

6. Aargang | Januar 1912 | Nr. 1

Organisation.

Vi har som bekendt i vore Dage et Utal af Foreninger, og det er slet ikke saa underligt, at mange Mennesker synes, at det er for meget af det gode, ja, der er endog dem, der er tilbøjelige til at sige, at al dette Foreningsvæsen er af det onde. Jeg kan nu ikke se bedre, end at Foreningstanken i sig selv er god og sund; thi det, at man danner en Forening, er jo dog i Virkeligheden kun et Udslag af en Samfundsfølelse, der i de fleste Tilfælde kan betragtes som Forløber for den store Broderskabsfølelse, der er den nødvendigste af alle Betingelser for, at Menneskeslægten en Gang kan blive lykkelig.

I en Forening slutter de Mennesker sig sammen, der paa et eller andet Omraade arbejder hen imod et fælles Maal. I Dansk vegetarisk Forening samles f. Eks. alle de, der har faaet Øjnene op for, at den fra Fædrene nedarvede Levemaade ikke er den rette, at vi bl. a. bør ændre vor Kost, saaledes at vi kommer bort fra Kødet og de andre Produkter af døde Dyr, samtidig med at vi lægger de skadelige Nydelsesmidler, Alkohol, Tobak o. s. v. bort i Erkendelse af, at de ved deres Indvirkning paa vor Organisme og særlig paa vort Nervesystem ødelægger os og — hvad der er endnu værre — Efterslægten baade paa Legeme og Sjæl.

Vi slutter os sammen i en Forening, fordi vi er klar over, at vore Tanker vil møde Modstand, saaledes som det altid er Tilfældet med det ny, især naar det er noget godt (nye Moder eller nye Opfindelser paa Gøglets Omraade har langt lettere ved at slaa igennem). Og vi ved, at vi vil møde denne Modstand ikke alene i Form af Uvidenhed og

Fordomme hos det store Flertal af vore Medmennesker, men ogsaa i en anden Skikkelse hos alle dem, der er økonomisk interesserede i at opretholde de bestaaende Tilstande (Slagtere, Bryggere, Tobaksfabrikanter, mange Forretningsfolk, Arbejdere, Læger o. s. v.). Ogsaa de, der er valgt til at styre Stat og Kommune, og paa hvis Valg vi i Reglen ikke har haft Spor af Indflydelse, fordi vi endnu er saa faa, maa vi gøre Regning paa at have imod os. Vi kæmper altsaa mod en vældig Overmagt, og derfor er det af allerstørste Vigtighed, at vi *alle* slutter os sammen. Ingen maa holde sig tilbage i den Formening, at han eller hun alligevel ikke kan udrette noget indenfor selve Foreningen. Selv om man ikke deltager i selve Foreningsarbejdet, saa vil dog alene det, at man tæller med i Medlemsantallet, og at man betaler sit Kontingent, være af den største Betydning.

Enhver, der har taget aktiv Del i Arbejdet for at føre en god Sag frem i Kamp mod Mennesker, som ved deres Modstand kun staar deres egen Lykke i Vejen, har vistnok undertiden følt — om end kun et Øjeblik — en Trang til at lade Hænderne synke, en Tilbøjelighed til at sige: »Ja, naar de ikke vil deres eget Vel, saa lad dem selv tage Følgerne«. Saaledes har man imidlertid ikke Lov til at sige, og har man Hjertet paa rette Sted, saa siger man det heller ikke, men tænker det i det højeste for saa straks efter igen at tage fat, drevet af Trangen til at se sine Medmennesker faa Del i den Lykke, som man ser ligge lige udenfor deres Dør. Men de saakaldte menige Medlemmer af en Forening bør vide, at i saadanne svage Øjeblikke er der intet, der virker mere opmuntrende paa de saakaldte Førere end det, at de ser de gamle Kampfæller staa urokkelig fast, samtidig med at nye stadig strømmer til, selv om det kun er for at faa Lov til at tælle med og betale en Andel af Krigsomkostningerne.

