

Von dem kalten Bannenbad im Hause soll am besten nur ein mäßiger Gebrauch gemacht werden, es sei denn, daß es auf ärztliche Anordnung häufiger genommen wird. Auch das häusliche Bad kann und soll ohne Zweifel der Abhärtung dienen. Es wird aber doch in erster Linie stets reinigend zu wirken haben und gibt dadurch einer systematischen Abhärtung eigentlich die Grundlage; denn eine verunreinigte Haut ist einer rationalen Abhärtung nicht zugänglich, und nur die reine Haut mit offenen Poren kann wirklich so gewöhnt werden, daß ihre Widerstandsfähigkeit gegen Kältewirkungen steigt. Ein kurz dauerndes, kaltes Bannenbad hat nun wohl nicht eine große Erhaltungsmöglichkeit, aber auch nur einen sehr geringen reinigenden Einfluß; dieser kommt vielmehr hauptsächlich dem warmen Wasser zu, welches die aus verschiedenen Gründen auf der Haut sich ablagernden Schmutzteile in sich auflöst. Ein Teil dieses Schmutzes stammt aus den Talgdrüsen der Haut, ist also Fett, mit welchem in feinsten Schicht die Haut fortwährend überzogen ist. Wenn man auch diese Fettansammlungen entfernen will, so muß in dem warmen Bade der Körper abgewaschen werden, dann geht alles, was auf der Körperoberfläche abgesetzt und abgelagert ist, in das Wasser über. Da diese Abwaschungen also das Fett mitnehmen, auf der andern Seite aber das Fett einen Wärmeschutz für den Körper darstellt, so soll der Körper wohl täglich mit warmem Wasser gewaschen werden, um ihn zu reinigen; eine Weisung darf aber nur höchstens alle acht Tage und im Winter noch seltener vorgenommen werden, um nicht dem Körper seine natürlichen Schutzmittel gegen Wärmeverluste zu mindern.

Die Waschungen des Körpers sollen mit Wasser von einigen 30 Grad Celsius ausgeführt werden. Durch diese Wärme tritt allerdings, wenn auch nicht in sehr bedeutendem Maße, eine gewisse erschaffende Wirkung für die Hautgefäße ein, welche sich infolge dessen erweitern, und die roten Hände der Waschfrau, welche den ganzen Tag in warmem Wasser zu arbeiten hat, sind hierfür ein Beispiel. Um diese erschaffende Wirkung wieder aufzuheben, ist es bei sonst kräftigen Persönlichkeiten empfehlenswert, der warmen Wäsche eine kalte Abgießung, wenn möglich sogar eine kalte Douche mit Wasserleitungswasser folgen zu lassen, ohne daß deren Dauer wenige Sekunden bis höchstens eine halbe Minute übersteigen darf. Die Douche hat gegenüber der kalten Abgießung den Vorteil, daß sowohl wegen ihrer niedrigen Wassertemperatur als wegen der größeren Kraft, mit der sie den Körper trifft, ihre Wirkung eine stärkere ist. Solche warmen Waschungen mit folgender kalter Douche sollen täglich gleichgültig ob Sommer oder Winter, genommen werden, wobei nur darauf zu achten ist, daß der Raum, in dem man sie ausführt, niemals unter 20 Grad Celsius temperiert ist. Der in diesen den gesundheitlichen Forderungen noch vollkommener genügen will, der möge in einem solchen Räume vor dem warmen Bade mit entblößtem Körper gymnastische Übungen ausführen, welche ihn selbstredend nicht ermüden dürfen, und bei welchen sowohl der Oberkörper als auch der Unterkörper ausgearbeitet werden muß. Diese keine Mühe wird sich reichlich lohnen und die dadurch gegebene tägliche Vereinigung von Luftbad, Reinigungsbad und gymnastischen Übungen wird nicht unwesentlich dazu beitragen, das Leben zu verschönern und zu verlängern.

Aus aller Welt.

