

SPANDAUER ANZEIGER

Garantierte Auflage
90 000

Der Einkaufsberater für Spandau und Außenbezirke

Nr. 0

Guten Tag, Spandau

Das Warenangebot wird täglich interessanter und vielseitiger. Dabei entwickelt sich der Verbraucher immer mehr zum „Sherlock Holmes“, will er das beste Angebot aufspüren.

Mit dem Einkaufsberater können Sie im Kreise Ihrer Familie – losgelöst vom Trubel des Kauftages – Ihren Einkauf vorplanen. Eine Fülle von Kaufmöglichkeiten und die Sonderangebote mit ihren Preisknüllern werden Ihnen den Kaufentschluß erleichtern. Ratschläge zur Wohnungseinrichtung, Umgang mit Haushaltsgeräten, Feinschmeckertips, praktische Haushaltsführung, Schönheitspflege, Modeberatung, Urlaubstips, Hinweise für den Autofahrer werden Ihnen den Spandauer Anzeiger zu einem willkommenen Ratgeber machen. Unsere „Rätseltante vom Dienst“ sorgt dafür, daß die Rätselfreunde nicht zu kurz kommen.

Und last, not least bitten wir um etwas mehr Verständnis für die freundlichen und hilfsbereiten Wesen, die Ihnen letztlich die Ware verkaufen. Denn nicht immer zeigt sich „König Kunde“ als König. Ein König kann auch Nachsicht üben.

In diesem Sinne – seid recht nett zueinander – wünschen wir Ihnen viel Freude am Spandauer Anzeiger und einen guten Einkauf.



Preise kritisch gemustert . . .

Stürmische Entwicklung

Ernst Reuter hat einmal das Wort von der „Republik Spandau“ geprägt und noch heute – inmitten einer stürmischen Entwicklung zu Industriebezirk – stehen die Einwohner Spandaus in dem Ru. „ein Völkchen für sich zu sein“.

10 % der Gesamteinwohner West-Berlins entfallen auf Spandau. Mit seinen über 200 000 Einwohnern übertrumpft Spandau zum Teil bundesdeutsche Städte wie Bielefeld, Bremerhaven, Darmstadt, Ludwigshafen, Mainz, Saarbrücken usw.

Atemberaubend war die Entwicklung Spandaus vor allem in den 60er Jahren. Mancher Straßenzug besteht nur noch in Erinnerung. Ganze Häuserzeilen wurden gesprengt, um neue Straßenführungen zu ermöglichen. Wo sich noch vor einem Jahrzehnt Felder ausdehnten oder Laubenkolonien befanden, entstanden große Stadtviertel mit vielgeschossigen Häusern, Kirchen, Schulen – Zentren neuen Lebens. Aus Ladenzeilen wuchsen hochmoderne Warenhäuser und

Spandau wächst weiter, weil es als einer der wenigen Bezirke West-Berlins über Baulandreserve verfügt.

Seit der Aufgabe der eigenen Stadtrechte sind 5 Jahrzehnte vergangen. Doch über alle Zeiten hinweg bewahrte sich Spandau seine Eigenständigkeit. Einer der Gründe dafür ist sicher die geographische Lage. Industriegebiete, Wälder, Havel und Havelseen bilden einen Gürtel zwischen Spandau und seinen Nachbarbezirken und verhindern so eine Verschmelzung des riesigen Häusermeeres. Doch die sich ständig verbessernden Verhältnisse im Straßenverkehr rücken den Bezirk von Jahr zu Jahr näher an seine Nachbarn heran. Fuhr noch Großvater von Spandau nach Berlin, so fährt der Enkel von Spandau in die City. Aber genau wie der Großvater und Vater lebt auch der Enkel gern in der Großstadt Spandau und auch die Neu-Spandauer gewinnen dieser Stadt im Grünen mit seinen herrlichen Waldgebieten und zahlreichen Wassersportmöglichkeiten bald viele gute Seiten ab.

Lebensmittel-Preise ...nach Ihrem Geschmack!