Bestyrelsen for Dansk vegetarisk Forening har haft den store Glæde i det sidst forløbne Aar at se Medlemsantallet mere end fordobles, og det endda til Trods for, at vor Organisationsform har været i høj Grad uskikket til Agitation ude i Landet. Forslag om at raade Bod herpaa har tidligere været fremme, men uden at det er lykkedes at gennemføre dem. Paa den ordinære Generalforsamling, som D. V. F. afholder i Begyndelsen af Februar, vil der imidlertid blive fremsat et nyt Forslag, som man vil finde aftrykt omstaaende, og som jeg vil anmode vore Medlemmer om at studere nøje igennem, saaledes at der paa Generalforsamlingen

kan blive ført en frugtbringende Forhandling derom, forinden en saadan ret gennemgribende Forandring i vor Organisation foretages. *P. Schrøder.*

Forslag
til
Love
for
Dansk vegetarisk Forening.
(Landsforening.)

§ 1. Foreningens Formaal er at udbrede Kendskab til vegetarisk Levevis og modarbejde Brugen af skadelige Nydelsesmidler.

§ 2. Medlem kan enhver Mand og Kvinde blive, der har Interesse for at fremme Foreningens Formaal.

§ 3. Udmeldelse kan ske med 14 Dages Varsel.

§ 4. Medlemmerne samles saa vidt muligt i Afdelinger i de forskellige Landsdele. Disse Afdelinger vedtager selv Love og Kontingent for deres Medlemmer; kun skal den § i Lovene, som omhandler Formaalet, altid være enslydende med Landsforeningens, Lovene skal indeholde en Bestemmelse om, at hvert enkelt Medlem har Krav paa et Eksemplar af Medlemsbladet, naar et saadant findes, og Lovene maa iøvrigt ikke paa noget Punkt være i Strid med Landsforeningens.

§ 5. Afdelingen yder til Landsforeningen et aarligt Tilskud af 60 Øre pr. Medlem over 20 Aar og 40 Øre pr. Medlem under 20 Aar. Heri er indbefattet Betaling og Porto for Medlemsbladet. Beløbet indsendes halvaarsvis inden Udgangen af Maj og November til Landsforeningen sammen med en Meddelelse om Tilgang og Afgang af Medlemmer samt Bopælforandringer.

§ 6. Medlemmer, i Nærheden af hvis Bopæl der ingen Afdeling findes, eller som fremsætter særligt Ønske herom, optages direkte i Landsforeningen som spredtboende Medlemmer. Aarsbidraget er 2 Kr. aarlig, for et Ægtepar 3 Kr. Heri er indbefattet Betaling for Medlemsbladet. I Indskud betales desuden 50 Øre.

§ 7. Foreningens Anliggender varetages af en Hovedbestyrelse med Ansvar overfor et Repræsentantskab.

§ 8. Til Repræsentantskabet vælger hver Afdeling Repræsentanter, 1 for hver paabegyndt 50 Medlemmer. De spredtboende Medlemmer af Landsforeningen vælger i Fællesskab efter samme Regel som en Afdeling. Valget gælder for et Aar.

§ 9. Hvert Aar i Juli eller August Maaned afholdes Aarsmøde, hvortil der af Hovedbestyrelsen indvarsles mindst 1 Maaned i Forvejen. I dette Møde kan ethvert Medlem deltage, men kun Repræsentantskabets og Hovedbestyrelsens Medlemmer har Stemmeret. Paa Aarsmødet fremlægges det reviderede Regnskab til Godkendelse; de paa Dagsordenen opførte Forslag behandles; der vælges Hovedbestyrelse og 2 Revisorer, og det afgøres, hvor næste Aarsmøde skal afholdes. Aarsmødet er Foreningens højeste Myndighed.

§ 10. Hovedbestyrelsen bestaar af 3 Medlemmer, Landsforeningens Formand, Kasserer og Se-

kretær, som dog ikke samtidig maa være Medlemmer hverken af Repræsentantskabet eller af en Afdelings Bestyrelse. Vælges et Medlem af Repræsentantskabet til Bestyrelsen, træder Suppleanten ind. Hovedbestyrelsens Medlemmer maa forpligte sig til at deltage i dens Møder, med mindre de har lovligt Forfald. De vælges ved skriftlig Afstemning af Repræsentantskabet. Dette udpeger Formanden; de øvrige Hverv fordeles efter indbyrdes Overenskomst.

§ 11. Saavel til Repræsentantskab som til Hovedbestyrelse vælges Suppleanter i samme Antal som egentlige Medlemmer og efter samme Regler. Suppleanterne til Hovedbestyrelsen kan deltage i dennes Møder, dog uden Stemmeret.

