordnete Sache und man pflegt auch zu übersehen, daß der Grund des langsamen Fortschrittes der Heilung, der Genesung, der Kräftigung in der

rationellen Ernährung zu finden ist. Leichtverdaulichkeit ist das vornehmste Bedingnis der Nahrung für Kranke und mit peinlichster Sorgfalt soll diese ausgelacht werden, wenn die Thätigkeit der organischen Functionen vermindert werden muß, wenn die Verdauungsfähigkeit des Magens eine äusserst geringe ist. Frank's Avenacia, das auch von dem schwächsten Magen noch gut und leicht vertragen wird, wird deshalb äusserst gern besonders empfohlen bei

Magenleiden, Darmerkrankungen und Ruhrkrankheiten.

Eben in der Leichtverdaulichkeit, in der Stärkung der Verdauungsorgane, in der Regelung der Function bei Darmcatarrhen mit anhaltendem Durchfall, in der Förderung des Appetits, in der Anregung und Belebung der officinellen Organe leistet Avenacia Unabsehbliches. Beachte man doch folgende Zuschriften:

P. P.
Ich kann nicht unterlassen Ihnen für das mir gelieferte Avenacia meinen verbindlichen Dank abzugeben. Meine Frau litt an einem schweren, heftigen Magenkatarrh und nachdem ihre Nahrung, wobei Milch, Brei, Reis, Getreide, Fleisch etc. nicht mehr verdaulich bekam, Nahrungsmittel aufzugeben wollten, griff ich nach Ihrer Avenacia, um auch dieses zu versuchen. Der Versuch wurde mit bestem Erfolge gekrönt. Ihre Avenacia war während des schweren Stadiums des Catarrhs das einzige Nahrungsmittel, welches meine Frau geniessen konnte. Ich werde nicht verfehlen, das vorerwähnte Nahrungsmittel den kommenden Herbst wiederum zu empfehlen. Geben Sie mir, bitte, noch 6 Büchlein, der Catarrh ist zwar geloben, ich will aber, das Ganze mit dem Nahrungsmittel verbinden. Ihr wohlthätigstes Präparat als vorzügliches Suppenurzeug in meine Küche einbringen lassen.
S. a. u. M., den 20. Juni 1889. Mit vorzüglicher Hochachtung
Albert Brotschiel.

Schicken Sie mir gefl. umgehend per Post wieder 12 Büchlein Avenacia — Ihre Avenacia bekommt mir ganz vortreflich und kann ich nicht umhin, Ihnen meine volle Zufriedenheit hiermit auszusprechen. Das Weib ist eben so wohlthätig wie leichtverdaulich und nährt sich, ich verwende dasselbe in meiner Familie täglich. Während mir noch mein sehr hypochondrischer Magen oft Schwermuth verursachte, hat Ihre Avenacia auf dieselben den wohlthätigsten Einfluss. Ich gratulire Ihnen im Interesse anderer Magenleidenden gerne die Veröffentlichung dieser Zuschrift. Mit Hochachtung
Jul. Ed. Kaha,
Bielefeld, Göttingen.

Avenacia ist auch von dem wohlthätigsten Einflusse auf die

Nervenleidenden.

Leider ist die Nervosität das allgemeine Erbe unserer schnelllebigen Zeit und ruft bei den Schwachen Consequenzen, die diese Krankheit im Gefolge hat, unsere vollste Aufmerksamkeit nach. Daß die Nahrung auf die Nervenleidenden einen ganz besondern Einfluß hat, ist eine anerkannte Thatsache und unsere medicinischen Capacitäten können in diesen Fällen nicht dringend genug Avenacia als das

vorthellhafteste Nahrungsmittel für Nervenleidende

empfehlen. Es ist eine große Beruhigung aus, vermindert die Aufregtheit, schwächt die Reizbarkeit und stärkt die Nerven.

Ein Nahrungsmittel sehr reich, Blut, Fleisch und Muskel bildend, ist nach ärztlichem Urtheile die Anwendung von Frank's Avenacia von dem ersprießlichsten Nutzen für

Alle, die einer besseren Ernährung und Kraftsteigerung bedürfen,

wie z. B. bei an Körperschwäche, Blutarmuth, Scropheln etc. Leidenden, nach Operationen und Kurzen, überhaupt überall wo es sich um die raschere Herstellung des früheren Kräftezustandes des Körpers handelt, wo es gilt, die Blutbildung zu beschleunigen und zu verbessern, die Energie des Stoffwechsels zu steigern wie namentlich bei

schlechtgenährten, geschwächten oder abgemagerten Individuen.

