

6. Aargang | Februar 1912 | Nr. 2

De nærmeste Krav.

Vi kæmper imod en vældig Overmagt, skriver Ingeniør *P. Schrøder* i »Solblink«s Januar-Nr. Jeg kunde ønske at tilføje: Ingen Sag her hjemme har større Modstand at overvinde end Vegetarismen. Thi den tilsigter en Smagsforandring i det daglige Liv, og at forandre Smagen er noget af det værste.

Tager man lidt Lære af den sidste Menneskealders Historie, kan der ikke være Tvivl om, at den eneste Vej fremad er ad Organisationens Vej. Vi maa have en stærk Organisation, der kan tage Kampen op og sprede Vegetarismens Frøkorn ud over Landet. Ellers kommer vi ingen Vegne. Man kan dog ikke forlange, at Alkoholdrikkere og Tobaksrygere og Kødspisere skulde give sig til at bekæmpe sig selv.

Det Forslag til Love, som er fremsat i Bladets sidste Nr., indeholder et betydeligt Fremskridt, og de dertil knyttede Bemærkninger er maaske ogsaa alt, hvad der kan gøres Fordring paa i Øjeblikket. Vankundigheden er jo stor, og de praktiske Vanskeligheder for vegetarisk Levevis kan undertiden være næsten uovervindelige, særlig i mindre Provinsbyer, hvor Hoteller, Pensionater og private Familier ikke har Begreb om fornuftig Madlavning. Hvad skal unge Mennesker saa gøre?

Vi savner:

1. En stor og stærk Organisation.
2. Oplysende og vejledende Literatur.
3. Et stort og alsidigt Organ.
4. Agitation blandt Ungdommen for en rationel Levemaade med Idræt og Friluftsliv.
5. Plan for en virkelig dansk Vegetarisme, afpasset efter Forholdene i Byerne og — navnlig — paa Landet, blandt Gaardmænd og Husmænd.
6. Madlavningskursus.

7. Oplysende Foredrag.

Dertil kunde føjes endnu en hel Del andre »dybtfølte Savn«, men det er ikke værd at tage Vejret fra Læserne. Foreløbig har vi formentlig nok at gøre med at faa ovennævnte afhjulpne.

Rønne, 7/1 1912.

N. P. Østergaard,
Redaktionssekretær.

Lærerkursus paa Skodsborg Badesanatorium.

I Begyndelsen af Januar har »Danmarks Afholdsforenings Lærer-Forbund« for 4. Gang ladet afholde Kursus i Sundheds- og Alkohollære paa Skodsborg Badesanatorium. Der er ved denne Lejlighed bleven holdt Foredrag af Lægerne, Professor *Chr. Jürgensen, Ottosen, Nelson, Hindhede, Mich. Larsen, Benedictsen* og *Arnold Møller* samt af Fru *Johanne Ottosen.* Desuden har der været Lejlighed til for de kvindelige Deltagere (Lærerinder og Lærerhustruer) at deltage i et Kursus i vegetarisk Madlavning. Der er ingen Tvivl om, at disse Lærerkursus har den største Betydning for Udbredelsen af Kendskabet til Vegetarismen, og det er derfor i høj Grad glædeligt, at de stadig vinder stor Tilslutning og følges fra først til sidst med den største Interesse af Deltagerne. *V. O.*

Kontingentet er for indenbys Medlemmer 3 Kr. aarlig — for et Ægtepar 4 Kr. — „Solblink" gratis.

Mød frem

i stort Tal til Generalforsamlingen *Mandag d. 5. Februar.* Der vil her ikke alene blive aflagt en udførlig Beretning om Virksomheden i det forløbne Aar, men ogsaa drøftet vigtige Fremtidsplaner. Ethvert Medlem af D. v. F. vil sikkert have Glæde af at komme til Stede, og desuden vil det være en Opmuntring for dem, der til Hverdag trækker Læsset, om de paa den Maade kan faa et Vidnesbyrd om, at deres Virksomhed følges med Interesse. Under Behandlingen af Aarsberetningen vil der være god Lejlighed til at fremkomme saavel med Kritik over det, der er udrettet, som med nye Tanker og Forslag. Begge Dele vil være Bestyrelsen særdeles velkommen.

