Schuhchen des Jungen. Briefe vom Vater, als er noch nicht die große Ruhe hatte.

Mutter legt die Hände in den Schoß und träumt. Wie alles anders kam als man es dachte; wie gut es ist, daß man nie weiß, was die nächste Stunde bringt . . .

Die Uhr schlägt sieben. Die Mutter wundert sich, wie schnell der Tag verging. Sie geht zur Küche, richtet ein Abendessen wie für eine Schar Ausgehungerter.

Ein Danken blüht in ihr auf, sich freuen zu können auf Mann und Kinder. Ein Hausfrauensonntag allein war schön; aber länger, nein, länger wollte sie nicht sein ohne die, die ihres Lebens Inhalt sind.

F. B.

Vor der Sommerreise

Wenn die Hausfrau auch vor Antritt einer Reise schon genug mit dem Vorrichten der Kleidung und Packen der Koffer zu tun hat, dann darf sie doch über diesen unumgänglichen Pflichten den Haushalt selbst nicht vergessen. Jede Vernachlässigung rächt sich gerade hier meist sehr schwer und der dadurch entstehende Schaden hebt dann mit seinen Folgen von Aerger und Unkosten den größten Teil der gefundenen Erholung wieder auf. Knapp zusammengefaßt ergeben sich für sie folgende Maßnahmen:

1. Die gereinigten, staubfreien Teppiche mit Zeitungspapier zu unterlegen und zu bedecken, womöglich noch mit Insektenpulver zu bestäuben. Zusammenrollen derselben macht die Räume ungemütlich, was namentlich bei der Heimkehr recht unangenehm auffällt.
2. Betten sind geklopft und gründlich entstaubt frisch zu beziehen und mit einem Tuche vor Staub zu schützen, um sie ohne Verzug sofort bei der Rückkehr benutzen zu können.
3. Fenster sollten so dicht wie möglich verriegelt werden, da bei starkem Sturm sich lockere Riegel öffnen und den Wassermassen eines Gewitters Einlaß gewähren könnten.
4. Lebensmittel leicht verderblicher Art sollen unbedingt aus Küche und Vorratsraum oder -schrank entfernt werden, da ihr Verderben zur Verbreitung schlechter, wenn nicht durchdringender Gerüche führt, die nur schwer zu entfernen sind.
5. Die Wasserleitung sollte völlig intakt sein, da selbst ein nur leicht tropfender Hahn schon in wenigen Tagen zu einer ständig laufenden Leitung werden kann, die zu ungemein großer Wasserverschwendung führt, ganz abgesehen von den weiteren schweren Folgen durch Ueberschwemmung bei schlechtem Ablauf.
6. Der Ausguß sollte von jeder Verstopfung befreit, zuletzt mit einer weinroten reichlichen Lösung von übermangansaurem Kali gespült werden, die jeden üblen Geruch beseitigt und — weil im Röhrenknie stehend bleibend, auch fernhält.
7. Alle zuletzt gebrauchten Teller und Tassen sollten unbedingt noch gesäubert werden, um Fliegenvermehrung zu verhüten.
8. Alle Kästen und Schränke sollten gut verschlossen und die Schlüssel an einem sicheren, allen Familienmitgliedern bekannten Ort aufbewahrt werden, da dieser Punkt bei abgeschlossener Einbruchsversicherung, im Notfall eine sehr wichtige Rolle spielen kann.
9. An der Hauptwohnungstür sollten alle Sicherungsmaßnahmen getroffen werden, um sich vor ungebetenen Besuchen zu schützen. Fachleute und vielerorts auch die Polizei, geben über diese Fragen erschöpfende Auskunft.
10. Aus gleichem Grunde sollte die Hausfrau auch davon absehen, Fensterläden und Jalousien zu schließen. Möbel und Polster sind rasch durch ein Paar Bett- und Tischtücher zu schützen.
11. Steuern und kleine Rechnungen sollten noch bezahlt, Zeitungen und Zeitschriften ab- oder umbestellt und Postsachen rechtzeitig zum Nachsenden angemeldet werden, damit nicht durch wiederholtes vergebliches Anklingeln, im Hause gerade anwesende Bettler auf die unbewohnte Behausung aufmerksam gemacht werden.