Ist es nun, daß dieser Zustand die Folge harter und aufreibender Arbeit ist, oder aus schweren chronischen Krankheiten, wie Nervenbildung, Durchfall, Erkrankungen innerer oder äußerer Organe resultirt, die den Organismus langsam antreiben.

Die Wertvolligkeit der Avenacia als Nahrungsmittel läßt sich aus folgenden, auf Grund genauer Prüfung festgestellten Resultaten erkennen:

Ein 42 Jahre alter Mann, dessen reduziertes Körpergewicht vor dem Gebrauch der Avenacia 124 Pfund betrug, erzielte nach 6wöchigem Gebrauch, während dessen eine Gewichtszunahme von 8 1/2 Pfund.

Bei einer Frau von 36 Jahren, welche vorher nur 94 Pfund wog, wurde eine Gewichtszunahme von 11 Pfund in einem halben Jahre constatirt. Diese Kranke begab sich als Reconvalescentin auf 4 Wochen nach Nizza, wobei sie während dieser Zeit den Gebrauch der Avenacia unterließ. In Folge der Unterlassung reduzirte sich das Körpergewicht wieder um 1 Pfund pro Woche.

Ein 18jähriges Mädchen, welches durch Blutschwäche und daraus resultirende Anämie vollständig heruntergekommen war, erholte sich durch Frank's Avenacia rasch, daß in der Zeit von 4 Monaten eine ganz bedeutende Kräftigung constatirt werden konnte und das Körpergewicht sich im Durchschnitt um 2 1/2 Pfund pro Monat erhöhte.

Schließlich erwähnen wir noch der Avenacia als eines Nahrungsmittels von allerhöchster Wichtigkeit für

Wöchnerinnen,

das von hervorragenden medizinischen Autoritäten auf Grund eigener Beobachtungen denselben als die vorzüglichste und geeignetste Nahrung angelegentlich empfohlen wird. Denn außer ihrer leichtverdaulichkeit muß namentlich auch ihr hoher Nährwerth, ihr überaus günstiger Einfluß auf die Blutbildung, auf die Fähigkeit des raschen Ersatzes verlorener Kräfte, und Wiederergänzung früherer Körperfülle hervorgehoben werden. Die zweckmäßige Ernährung vor und nach der Geburtsperiode ist von so weittragender Wichtigkeit, daß keine Mutter verfehlen sollte, Avenacia während dieser Zeit täglich zu ihrer Speise zu wählen.

- Es gilt also in Höchstzahl Avenacia, — ohne ein Selbstmittel zu sein, — unübertroffen als die rationellste Nahrung für Gesunde und die vortheilhafteste für Kranke und Schwache, unübertroffen erreicht in ihrem Werthe, unübertroffen in ihrer Wirkung.

Haben wir nun vorstehende Ausführungen nochmals in gedrängter Kürze zusammen, so finden wir als Resumé in Frank's Avenacia folgende werthvolle Vorzüge:

Frank's Avenacia ist unübertroffen das vornehmste und rationellste Ernährungsmittel der Gegenwart;

Frank's Avenacia bietet nicht allein in den Tagen der Gesundheit ein treffliches Nahrungsmittel, sondern ist auch im Erkrankungsstadium, in Genesungsperioden u. dgl. die geeignetste, zuträglichste und wohlbedachteste Speise;

Frank's Avenacia wird von berühmten Hebammen als Nahrungsmittel bei Magen- und Darmkrankungen als ausschließliche Nahrung empfohlen. Leicht verdaulich ist es dem günstigsten Einfluß auf die Verdauungsorgane, nährt und stärkt;

Frank's Avenacia ist von überraschendem Erfolge überall da, wo die Blutbildung beschleunigt und verbessert werden soll, überhaupt bei geschwächten, schlecht genährten oder abgemagerten Personen, sei es, daß diese Zustände die Folge heftiger oder chronischer Leiden oder aus Abgespannung, Überanstrengung oder Durchfall entspringen;

