

**Zeitschrift:** Das neue Leben - Im Lichte neuzeitlicher Erkenntnis : monatliche Zeitschrift und Ratgeber über alle Gebiete der Lebensreform  
**Band:** 3 (1931-1932)  
**Heft:** 11-12

**Buchbesprechung:** Büchertisch

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 08.11.2024

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

## Büchertisch.

„Gesunde neuzeitliche Ernährung für die werdende Mutter, Säugling und Kleinkind.“ Ein praktischer Ratgeber mit Speisefolgen und erprobten Rezepten, mit vielen Bildern, von Marianne Fleischhack. Soeben erschienen im süddeutschen Verlagshaus G. m. b. H. Stuttgart, Birkenwaldstraße 44. Preis steif kart. RM. 2.60, Fr. 3.25. Geschenkleinen RM. 3.80, Fr. 4.75.

Wir wissen, daß das Gedeihen unsres Kindes von der richtigen Ernährung abhängt. Schon die Nahrung der Mutter vor der Schwangerschaft hat ungeahnten Einfluß auf das Wachsen und Werden des Menschenkindleins. Welche Mutter möchte nicht rechtzeitig alles tun, um der Verantwortung gegenüber ihren Nachkommen gerecht werden zu können?

Marianne Fleischhack hat, gestützt auf praktische Erfahrungen bei ihren Kindern und auf umfangreiche theoretische Kenntnisse diesen wirklich praktischen Ratgeber zusammengestellt. Aus warmherzigem Verstehen der Mutterschaftssorgen vieler Frauen und aus der Erkenntnis für die Verantwortlichkeit der Mütter ist dieses Buch entstanden, das den großen Vorteil hat, wirklich praktische Winke zu enthalten. Es zeigt in seinem reichen Inhalt beispielsweise den Einfluß der Ernährung, gibt praktische Hinweise für die Ernährung des Frauenkörpers während der Periode der Schwangerschaft, des Wochenbetts, wie auch während der Stillzeit für Mutter und Kind. Die Beikost für das Kind findet seine wichtige Erwähnung, wie auch die naturgemäße künstliche Ernährung des Säuglings und die Ernährung des Kleinkindes. Ein reichlicher Rezeptanhang vervollständigt das Ganze zu einem wirklich praktischen Nutzen und ist es in der Tat eine Fundgrube praktischer Gesundheitspflege für Mutter und Kind.

**Gut und sicher Ski fahren.** „Das Neueste in Skitechnik und Skitraining“, von A. Glucker, Stuttgart. Mit 36 Bildern. Preis nur RM. 1.25, Fr. 1.55. Soeben erschienen i. südd. Verlagshaus G. m. b. H. Stuttgart, Birkenwaldstr.

Jedes Buch dieses Autors ist ein sportliches Ereignis! Diesmal behandelt Glucker mit der ihm eigenen Klarheit das gesamte Gebiet des Skilaufs unter Berücksichtigung der neuesten und bewährtesten Skitechnik; gibt wertvolle Ratschläge für Skitraining und richtiges Atmen beim Skilauf, alles in allem ist es ein überaus praktisches Uebungsbuch für Anfänger, wie auch für Fortgeschrittene. Dies zeigt der reiche Inhalt:

Fassen der Stöcke. — Gehen in der Ebene. — Dreischritt und Paßgang. — Wenden- und Gräten-Treppenschritt. — Abfahrt. — Pflug. — Pflugbogen. Ganz ausführlich sind weiter behandelt: Stemmbogen. — Stemmkristiana. — Kristiana- und Scherenkristiana. — Schlittschuhschritt. — Telemark. — Gelände- und Schanzensprung, sowie der beliebte Wendeschwung und Drehsprung.

Besonders wertvoll machen das Buch die vielen äußerst lehrreichen und wundervollen Bilder, wobei die Hauptübungen in ihren wichtigsten Phasen photographiert sind, so daß man die charakteristischen Merkmale: Mitarbeit von Schulter und Hüfte, Körperhaltung, Verlegen des Körpergewichtes und dergleichen klar erkennen kann. Wer wirklich gut und sicher Skifahren erlernen will, dem kann dieses neueste Büchlein nicht dringend genug empfohlen werden, zumal der niedrige Preis bei so hervorragender Ausstattung und bei so reichem Bilderschmuck jedermann die Anschaffung ermöglicht.