P. Schrøder.

Vegetarismen giver Sundhed og Styrke.

Vor udmærkede Meningsfælle, Hr. *S. M. Breckwoldt,* er nu vist snart kendt over det ganske Land paa Grund af de originale Midler, ved hvilke han søger at vække sine Medborgere til Erkendelse af, at den vegetariske Levemaade er det eneste fornuftige Grundlag at bygge sin Tilværelse paa, dersom man ønsker, at denne skal blive lys og lykkelig, og hvem ønsker ikke det? Adskillige gode Vegetarer, som ellers er ganske enige med Hr. B., har dog ment, at

hans Fremgangsmaade undertiden var lidt for »amerikansk« og maaske endog kunde skade Sagen. Jeg maa sige, at jeg deler ikke disse Betænkeligheder. Man skal ikke være ængstelig for at vække Opsigt om en Sag, naar man blot har fast Bund under Fødderne. Man maa skelne mellem sund og sand Reklame paa den ene Side og Humbug paa den anden.

Og er der noget, Hr. B.s forskellige Foretagender *ikke* er, saa er det Humbug. Løbet mellem »Bananen« og »Bøffen«, Turen som Fyrbøder til Østasien, Turen Danmark rundt med en Rickshaw efter sig, det er sandelig ikke Slaraffenliv, men det er haardt Arbejde, under hvilket ikke alene Æren, men ogsaa adskilligt mere, undertiden vel endogsaa Livet, staar paa Spil. Selv blandt dem, der ellers ikke er bange for at ofre en god Del af deres Kræfter paa Arbejdet for Vegetarismens Fremgang, er der vist næppe mange, der er rede til at vove selve »Pelsen«, saaledes som Breckwoldt har gjort det.

Den omtalte Tur som Fyrbøder til Østasien har Hr. B. givet en Redegørelse for i en lille Pjece, som han kalder »Et Bevis for at Vegetarismen giver Sundhed og Styrke«. Den indledes med forskellige Attester, som Modstandere ikke vil kunne slippe uden om, og derefter omtales Ruten, Livet paa Søen, Livet og Arbejdet ombord og en Række morsomme Oplevelser i de fremmede Lande. Et Afsnit om Udholdenhedsprøver danner Afslutningen paa det lille Hefte, som forøvrigt er udstyret med en Række Billeder efter Fotografier, som er taget paa Turen.

Pjecen er de 25 Øre værd, som den koster, og da Forf. ellers ikke spinder Guld ved sine Foretagender, vil man kunne glæde baade ham og sig selv ved at købe den; den faas ved Henvendelse til Forf.s Bopæl: Kronborggade 8, København.

P. Schrøder.

Vegetarisk Bibliotek.

Nye Bøger.

Abrahamsen, H.
Blodets Ilt.

Alanus
Brystsygens Helbredelse ved Diæt.

Bramsen, Alfred
Livets Manna.
Tændernes Bevaring.

Bökelund & Blechingberg
Bevar din Sundhed (Kogebog).

Combe, A.
Lovene for Fordøjelsen.

Johnston, James
Hverdagslivets Kemi.

Otto, Carl
Kvindelegemet og Korsettet.

Schmiegelow, E.
Ørets Sundhedspleje.

Strøm, H.
Om Børns Kost.

Ørum, H. P.
Sundhedsbogen.

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.

Regnskab for 1911
for Dansk vegetarisk Forening.

