

# HAUSBUCH

FURDAS

## FÜRSTENTUM LIECHTENSTEIN

Ein Ratgeber für den Braut- und Ehestand

Mitarbeiter:

ALICE OTT-BOLZ

DR. A. OSTERMANN

DR. EDITH RINGWALD, BASEL

DR. FRITZ STIRNIMANN, LUZERN

GRETE TRAPP, ZÜRICH

# INHALT

	Seite
ERSTES KAPITEL:	
<i>Heim und Haushalt, von Alice Ott-Bolz</i> . . . . .	7
1. Das moderne Heim . . . . .	9
2. Wohnungshygiene und Wohnkultur . . . . .	20
3. Richtige Beleuchtung . . . . .	26
4. Die moderne Küche . . . . .	29
5. Neuzeitliche Haushaltsführung . . . . .	36
6. Blumen im Heim . . . . .	44
ZWEITES KAPITEL:	
<i>Wäsche und Kleider, von Grete Trapp</i> . . . . .	53
DRITTES KAPITEL:	
<b><i>Schwangerschaft und Wochenbett, von Dr. A. Ostermann</i></b> . . . . .	<b>71</b>
VIERTES KAPITEL:	
<i>Mutter und Kind, von Dr. Fritz Stirnimann</i> . . . . .	82
1. Das Neugeborene . . . . .	83,
2. Entwicklung und Pflege im ersten Lebensjahr . . . . .	89
3. Die natürliche Ernährung . . . . .	96
4. Die künstliche Ernährung . . . . .	<b>104</b>
5. Das Kind im Spielalter . . . . .	113
6. Kinderkrankheiten . . . . .	116
FÜNFTES KAPITEL:	
<i>Alltag und Recht, von Dr. jur. et rer. pol. Edith Ringwald</i> . . . . .	127
1. Das Gegenspiel von Wirtschaft und Recht . . . . .	129
2. Vom Kreislauf der Wirtschaft . . . . .	130
a) Wirtschaftliche Betätigung . . . . .	130
b) Aus Arbeit wird Einkommen und Kapital . . . . .	131
Etwas vom Sparen . . . . .	132
lieber Versicherungen . . . . .	133
Der Kredit und seine Werkzeuge . . . . .	134
3. Der fürsorgliche Staat . . . . .	136

	Seite
4. Der Einzelne und die Familie . . . . .	140
a) Die natürliche Person . . . . .	140
b) Das Familienrecht . . . . .	146
c) Das Erbrecht . . . . .	159
5. Vorsicht bei Verträgen . . . . .	168

SECHSTES KAPITEL:

<i>Speis' und Trank</i> , eine Sammlung guter Kochrezepte . . . . .	171
1. Suppen . . . . .	173
2. Vorspeisen und Zwischengerichte . . . . .	180
3. Fleischspeisen . . . . .	191
4. Fische . . . . .	203
5. Gemüse . . . . .	205
6. Salate . . . . .	212
7. Kartoffel-, Mehl- und Eierspeisen . . . . .	215
8. Süßspeisen und Gebäck . . . . .	223
9. Vegetarische Kost . . . . . *	236
10. Rohkost . . . . .	238
11. Krankenkost . . . . .	240
12. Diätkost . . . . .	245
13. Getränke . . . . .	246
14. Vom Dörren und von Dörrproduktett . . . . .	250

SIEBENTES KAPITEL:

<i>Kleines Hausfrauen-Lexikon</i> , von Alice Ott-Bolz . . . . .	251
--	-----

NACHTRAG:

Ein wenig Gesundheitspflege . . . . .	269
1. Jeden Tag 5 Minuten Teintpflege . . . . .	271
2. Hygiene der Frau . . . . .	272
3. Neuer Weg in der Gesundheits- und Körperpflege . . . . .	273
4. Einfache, zuverlässige Wundbehandlung . . . . .	273
5. Mineralwasser . . . . . < » . . . . .	274
)as Porzellan als Ess- und Kochgeschirr . . . . .	275
<i>Namen- und Sachverzeichnis</i> . . . . .	277