§ 12. Den, der modtager Valg til Bestyrelse enten for Landsforeningen eller for en Afdeling, forpligtiger sig dermed til absolut Afhold fra Kød, Alkohol og Tobak for den Tid, Valget gælder.

§ 13. Forslag, der ønskes behandlet paa Aarsmødet, maa indgives til Hovedbestyrelsens Formand inden 1. Juni.

§ 14. Forandringer i Lovene kan kun ske, naar mindst $^2/_3$ af de mødte Repræsentanter stemmer derfor.

§ 15. Kassereren er ansvarlig for Foreningens Midler.

§ 16. Foreningens Regnskabsaar gaar fra 1. Juli til 30. Juni.

„Dansk vegetarisk Forening" kræver ikke Afhold af sine Medlemmer. Intet Løfte. Enhver, der har Interesse for Vegetarismen, kan blive Medlem.

Bemærkninger

til

Forslag om Omorganisation af Dansk vegetarisk Forening.

1. Landsforeningens Opgave bliver:
   a) at danne Bindeleddet mellem Afdelingerne og mellem de spredtboende Medlemmer,
   b) efterhaanden at faa disse organiserede i Afdelinger,
   c) at udgive Medlemsbladet,
   d) at agitere overalt, hvor der ikke i Forvejen findes Afdelinger,
   e) at støtte og opmuntre disse saa meget som muligt i deres Arbejde, f. Eks. ved at skaffe Foredragsholdere og Lærerinde til Madlavningskursus o. s. v.,
   f) at repræsentere de danske organiserede Vegetarer saavel overfor Institutioner og Myndigheder her i Landet som overfor vore Meningsfæller i Udlandet,
   g) at søge offentlig Støtte til vore Bestræbelser for at udbrede Kendskabet til sundhedsmæssig Levemaade.
2. Landsforeningen overtager Udgivelsen og Udsendelsen af »Solblink«.
3. Landsforeningen overtager Biblioteket og Vedligeholdelsen af samme.
4. Landsforeningen overtager Driften af Vegetarisk Oplysningskontor.
5. Til Landsforeningen overgaar den forhaandenværende Beholdning af Tryksager (gamle Solblink, Smaaskrifter, »Vegetariske Opskrifter« o. s. v.).

6. Landsforeningen modtager desuden 600 Kr. kontant af den nuværende Dansk vegetarisk Forenings Kasse.
7. Landsforeningen forpligter sig til snarest at søge samlet et Fond paa 1000 Kr., hvilken Kapital ikke maa forbruges. Dog kan indtil Halvdelen deraf midlertidig anvendes til saadanne Formaal, som med stor Sikkerhed maa formodes at ville give gode Renter, f. Eks. til Udgivelse af »Vegetariske Opskrifter« eller andre Skrifter, som tør paaregnes at kunne sælges med Fortjeneste, til Anskaffelse af Lysbilleder, Tavler og lignende Hjælpemidler. Dog skal der paa Beholdningen af saadanne Ting hvert Aar foretages rigelige Afskrivninger, saaledes at der altid bygges paa en sund Status.

Kødnød — ?

Hvor ofte har vi ikke hørt og læst dette Ord i det sidste Aarstid! Og de fleste Mennesker — ikke mindst dem med den slunkne Pengepung — gribes af Rædsel ved Tanken om, at det dyrebare Kød, som de Forvejen synes, at de faar altfor lidt af, skal slippe helt op. De har en Følelse af, at det betyder omtrent det samme som Hungersdøden. Og alt, hvad de regner for Autoriteter, bestyrker dem i denne Anskuelse. »Social-Demokraten« jamrer næsten daglig over, at Kødet stiger, at Smørret stiger, at Kaffen, Øllet, Tobakken, kort sagt alle de vigtigste »Livsfornødenheder« stiger i Pris.

Det er ogsaa rigtigt. Det maa sikkert være dyrt at leve for dem, der betragter de nævnte Ting som Fornødenheder. Vi andre gaar vel heller ikke helt Ram forbi, men vore næstbedste Fødemidler, f. Eks. Mel, Gryn, Kartofler er dog ikke blevne væsentlig dyrere i de sidste Aar, og selv vort bedste Fødemiddel, Frugt, kan ikke siges at stige i Pris, selv om vi naturligvis kunde ønske os den meget billigere. Det er derfor, vi med Rette kan hævde, at den vegetariske Kost slet ikke behøver at blive alene for Velhavere, saaledes som mange Mennesker, der ikke en Gang ved, hvad Vegetarisme er, er tilbøjelige til at tro, men at den tværtimod kan faas til en langt billigere Pris end nogen anden Kostsammensætning, i hvilken de før nævnte »Livsfornødenheder« indgaar.

