

8. Aargang | Februar 1914 | Nr. 2

Indhold: Kartoffelmanden. Til Bestyrelsen. Regnskab og Møder fra Københavns- og Aarhus-Afdl. En Doktordisputats om Kaffeinet. Spørgsmaal og Svar.

Kartoffelmanden.

Med denne Overskrift havde Social-Demokraten i December en Artikel, der viser, hvor langt Førerne for vor Arbejderstand undertiden kan være tilbage i Fortidens Vildfarelser.

Men man kan heller ikke tænke sig nogen mere radikal Omvæltning end den, der møder den frigjorte Arbejder i Vegetarismen. Opdragen med tarvelig Kost, som vel har vist sig at bringe ganske gode Resultater, men som af en blind »Videnskab« kaldtes tarvelig og næringsfattig, har Arbejderne endelig begyndt at faa Raad til at nyde Livet ved at spise mere varierende og dyrere Kost, og i samme Øjeblik møder Videnskaben med den Opfattelse, som Arbejderens egen Sundhed for længe siden har bevist, at netop den simple Kost, Brød og Kartofler, er den mest nærende og den, der indeholder de nødvendige Næringsstoffer i det heldigste Mængdeforhold.

Nu gnider man maaske et Sekund Øjnene og spørger med Holberg: »Er det jeg eller er det ikke jeg? Hvad skal jeg da gøre for at nyde de Fordele, som mit Arbejde har skaffet mig?« Men Svaret er givet i samme Øjeblik. Ønsker Arbejderen virkelig velsmagende og samtidig sunde Næringsmidler, da begynd at spise Frugt; men spis ikke Levningerne af det, som det 19. Aarhundredes Overkultur svælgede i: Alkohol, Tobak og Kødet af døde Dyr. Det er Fremtidens og vor Tids Mennesker givet at vælge deres Kost i langt højere Grad end tidligere efter Sundhedens og Æstetikkens Regler. Hvorfor skulde den danske Arbejderstand da først gøre den foregaaende Tids Fejl om?

»Kartoffelmanden« og adskillige andre interesserede var den 15. Januar indbudt til et Møde i »Pomona«, Nørregade 7[1]. Paa Talerstolen stod den virkelige »Kartoffel-

mand«, Assistenten ved Dr. Hindhedes verdensberømte Forsøg, Gartner Fr. Madsen. Med tørt jysk Lune forelagde han en stor Forsamling de udmærkede Resultater af de Forsøg, der var begyndt paa den gamle Fordoms Grund med den største Mistro til Næringsværdien i de foragtede Kartofler. Nu stod imidlertid Hr. Madsen her paa Talerstolen efter i 1½ Aar at have levet udelukkende af Kartofler, og i en Del af denne Tid havde han udført endog meget haardt Jordarbejde, med en Arbejdstid, der strakte sig over to Normalarbejdsdage. Han havde endogsaa i denne Tid været sine medarbejdende overlegen i Udholdenhed og Arbejdsevne.

Gartner Madsen havde et Udseende og en Hudfarve, som de fleste af hans Tilhørere havde Grund til at misunde ham, og et Humør, der paa det kraftigste modbeviser den Paastand, at man kun bliver gladere af raffineret Mad. Det dokumenterede tydeligt, at det, der er bedst til at holde Aandsevnerne friske, er netop et sundt Liv uden alle Tidens Stimulanser, og der var sikkert ikke mange af de tilstedeværende, der ikke ønskede sig den Sundhed og Tilfredshed, der var personificerede i Hr. Fr. Madsen.

En Gang i Februar vil det samme Spørgsmaal blive taget op til Behandling for en Forsamling af Arbejdere i Rømersgade, og disse vil da faa Lejlighed til selv at bedømme Dr. Hindhedes Syn paa Ernærings-Spørgsmaalet.

