

Boden habe ich eine Kokosmatte, 60 cm lang, 50 cm breit, um die Füße, wenn ich in der Werkstatt sitze, darauf zu stellen. Abends vor dem Schlafengehen ist ein lauwarmes Fussbad zu nehmen. Sonst viel Spaziergehen, Sport treiben, besonders Turnen, wenn es Ihr Alter erlaubt. Unter meinem Laden fließt ein kanalisierter Bach durch, habe aber trotzdem durch vorgenannte Mittel meine Arbeitskraft bis jetzt erhalten. Mit dem Heizen richte ich mich nicht nach dem Kalender, sondern nach dem Thermometer, 15° R. Zimmerwärme. Probatum est!

Julius Hölzgen, Stuttgart.

Zur Frage 2344. Zementfussböden strahlen dauernd Kälte aus, die auch Linoleumbeläge nicht genügend zurückhalten. In einer früher von mir innegehabten Wohnung war die Küche mit einem schönen Terrazzofussboden versehen, der die Gesundheit meiner Frau in ähnlicher Weise zu schädigen begann, wie Sie das an sich erfahren. Linoleumbelag änderte nichts an dem Zustand, wohl aber ein festgefügt Dielenbelag, der zwischen dem Terrazzoboden und den aufgelegten Brettern eine Luftschicht frei liess. Werden die Bretter unmittelbar auf den Zementboden gelegt, dann hilft das wenig oder nichts, besonders nachdem Sie sich schon ein Leiden durch Erkältung zugezogen haben. Sie werden aber jedenfalls gut tun, wenn Sie fortan die Füße recht warm kleiden, sonst dürfte das Leiden noch weiter fortschreiten, trotz aller Abhilfen am Fussboden. Tragen Sie nur noch Stiefel mit Doppelsonne und innen mit einer haltbaren Filzsohle ausgelegt, wenn nicht ganz mit gutem Filz gefüttert, der ja nicht sehr dick sein muss. Auch Stiefel mit Holzsohle halten die Füße warm. Tragen Sie ausserdem lange Strümpfe (nicht Socken!) aus starker Schafwolle, die täglich gewechselt und gewaschen werden müssen, da sonst die geringste Ausdünstung der Füße Ihr Wohlsein unangenehm beeinflussen würde. Sie könnten auch dort, wo Sie zumeist sich aufhalten müssen, die Luft durch einen kleinen Gasheizkörper etwas anwärmen, der dicht am Fussboden angebracht werden könnte. Indessen würde das schliesslich zu einer Verweichlichung Ihres ganzen Körpers führen können und Sie würden sich leicht sonstige Erkältungen zuziehen, wenn Sie einmal bei rauhem Wetter über die Strasse gehen müssten.

Vero.

Zur Frage 2344. Ich bin in der gleichen Lage wie Sie, habe einen Betonboden mit Linoleum belegt und mir die Ischias geholt. Wenn Sie sich mit dem Hausbesitzer auf ganze oder halbe Teilung der Kosten eines Holzbodens mit Linoleumbelag vereinbaren können, so ist es am besten. Wenn Sie nicht einig werden, lassen Sie sich auf eigene Kosten ein möglichst grosses Stück um den Werkstisch mit zusammengefalzten, gehobelten Brettern mit Hohlraum legen und mit Linoleum überziehen. Im Winter trage ich ausserdem

noch leicht abnehmbare Filzandalen, welche sich sofort abnehmen lassen. Ausserdem versichern Sie sich den Werkstisch gegen die Ladentüre mit einem Ladentisch oder Holzbarriere mit beweglicher Tür gegen Zugluft. Dies ist meine Erfahrung als 10jähriger Besitzer eines solchen Ladens.

A. Jagemann, München.

Zur Frage 2344. Bekanntlich sind zementierte Böden kälter als alle übrigen Bodenbeläge, auch wenn dieselben mit Linoleum belegt sind. In Ihrem Falle wird es gut sein, an Ihrer Arbeitsstelle den Zementboden durch einen Holzboden zu ersetzen. Dielen auf das vorhandene Linoleum zu legen, hat keinen grossen Zweck. Ferner wäre zu beachten, ob sich unter Ihrem Laden ein Keller befindet, wenn nicht, werden Sie schwerlich einen warmen Boden bekommen; dann müssen Sie, wenn nicht schon geschehen, Ihren Werkstisch genügend weit vom Fenster abrücken, so dass das Sonnenlicht Ihre Füße bestrahlen kann. Alle diese Vorkehrungen sind nur nebensächlicher Natur, vor allem heisst es bei Ihnen, das Grundübel beseitigen, das sind Ihre chronisch kalten Füße. Wechselfussbäder, Einreiben der Füße mit Franzbranntwein, ausgiebige Bewegung mit hauptsächlich Berücksichtigung der Beine und Kräftigung Ihres Körpers durch Waschungen wird Sie nach längerem Gebrauch der Anwendungen von dem Uebel befreien, und Sie können ruhig Ihren Laden behalten. Ausserdem ist ein gutes Mittel, die Füße längere Zeit warm zu halten, dieselben mit Seidenpapier zu umwickeln und die Strümpfe dann darüberzuziehen. Bemerken möchte ich noch, dass nach aller Wasseranwendung für ausgiebige Bewegung gesorgt werden muss, oder man legt sich zu Bett, bis man genügend warm ist. Mit diesen einfachen Mitteln habe ich meine chronisch kalten Füße und gleichzeitig den öfteren Blutandrang zum Kopf vertrieben, und ich hoffe, dass der Herr Kollege auch bald von diesem Uebel befreit sein möge.