0749 Pökelkamm mild im Stück 500 g 2,95	Gekochter Vorderschinken im Stück 200 g 1,15	Französische Delicious Äpfel Handelsklasse II 2 kg-Beutel 1,55	Bordeaux blanc sehr süffig 1/1 Flasche 1,45
Frischer Schweinerollbraten aus Oldenburger Schlachtung 500 g 3,45	Geräucherte Gänsebrust zart und mild 100 g 1,55	Ungarische Fleischenten bratfertig, gefr., Handelsklasse A 500 g 1,95	Für den Grog: Der Gute Pott-Rum 40% Vol. 1/1 Flasche 6,95

7 HERTIE

Keine Angst vor Knoblauch

Das Liliengewächs Knoblauch ist ein sehr altes Gewürz- und Heilmittel. Die in den feinen Zehen enthaltenen ätherischen Öle bekämpfen Kreislaufstörungen, verhindern Arterienverkalkung und regulieren zu hohen Blutdruck. Trotzdem rümpfen viele schon die Nase, wenn sie nur das Wort „Knoblauch“ hören.

Zu Unrecht: Knoblauch ist eines der feinsten Gewürze das wir kennen. Kleine Beigaben von Knoblauch machen den Geschmack vieler Speisen pikanter und voller.

Um zu verhindern, daß der scharfe Geruch zu sehr hervortritt, kann man ein paar Tricks anwenden:

Eine Knoblauchzehe, auf einen Zahnstocher gespießt, kann in Suppen oder Soßen mitgekocht und vor dem Anrichten wieder entfernt werden.

Wäscht man die Hände nach dem Knoblauch-Schneiden sofort mit kaltem Wasser, dem ein Schuß Essig beigegeben wurde, bleibt der Geruch nicht haften.

Um zu verhindern, daß man nach reichlichem Knoblauchgenuß unangenehm riecht, trinkt man nach dem Essen den Saft einer ausgepreßten Zitrone. Ebenso gut ist es, ein Sträußchen roher Petersilie zu kauen. Ein Glas rohe Milch ist auch ein gutes Gegenmittel.

Hammelfleisch ist in der feinen Küche ohne Knoblauch gar nicht denkbar. Lammkeule, Hammelrücken oder -braten wird mit ganzen Knoblauchzehen gespickt, die beim Aufschneiden des Fleisches wieder entfernt werden. Lammkoteletts werden vor dem Braten mit kleingehacktem Knoblauch, der mit Salz vermischt wird, eingerieben.

Gut zu Wein schmeckt Knoblauch-Toast. Ein Weißbrot wird aufgeschnitten und die Scheiben von beiden Seiten mit Knoblauchbutter bestrichen. (150 g Butter wird schaumig gerührt. Sechs feingehackte oder durch die Knoblauchpresse getriebene Knoblauchzehen und einen gestrichenen Teelöffel Salz unterrühren.) Dann wird das Brot wieder zusammengefügt, mit Aluminiumfolie fest eingewickelt und im vorgeheizten Ofen bei mittlerer Hitze etwa 12 Minuten gebacken.

French Dressing ist delikatsch zu allen Fisch-, Rindfleisch- und Rohkostgerichten: Majonaise wird mit feingewiegter Petersilie, Schnittlauch, Dill und Zitronenmelisse (notfalls getrocknet), 1 Glas Joghurt oder 1/2 Tasse saurer Sahne, einigen kleingehackten Knoblauchzehen, dem Saft 1/2 Zitrone, Salz und schwarzem Pfeffer zu einer cremigen Soße verrührt.

Beate Treiler

Ist er restlos hin?

Traurig, wenn Ihr Wagen Totalschaden hat – aber BAL-Leasing hilft Ihnen sofort, ohne daß Sie Eigenkapital oder Kautions stellen müssen! Informieren Sie sich unverbindlich bei der großen, nicht fabrikatgebundenen Berliner

BAL
LEASING
Ku'damm 120
a. d. Halenseebrücke
8 86 40 18

Party-Knabbereien

Gedrehte Käsestangen

200 g Mehl, 1 gestrichener Teelöffel Salz, 1 Eßlöffel Wasser, 125 g geriebener Käse, 125 g Fett, 1 Eigelb zum Bestreichen.

Aus Mehl, Salz, Käse und Fett einen Mürbeteig bereiten und kaltstellen. Aus dem Teig auf einem Backbrett bleistiftdicke Rollen drehen. Diese in zehn Zentimeter lange Streifen schneiden. Jeweils zwei Streifen umeinander drehen, mit Eigelb bestreichen und auf einem gefetteten Blech im vorgeheizten Backofen goldgelb backen.

Salzmandeln

200 g abgezogene Mandeln, Öl, Salz.