Crantz: Der um 2 Uhr 42 Minuten nachmittags von Königsberg hier ankommende Personenzug der Privatbahn Königsberg-Cranz ist auf dem hiesigen Bahnhof auf einen Prellbock aufgefahren und entgleist. Zwei Wagen wurden zertrümmert. Eine Frau wurde getötet, 5 Personen schwer und 6 leicht verletzt. Die Verunglückten stammen sämtlich aus Königsberg bezw. Crantz. — Weimar: In der Ausstellung des Künstlerbundes ist akermals ein Bild beschädigt worden, und zwar ein solches von Martha Lutz-Mülden. In das Bild, das ein junges Mädchen mit einem Strohhut darstellt, wurde mit einem Meißel ein Loch gestochen. Eine Person, die erst zugereist ist, wurde auf Veranlassung des Aufsichtspersonals verhaftet. — Kassel: Am Zuhause ist die Leiche der 13-jährigen Tochter des Arbeiters Ebenau aufgefunden worden. Es liegt ein Lustmord vor. Der des Verbrechens verdächtige Gelegenheitsarbeiter Mai ist verhaftet worden. — Röttenbach bei Linde: In der Nähe von Lindeberg überfuhr ein Personenzug ein Fuhrwerk. Der Fuhrmann und ein Pferd wurden getötet, der Lokomotivbeizer verletzt. Die Maschine und zwei Wagen sind entgleist. — Der alte Sigaden: Gestern wurde durch einen Jäger aus Bischofswiesen die Leiche des seit 2 Jahren verschundenen Prof. Dr. Alexander Straubinger aus Wien aufgefunden. Die Leiche war stark verwest. Sie lag unterhalb einer der Steinwände des Unterberges gegen den Kallturm zu. Die Wertsachen des Verunglückten, darunter 1800 Kronen, wurden unverletzt bei ihm vorgefunden. — Der vom Schourgericht in Düsseldorf im Vorjahre wegen Straßenraubes zu 6 Jahren Zuchthaus verurteilte Maurer Peter Reis wurde in einer erneuten Schourgerichtsverhandlung im Wiedererkenntnisverfahren als geisteskrank freigesprochen. — In Selinheim in Baden stürzte kürzlich nach 5 Uhr früh das Wohnhaus des Landwirts Florian Schäfer unter furchtbarem Krachen und Entwicklung einer dichten Staubwolke plötzlich in sich zusammen. Glücklicherweise waren die meisten Familienmitglieder schon aufgestanden und entgingen so dem Schicksal der 23-jährigen Tochter, die,

nach im Bett liegend, von der Katastrophe überrascht und vom Schutt völlig zugebedt war. Ein Kleiderständer bewahrte sie vor dem Tode des Ersticken.

Himmels-Erscheinungen im Juli.

Die Sonne, der belebende Zentralkörper unseres Planetensystems, war am 22. Juni auf den höchsten Punkt ihrer gegen den Himmelsäquator geneigten Bahn angekommen; der Sommer hat seinen Anfang genommen, als sie damit in das Himmelszeichen des Krebses trat. Jetzt hat sich ihr Lauf bereits wieder nach dem Äquator zu umgekehrt (daher der Name Krebs für das Tierkreiszeichen des Sommers). Langsam nimmt die Mittagshöhe der Sonne ab, und die Untergänge des Tagesgestirns treten von Tag zu Tag früher, die Aufgänge entsprechend später ein.

Die Mittagshöhe der Sonne ist so groß, daß sie durch die tägliche Umdrehung des Himmels zwar bei uns noch unter den Horizont geführt wird (nördlich des irdischen Polarkreises jetzt bekanntlich nicht mehr), aber auch um Mitternacht nur etwa 14 Grad unter dem Nordpunkt des Horizonts steht. Durch die Luftstille, welche die Erdatmosphäre umgibt, werden dann Dämmerstrahlen des Sonnenlichtes noch bei uns über den Horizont gebrochen, und so sehen wir auch um Mitternacht einen hellen Lichtschein im Norden liegen, in welchen die Abenddämmerung übergeht und welcher selbst sich langsam in die Morgendämmerung verwandelt.