INDTÆGT			UDGIFT		
Kassebeholdning d. 1/1 1911		1302,12	*Møderne*		
Medlemsbidrag			Leje af Lokale	80,00	
Restancer	58,80		- - Service	19,60	
for 1911	370,75		Betjening	9,00	
		429,55	Trykning af Brevkort	13,00	
Møderne			Honorar for Foredrag	5,00	
Salg af Billetter	116,25		Fødevarer	91,48	
— - Fødevarer	17,56		Annoncer	48,08	
Forskelligt	3,30		Anden Reklame	14,50	
		137,11	Forskelligt	68,68	
Kursus					34
Salg af Adgangskort	175,00		*Kursus*		
Forskelligt	3,00		Leje af Lokale	45,00	
		178,00	Løn til Lærerinder	82,00	
Forlag			Fødevarer	56,41	
Salg af »Veg. Opskrifter«	62,20		Annoncer	37,42	
— - andre Kogebøger	2,75		Inventar	15,13	
— - forsk. Smaaskrifter	4,50		Forskelligt	56,00	
Annoncer i »Veg. Opskrifter«	20,00				29
— - Smaaskrift Nr. 11	34,00		*Forlag*		
		123,45	Trykning af Smaaskrift Nr. 11	67,00	
Biblioteket			— - »Veg. Opskrifter«	210,00	
Gaver	200,00		Indkøb af andre Kogebøger	2,56	
		200,00			27
Solblink			*Biblioteket*		
Abonnement	29,40		Indkøb og Indbinding	200,00	
Annoncer	42,70		Ktg. til Det soc. Sekr. og Bibl.	10,00	
Gave fra Installatør Gall.	9,00		Vegetarische Warte	4,50	
		81,10			21
			Solblink		
Renter		31,78	Trykning	276,50	
			Klichéer	20,62	
Optaget Laan		200,00	Porto	33,46	
			Forskelligt	3,75	
					3
			Anden Agitation		
			Rejser	16,60	
			Tryksager	35,35	
			Annoncer	11,40	
			Porto	54,17	
					11
			Administration		
			Papir og Konvolutter	41,93	
			Porto	14,70	
			Forskelligt	31,87	
					8
			Kassebeholdning d. 31/12 1911		10
Balance		2683,11	Balance		26

Henriette Guldbjerg,
Kasserer.

Ovenstaaende er et Sammendrag af det af Revisorerne gennemsete og godkendte Regnskab, som vil være fremlagt til Eftersyn paa Generalforsamlingen.

Status den 31. December 1911.

AKTIVER			PASSIVER	
lioteket		100,00	Gæld	200,00
:getariske Opskrifter«		400,00	Formue	1518,51
aaskrift Nr. 11		50,00		
lre Smaaskrifter		20,00		
:ntar		10,00		
staaende Fordringer:				
bonnement	25,00			
nnoncer i »Solblink«	76,11			
— - Smaaskrift Nr. 11	20,00			
— - »Veg. Opskrifter«	10,00			
		131,11		
sebeholdning		1007,40		
Balance		1718,51	Balance	1718,51

Henriette Guldbjerg,
Kasserer.

Fra Arbejdsmarken.

Det vegetariske Kursus i Aarhus d. 27. Novbr. til d. 2. Decbr. 1911. Trods rigelig Reklame og personlig Agitation opnaaedes kun 17 Deltagere, som dog i Ugens Løb fik Sympati baade for Frk. *Dalhoffs* elskværdige Maddemonstration og for den vegetariske Sag, hvis Gevinst sikkert opvejer det økonomiske Tab.

Den festlige Afslutning, hvortil Venner var indbudt, varslede godt for de senere Kursus med større Tilslutning.

Ved Mødet i København d. 8. Jan. holdt Hr. Cand. mag. *Thomas E. Spur* et interessant Foredrag om, hvorledes det var lykkedes ham at gennemføre den vegetariske Levemaade, medens han aftjente sin Værnepligt. I den efterfølgende Diskussion deltog bl. a. Dr. *Hindhede,* Gartner *Madsen,* hvis personlige Erfaringer paa dette Omraade blev fremsat med et Lune og en Djervhed, som gjorde et overbevisende Indtryk og fremkaldte et livligt Bifald, Billedhugger *Bøgebjerg,* som ikke forstod, hvorfor Dr. Hindhede ikke resolut sluttede sig til Vegetarismen, og flere andre. Det var desværre kun lykkedes at samle ca. 40 Tilhørere. Militæretaten var kun repræsenteret af nogle faa Menige, skønt der var sendt Indbydelse til saavel Officerer som Underofficerer og opslaaet Plakater paa samtlige Kasserners Samlingsstuer.