Nu er det naturligvis ikke nok at give Anvisning paa en *billig* Kost; man maa ogsaa kræve, at den er sund, nærende og velsmagende. At den vegetariske Kost netop er i Besiddelse af disse 3 vigtige Egenskaber, har vi saa ofte godtgjort gennem vore Foredrag, Skrifter, Kursus o. s. v. Det skal derfor ikke gentages paa dette Sted, men her skal kun udtales en Beklagelse af, at

det er saa svært for os gennem Dagspressen at faa Adgang til at oplyse de mange Tusinde Læsere om, hvor daarlig de anvender deres ofte surt fortjente Penge ved Indkøbet af Fødemidler.

Ja, naar Folk endda læste deres Aviser med Kritik og tænkte selvstændig over de mange Spørgsmaal, som bliver behandlet der, saa vilde dog maaske adskillige af dem ikke kunne undgaa at faa Øje paa de meningsløse Urimeligheder, der klæber ved den nu almindelige Levemaade. Netop i »Social-Demokraten« har der i den senere Tid været skrevet mange Spalter om Forfalskninger af Fødemidler, og det fremgaar nu netop af de mange Eksempler, Bladet nævner, at det i første Række er de førnævnte »Livsfornødenheder«, det gaar ud over. For Kødets Vedkommende er der vel ikke saa meget Tale om Forfalskning, men snarere om Salg af Kød, Fisk og tilberedte Kødvarer (Pølser o. lign.) i en saadan Tilstand af Forraadnelse, at selv Kødspisere bliver betænkelige derved. Det er jo en Kendsgerning, at en meget væsentlig Del af den Mængde Kød og Fisk, der falbydes særlig i København, befinder sig i en ret fremskreden Forraadnelse, og at dette selvfølgelig i endnu højere Grad er Tilfældet med de tilberedte Kødvarer, hvor de tilsatte Krydderier jo netop har den dobbelte Opgave: at give Pølserne, Farsen, den forlorne Skildpadde o. s. v. den fine Smag og — dække over Synders Mangfoldighed.

Mange Steder søger Samfundet nu at sikre sig »sundt« Kød ved Indførelse af offentlig Kødkontrol. Det er en ganske overordentlig kostbar Foranstaltning, og at den alligevel ikke giver Spor af Betryggelse skal blive nærmere udviklet af en Fagmand i et følgende Nummer af dette Blad.

For Flæskets Vedkommende har man noget, der hedder Trikinundersøgelse. En saadan foretages f. Eks. af Københavns Kommune i den nye Flæskehal, som det forøvrigt har kostet $^3/_4$ Million Kroner at bygge. Den kræver et Personale, som ved Oprettelsen for et Aarstid siden bestod af en ledende Dyrlæge, 2 Journalførere, 8 Prøveudtagere og ca. 70 Trikinundersøgere. Kontrollen begynder Kl. 5—6 om Morgenen og varer ofte til langt ud paa Aftenen. Det er altsaa ikke noget helt lille Apparat her er i Virksomhed, og dyrt maa det blive. Men saa gør det vel ogsaa god Nytte for Pengene? Ja døm selv! Kontrollen begyndte sin Virksomhed i August 1910, og d. 24. April 1911, altsaa 8 Maaneder efter, fandt man de første Trikiner! Der blev saa stor Glæde herover, at den lykkelige Finder fik udbetalt 10 Kr. i Findeløn! Adskil-

lige fornuftige Mennesker vilde nu maaske heraf drage den Slutning, at hele denne Kontrol vistnok maatte kunne spares, men de »sagkyndige« siger bestemt Nej. Mon det da hænger saaledes sammen, at der i Løbet af de 8 Maaneder er gaaet Masser af Trikiner forbi Kontrollen uden at blive opdaget? Men hvormange Kødspisere tænker nærmere over det? De bøjer sig for »Sagkundskaben« og — betaler. Vi Vegetarer trækker paa Smilebaandet og lader gerne de andre beholde al Flæskestegen.