Am 1. Juli steht der Mond bei Sonnenuntergang im Süden nahe der höchsten Stellung seiner Tagesbahn. Vor zwei Tagen war erstes Viertel, und die Scheibe ist etwas mehr als halb mit Licht gefüllt. An den folgenden Abenden erblicken wir bei Dunkelwerden den Mond immer mehr links (ostwärts) vom Meridian und in geringer Höhe. Am Vollmondstage des 6. Juli geht der Mond erst 14 Minuten nach Sonnenuntergang in ganzer Scheibe im Südosten auf. Da die Sonne hoch über dem Himmelsäquator steht zur Sommerzeit, der Vollmond aber der Sonne genau am Firmament gegenübersteht, so hat dieser Sommer Vollmond nahezu den tiefstmöglichen Stand unter den Sternen, und wenn die Sonne im Nordosten nach langen Sonnentagen verfinstert, geht er gegenüber im Südosten zu kurzer Mitternacht auf. Später kommt der abnehmende Mond erst nach Sonnenuntergang in die Höhe. Am 10. Juli, wo der Mond um 11 Uhr emporsteigt, finden wir dicht rechts von ihm einen hellen Stern mit ruhigem Lichte. Es ist der Planet Saturn. Am 13. Juli mittags erreicht der Mond sein letztes Viertel und ist dann nur nach Mitternacht bei Dunkelheit zu sehen. Am Tageshimmel sehen wir ihn freilich rechts von der Sonne als weiße, helle Scheibe, die dann immer schmaler zur Sichel wird, je mehr der Mond an die Sonne von rechts her heraneilt. Einige Tage um den Neumond des 21. Juli ist aber der Mond ganz verschwunden und erscheint dann als schmale, rechts beleuchtete Sichel in der Abenddämmerung. Am 23. findet ein gutes Auge rechts von ihm einen hellen Stern, den Planeten Merkur, am 24., abends 8 Uhr, steht die glänzende Venus dicht unter dem Monde. Indem die Mondscheibe sich mehr mit Licht füllt, rückt sie weiter von der Sonne ab und bleibt länger über dem Westhorizont, zur Zeit des ersten Viertels, das am 28., abends 9 Uhr, eintritt, bis 11 Uhr, in den letzten Tagen des Monats bis nach Mitternacht.

Von den Planeten fehlt am meisten die Venus den Blick. Schon ehe es dunkel geworden ist, sieht man im Westen das strahlende Gestirn sich vom Himmelgrunde abheben. Dort bleibt sie anfangs bis 10 Uhr, zuletzt nur bis 9 1/2 Uhr abends zu sehen, dabei verschiebt sich die Stelle ihres Unterganges nach links. Zu Anfang des Monats ist aber noch ein anderer Planet im Westen sichtbar, der seltene Merkur. Er steht etwas rechts der Venus ist weit weniger hell, indes doch leicht bis zum 20. des Monats zu sehen. Am 1. Juli bleibt er bis 9 3/4, am 10. bis 9 1/2, am 20. bis 9 Uhr zu sehen, dann rückt er zu nahe an die Sonne und geht in ihrem hellen Lichte unsichtbar unter. Im weiteren Verlaufe des Abends kommt dann im Südosten der Planet Saturn in die Höhe, anfangs um 11 Uhr, am 15. um 10 1/4, zuletzt um 9 1/2 Uhr. Die Planeten Mars und Jupiter sind nur kurz vor Sonnenanfang sichtbar.