Vi haaber da, at de vil forstaa den Betydning, en billig og sund Levevis kan have for dem, der arbejder sig frem, og at **Vegetarismen** samtidig byder paa et Fond af Nydelser og Velvære, som *en tidligere Ernæringsform aldrig kunde skabe, selv for dem, der var i Stand til at nyde Resultaterne af alle Tidens materielle Fremskridt.* *Thomas E. Spur.*

Til Bestyrelsen for dansk vegetarisk Forening.

Der vokser nu en Ungdom op under Paavirkning af Vegetar- og Spejderbevægelse. Denne Ungdom er villig til at tage Livet for Alvor. Den ser med Afsky paa Drikkeri, Tobaksrygning og de andre unaturlige Stimulanser, som ødelægger Mennesker og forringer Livets Værdi for de fleste. Disse unge Mennesker er spredte over Byen og Landet og har ingen Steder, hvor de kan mødes med hverandre. Kan der ikke gøres noget fra D. V. F.'s Side for at samle disse Rekrutter i den store Sags Tjeneste? Jeg kunde tænke mig dannet en Underafdeling, som, under Navn af Dansk vegetarisk Ungdomsforening, kunde være Samlingspunktet for dem, idet man saa søgte at tilpasse Mødernes Form og Indhold efter dette Formaal. Jeg tillader mig da herved at henstille til den højtærede Bestyrelse nærmere at overveje denne Sag.

Ærbødigst

N. A. Vodder,
Sløjdskoleforstander.

For spredtboende Medlemmer af Dansk vegetarisk Forening, d. v. s. saadanne, som ikke tilhører nogen Lokalafdeling, er Aarsbidraget 1½ Kr., dog for et Ægtepar kun 2 Kr. og for unge Mennesker under 20 Aar kun 1 Kr. Heri er indbefattet Betaling for Medlemsbladet.

Regnskab for Københavns Afdelingen

fra 1. Januar til 31. December 1913.

INDTÆGT

Kassebeholdning d. 1/1 1913		824,50
Medlemsbidrag:		
Restancer fra 1912 ...	21,75	
Kontingent for 1913 ..	452,75	
		474,50
Møder:		
Salg af Billetter og Madvarer	15,90	
Leje af Stole	2,31	
		18,21
Forlag:		
Kogebøger	17,50	
Salg af Karnohefter ..	6,15	
		23,65
Indvundne Renter	20,94	
		20,94
Balance ...		1361,80

UDGIFT

Møderne:		
Leje af Lokaler	64,00	
Betjening	11,80	
Trykning af Brevkort .	27,75	
Porto	13,04	
Fødevarer	23,48	
Annoncer	22,18	
Anden Reklame	3,00	
Forskelligt	7,20	
		172,45
Forlag:		
Indkøb af Kogebøger .	16,16	
		16,16
Kontingent til »Det soc. Sekr. og Bibliotek« ...	10,00	
		10,00
Indbetalt til Landsforeningen:		
Medlemskontingent ...	104,70	
Abonnement paa 150 »Solblink«	90,00	
For Optagelse af Foreningens Aarsberetning i »Solbl.« 1913.	12,00	
		206,70
Aarsmødet i Aarhus:		
Trykn. af Brevkort og Porto	13,25	
Rejseudgifter for en Repræsentant	12,45	
		25,70
„Pomona":		
Aktier tegn. i »Pomona«	500,00	
Part i 100 Stole til Udlejning ved Møder ..	125,00	
Udstyrelse af »Læsehjørnet«	89,00	
Abonnement paa Blade og Tidsskrifter i Jan. Kvartal	11,00	
		725,00
Administration:		
Opkrævn. af Medlemskontingent	15,75	
Porto	6,90	
Forskelligt	18,78	
		41,43
Kassebeholdning den 31/12 1913		164,36
Balance ...		1361,80

Henriette Guldbjerg,
Kasserer.