Ved Mødet i København d. 25. Januar havde man paa Grund af Fru *Mehrns* Sygdomsforfald maattet lægge Programmet om. Ingeniør *Schrøder* holdt et af Lysbilleder ledsaget Foredrag om »Vegetarer paa Udenlandsrejse«, hvorefter der blev givet en Fremvisning i Calisthenics af *Gerda Marie Guldbjerg,* som henrev Tilskuerne til begejstret Bifald ved sin yndefulde Dans. Mødet var besøgt af henved 100 Mennesker.

I Lyngby vil der sandsynligvis i Løbet af Februar ved de sam-

virkende Afholdsselskabers Foranstaltning blive afholdt et Foredrag af Ingeniør Schrøder om den bedste og billigste Kost med paafølgende Servering af Smørrebrød med vegetarisk Paalæg.

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.

Spørgsmaal og Svar.

12. Hvorledes anvendes Hørfrø i Husholdningen?

Svar: Jeg har aldrig hørt, at Hørfrø, hvis Næringsværdi jeg ikke kender, men som vistnok er lige saa høj som adskillige Kornsorters, anvendes i Husholdningen. Dens slimede Egenskab, som gør den ret anvendelig ved Sygdomme i Luftvejene (Brochitis o. lign.), synes jeg maa gøre Midlet mindre appetitlig til daglig Brug (som »Mad«).

Mich. Larsen.

Møder i Februar.

Københavns Afdeling. Generalforsamling Mandag d. 5. Febr. (se nærmere nedenfor).

Holte Afdeling. Sammenkomst hos Ingeniør Schrøder, Skovridergaardsvej, Onsdag d. 14. Febr. Kl. $7^1/_2$ Aften. Gæster er velkomne.

Ordinær Generalforsamling

afholder Dansk vegetarisk Forening *Mandag d. 5. Februar Kl. 8* præcis i det sociale Sekretariats Lokaler, Vestre Boulevard 5.

Dagsorden:

1. Aarsberetning afgives.
2. Regnskab aflægges.
3. Forslag til Omorganisation af D. v. F. (se Bestyrelsens Forslag i »Solblink«s Januar-Nummer).
4. Valg af Hovedbestyrelse.
5. - - Suppleanter til denne.
6. - - Revisorer.
7. Forslag om Udnævnelse af et Æresmedlem.
8. Forslag til Love for Københavns Afdeling.
9. Valg af Bestyrelse.
10. - - Suppleanter.
11. - - Repræsentanter.
12. - - Revisorer.
13. Forskelligt.

Bestyrelsen.

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

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.

A/S Sanafer

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

FAABORG VEGETABIL
MARGARINE
ER DEN FINESTE OG BEDSTE

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.

For **unge Mennesker** under 20 Aar er Kontingentet 2 Kr. i København og nærmeste Omegn og 1 Kr. i Provinsen. „Solblink" gratis.

En pæn Pige,
der vil paatage sig almindelig Husgærning, og som sætter Pris paa at slutte sig til Familien, kan straks eller senere faa en god Plads hos Fotograf *Møller*, Kerteminde.



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.



Bøgelund-Jensen,
Raadhuspladsen 2.

KØKKEN-UDSTYR
til vegetarisk Husholdning.

Telefon H. 863.

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.

Tlf. Nora 1682 v. **Kemisk Tøjrensningsetablissement & Dampfarveri,** Tlf. Nora 1682 v.

v. Aaboulevard. H. C. Ørstedsvej 66. (C. LINDELOF.)

Herre- & Damegarderobe, Spaseredragter, Bal- & Selskabstoiletter, Gardiner & Møbelstoffer renses kemisk eller farves i nyeste moderne Kulører. Uld-, vatterede og Gulvtæpper renses eller farves smukt.
Faareskind, Pelsværk: Muffer, Boaer etc. farves i moderne Kulører el. renses kemisk. Skindveste, kulørte Handsker, Tasker, Bælter etc. renses og opfarves i deres oprindelige Farve, event. smukt sort. Hvide Handsker renses eller farves smukt sort.

Pletborttagning og Oppresning af Herre- & Damegarderobe hurtigt.

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.