Mandeln auf ein Backblech schütten. Öl darüber spritzen. Dann in den vorgeheizten Backofen schieben. Bei guter Mittelhitze die Mandeln bräunen. Nach dem Bräunen mit Salz bestreuen und abkühlen lassen.

Käsetrüffel

50 g Butter, 100 g geriebener Käse, 2 Scheiben Pumpernickel.

Butter und Käse verrühren. Im Küchenschrank durchkühlen lassen. Dann Kugeln formen. Jede Kugel in Pumpernickelkrümeln wälzen und wieder kühlen lassen. Eine schnell zubereitete Delikatesse.

Mit Menschen zusammen sein, für Menschen dasein,

das ist es, was so viele ihre berufliche Befriedigung in der Gastronomie finden läßt. Und diese Arbeit bietet noch mehr:

- Ausgezeichneten Verdienst
- Geregelte Arbeitszeiten
- 5–6 Wochen Urlaub
- Zukunftsvorsorge

- Gutes Essen
- Auf Wunsch Unterkunft

Sie waren in der Gastronomie noch nicht tätig? Wir bilden Sie aus! Bitte besuchen Sie uns. Wir stellen ein:

Mitarbeiter/innen für

**Grill
Küche**

**Wienerwald
Gastlichkeit**

Berlin 20, Carl-Schurz-Str. 43
Telefon 3 33 58 66

Über die uns anlässlich der Neueröffnung unserer Gaststätte übermittelten vielen Glückwünsche und Blumenspenden haben wir uns sehr gefreut. Wir möchten allen Freunden und Bekannten dafür recht herzlich danken.

Gaststätte

ZUR HASELHÜTTE

Ingrid und Horst Venzke, Berlin-Haselhorst, Simonring 9, Ecke Stöckelstraße

Pikant gefüllte Ente

Eine vorbereitete Ente innen und außen mit Salz einreiben. 150 g rohen Schinken würfeln, 1/4 Sellerieknolle und 1 Apfel in kleine Stücke schneiden. Die Entenleber schaben und mit den Zutaten vermengen. Die Masse mit etwas Paprikapulver abschmecken. Die Ente mit der Farce füllen, zunähen, auf den Rost der Fettpfanne legen, mit heißem Wasser begießen und bei öfterem Beschöpfen ca. 1–1 1/2 Stunden braten. Die Bratzeit richtet sich nach Größe und Alter der Ente. Die Sauce entfetten und mit etwas Weißwein löschen. Dazu reichen wir Mais aus der Dose nur mit Butter erhitzt, und die Ente wird noch mit halbierten Orangenscheiben dekoriert. Als Getränk wird ein kühles Helles empfohlen.



Für den Feinschmecker

JETZT zugreifen

Genau richtig für Sommer und Urlaub bieten wir Ihnen ein großes Angebot moderner Damen- und Herrenkleidung zu sensationell günstigen Preisen

Überzeugen Sie sich an folgenden Beispielen:

FÜR SIE

- ~~100~~ DAMENKLEIDER, sommerlich chic DM 12,50
- ~~100~~ DAMENKLEIDER, jugendlich flott DM 19,75
- ~~200~~ DAMENBLUSEN, sommerlich leicht DM 5,90
- ~~150~~ DAMENRÖCKE in vielen Varianten DM 9,80
- ~~100~~ DAMENPOPELINEMÄNTEL, voll waschbar, pflegeleicht DM 59,75
- ~~100~~ chice DAMENKOSTÜME in vielen Varianten DM 69,75

FÜR IHN

- ~~200~~ KAMMGARNHOSEN, fabelhaft strapazierfähig DM 15,-
- ~~100~~ flotte SOMMERJACKEN, voll waschbar DM 25,-
- ~~100~~ HERRENANZÜGE, 100% reine Schurwolle DM 89,75
- ~~100~~ HERRENANZÜGE, 100% reine Schurwolle 129,-
- ~~100~~ flotte BAUMWOLLMÄNTEL, voll waschbar, pflegeleicht DM 59,75
- ~~100~~ chice SPORTSAKKOS DM 59,75
- ~~100~~ OBERHEMDEN m. langem Arm, voll waschbar, pflegeleicht DM 6,95

Der Weg zu uns lohnt sich immer!

Walter Prill

das große Fachgeschäft moderner und individueller Kleidung in

Spandau, Breite Straße 37

Großparkanlage



Sprayen Sie auch?

