SOLBLINK

TIDSSKRIFT FOR VEGETARISK LIVSFØRELSE

10. Aargang | August 1916 | Nr. 8

Indhold: Landsforeningen Dansk vegetarisk Forenings Aarsberetning for 1915—16. — Aarsmødet i Aalborg. — Spørgsmaal og Svar. — Sammendrag af Regnskab for D. V. F. — Margarinen. — Ny Afdeling af D. V. F. — Spredt og samlet. — Fra Arbejdsmarken. — Rettelse til Medlemslisten. — Mich. Larsen: Naturhelbredelsen. — Annoncer.

Landsforeningen Dansk vegetarisk Forenings Aarsberetning for 1915—16.

Aaret løber fra 1/7 15 til 30/6 16. Det indlededes som sædvanlig med, at vi afholdt vort *Aarsmøde*, denne Gang i Svendborg i Dagene den 25. og 26. Juli. En udførlig Omtale af dette udmærkede Mødes Forløb findes i „Solblink" for August 1915.

Straks efter Mødet udsendte Hovedbestyrelsen den af Mødet vedtagne Resolution vedrørende *Lægernes Stilling til Vegetarismen*. Den blev sendt dels til samtlige Landets Dagblade, af hvilke de allerfleste ganske sikkert optog den, dels direkte til Lægernes Organisationer og Tidsskrifter. Den satte sig Spor paa forskellig Maade, men det for den danske Lægestand mest beskæmmende var dog den Omtale, den fik i „Ugeskrift for Læger" (gengivet i „Solblink"s Oktobernummer), hvoraf det tydelig fremgik, hvor nødvendigt det er for os ikke alene at fortsætte, men om muligt at forstærke vort Arbejde for at oplyse den store Befolkning om den Side af Vegetarismen, der bestaar i Erkendelse af Naturhelbredelsesprincippernes Sandhed. Thi først naar Lægerne paa den Maade mister deres Kunder, vil de faa Øjnene op for deres egne Vildfarelser.

Vi har dog ogsaa gjort et Forsøg paa at oplyse Lægerne selv, idet vi i Oktober Maaned foranstaltede afholdt en sammenhængende Række *Forelæsninger* om „Naturhelbredelsen". Kommunelæge *Mich. Larsen* talte 4 Gange efter hinanden over dette Emne, og vi havde gjort os store Anstrengelser for at faa fat i Lægerne og de medicinske Studerende, men de kom ikke. Heldigvis var der andre interesserede, der fik Gavn og Glæde af de udmærkede Foredrag.

I denne Forbindelse har vi paany maattet beklage, at vi altid har haft Vanskelighed ved at skaffe Dr. Mich. Larsens udmærkede Bog om *Naturhelbredelsen* den Udbredelse, den fortjener, fordi Prisen paa den var saa høj. Heri er der nu sket en Forandring, idet Landsforeningen har afkøbt Forlaget hele dets Restoplag af Bogen, hvorved vi er blevet Herre over Prisen, som vi straks har nedsat fra 2½ til 1½ Kr. Følgen heraf har allerede været et stærkt forøget Salg af Bogen.

Dette betyder samtidig en værdifuld Forøgelse af *vort eget Bogforlag*, som jo i Forvejen omfatter et stort Antal Smaaskrifter til meget billig Pris. Disse er i Aarets Løb blevet forøget med 2 nye, nemlig *Mich. Larsen:* „Børnesygdomme" (Nr. 20) og *Maja Schrøder:* „Vegetarisk Paalæg og Salater" (Nr. 21), der er trykt i Oplag paa henholdsvis 2000 og 3000 Eksemplarer. Desuden har vi udsendt 2 ældre Smaaskrifter, nemlig *Maja Schrøder:* „75 Kartoffelopskrifter" (Nr. 18) og *samme:* „Vege-

tariske Opskrifter" (Nr. 12) i henholdsvis 2. og 4. Oplag, hvert paa 3000 Eksemplarer, og sidstnævnte lille Bog er nu efterhaanden blevet trykt i ialt 11000 Eksemplarer. Vi har vel forøvrigt netop i vort *stadig stigende Salg af vegetarisk Litteratur* et af de bedste Beviser for, at Interessen for Vegetarismen er i frodig Vækst. I Aaret 1911—12 solgte vi for 75 Kr., i det nu afsluttede Regnskabsaar har vi solgt for 720 Kr., altsaa næsten det 10-dobbelte!