Men naar Forholdet altsaa i Virkeligheden er det, *at* alle Produkter af døde Dyr selv i saakaldt »frisk« Tilstand er et Stykke inde i Forraadnelsesprocessen, *at* Kontrollen med disse Ting er urimelig kostbar og dog uden nævneværdig Betydning, *at* som Følge deraf de fleste af disse Ting nydes i en Tilstand, som vilde faa selv en Kødspiser til at gyse, hvis den ikke skjultes ved Hjælp af Krydderier, *at* disse Krydderier igen fremkalder en Trang til kunstige Nydelsesmidler (Alkohol, Tobak, Kaffe o. s. v.), som yderligere koster Penge og i Tilgift nedbryder den Del af Helbredet, som Kødgiftene har skaanet, foruden alle de andre Ulykker, de giver Anledning til, og naar det saa paa den anden Side er en Kendsgerning, at der findes andre Fødemidler, gennem hvilke vor Organisme kan blive rigelig forsynet med de Stoffer, den kræver til sin Ernæring, og som samtidig er langt sundere og ogsaa kan faas billigere, — ja, er der saa egentlig nogensomhelst Mening i at tale om Kødnød? *V. O.*

Anmeldelse.

»Vegetariske Opskrifter« (2. Udgave), samlede af Skolekøkkenlærerinde Fru *Maja Schrøder*, hedder et lille Hefte, der nu er udgivet af »Dansk vegetarisk Forening«.

Første Udgave kom 1907, og var allerede den Gang en udmærket Samling Opskrifter, der tilmed kunde faas for 25 Øre.

Denne Udgave er betydelig udvidet, men i Modsætning til alt andet, er den ikke derfor steget i Pris, hvorfor enhver Husmoder eller husholdningsinteresseret let vil kunne anskaffe den.

Foruden en hel Del (ca. 90 Stk.) gode, gennemprøvede Opskrifter paa Retter af Grøntsager, Frugter m. m. indeholder denne Udgave tillige en »Vejledning til Sammenstilling af For- og Efterretter«, et Afsnit »Hvor meget skal vi spise?«, hvor Forf. paa en udmærket Maade besvarer Spørgsmaalet, og ved en Kostundersøgelse beviser, at man ikke alene kan faa det tilstrækkelige

Antal Varmeenheder, men at disse ved alene at tages fra Planteriget endogsaa bliver langt billigere, en Anvisning til »Enligt stillede Personer«, der ønsker at leve vegetarisk men ikke har megen Tid til at tilberede Maden, og endelig en Tabel over Næringsstofferne og Varmeenhederne i de forskellige Fødemidler. Bag i Heftet findes Oplysninger om »Dansk vegetarisk Forening«, »Vegetarisk Litteratur« o. m.

I Forordet giver Forf. gode Vink til den Husmoder, der gerne vil bringe sine Husholdningsudgifter lidt ned, og hvem vil ikke gerne det? Alene af den Grund fortjener den lille Bog at blive almindelig udbredt.

Hilda Holm Hermansen,
eksm. Husholdningslærerinde.

Spørgsmaal og Svar.

11. Der er indkommet Forespørgsel angaaende et Tilfælde af Sukkersyge fra en Patient, der i Brevet erklærer i »voksende Grad at leve ved vegetarisk Kost siden 1908«. Han har altsaa aldrig været helt Vegetar, og han forespørger nu, hvorledes Diæten skal være, for at Sukkersyge kan helbredes, og om det er rigtigt at bruge tvekulsurt Natron i Kuren.

Der kan hertil kun svares, at *enhver forstandig Læge behandler ikke Sygdomme, men syge Mennesker,* hvorfor der ikke kan gives Raad i al Almindelighed mod en Sygdom. Saa meget kan dog siges, at der gives ikke en eneste Sygdom, der fordrer animalsk Diæt, og at derfor Sukkersyge ogsaa kan helbredes ved ren Frugtdiæt, men tillige, at der gives forskellige Arter af Sukkersyge. Ved Naturhelbredelse kan enhver af disse Arter helbredes, naar Sygdommen ikke har varet for længe, men det er meget ofte umuligt paa Forhaand at afgøre i det enkelte Tilfælde, om Sygdommen er helbredelig eller uhelbredelig. Med Hensyn til Brugen af tvekulsurt Natron gælder det, at kemiske Midler (Medicin) aldrig kan helbrede; det kan kun Naturen selv. Om der i det enkelte Tilfælde kan skaffes nogen Lindring ved Natron, maa staa hen. *Mich. Larsen.*

Møder i Januar,

Aarhus Afdeling. Sammenkomst i Handels- og Industricaféen, Skolegade 5, 1, Onsdag d. 10. Januar Kl. 8½ pr.
Gæster ere velkomne.