Der Verbrauch an Spraydosen in Deutschland steigt sprunghaft. 1969 waren es noch 366 Mill., 1970 konnte, nach Schätzungen der Industrie, eine Steigerung von 8-10% erreicht werden. Das bedeutet also, daß pro Kopf der Gesamtbevölkerung fast 7 Dosen versprüht wurden.

Obwohl somit die Spraydose aus dem täglichen Leben nicht mehr fortzudenken ist und der Umgang mit ihr absolut einfach und unkompliziert ist, tauchen doch immer wieder Fragen auf, die zeigen, daß selbst ein simples „Knöpfchendrücken“ manches Mal Probleme mit sich bringt.

Welcher Druck herrscht in der Spraydose?

Druck in der Spraydose ist nötig, um den Wirkstoff zu versprühen. Der Druck wird durch ein Treibmittel erzeugt – wobei ein Tropfen noch ausreicht, um den Wirkstoff nach draußen zu befördern.

Der Druck in einer Spraydose beträgt bei normaler Temperatur 2 bis 3 atü. Jedoch wird das Bauplastmaterial jeder Dose auf einen Mindestdruck von 10 atü und manchmal auf einen noch höheren Druck überprüft, bevor es in den Handel kommt.

Jede Spraydose verträgt somit ohne weiteres Temperaturen bis 50° C. Das ist eine Temperatur, die normalerweise im Haushalt kaum auftritt. Und damit ist eine Spraydose in der praktischen Handhabung genauso sicher wie eine Bier- oder Mineralwasserflasche. Denn auch diese Behälter wird man wohl kaum im Backofen oder in der Nähe der Herdplatte aufbewahren.

Ventil nach oben oder nach unten halten?

Normalerweise sind Spraydosen so konstruiert, daß sie aufrecht, also mit dem Ventil nach

oben, zu benutzen sind. Bestimmte Sprays, wie z. B. gewisse Teppichreinigungs- oder Fußsprays, müssen mit dem Ventil nach unten gehalten werden. Das ist aus der jeweiligen Gebrauchsanweisung zu entnehmen.

Wenn man andersrum verfährt, kann es passieren, daß nur das gasförmige Treibmittel entweicht und der Wirkstoff in der Dose bleibt. Dann hat man hinterher eine noch volle Dose, die aber nicht mehr zu gebrauchen ist. Und das liegt dann nicht etwa an der normalerweise absolut einwandfrei funktionierenden Spraydose, sondern an der falschen Handhabung.

Wie nahe darf man „rangehen“?

Im Grunde genommen so nahe wie Sie wollen. Passieren kann nichts, denn das bißchen Kältegefühl ist völlig harmlos und verschwindet im Nu. Aber der Wirkstoff wird bei einer zu geringen Sprühentfernung nicht richtig zerstäubt. Ein Optimum der Wirkung ist nur dann zu erreichen, wenn die Gebrauchsanweisung richtig beachtet wird. Wenn nichts gesagt wird, sollte bei flüssigen – also nicht schaumigen oder trockenen Wirkstoffen – ein Abstand von ca. 30 cm eingehalten werden.



Fachgeschäft
Klose
Groenerstr. 19
(am Hafenplatz)

Echter Schmuck
Brillanten
Marken-Uhren
WMF-Artikel
Sonnabends bis 18 Uhr geöffnet.

**Rot
schmeichelt
der Haut**

Die abendliche Wirkung von Haar und Haut kann der Lampenschirm sehr beeinflussen. Rot oder kräftig rosa beschirmte Lampen schmeicheln besonders der Haut, während gelbe Schirme den Haarglanz mehr zur Geltung bringen. Gefürchtet sind in dieser Hinsicht alle Beleuchtungskörper mit grünen Seidenschirmen. Sie beeinträchtigen aber im Grund nur die rosigen Farben. Dasselbe gilt von blauen und lila Schirmen. Sehr helles Licht verschafft leuchtendem Blondhaar die schönsten Effekte, bei Braun- und Schwarzhaar bringt dafür verdeckte seitliche Beleuchtung oft ein entzückendes Farbenspiel hervor.