Sind alle diese kleinen, aber wichtigen Verrichtungen erledigt, wenn die Hausfrau als letzte das Heim verläßt, dann kann sie auch ohne diesbezügliche Sorgen in Ruhe ihrer Erholung leben und wirklich neugekräftigt heimkehren zu neuem Kampf ums Dasein in ihrem kleinen Reich.

Die Kochkiste

Wollte man die Frage an unsere Hausfrauen richten: warum eigentlich dieses immer hilfsbereite „Heinzelmännchen" der Kriegsjahre aus so vielen Küchen verschwunden ist, dann würde man sicher in den meisten Fällen nur verlegenes Schweigen oder hilfloses Achselzucken als Antwort erhalten. Wie es kam, daß diese stets betriebsfertige Kochgelegenheit meist gänzlich außer Dienst gestellt wurde, könnten sie sich vielleicht selbst nicht einmal erklären, auch nicht, daß sie, die in jeder Hinsicht so sorgsamen Rechnerinnen, ihren größten Vorzug vergaßen: völlig kostenlos die verschiedensten Speisen nicht nur gar, sondern auch höchst schmackhaft herzustellen. Das ist um so mehr ein Rätsel, als in den Nachkriegsjahren die Zahl jener Hausfrauen ständig stieg, die in des Wortes wahrster Bedeutung: jeden Pfennig vor dem Ausgeben um und um drehen mußten, ob mit ihm nicht noch wichtigeres als das, wofür sie ihn bestimmten, beschafft werden könnte oder müßte. Hätten sie die auf dem Kohlen- oder Gasherd angekochten Gerichte in die dick gepolsterte Tiefe der Kochkiste versenkt, statt hier mit einigen Briketts, dort mit kleiner Gasflamme ihr Garwerden zu bewirken, so hätten sie am Ende der Woche oder des Monats Ersparnisse — täglich zwar nur geringfügig, in ihrer Gesamtheit aber höchst beachtlich — erzielt, die manche unmöglich gewesene Anschaffung gestattet, manchen unerfüllt gebliebenen Wunsch befriedigt hätte.

Dabei saßen oft arbeitslose Söhne oder Väter daheim, die vergeblich nach Arbeit für ihre fleißigen Hände Ausschau hielten und sicher gern und freudig die vorhandene Kochkiste neu ausgepolstert, eine zweite als wichtige Ergänzung der ersten hergestellt, oder — wo eine solche überhaupt noch nicht vorhanden war — der Ehefrau und Mutter gezimmert und eingerichtet hätten. Jede größere Kiste, billig vom Kaufmann als Margarine-, Würfelzucker-, Seifen- oder Backobstverpackung zu beziehen, jedes Fettfäßchen, selbst ein ausrangierter größerer Hand- oder kleiner Tragkorb und schließlich auch ein leckgewordener Eimer kann ja zu dieser „feuerlosen" Kochstelle vorgerichtet werden. Ist doch selbst eine alte, dicke Wolldecke, fest und dicht um den kochenden Topf geschlungen, imitande, dessen Inhalt bei hoher Temperatur zu erhalten und damit gar zu machen. Wieviel mehr erst ein fugendicht ausgepolsterter Behälter?