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

Fra Københavns-Afdelingen. Som det vil ses af Regnskabet, har Bestyrelsen anbragt et betydeligt Beløb i »Pomona«. Først toges Aktier for 200 Kr. og dernæst ved Aktiekapitalens Forøgelse for 300 Kr. Da »Pomonas« Bestyrelse imidlertid stadig havde den Udgift og Ulejlighed at skulle leje Stole til Møderne, saa købte vi Stole for 125 Kr. og laante dem ud til Brug i »Pomona«. Og endelig har vi paa samme Maade anbragt Møbler o. s. v. for 100 Kr. i det saakaldte Læsehjørne. Vi har nemlig anset det for rigtigst at støtte dette Vegetarismens store Foretagende saa meget som muligt, idet »Pomonas« Levedygtighed og lykkelige Fremgang vil være en fortrinlig Agitation for og Hjælp til Vegetarismens Udbredelse.

P. B. V.

Henriette Guldbjerg.

Møder
i Københavns-Afdelingen

Torsdag den 5. Februar Kl. 8. afholder Københavns-Afdl. Møde i »Pomona«. Overlæge *Ottosen* taler: Middel mod Gigt, Reumatisme og andre Lidelser, illustreret ved Lysbilleder. Diskussion. Musikalsk Underholdning. Fælles Kaffebord. »Pomona« Kaffe med hjemmebagt Brød à 25 Øre.

Sidst i Februar vil den aarlige Generalforsamling blive afholdt.

Som man vil se af ovenstaaende, har Københavns-Afdelingen haft den gode Idé at knytte et lille selskabeligt Samvær med Servering af Kaffe eller Te til sine Mødeaftener.

Idéen stammer maaske fra forrige Mødeaften, da man efter Hr. *Carl Meyers* humoristiske Sange samledes om »Pomona«s Borde. Den kendte Sangers Latter klang mindst lige saa godt, som det Uddrag af ældre og nyere Viser, han med megen Smag havde tolket; og han syntes med lige Lethed at bevæge sig i sin egen Tids Bøghske Viser og Aakjærs mere moderne, hvoraf bl. a. Visen om en gammel Røgter vakte et stort og fortjent Bifald.

S—r.

Generalforsamling
i Aarhus-Afdelingen

afholdes Onsdag den 18. Februar Kl. 8¼ i Logebygningen, Graven 6.

DAGSORDEN:

1) Formandens Beretning.
2) Regnskabet.
3) Valg.
4) Eventuelt.

En Doktordisputats om Koffeinet.

(Forsinket paa Grund af Pladsmangel).

Mandag d. 22. Decbr. 1913 forsvarede Dr. med. K: Secher sin Doktordisputats om Koffeinets Indflydelse paa den tværstribede Muskulatur.

Det er et højst videnskabeligt og meget grundigt eksperimentelt Arbejde, der foreligger, og enkelte af de fastslaaede Resultater egner sig sikkert til at bygge videre paa. Men naar man ser den 9 Sider lange tættrykte Bogliste, hvor ikke ét eneste Værk bygger ret meget videre, men hvor alt er lignende Undersøgelser over nogle Muskelsammentrækninger hos Frøer eller andre Dyr, da begynder man unægtelig at blive noget betænkelig.

Er der virkelig saa god Tid, at Lægevidenskaben fra 1852 til 1913 kan beskæftige sig med grundlæggende Arbejder paa dette Omraade? Er det ikke langt snarere Tegn paa Mangel paa Originalitet og paa Stilstand, at der ikke endnu er fremkommen et vægtigt medicinsk Værk, der kunde paavise, om Koffeinet virkelig gavner eller skader den *menneskelige* Organisme. Og er det paavist, lad os saa af de paagældende Læger faa virkelige Oplysninger om de Tilfælde, der eksisterer af Koffeinforgiftning. Thi at saadanne eksi-

sterer og har eksisteret i endogsaa udpræget Grad, er der ingen Tvivl om.

Der kunde være Grund til at gentage det gamle Ord: „Mens Græsset gror, dør Horsemor", naar Lægevidenskaben i 60 Aar udelukkende bevæger sig paa Omraader, der nærmest henhører under Dyrefysiologien, medens det undersøgte Stof sejrrigt øver sit Hærværk i den Befolkning, som det var Lægernes Pligt at værne.