Emil Grieben

Charlottenstr. 11 · 333 64 92

Elegantes Briefpapier
Exklusive
Schreibtischgarnituren
Schreibmappen
Dokumentenmappen
Gästebücher · Chronik
Fotoalben
Taschenkalender
Federtaschen
und div. Etuis
Füllfederhalter u. Kugelschreiber in Luxusausführung · MONTBLANC-Spezialgeschäft

*Leicht
bekloppt ...*

Ein Mann betritt das Behandlungszimmer eines Psychiaters, zieht einen Beutel aus der Tasche, entnimmt eine Prise Tabak und stopft sie sich ins rechte Ohr.

Darauf der Psychiater: „Mir scheint, Sie brauchen wirklich meine Hilfe!“

Der Patient nickt: „Ja, ich wollte Sie um Feuer bitten ...“

Heute ... morgen

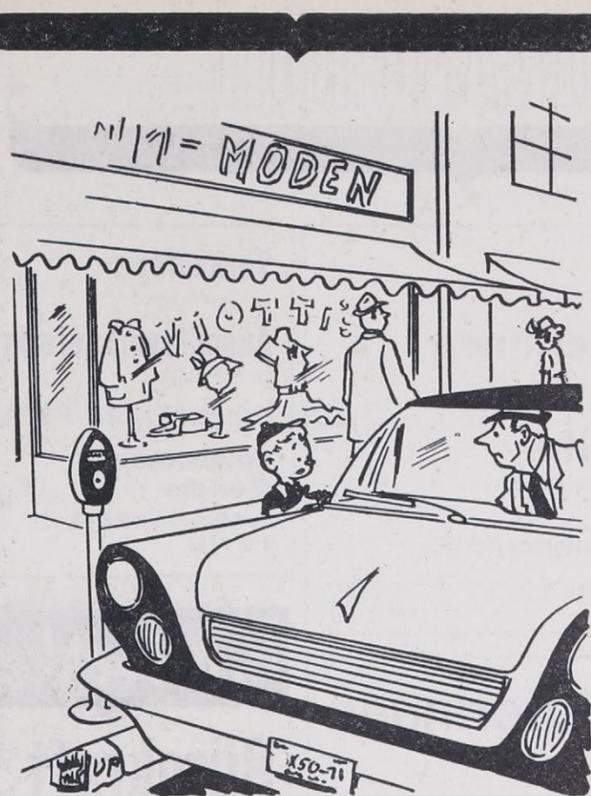
In den meisten Tarifverträgen ist für die Arbeitnehmer ein Urlaub festgelegt. Meist sind die Urlaubstage schnell gezählt, 15, 18 vielleicht 21 Tage im Jahr. Das ist wenig. Nicht nur vom Arbeitseinsatz her gesehen. Auch medizinisch.

Ärzte, die sich mit der Regeneration des Körpers im Urlaub beschäftigen, sagen das seit langem. Drei Wochen sei die Mindesturlaubsdauer, die notwendig ist, um sich vom anstrengenden Alltag zu erholen.

Es kommt hinzu: Die Beanspruchung im Beruf ist heute wesentlich höher als in früheren, gemüthlicheren Zeiten. Die nervenstrapazierenden Einflüsse der Motorisierung, die Anspannung (Streß) von morgens bis abends tragen zur schnelleren Ermüdung bei. Eine Forderung an die Sozialpolitik, mehr Freizeit und längeren Urlaub zu erreichen, ist selbstverständlich. Wenn man die Leistungskraft und die Spannkraft der Menschen erhalten will.

mehr Urlaub und mehr Freizeit, die die Menschen in einigen Jahren haben werden, weil sie sie haben müssen, wird das Augenmerk mehr denn je auf die Gestaltung dieser „Frei-Zeit“ zu richten sein. Es kommt eben darauf an, daß man die Ferien vom monotonen oder übermäßig anstrengenden Alltag sinnvoll und erholsam verbringt. Spezielle Beratung kann der Arzt geben, was notwendig und empfehlenswert ist: See, Reizklima in den Bergen, mildes Klima in Mittellagen, Urlaub unter Palmen oder im klaren, kühlen Klima des Nordens.

Wo man jeweils die besten Urlaubsziele findet, dafür sind die gut ausgebildeten Fachleute des Reisebüros da. Sie sagen, wann und wo, wie und warum. Sich beraten zu lassen, vorbereitet und aufgeklärt in den Urlaub zu fahren, das wird morgen wichtiger sein denn je – zu Ihrem Vorteil.