Københavns Afdeling. Møde Mandag d. 8. Jan. Kl. 8 præcis i Ansgarsalen, Gothersgade 115. *Thomas E. Spur* vil behandle Spørgsmaalet: *„Kan vore Soldater komme til at leve sundere og billigere"?* Forskellige sagkyndige vil blive indbudt til at deltage i en efterfølgende Diskussion. Gæster er velkomne.

Møde Torsdag d. 25. Jan. Kl. 8 præcis i Ansgarsalen, Gothersgade 115. Fru Oberstinde *Mehrn* vil tale om: *Menneskets Forhold til Dyrene.* Foredraget vil blive ledsaget af Lysbilleder, samt af Sang og Luthspil af Frk. *Laura Mehrn.* Ikke-Medlemmer 25 Øre.

Holte Afdeling. Sammenkomst hos Ingeniør Schrøder, Skovridergaardsvej, Onsdag d. 17. Jan. Kl. 7½ Aften. Gæster er velkomne.

Vegetarisk Bibliotek.

Nye Bøger.

Baltzer, Ed.
Naturgemässe Lebensweise.

Biering, Holger
Børns Tobaksrygning.

Blackie, John Stuart
Selvopdragelse.

Bock
Menneskets Bygning og Liv.

Borup, Jens M.
Det store Brændoffer.

Danske Havesager.

Den trogne Karo og hans öden.

Förster, Paul
Der Vegetarismus.

Grønlund, E.
Om Øl, dets Tilvirkning og Næringsværdi.

Hering, E.
Vegetarismus.

Holm, I. C.
Vejledning i Brugen af Bad.

Hovgaard, Wm.
Sundhed eller Kundskaber.
Sport.

Ingerslev, E.
Om Dødeligheden ved Barselsleber.

Jæger, Gustav
Erfaringer med Uldbeklædning.

Jürgensen, Chr.
Mad og Drikke.
Om Brød.

Körbing, Johs.
Om Smitte.

Lahmann, Heinrich
Die naturgemässe Gesundheitspflege.

Larsen, Mich.
Maadehold og Sundhed.

Licht, Ensebius
Rendyrket Gær.

Panum, P. L.
Stofskiftes Fysiologi.
Menneskets Fysiologi.
Om Vivisektion.

Pettenkofer, Max
Luften og dens Forhold til Klædedragt, Bolig, Jordbund.

Richter, Otto
Zwei Freunde.

Selldén, Hj.
Om Nikotinismen.

Struer, H.
Bedømmelsen af Drikkevand.

Tenon, Elna
Videnskabens Ofre.
Det vetenskapliga Människoplageriet.
Vetenskapliga Experiment på Människor.
Vetenskapligt Barbari.

Vogelius, L S.
Vore Nydelsesmidler og deres fysiologiske Betydning.

Tidsskrifter.

»Der Mensch«. 1908.
Vegetarismen. 1904.

Rabat.

Ved kontant Betaling og mod Forevisning af Medlemskort for indeværende Aar kan Medlemmer af Dansk vegetarisk Forening faa Rabat paa Indkøb i følgende Forretninger i København:

Vegetarisk Hotel, Vesterbrogade 79		10 %
Bøgelund-Jensen, Raadhuspladsen 2*)		10 »
„Sanafer“, St Kongensgade 36-38, Afdeling A **)		10 »
„Sanafer“, St. Kongensgade 36-38, Afdeling B ***)		5 »
„Sana“, Skindergade 28 og Smallegade 17		5 »
„Dana“, Gl. Kongevej 121	Frugt- og Grønthandel.	5 »
I. V. Jacobsen, Slagelsegade 18		5 »
Jørgen Jensen, Nørrebrogade 18 B		5 »
C. Lindelof, H. C. Ørstedsvej 66, Farvning og kemisk Rensning		10 »
Gartnernes Frugtudsalg, Pilestræde 40.		5 »

*) Rabat gives kun paa Henkogningsglas, og kun naar der købes mindst 25.
**) omfatter Underbeklædning, Toilet-Artikler m. m.; paa enkelte Varer gives ingen Rabat.
***) omfatter diætetiske Præparater, m. m; paa enkelte Varer gives ingen Rabat.