Wichtig ist allerdings, daß in ihr genau passende Töpfe mit festschließendem Deckel Verwendung finden, also möglichst immer die gleichen Töpfe in den dafür vorgesehenen Kochlöchern versenkt werden. Holzwolle, Heu, Seegras, Berg oder zerstreifig geschnittenes Zeitungspapier ist gleich gut zu verwenden. Eine Lage davon zunächst auf dem Boden des neuen Kochhelfers, etwa in Handhöhe festgestampft, nimmt den dafür bestimmten Topf auf. Um diesen herum wird dann das Füllmaterial ebenso fest und dicht mit einem Stock festgedrückt und -gestopft, damit alle Zwischenräume sorgsam ausgefüllt sind. Ein Stück Wellpappe auf Boden und Wänden eingepaßt, sichert das Lockern dieser Füllung, noch besser näht die Hausfrau gleich einen um den Topf passenden Beutel aus Nessel oder Barchent und fügt diesen in die rund ausgeschnittene obere Decke über der Füllung ein, die dann ringsum festgestopft oder genagelt wird. Nun ist nur noch ein dichtgestopftes Kissen zum Bedecken des heißen Topfes nötig, das bei der Kiste durch deren Deckel, bei einem Korb oder Eimer durch starken Papp- oder Holzdeckel festgehalten wird. Zuhaltungen und Scharniere an ersterem, Beschweren des letzteren durch einen Ziegelstein, sichert noch besonders das Entweichen der Wärme. Die nötigen Ankochzeiten sind bald aus eigener Erfahrung gelernt und sollten im Einzelfall aufgeschrieben werden, um später der Hausfrau immer als Richtschnur zu dienen. Wichtig ist ferner, diesen Kochhelfer in nächster Nähe des Herdes zu plazieren, um den stark wallenden Topf mit affenartiger Geschwindigkeit darin zu versenken und zu bedecken.

Die Vitamine, die angeblich durch das längere Heißhalten der Speisen in diesem Wärmespeicher teilweise zerstört werden können, sind in jetziger Jahreszeit durch die vielen Frischgemüse, Salate und Obstsorten zu ersetzen, die man zum größten Teil roh verspeist. Der vielbeschäftigten, wie der berufstätigen Hausfrau jedoch verschafft er so viel Entlastung bei größter Zuverlässigkeit als ihr immer „dienstbarer Geist", daß er vor allen anderen nötigen Dingen im Haushalt unbedingt beschafft werden müßte.

Käte Hermann.

Allerlei Ratschläge

Wenn die vielbenutzten Korb- und Weidenmöbel gereinigt werden müssen, bereite man dazu eine recht warme Seifenbrühe aus einem Eimer Wasser und vier gehäuften Eßlöffeln Salmiak und bearbeite die Möbel mit einer scharfen Bürste, die man im Seifenwasser immer wieder ausspritzt. Zuletzt überbrause man sie mit klarem Wasser und lasse sie in Zugluft, aber im Schatten trocknen. Sind sie sehr vergilbt, so überhänge man sie noch naß mit großen Tüchern oder Bettlaken, stelle eine Schale mit angezündeten Schwefelfäden darunter und lasse die sich entwickelnden Dämpfe mehrere Stunden einwirken. Völlig getrocknet, schützt man die Möbel vor schnellem Verschmutzen durch einen Ueberzug von farblosem Spirituslack. Dagegen werden Bambusmöbel am besten mit warmem Wasser gereinigt und nach gründlichem Abtrocknen mittels weichem Lappen mit einer Mischung von Leinöl und Terpentin zu gleichen Teilen eingerieben. Abgesprungene Stellen in weißen Bade-Emailwannen und Ausgußbecken beeinträchtigen das tadellose Aussehen sehr; daher soll man sie sofort ausbessern, was bei einigem Geschick fast unsichtbar geschehen kann. Und zwar müssen die betreffenden Stellen sorgfältig durch Abseifen entfettet werden, worauf man die Schäden noch mit Schmirgelleinen abreibt. Dann lackiere man sie mit Emaillack wobei man diesen nicht zu dick aufträgt. Ferner ist es ratsam, nur innerhalb der abgeplatzten Konturen zu bleiben und nicht darüber hinaus zu lackieren, auch keine Tropfen ablaufen zu lassen. Eventuell überpinsele man die Stellen nach dem Trocknen noch ein zweitesmal.

Weiße Ränder entstehen, wenn man auf polierte Möbel ein heißes Gefäß gestellt hat; sie müssen sofort mit einem weichen Korken, den man in Oel und Zigarrenasche getaucht hat, ausdauernd gerieben werden. In den meisten Fällen wird die Mühe mit Erfolg belohnt werden. Schrammen verschwinden, wenn man zu gleichen Teilen Salatöl und Essig mischt und damit unter Zuhilfenahme eines weichen Tuches die Schrammen entfernt, die nach dieser Behandlung rasch verschwinden. Holzwurm wird aus einem Möbelstück entfernt, wenn man das betreffende Möbelstück mit Terpentinspiritus tränkt. Man kann es auch mit Kreosotöl bestreichen.