Men det er den Slags Ting, der kan tvinge Folket til at tage Helbredelsesspørgsmaalet i sin egen Haand, medens Lægerne med stor Nøjagtighed paaviser, hvor mange Muskelsammentrækninger Koffein kan frembringe i Minuttet paa et Frølaar, inden det dræbes af Giften.

Nytten af Doktordisputatsen er i hvert Fald i første Linie kun negativ. For de Væsener, som er indlagt under Hr. Doktorens fremtidige Omsorg, hans Medmennesker, er der kun følgende Resultat at notere: Koffeinet har ingen Virkninger paa de varmblodede Dyrs og muligvis altsaa heller ikke paa Menneskets Muskulatur.

Skulde der ikke engang findes en revolutionær Aand indenfor den danske Lægestand, der kunde sætte d'Hrr. »Videnskabsmænd« Stolen for Døren, inden al Lærdom er stagneret og kommen i Vanry, fordi den ikke længere ser Virkeligheden for lutter subtile »videnskabelige« Spørgsmaal?

S—rius.

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

Spørgsmaal og Svar.

45. En Vegetar, som væsentlig spiser Frugt og Brød, ønsker gerne Anvisning paa et endnu lettere Fødemiddel til Erstatning for Brødet. Nødder synes for tungt. Kunde ristet Korn ikke anbefales, og kan det faas?

Svar: Kan eller vil man ikke holde sig til Frugt og Nødder, er der intet bedre at tilføje end Brød og Palmin eller Smør.

46. Hvis man ved Blodforgiftning anvender skiftevis kolde og varme Omslag, hvor længe bør de da ligge paa?

Svar: Man kan f. Eks. bruge 3 hede Omslag, vekslede med 3 Minutters Mellemrum, og derefter et godt opvredet Koldtvands-Omslag, der ligger i 2 Timer, da en Hviletid paa ca. 1 Time, og saa begynde forfra paa samme Maade.

47. Tør man paastaa, at ingen Bakterie eller Sygdom angriber et *fuldstændig* sundt Menneske?

Svar: Nej! Men der er den største Sandsynlighed for, at enhver Bakterieinfektion da vil blive overvunden uden større Vanskelighed.

Mich. Larsen.

48. Hvormed burde en Vegetar gøde sin Have i Stedet for med Staldgødning? Der tænkes særlig paa Gødning af Kartofler og Porrer.

Svar: Spørgsmaalet, om Kunstgødning kan erstatte Naturgødning, er staaende; men flere Ting tyder dog paa, at det med Held kan gøres. Paa Statens Forsøgsstation i Askov er der i en længere Aarrække foretaget Forsøg for at klarlægge Spørgsmaalet. Man har dyrket de samme Planter i 2 Hold paa saa vidt muligt ens Jord; det ene Hold er bleven gødet med Staldgødning, medens det andet Hold har faaet Kunstgødning i saadanne Forhold og Mængder, at de tilførte Næringsstoffer svarede til dem i Staldgødningen. Resultatet er blevet, at Afgrøderne paa de kunstgødede Parceller i alle Tilfælde har været lidt større end paa de staldgødede.

Hvad Kartofler og Porrer angaar, da er de begge Planter, der kræver

megen Næring, men at opgive bestemte Mængder er vanskeligt, da man ikke har Forsøg at støtte sig til.

A. Pedersen.

Rettelse.

Naar jeg i sidste Nr. skrev, at fuldstændigt Forbud indførtes paa Island om nogle Aar, beror det paa en Fejlhuskning. Fra 1. Jan. 1915 vil man ikke kunne faa Spiritus som Drik paa Island, idet da baade Fabrikation og Indførsel er standset ved Lov.

Oluf Egerod.