Frank's Avenacia bildet für Nervenleidende, Blutarmer, Skrophulose und Blausüchtige die zuträglichste und zweckentsprechendste Kost; mild und reizlos, kräftigend und anregend;

Frank's Avenacia ist chemisch untersucht, bacteriologisch geprüft, hat die ungetriebene Keimfreiheit und Würdigung medizinischer Körperchen und wurde seiner Güte und Vorzüge wegen mit der goldenen Medaille prämiirt und

Frank's Avenacia ist billig, leicht und schnell als Getränk zubereiten, von angenehmem Geschmack, und dem Einfluß heißerer Witterung nicht unterworfen.

Gebrauchsanweisung.

Zur Herstellung eines Tellers Suppe

gibt ein gekochter Theelöffel „AVENACIA“, in warmer Fleischbrühe, Milch oder Wasser angerührt. Durch ein Haarsieb getrieben, läßt man kochen ca. 10 Minuten gähren, wodurch eine schaumige Schicht entsteht, welche man, je nach Belieben, etwas Fleischextract, ein Citronenschälchen, etwas Zucker oder Salz beifügen darf. Ein Kochen der Suppe ist ein häufiges Rühren zu beachten.

Zur Herstellung eines Tellers Brot

nehme man 2 Theelöffel „AVENACIA“ auf 1/4 Liter warme Milch, Fleischbrühe oder Wasser, und lasse es bei häufigem Rühren 10 Minuten gähren durchsieden. Je nach Festigkeit und Geschmack füge man etwas Salz oder Zucker zu. Der aus Avenacia zubereitete Teig ist von lieblichem Geschmack und großem Nährwerth.

In besonderen Fällen, z. B. bei Magen- und Darmkrankungen empfiehlt es sich jedoch, das Brot nur mit Wasser 1/2 Stunde kochen zu lassen.

Für Kinder, Greise, Nervenleidende, Reconvalescenten, denen eine milde, reizlos, leicht verdauliche und dabei sehr ernährliche Kost Bedürfnis ist, eignet sich vorzüglich Suppe oder Brot von Avenacia in Fleischbrühe oder Milch gekocht, und mit Öl oder Rahm vor dem Serviren abgerührt.

Müdet man Avenacia mit etwas Butter, kocht es mit Wasser auf und läßt etwas Bratenfett, Fleischextract oder Bratenfett hinzu, erhält man für den täglichen Tisch in der Familie eine ganz vorzügliche und nahrhafte Suppe, die je nach dem Geschmack der Familien recht verschiedenartig gehalten werden kann.

Preis Mk. 1.20 pro Büchse (ca. 500 Gramm). Zu beziehen in:

Bautzen	Freiberg i. N.	Pirna
Otto Engert	Carl Korb, hinterm Rathhaus Julius Müller, innere Bahnhofstrasse.	Oskar Fuhs.
Chemnitz	Leipzig	Plauen i. Voigtl.
F. B. Seyrueher, Holmarkt 10 C. H. Grimm, Annabergerstrasse 25 Arthur Lehmann, Zwickenstrasse R. Zimmermann, Langestrasse.	Aumann & Co., Neumarkt 12 Bartels & Sohn, Katharinenstrasse 24 Th. Casz & Co., Rothl 1 Eduard Nitzsche, Gerberstrasse Gebr. Kratzschmar Nachf., Südpt. 11 M. D. Schwemmer Wwe., Salzgaschen 1 Carl Stock Nachf., am Justizgebäude.	Otto Kälbel, Altmarkt Red. Flug, Drogerie „Markus“
Dresden	Weissen	Wursen
Max Helbig, Bautzenstrasse, Neustadt Franz Hesse, Amalienstrasse 4, Altstadt Herrn Koch, Altmarkt, Altstadt Schmidt & Gross, Hauptstrasse, Neustadt Emil Tausler, Christianstrasse 26, Altstadt Weigel & Zsch, Marienstrasse, Altstadt	Bernh. Knauth H. E. Häber, Neugasse 435.	P. G. Leonhardt.
		Zittau
		Paul Hüfler, Weberstrasse 20 Herrl Süss.