Gegen Flecke auf Elfenbein hilft Salmiakgeist; gelb gewordenes Elfenbein soll man zum Bleichen in die Sonne stellen. Ein gutes Reinigungsmittel ist Zitrone, deren Schnittfläche in Salz getaucht wurde. Der Belag bleibt eine halbe Stunde darauf, wird dann abgewaschen, der Gegenstand nachpoliert. Weiße und hellfarbig lackierte Holz- oder Eisenmöbel werden leicht und gründlich durch Abseifen mit einem milden Seifenwasser unter Zusatz von einigen Tropfen Salmiak gereinigt und mit einem weichen Poliertuch nachgerieben. Die Metallbeschläge an den Möbeln putzt man am besten mit einem präparierten Poliertuch. Für die Reinigung der Spiegel ist mit Wasser verdünnter Spiritus praktisch; mit Zeitungspapier nachreiben. Ebenso verfährt man mit allen Verglasungen an Möbelstücken und Bildern. Goldrahmen kann man, wenn die Vergoldung echt ist, mit Seifenwasser abwaschen, selbstverständlich mit größter Vorsicht, da das Bild selbst unter keinen Umständen irgendwie mit dem Wasser in Berührung kommen darf. Klaviertasten mit Spirituswasser mittels eines gutausgewundenen Ledertuches abgerieben, verlieren ihre gelbliche Farbe.

Teppiche bürsten ist auf eine ziemlich einfache Art möglich. Man legt eine Zeitung in eine Schüssel mit Wasser. Sobald sie gründlich naß geworden ist, nimmt man sie heraus und reißt sie in ganz kleine Stücke, die man auf den Teppich streut. Nach einigen Minuten bürste man den Teppich in gewohnter Weise ab und wird erstaunt sein, wie wenig man noch durch Staub belästigt wird. Die nassen Papierschnitzel saugen allen Schmutz und Staub auf. Undichte Waschgefäße aus Holz, leckgewordene Waschtröge, Wannen u. dergl. lassen sich durch Hineingießen von heißem Wasser nicht immer gleich wieder gebrauchsfähig machen. Daher soll man die hölzernen Gefäße nach beendigter Wäsche kurze Zeit an der Luft trocknen, dann hochkantig direkt auf den Boden der Waschküche oder des Kellers aufstellen und zwar stets nebeneinander, nie ineinander, da sonst die Eisenbänder an der Innenseite Rostflecke erzeugen könnten, die beim nächsten Gebrauch die Wäsche beschädigen. Man bedeckt die Gefäße nun mit sauberen Säcken oder Sackleinen, um so eine gewisse Feuchtigkeit zu erhalten und die austrocknende Luft abzuschließen. Die auf diese Weise behandelten Holzgeräte werden selbst nach wochenlangem Stehen nicht leck oder undicht werden.

Heiße Aluminiumtöpfe. So praktische Aluminiumtöpfe sind, so unangenehm ist es, wenn man sich an den heißen Griffen unvorhergesehen die Finger verbrennt. Um dem Uebel abzuhelfen, wäre es ratsam, die Griffe mit Kork, den man an der Breite des Griffs einkerbt, zu versehen und darauf zu klemmen. Größere Korke von den Weinflaschen genügen eventuell schon, sonst bekommt man ja auch Korkstücke billig zu kaufen. Von den Flaschenkorken muß man an jeder Seite zwei Stück anbringen.