Die Milchstraße zeigt uns in den Sommermonaten ihre schönsten Partien. Um 11 Uhr abends finden wir gerade im Süden die breiten Lichtflecken der doppeltgeteilten Milchstraße. Rechts davon steht tief das prachtvolle Sternbild des Skorpion. Sein hellster Stern ist der rötliche Antares. Wandern wir die Milchstraße hinauf zum Zenith, so finden wir dort den glänzenden Stern Vega und links davon die hellen Lichtnoten der Milchstraße im Schwan. Weit unter Vega finden wir einen anderen Stern erster Größe, von zwei Sternen zweiter Größe symmetrisch umgeben, den Klair im Adler. Mit Hilfe der Venus findet man leicht den Hauptstern Regulus des großen Löwen. Am 14. Juli steht sie gerade dicht über ihm; vorher steht Regulus links, nachher rechts von Venus. An Regulus schließen sich links die anderen Sterne des großen Löwen an, und noch weiter die Jungfrau, deren hellster Stern die schöne Spika ist.

Vermischtes.

Wegen Fahnenflucht im Rückfalle war im April der 48 Jahre alte Matrose Wiesener vom Marinekriegsgericht zu Wilhelmshaven zu fünf Jahren Zuchthaus verurteilt worden, hatte gegen das Urteil keine Berufung eingelegt, vielmehr nur durch ein Gnabengesuch eine Milderung der Strafe zu erlangen versucht, das jedoch jetzt als unbegründet abgelehnt worden ist. Vor mehr als 20 Jahren vom Panzer „Friedrich Karl“ zum dritten Male desertiert, war Wiesener nach langen Irrfahrten

in aller Herren Länder schließlich in Amerika anständig geworden und endlich auch von dort, da er sein Vergehen für längst verjährt hielt, nach Deutschland zurückgekehrt. Da jedoch der seinerzeit gegen ihn erlassene Stedbrief immer wieder erneuert worden war, wurde er, als er sich Papiere zur Heimat besorgen wollte, entdeckt, verhaftet und, nachdem er nach Wilhelmshaven transportiert worden, verurteilt.

Fünfmal verheiratet. Man kennt Bigamisten und Trigamisten, aber daß ein Mann fünf Frauen zum Altar führt, um sie finanziell zu beschwindeln, gehört wohl zu den Seltenheiten. Dieser Mann ist, wie Wiener Blätter berichten, Theodor Korjinek, der unter falschem Namen fünf Ehen geschlossen hat. Wegen ihn hatte eine in Ezegebin wohnhafte Beamtenwitwe wegen Bigamie die Anzeige erstattet. Er hatte der Frau, bei der er sich für einen pensionierten Regimentsarzt Kirchner ausgab, 40 000 Kronen abgeschwindelt und war flüchtig geworden. Es wurde konstatiert, daß Korjinek auch mehrere andere Frauen beschwindelt hat. Wie viele, konnte noch nicht festgestellt werden, doch hat die Polizei vorläufig von fünf Beschuldigungen Korjinek Kenntnis. Sein ständiger Aufenthalt war Jaszybereny, wo er eine große Villa besaß. Hier lebte er mit einer zweiten Frau, mit der Witwe Ring, seinem 27-jährigen Sohne, seiner 12-jährigen Tochter und drei Stiefkindern. Um mit seinen anderen Ehefrauen zu verkehren, begab sich Korjinek zweimal monatlich nach Budapest. Er hielt dort mit drei bis vier seiner Gattinnen das gute Verhältnis aufrecht und gab an, daß er in Geschäftsangelegenheiten verreisen müsse. Als die Schwindeleien entlarvt wurden, verschwand er aus Jaszybereny. Er war zu seiner in Szaszyeresztur wohnhaften fünften Gattin gereist. Trotz seines falschen Dantes wurde er von einem Gendarmen erkannt und in der Wohnung seiner fünften Frau verhaftet. Er ist 55 Jahre alt und war ursprünglich Mechaniker. Er ist ein stark gebauter Mann, elegant gekleidet und von gewinnendem Benehmen.