For Vegetarer anbefales **Honning** fra P. A. E. Müller (Københavns Honninghus), Graabrødretorv 4. Telf. Byen 3685.

Motto: Enhver, som daglig Honning nyder, den dobbelt til sin Sundhed yder.

Dansk Vegetarisk Forening

har til Formaal at udbrede Kendskab til **vegetarisk Levevis** og modarbejde Brugen af skadelige Nydelsesmidler.

Enhver, der har **Interesse** for dette Formaal, kan blive Medlem. Der afgives **intet Løfte!**

Kontingentet er i København 3 Kr. aarlig (Ægtepar 4 Kr. — Medlemmer under 20 Aar 2 Kr.); udenbys Medlemmer det halve. — Indskud 50 Øre. — Heri indbefattet Betaling for Medlemsbladet.

byder sine Medlemmer følgende Fordele:

1) Medlemsbladet »Solblink« (udgaar 12 Gange aarlig og indeholder bl. a. oplysende Artikler, Opskrifter paa vegetariske Retter m. m.)
2) Adgang til Medlemsmøder med oplysende Foredrag, Diskussioner og Samtaler
3) Ret til at laane Bøger fra Vegetarisk Bibliotek
4) Adgang til Det sociale Sekretariats Læsestue og Ret til at laane Bøger fra dets Bibliotek
5) Rabat paa Indkøb af Varer i forskellige Forretninger (se Listen S. 7).

Æres-Formand: Kommunelæge *Mich. Larsen*, St. Kongensgade 25.
Næstformand: Ingeniør *P. Schrøder*, Holte, Telefon Holte 222.
Kasserer: Fru *Guldbjerg*, Aaboulevard 14.
Bibliotekar: Fotograf *Th. Strenge*, Nørrevold 64. Tlf. Byen 3619.
»Solblink«s Ekspedition: Boghandler *Wiene*, Østerbrogade 23. Telefon Central 5029.
— Redaktør: Journalist *E. W. Lorentzen*. Vejle.

Vegetarisk Oplysningskontor

(Adr. **Ingeniør P. Schrøder, Holte. Telf. Holte 222.**)

giver *gratis* Svar paa *Forespørgsler* vedrørende Vegetarismen og modtager Anmodninger om Afholdelse af *Madlavningskursus, Foredrag* (med eller uden Lysbilleder), *Forevisning* af vegetariske Retter o. s. v. overalt i Landet. Endvidere modtages med Tak *Avisudklip* vedrørende Vegetarismen, og i saadanne Tilfælde, hvor en Imødegaaelse af disses Indhold maatte være ønskelig, vil der saavidt muligt blive sørget derfor.

Bestyrelsen.

Det sociale Sekretariat og Bibliotek

(Vestre Boulevard 5, Kbhvn., ved Aborreparken) er aabent hver Søgnedag Kl. 11—2 samt Onsdag Kl. 4—6 og de øvrige Hverdage Kl. 7—10 Aften. Medlemmer af Dansk vegetarisk Forening har *gratis Adgang* til Læsestuen og til at laane Bøger.



ER DEN FINESTE OG BEDSTE

MAGASIN DU NORD

Glas og Porcellæn,
Elektriske Kroner og Lamper,
Elektriske
Koge- og Varme-Apparater,
Køkken-Udstyr,
Knive,
Elektro-Plet og Nikkel.

MAGASIN DU NORD

JFN DET HVIDE HUS
Telf. 5052

Æble-The i Pakker 0,50 og 1,00.
Koffeinfri Kaffe, helbrændt, 1 Pd. 2,00.
Upolerede Ris 1 Pd. 0,24, pr. 5 Pd à 0,22.
Riste-Ris til at brune med Salt 1 Pd. 1,10.
1 Pd. af disse Ris fylder som 10 Pd. almindelige Ris.
Alkoholfri Druevin 1/1 Fl. 1,60 og 2,50.
do. Æblevin 1/1 Fl. 0,75, 1/2 Fl. 0,40.

J. F. Nielsen, „Det hvide Hus",
Slagelsegade 14. Bredgade 77.

Køb dansk Frugt!
Direkte til Forbrugerne.