DER ARZT SPRICHT

Obstgenuß im Sommer

Die heilsame Wirkung des Obstgenusses, schon in grauer Vorzeit instinktiv erkannt und von den neuesten Untersuchungsmethoden der modernen Wissenschaft bestätigt, kann sich nicht selten sogar in das Gegenteil umkehren. Immer wieder werden in der Tagespresse während der Sommermonate Fälle von Erkrankungen mehr oder minder schwerer Art, manchmal mit tödlichem Ausgang, gemeldet, die fast ausnahmslos auf unzweckmäßiges Verhalten beim Obstgenuß zurückzuführen waren. Dieses kann schon darin bestehen, daß Personen, die dem Obstgenuß entwöhnt sind, nach dem Verzehren größerer Mengen erkranken können, weil der Verdauungsapparat den verhältnismäßig großen und plötzlich an ihn herantretenden Ansprüchen nicht nachzukommen vermag. Auch das Verzehren ungereinigter Früchte kann zu mancherlei Erkrankungen führen, und wie leicht diese eintreten können, wenn auch nicht müssen, leuchtet wohl ohne weiteres ein, wenn man berücksichtigt, durch wieviel Hände das Obst geht, ehe es in die Hände bzw. den Mund des Verbrauchers gelangt. Das vorherige Abwaschen in klarem Wasser ist daher eine hygienische Forderung, die niemand unbeachtet lassen sollte. Aeußerst schädlich, ja verhängnisvoll kann sich reichlicher Obstgenuß mit nachfolgendem starkem Trinken von Wasser auswirken. Obwohl diese Unsitte von jeher bei primitiven, wie auch Kulturvölkern als gesundheitsschädlich bekannt ist, werden doch immer wieder alljährlich sogar Todesfälle gemeldet, die nur darauf zurückzuführen sind. Vor allem sind es meist Kinder, die davon betroffen werden, und die Mütter sollten es ihnen streng einschärfen, daß sie das nachfolgende Trinken bei reichlichem Obstgenuß vermeiden müssen. Diese schädlichen Folgen entwickeln sich aus dem Quellungsvermögen des genossenen rohen Obstes im Magen, das je nach Art der Früchte verschieden groß ist. Nach den Untersuchungen des pharmakologischen Institutes an der Universität Würzburg weisen unter den Obstsorten Kirschen, Pflaumen, Aepfel, Erdbeeren und Stachelbeeren usw., vor allem die ersteren das größte Quellungsvermögen auf, denen die Stachelbeeren am nächsten kommen. Die eintretenden Beschwerden erklären sich dadurch, daß das Trinken nach reichlichem Obstgenuß den Magensaft verdünnt, demzufolge die Verdauungsmöglichkeiten vermindert und die Quellungsmöglichkeit begünstigt wird, zumal wenn das Obst, wie vielfach üblich, nur mangelhaft gekaut wurde.

Wenn nun auch nach Obstgenuß und Trinken von Wasser beobachteter akuter Magen- und Darmkatarrh an sich nicht immer zu ernsten Bedenken Anlaß gibt, so sollte man doch nicht versäumen, den Arzt dabei zu Rate zu ziehen, denn durch das Zusammenwirken von Obst und Wasser kann es sehr leicht auch zu einer akuten Magenerweiterung kommen, zumal dann, wenn beides in größeren Mengen in den bereits teilweise gefüllten Magen gelangt. Ganz abgesehen davon, daß es neben der Ueberfüllung und Schwächung des Magens auch zu einer solchen des Darmes kommt, und zwar mit einer Kost, die leicht in Gärung geraten und starke Gasbildung entwickeln kann. Ferner ist vor dem Genuß verdorbenen bzw. kranken Obstes zu warnen, also von Früchten, die von Pilzen befallen sind, wie z. B. pilzkranken Johannis- und Stachelbeeren. Namentlich bei Kindern treten dann nicht selten Verdauungsstörungen mit nervösen Erscheinungen auf.

Wenn man also aus den im Obst enthaltenen und dem Organismus so wichtigen Bestandteilen, wie Zucker, Fruchtsäure, Vitamine und Salze den größtmöglichen Nutzen ziehen will, so meide man vor allem fauliges oder angestoßenes Obst, spüle einwandfreie Früchte vor dem Genuß gut ab, kaue gründlich und genieße Wasser vor und nach dem Genuß nur in kleinsten Mengen. Es gibt natürlich auch viele Personen, deren äußerst leistungsfähiger Verdauungsapparat auch ohne diese Vorsichtsmaßregeln keinerlei Beschwerden bei reichlichem Obstgenuß spüren. Doch diese bilden immer nur Ausnahmen, die für andere nicht maßgebend sein dürfen.

Dr. Sch.

SLUB
Wir führen Wissen.