„Mama sagt, sie ist gleich wieder da, und hier sind eine Handvoll Münzen für die Parkuhr!“

Haben Sie schon einmal versucht, einen Tag gänzlich ohne Salz auszukommen? Wissen Sie auch, daß Salz nicht nur als Würze, sondern auch als praktisches Hilfsmittel kaum zu entbehren ist?

Blumen oder blühende Zweige halten sich länger frisch, wenn man etwas Salz in das Blumenwasser gibt.

salzig

Fensterleder, in Salzwasser ausgewaschen, bleiben schön weich.

Ölfarbengeruch vertreibt man, indem man einige flache Schüsseln mit starkem Salzwasser aufstellt. Das zieht den Geruch an.

Öl wird nicht ranzig, wenn man von Zeit zu Zeit etwas Salz zusetzt.

Alte Teppiche werden wieder farbenfrisch, wenn man sie mit Salz abbürstet.

Butter kann man lange frisch halten, wenn man sie mit Salzwasser bedeckt.

Senf trocknet nicht so schnell ein, wenn man ihn mit Salz mischt.

Pudding kühlt schneller ab, wenn man ihn in ein Gefäß mit kaltem Salzwasser stellt.

**warum
können
Sie
bei uns
so günstig
einkaufen***



Sportliche Kinderpullover

für Knaben und Mädchen, aus Acryl, mit Rollkragen oder dem aktuellen Ring-Reißverschluss, Gr. 104-164

DM

9,-

Nylon-Velours-Nachthemd

für Damen, mit Spitzengarnierung, verschiedene Formen, 3/4 Ärmel

DM

10,-

Herrenhosen

wollgemischte Qualitäten, sowie

Cord-Jeans

Farben Blau oder Sand

DM

10,-

Von überragender Qualität

Damenpulli

aus pflegeleichtem, mollig warmem Acrylgarn, viele Farben, alle Größen, lange Ärmel

DM

12,-

* ganz einfach:
Wir sind Mitglied des



KAUFRING — das bedeutet:
Geballte Einkaufskraft von 650 Kaufhäusern und Fachgeschäften auf allen Märkten der Welt

DENNINGER



Ihre Modistin

Herta Herber
Putzmachermeisterin

Spandau

Schönwalder Straße 13-14
Telefon 3 33 96 80

Schals und Tücher

Modeschmuck

Strümpfe

Pelzhüte am Lager

**Offenbacher
Lederwaren**

Für die Dame
Modische
Umhängetaschen
Stadttaschen
Abendtaschen
Schmuckkästen
Maniküre-Etuis

Für den Herrn
Aktenmappen
Attaché-Koffer
Flugreisetaschen
Dokumentenmappen
Münzkästen

**Leder-
Hildebrand**

Schönwalder Straße 103

**Hi-Fi-
Stereo-
geräte**

Stereo-Plattenspieler
Stereo-Tonbandgeräte
Stereo-Cassettenrecorder
Messeneuheiten

RADIO-RAMM

Schönwalder Straße 108 a
Telefon 3 33 35 33

STELLENANGEBOTE



stellt ein

Raumpflegerinnen

für leichte Büroreinigung,
35 Stunden je Woche, Sonnabend frei.

Kantinenhilfe

täglich von 8-15 Uhr, Sonnabend frei.
Bewerbungen erbittet:

Westfälische Transport-AG.

Niederlassung Berlin,
1 Berlin 20, Eiswerderstraße 18
(Telefon: 3 33 04 71)

Wurstverkäuferinnen

auch für 3 Tage

Kassiererinnen jüngere Arbeiter

Telefon 3 06 10 16

Verkäuferin

für Spielwaren

Aushilfsverkäuferin

auch halbtags,
ab sofort oder später gesucht.

Spielwaren Gerichte

Carl-Schurz-Straße 44
3 33 40 53

h. b. b. kreßke

Bürokräft

halbtags oder stundenweise
für sofort oder später ge-
sucht.