Hoteller, Restauranter, Pensionater og Sanatorier,

i hvilke der serveres vegetarisk Kost:

Skodsborg Badesanatorium, Skodsborg. *Frydenstrand Kuranstalt*, Frederikshavn. *Vegetarisk Restaurant »Pomona«*, Nørregade 7, København. *Vegetarisk Hotel*, Vesterbrogade 79, København. *Vegetarisk Restaurant*, Løvstræde 8, København. *Fru M. Nielsens Hindhede Pensionat*, Fiolstræde 19. *Vegetarisk Pensionat*, Johnstrups Allé 6, Frederiksberg. *Nærum Sanatorium*, Nærum. *AagaardsPensionat*, Skodsborg. *Vegetarhjemmet A N. K.A.* ved Kristiansminde, Svendborg. *Vegetarisk Pensionat*, Vesterbro 10, Aalborg. *Vejle Afholdshotel*, Dæmningen 3, Vejle. *Ny Missionshotel*, Frederiksg. 77, Aarhus. *Vegetarisk Pensionat* (S. P. Olesen), Østergade 51, Aarhus. *Vegetariska Pensionatet*, Rundelsgatan 12, Malmø.

Adresser.

Landsforeningen. Form.: Ingeniør *P. Schrøder*, Holte. — Kasserer: Direktør *Madsen*, St. Kongensgade 36—38, København.

Københavns Afdeling. Formand: Fru *Johanne Ottosen*, St. Kongensg. 36. Kasserer: Fru *Guldbjerg*, Aaboulevard 14.

Sydfyns Afdeling. Form.: Montør *Chr. Beyer*, Lindegaardsv. 4, Svendborg.

Aarhus Afd. Formand: Fuldmægtig *A. Lorentzen*, Dalgas Avenue 21, Aarhus.

Vejle Afdeling. Formand: Frk. *Julie Boldsen*, Flegmade, Vejle.

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:

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 »
J. Clausens Bogbinderi, Søndre Allé 31, Valby	10 »
„Dana", Gl. Kongevej 121	Frugt- og Grønthandel. 5 »
Jørgen Jensen, Nørrebrogade 18 B	Frugt- og Grønthandel. 5 »
C. Lindelof, H. C. Ørstedsvej 66, Farvning og kemisk Rensning	5 »
Gartnernes Frugtudsalg, Pilestræde 40.	5 »
Carl Petersen, Sølvtorvet 84. Køkkenudstyr.	5 »
Sorø Andelsfrugteri ****)	10 »
Erik Olesens Frugt- og Grønthandel, Clemenstorv, Aarhus.	5 »
Th. Andersens Frugt- og Grønthandel, Guldsmedg. 7, Aarhus.	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.
****) naar der købes for mindst 10 Kr.

Vegetarisk Oplysningskontor

(Adr. **Nørregade 7, København. Telf. Byen 3383.**)

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.



Vegetarisk Restaurant

Pomona

Nørregade 7, 1. Sal.

Lige overfor Frue Kirke.

Telefon Byen 3383

Rabatbilletter!
Ingen Drikkepenge!
Ingen Tobaksrygning!
Hyggelige Lokaler!
Stort Bladhold!

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.

Vegetarhjemmet „A. N. K. A."

ved Kristiansminde, Svendborg,

modtager Kurgæster. Pris Kr. 1,50 - 2,50 pr. Dag.

Nærmere ved Henvendelse til

Anna Nielsen.

Det sociale Sekretariat og Bibliotek

Vestre Boulevard 5, Kbhvn., (ved Aborreparken) er aabent hver Søgnedag Kl. 12—4½ samt Tirsd. og Fred. 7—9 Aft.

Medlemmer af Dansk vegetarisk Forening har *gratis Adgang* til Læsestuen og til at laane Bøger.

En Haandkværn

til Maling af Hvedekorn faas gennem Vegetarisk Oplysningskontor, Nørregade 7, København, Telf. Byen 3383, for 14 Kr. + Told (70 Øre) og Fragt. Den bliver tilsendt Bestilleren direkte fra Fabrikken mod Efterkrav.