C. S. in W.

Nr. 20 wird abgeschlossen:

Textteil	Anzeigenteil
7. Oktober, vormittags 8 Uhr.	12. Oktober, mittags 1 Uhr.

Änderungen der laufenden Anzeigen bitten wir spätestens acht Tage vor Erscheinen der Nummer zu bewirken. Um die pünktliche Fertigstellung der „Uhrmacherkunst“ zu ermöglichen, müssen wir den Anzeigenteil schon früher drucken, wir können also später einlaufende Änderungen in Zukunft nicht mehr berücksichtigen. Die für die Schriftleitung bestimmten Zusendungen sind an die Schriftleitung der „Uhrmacherkunst“ (Allgemeines Journal der Uhrmacherkunst) Halle (Saale), Mühlweg 19, zu richten.

Arbeitsmarkt.

Angehote.

Schluss der Anzeigenannahme für die nächste Ausgabe am

12. Oktober
mittags 1 Uhr!

Anzeigentext möglichst frühzeitig erbeten!

Suche zu baldigem Antritt einen

Uhrmachergehilfen,

auch Kriegsbeschädigten, bei hohem Gehalt. Angebote mit näherer Angabe über Alter und Gehaltsanspruch erb. an

Otto Ermisch, Uhrmacher,
Burg (Bez. Magdeburg).

Ein Uhrmachergehilfe,

an gute Arbeit gewöhnt, speziell für Taschenuhrarbeit, zu sofort gesucht. **August Gräfe**, Uhrmachermeister, Wittenberg, Prov. Sachs. Tel. 775.

Wegen Einberufung meines jetzigen Gehilfen, welcher schon über 10 Jahre bei mir tätig war, suche für sofort oder später einen tücht. Nachfolger. Freie Kassen. 8250

Stellung ist auch sehr geeignet für eine Dame oder Kriegsbeschädigten, da angenehmer Familienanschluss. Auf Wunsch volle Pension.

A. Blunck, Kiel, Sophienblatt 14.
Fernsprecher 1968.

Suche für sofort oder später

tüchtigen Gehilfen

für Taschenuhren. 8262
Angebote mit Gehaltsanspr. und Zeugnisabschr. erbeten an
K. Heinzmann, Eisenach.

Tüchtiger Uhrmachergehilfe

für sofort oder auch später gesucht.
Franz Arnold Nachf.,
Mannheim H 1, 3. 8263

Tücht., zuverl. Uhrmachergeh.,

militärfrei, auch kriegsbeschädigt, für sofort oder 15. Oktober gesucht. Erfahrung in Optik erwünscht. Freie Kost, Wohnung und Kassen. 8266

Alfred Haarhaus,
Gevelsberg i. W., Mittelstrasse 21.

Jung. Uhrmachergeb.

findet angenehme Stellung zur weiteren Ausbildung. 8264
Hofuhrmacher **L. Köhler**, Mannheim.

Zu baldigem Antritt suche einen tücht. Gehilfen

für Taschenuhrenreparaturen sowie einen Gehilfen für Grossuhren bei hohem Gehalt. Angebote mit Zeugnissen und Gehaltsanspr. an
L. Döring, Uhrmacher,
Leipzig, Grimmaische Strasse 25.

Uhrmachergehilfe,

auch Kriegsbeschädigter, wird für sofort oder später gesucht. Gefl. Offert. mit Gehaltsansprüchen bei freier Station an
Frau A. Heger Wwe., Obornik i. Posen.

Ein junger Uhrmachergeh. f. dauernde, angen. Stellg. ges. Solche, die Goldrepar. machen könn., bevorz. u. höh. Geh. Arbeitz. 9¹/₂ Std. Eintr. sof. o. spät. Ang. m. letzt. Zeugnisabschr. an
Uhrm. Rosenberg, Pasing b. Münch.

Tüchtiger Gehilfe für Zimmeruhren

bei hohem Gehalt gesucht. 8271
Angebote mit Zeugnisabschr. und Gehaltsansprüchen an
Jul. Hertzog & Sohn, Görlitz.

Jung. Uhrmachergeh.

findet bei gutem Gehalt angenehme, dauernde Stellung für sofort oder 15. Oktober. Ebenfalls stellt einen
Lehrling ein. 8273

Carl Tonagel, Perleberg.

Ein tüchtiger Gehilfe

wird für sofort oder später bei gutem Gehalt gesucht. Angebote erbittet
Albert Kramer, Uhrmachermeister,
Braunschweig, Friedr. Wilhelm-Str. 10.

Suche sofort oder später einen

Gehilfen,

auch Kriegsbesch. Schöne Wohnung und freie Kassen. 8280

Karl Billian, Uhrm., Karlsruhe i. B., Ecke Karl- und Neue Bahnhofstr. 1.