Berlin 20, Förderichstraße 40
Telefon 3 68 16 61

Suchen Sie eine Dauerbe-
schäftigung auch im Winter?
Dann kommen Sie zu uns.
Wir stellen zu günstigen Be-
dingungen ein:

Schlosser Tischler Maurer Betonwerker Eisenbieger Hilfsarbeiter

Engel & Leonhardt

Betonwerk
Berlin 20, am Südhafen
Telefon 3 31 10 61

Ladengesellen

und
Allg.-Gesellen

sucht
Günter Schellenberg
Fleischwarenfabrik
Spandau, Tel. 3 31 72 62

Kreuzworträtsel

orient. Markt	Berg in Armenien	freiwilliger Krankenpfleger	Stadt am Ter (Spanien)	Papageierart	weibl. Hühnervogel	Erd-schicht
				lat.: durch ind. Flachs		
ind. National-epos				Aschen-gefäß		
Brett-spiel				Nachah-mung		
Selten-heit				Medizin (Abk.)		
				End-punkt		
Nacht-lokal					Aller-zufluß	
Indie-ner-zelt	leblos				griech. Buch-stabe	
Zucker-satz	Elend, Not					
				Papst-krone		
engl. Anrede	trag-bares Be-hältnis			Heil-ver-fahren	Kfz.-Z. Frank-furt	Fluß in Peru
Farb-ton	Boden-maß					
					span. Exkö-nigin	
Berg in der Ost-schweiz					Stadt in Süd-frank-reich	

Wie man einen strapaziösen Faschingsball ohne Kater übersteht

Mag ein Faschingsball auch noch so nett gewesen sein, wenn man am Morgen nach wenigen Stunden Schlaf mit einem Brummschädel und einem verdorbenen Magen aufwacht, dann wird die schönste Erinnerung durch das üble Katzenjammergefühl getrübt. Routinierte Ballbesucher prägen sich deshalb vor dem Besuch eines Balles ein paar Faustregeln gegen den Kater ein.

Ehe man sich in den Trubel der Lebensfreude stürzt, sollte man sehr gut und reichlich essen. Fett (wenn man es verträgt) wäre in diesem Fall angebracht. Das kann Sahne, Butter oder fettes Fleisch sein. Leute mit ausgepichtem Magen nehmen vor dem Ball angeblich einen Eßlöffel Olivenöl zu sich. Dann sollen die Magenwände den Alkohol nicht so schnell aufnehmen können. Der Verfasser hat dieses Rezept allerdings noch nicht ausprobiert.

Als zweite Faustregel kann gelten: nicht sofort mit hochprozentigem Alkohol beginnen! Ein Glas Sekt aber vermag die Lebensgeister auf angenehme Weise zu beflügeln.

Da im Fasching viel getanzt wird und die Temperatur im Saal im Laufe der langen Nacht ziemlich ansteigen pflegt, bekommt man Durst. Es wäre nun falsch, den Durst mit Alkohol zu löschen. Man trinke gegen den Durst Mi-

neralwasser. Wer auch hier auf einen kleinen Alkoholzuschuß nicht verzichten will, gieße ein wenig Gin dazu. Auch Bier ist gut gegen den Durst, man sollte jedoch weder Schnaps noch Sekt zusetzen.

Als wichtigste Faustregel kann gelten: nicht durcheinandertrinken! Am gefährlichsten sind Cocktails aus verschiedenen Ingredienzen. Wenn man es einrichten

Katzenjammer

kann, dann sollte man bei einer Sorte Alkohol bleiben, aber natürlich nicht bei hochprozentigen, harten Sachen. Alle zwei Stunden sollte man eine pikante Kleinigkeit essen. Von Süßigkeiten lasse man in einer solchen „alkoholisierten“ Nacht die Finger. Nach dem kleinen Imbiß trinke man, sofern das Herz mittut, eine Tasse Kaffee.

Ist der Ball zu Ende, sollte man vor dem Zubettgehen noch eine halbe Stunde spazieren gehen. Das macht den Kopf wieder klar. Dann nimmt man zwei Kopwehtabletten, trinkt einen halben Liter Milch oder nimmt ein Mittel gegen Magenübersäuerung, duscht sich ab oder wäscht sich von Kopf bis Fuß ab, putzt sich gründlich die Zähne und legt sich dann ins angewärmte Bett. Ist die Nacht nicht zu kalt, läßt man das Fenster offen.

Am Morgen nach dem Aufstehen sollte man wieder duschen oder sich von Kopf bis Fuß abwaschen. Dann trinkt man einen starken Kaffee ohne Zucker und Milch, aber mit viel Zitronensaft. Anschließend kommt ein kleines Katzenrühstück mit einem Glas Bier und pikanten Gabelbissen auf Toast an die Reihe. Zum Mittagessen wird der Appetit noch nicht groß sein, so genügt eine heiße und pikante Suppe. Am besten ist eine Gulaschsuppe, die man schon am Tag vorher gekocht hat, so daß man sie nur heiß zu machen braucht.