Spiseæbler, fine, holdbare, pr. Pd. 18—22.
(Sorter som: Cox's Orange, Flaskeæbler, Pigeon Vinter-Guldpearmain, Reinetter, m. fl.)
Madæbler, store, gode, holdbare 15—18.
Kogepærer, meget store, udmærkede til Kompot, holdbare hele Vinteren, 15—18.
Kvæder, til Syltning, 15.
Frugten er i Aar ualmindelig smuk, holdbar og af god Kvalitet. Forsendes overalt i Landet, godt emballeret, i Kasser paa ca. 30 og 50 Pd. samt i mindre Vægt i Kurve. Emballagen er gratis og tages ikke tilbage. Frit leveret paa Sorø St. Man bedes henvise til denne Annonce.
Forhandlere antages over hele Landet.
Forlang Tilbud!
Handelsg. N. GRAM, Koldemosegaard, Sorø.





Bøgelund-Jensen,
Raadhuspladsen 2.

KØKKEN-UDSTYR
til vegetarisk Husholdning.
Telefon H. 863.

Alt til vegetarisk og sundhedsmæssig Levemaade samt til Sygediæter føres, specielt til Sukkersygediæt. **Sanafer Vegetarkød** er et fortrinligt Erstatningsmiddel for Kød. Billigt! Let at tilberede! Velsmagende!
Forlang Kataloger og Prislister.

Ns Sanafer

St. Kongensgade 36/38, København K.
Telefoner: 9656, 9657, 9658.

Broderimagasin og Tegnekontoret,

Telefon: **Frederiksborggade 39, I.** Byen 5199 y.

Kostumer og Selskabsdragter paategnes hurtigt og billigt. Moderne og originale Mønstre. Stort Udvalg af alle paategnede Artikler til billigste Priser.

Ingen stor Butiksleje, derfor smaa Priser.

Husk 1. Sal! **Husk 1. Sal!**

Adam E. Gall's elektriske Etablissement

for Svagstrøms-Anlæg.
Martensens Allé 16. Telefon 7934.

Specialitet: **Elektriske Ringeapparater og moderne Hustelefoni**

Pasning og Vedligeholdelse af gamle Ringeledningsanlæg mod aarlig Betaling.

Overslag og Tilbud gratis og franko.

Specialforretningen

SANA

Alt til vegetarisk, afholds- og sundhedsmæssig Husholdning. — Egen Fabrik for Kogning af ægte Frugtsaft, Marmelade, Gelé og Maltsaft m. m.

Husk SANAs Kvalitet Plantemargarine.

Fabriks-Udsalg: Skindergade 28 (Tlf. 5650), Smallegade 17 (Tlf. Godth. 682 x).

Vesterbros Badeanstalt.

Vesterbrogade 36. **Telf. Vester 148 x.**

Bringes i alle Vegetarers og Sundhedselskendes Erindring.

Kolde Styrteb. m. el. u. Damp (Bruse-, Straale-, Sæde- og Skeletb.) 0,25, Abm. 0,18.
Temp. Styrteb. m. el. u. Damp (Bruse-, Straale-, Sæde- og Skeletb.) 0,30, Abm. 0.25.
Varme Karbade, Afsæbningsbade med Styrtebade (2 Haandklæder) 0,60, Abm. 0,45.
Kreuznacher-, Fyrrenaals-, Gran-, Klid-, Malt-, Havsalt og Soda-Bade.
Transportable Bade (Hjemmebade) leveres overalt i Byen 2,50, Abm. 2,00.

Husk Anstaltens 1. Kl. Frisørsalon og Fodklinik.

Jeg anbefaler herved min Forretning til Medlemmernes Velvillie!
Ærbødigst

C. Lindelof,

Kemisk Tøjrensningsetablissement & Dampfarveri,

v. Aaboulevard. **H. C. Ørstedsvej 66.** Tlf. Nora 1682 v.

Forretningsprincip: Hurtig Ekspedition. 1. Kl s Arbejde. Billige Priser.
Telefonér eller skriv et 3-Øres Brevkort. Tøjet hentes og bringes overalt i Byen.

Solblink udkommer den 1. i hver Maaned i ca. 1000 Eksemplarer.

Annoncer til »Solblink« sendes til:
Boghandler Emil Wiene, Østerbrogade 23, København Ø. Telefon 5029.

Udgives af *Dansk vegetarisk Forening.*
Redigeres af *E. W. Lorentzen,* Vedelsborg, Vejle.
Emil Kristensens Bogtrykkeri, Nørregade 30. Kbhvn.