Die wahren und die falschen Liebe. Eine Komödie der Irrungen hat sich gestern in Schöneberg abgespielt. Mehrere Einbrecher stalteten in der Nacht dem Goldwarengeschäft von Hermann in der Hofenstaufenstraße eine Visite ab. Sie bestrichen die große Spiegelscheibe mit Schmirgelstein, drückten sie ein und raubten dann Waren im Werte von 2000 Mark. Dann verschwand sie in Nacht und Nebel. Der Böhm hatte aber die Geschäftsinhaber rechtzeitig gewarnt. Sie sahen die Diebe noch, rissen die Jalousie vor der Tür auf und wollten ihnen nachjagen. Sie prallten aber entsetzt zurück. Draußen stand ein Kriminalbeamter mit gespanntem Revolver, der die Geschäftsinhaber für die Einbrecher erachtete und mit seiner Waffe in Schach hielt. Die Mut der enttäuschten Herren war ungeheuer. Sie zogen gleichfalls ihre Revolver. Das Mißverständnis klärte sich dann allerdings auf, aber die wahren Liebe waren längst über Berg und Tal.

Mit 7000 Mark flüchtig. Der Rassenbote Karl Brechert ist einer Zwogen- und Seifengroßhandlung im Nordost Berlin mit 7000 Mark flüchtig geworden. Er genöß das volle Vertrauen. Brechert unterhielt, obwohl er verheiratet ist, mit einer Verkäuferin aus der Gnelkenaustraße ein Liebesverhältnis, das ihm viel Geld kostete. Vor vierzehn Tagen zog er bei mehreren Kunden zusammen 7000 Mark ein, lieferte aber das Geld nicht ab. Es ergab sich, daß er auch in seine Wohnung nicht zurückgekehrt war und seine Frau mit einem Sohne von vier Jahren und einem Töchterchen von vier Monaten zurückgelassen hatte. Die Ermittlungen ergaben, daß Brechert auch für 60 Mark Waren aus dem Geschäft entwendet und 46 Quittungen gefälscht hat. Er wird jetzt vom Untersuchungsrichter beim Landgericht I wegen Diebstahls, Unterschlagung und schwerer Urkundenfälschung in Verbindung mit Betrug strafrechtlich verfolgt.

Niederschlagsverhältnisse der 50 Flußgebiete Sachsens in der 2. Dekade des Juni 1906.

Flußgebiet	beobachtet			Flußgebiet	beobachtet		
	normal	abw.	übersch.		normal	abw.	übersch.
Elstertal, n.	4	25	-1	Znoblau	47	36	+11
" "	36	28	+8	Elsttal	33	25	+8
" "	48	31	+17	Döllnitz	29	25	+4
Parthe	21	25	-4	Zahna	26	25	+1
Schwarze	—	29	—	Rommelscher Wasser	34	24	+10
Bleihe, ohne B. u. E.	28	26	+2	Triebitz	33	27	+6
Werra und Einä	27	26	+1	Verenigte Weißertz	23	24	-1
Wölzsch	51	30	+21	Wilde	32	31	+1
Verenigte Wäiden	28	25	+3	Rote	34	30	+4
Zwölz, Mulde, u. Thal	27	27	0	Loswitzer Bach	39	28	+11
" "	32	29	+3	Wölzsch	42	30	+12
" "	49	33	+16	Wöttruba	46	30	+16
Zweitzsch, Mulde, u. Th.	29	26	+3	Wölsch	42	29	+13
" "	29	32	-3	Wölsch	33	26	+7
Zschopau	29	28	+1	Wölsch	38	23	+15
Zschopau	30	33	-3	Wölsch	48	29	+19
Zschopau	30	34	-4	Wölsch	48	29	+19
Zschopau mit Selma	27	32	-5	Kleinisch	33	28	+5
Wölsch u. Wölzsch	31	34	-3	Wölsch	29	25	+4
Wölsch	26	28	-2	Wölsch	27	26	+1
Wölsch	26	28	-2	Wölsch	31	28	+3
Wölsch u. Zwölzsch	27	31	-4	Wölsch	31	28	+3
Wölsch	29	28	+1	Wölsch	33	27	+6
Zschopau	36	34	+2	Wölsch	40	26	+14
Zschopau	32	29	+3	Wölsch	38	29	+9
Zschopau	30	30	0	Wölsch	43	27	+16