Noch ein Wort über den Nikotingenuß: Der Raucher wird natürlich auf einem Ball mehr rauchen als im Alltag. Es wäre jedoch anzuraten, an einem solchen Abend nicht mehr als fünf bis acht Zigaretten jeweils nur halb aufzurauchen.

Modische Lederbekleidung für Damen und Herren in allen Preislagen, beste Qualität. Sonderangebote jederzeit am Lager. Auch der weiteste Weg lohnt.

A. Weiser

Charlottenburg, Bismarckstraße 46 (an der Wilmersdorfer Straße)
Telefon: 3 01 72 95

Hausbesitzer

Es geht um Ihre Fassaden

Wir übernehmen die fachgerechte Renovierung auch schwierigster Fassaden und deren farbliche Gestaltung.

Ausbessern und perlonverstärkte Kunststoffbeschichtung mit deutschen Spitzenfabrikaten oder **Sanierung von Grund auf** mit kunstharzgebundenen Putzen. - Höchste Wetterbeständigkeit - **Jetzt noch günstige Festpreise und verlässliche Termine!** Referenzobjekte in allen Stadtteilen!

Rufen Sie uns einfach an:

8 81 33 77

Kostenlose Beratung.

Gardinenbilder

Aus Farbe und Gardinen entsteht ein Bild

Rahmen lassen sich mit dem Pinsel anfertigen - Farbiger Zimmerschmuck

Wirklich sehenswert ist, was an neuen Gardinenmustern angeboten wird. Aber was sieht man davon, wenn die Gardinen, vorschriftsmäßig in Falten gelegt oder gerafft vor den Fenstern hängen?

Wer endlich einmal sein Gardinenmuster bewundern will, macht sich darum ein oder auch zwei Gardinenbilder. Dazu wird aus Stoffresten das Muster in der vorgesehenen Größe ausgeschnitten, allerdings gibt man ringsum mindestens drei Zentimeter dazu. Dann besorgt man sich passende Holzfaserplatten und scheidet sie rechtwinklig zu. Sollten die Kanten nicht vollkommen glatt sein, spachtelt man sie mit einem Zellosefüllstoff. Nach dem Trock-

nen wird jede Unebenheit abgeschliffen und die Platte gesäubert. Danach bekleben wir den Rand der Rückseite und die Kanten mit doppelseitigem Klebestreifen. Den Stoff breiten wir nun mit der linken Seite nach oben aus, und legen die Faserplatte so auf, daß er an allen Seiten gleichmäßig übersteht.

Zum Befestigen schlagen wir erst einmal eine der Seitenflächen um und drücken sie fest an. Nach sorgfältigem Spannen kommt die gegenüberliegende Kante an die Reihe. Auf die gleiche Weise verfährt man mit Ober- und Unterkante. Die überstehenden Stofftüten werden sorgfältig abgeschnitten und die Ränder sauber angedrückt. Ein Holzrahmen ist für diese Bilder nicht unbedingt notwendig, wer aber eine weiße oder farbige Bilderrahmenkante liebt, nimmt etwas Plakattfarbe und einen Pinsel zu Hilfe.

Der erste elektronisch gesteuerte Staubsauger der Welt:

Deutschlands Hausfrauen werden die ersten sein, die mit einem elektronisch gesteuerten Staubsauger ihre Wohnung pflegen. Mit dem neuen SUPER ELECTRONIC von Siemens. Dem ersten Staubsauger mit elektronisch gesteuerter Saugleistung. Sie läßt sich jedem Gewebe individuell anpassen. Damit Teppichböden noch sauberer werden. Damit empfindliche Orientteppiche länger leben. Damit kostbare Polstermöbel noch nach

Jahren wie neu aussehen. Und damit zarte Gardinen sauber und trotzdem geschont werden. Aber Deutschlands Hausfrauen werden nicht die einzigen bleiben, die den neuen SUPER ELECTRONIC besitzen. Denn Siemens baut Staubsauger für alle Kontinente. Als einer der größten Staubsauger-Produzenten der Welt.

Siemens ist überall zu Hause



Neuer SUPER ELECTRONIC von Siemens