Alle moderne Forsikringer

i Brand, Liv, Syge og Ulykke. 1. Kl. Selskaber. Faste Præmier. Forlang Tilbud.

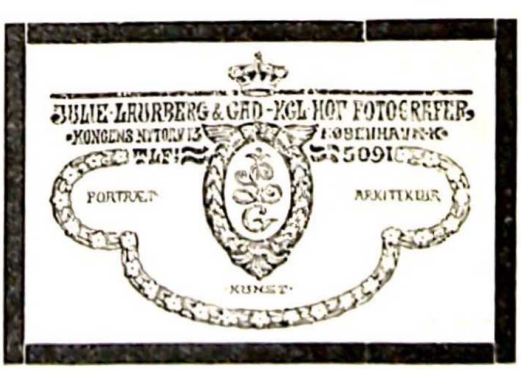
A. Lorentzen,
Dalgas Avenue 21, Aarhus

Prøvesending

bestaaende af 1 kg Ærter, do. Bønner, do. Frugtsmør, 1 Pk. tørrede Æbler, 6½ Fl. Frugtsaft, 2 Glas Kompotfrugt for 5 Kr. 50 Øre.

— 2 Prøvesendinger fragtfrit. —

Karen Nøhr,
Tlf. 172. Sorø Andelsfrugteri.



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

JFN
DET HVIDE HUS
Telf. 5052

Æble-The i Pakker 0,50 og 1,00.
Koffeinfri Kaffe, helbrændt, i Pakker à 0,60, 0,75 og 0,85.
Plantekødet **Carno**, pr. Pd. 0,75.

Alle den sanitære Fødevarefabriks Fabrikata i friske Varer.

Alkoholfri Druevin
1/1 Fl. 1,60, 2,00, 2,25 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.

Annoncer til »Solblink« sendes til Solblinks Expedition, Nørregade 7[1]. Telefon Byen 3383.

Drik
Dansk Frugt- & Urte-Te
og De vil ret hurtigt opdage, hvad det betyder
For Deres Sundhed.

Jordbær. Hindbær.	*Nælde. Løvetand.*
Brombær. Morbær.	*Hyld. Kamille.*
Æble. Valnødde.	*Malurt. Røllike.*

Pris 25 Ø. pr. Pakke, heraf 75 Kopper Te.
»Sanafer«, St. Kongensgade 38.
»Sana«, By-Afdl., Skindergade 28.
»Sana«, Frdbg.-Afdl., Smallegade 17.
»Det hvide Hus«, Slagelsegade 14.
Svend Hansen, Elmegade 2.
Aug. Worms Eftf., Boulev., Aalborg.
James Lind, Nørregade, Aarhus.
Joh. Svendsen, Gerritsg., Svendborg.
»Pomona«, Nørregade 7[1].
Aug. Andersen, Fiskertorvet, Slagelse
Joh. Hansen, Gothersg., Fredericia.
Spangs Eftf., Vestergade, Vejle.
Ernst Lauritzen, Store Torv, Viborg.
En gros:
Albert Johansen, Godthaabsvej 62

Rigeste Udvalg af
alkoholfrie Vine
saavel gærede som ugærede. Prislister gratis og franko.
Ns Sanafer
St. Kongensgade 36/38, København K.
Alle til vegetarisk og sundhedsmæssig Levevis nødvendige Varer føres stedse i fineste Kvaliteter til billige Priser.

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).

Annoncepris: 10 Øre pr. 1-spaltet Petitlinje eller 12 Kr. pr. Side. **Rabat:** 10 pCt. for mindst 3 Gange, 25 pCt. for 12 Gange.

Udgives af *Dansk vegetarisk Forening.*
Redigeres af cand. mag. *Spur,* Nørre Farimagsgade 7, St. Tlf. Byen 807 y. (5—6 Eftm.)

Emil Kristensens Bogtrykkeri, Nørregade 30. Kbhvn.