Uden smaalig Frygt for Konkurrence har Hovedbestyrelsen desuden givet sit Samtykke til, at 2 af dens Medlemmer har medvirket som Forfattere ved den bekendte Serie af *Kamlas Haandbøger*, idet der blandt disse i Aarets Løb er udkommet *Maja Schrøder:* „100 vegetariske Middage med Opskrifter", *samme*: „Hjemmebagning", og *Oluf Egerod*: „Sommerdrikke og andre Drikke-Opskrifter", og i den nærmeste Fremtid vil udkomme af sidstnævnte Forfatter endnu et Hefte om Henkogning og Tørring af Frugt og Grønsager. Vi gør Regning paa, at disse udmærkede vegetariske Bøger vil naa ud til et stort Publikum, som vi ellers ikke kan gøre Regning paa at komme i Forbindelse med.

Saa har vi ogsaa som sædvanlig agiteret gennem vort Medlemsblad *„Solblink"*, der er udkommet i det sædvanlige Antal Numre, nemlig 12, og i et noget større Oplag, nemlig med ca. 1200 Eksemplarer pr. Nummer, men med lidt mindre Sideantal end i Fjor, hvilket ikke skyldes Mangel paa Stof, thi det har vi i overvældende Mængde, men derimod Mangel paa — Penge. Ja, alt stiger jo i Pris, ogsaa Papir og Tryksværte, og vi har derfor til vor store Beklagelse maattet indskrænke os lidt paa dette Punkt.

Den mundtlige Agitation foregaar jo væsentligst gennem vore Afdelinger, men af Hovedbestyrelsens Medlemmer har dog Kommunelærer *Egerod* og Ingeniør *Schrøder* haft Lejlighed til at holde en halv Snes Foredrag i forskellige Foreninger.

Studiekresen, som bl. a. skulde bidrage til Uddannelse af Foredragsholdere, har i Aar ført en meget stille Tilværelse, idet der grundet paa særlige Forhold kun har været afholdt et enkelt Møde, nemlig den $^{8}/_{2}$, da Postbud *Solkær* indledede en Diskussion om „Socialisme og Vegetarisme". I den kommende Vinter vil denne lærerige og fornøjelige Virksomhed forhaabentlig blive taget op paany i det Omfang, den fortjener.

Vandrekøkkenet har under Skolekøkkenlærerinde, Fru *Maja Schrøders* Ledelse været i Brug ved 5 *Kursus i vegetarisk Madlavning*, afholdt i Oktober Maaned i Aalborg, Fjerritslev og Vejle, og i December og Maj i København. Hvert Kursus har strakt sig over 6 Gange. Der har været særdeles god Tilslutning, og Deltagerne synes at have været glade for alt det nye, de har lært. Landsforeningen har ydet Bidrag til Fripladser for ubemidlede, takket være et af den Raben-Levetzauske Fond ydet Tilskud.

Af *Henkogningskursus* har Frk. *Louise Høst* afholdt 3 i „Pomona" den $^{13}/_{7}$, $^{6}/_{9}$ og $^{7}/_{9}$ under umaadelig stor Tilslutning.

Ogsaa i *Biblioteket* har vi en Kilde til Oplysning og Udvikling først og fremmest for vore egne Medlemmer. Det tæller nu ca. 400 Numre. En fuldstændig Fortegnelse over Bøgerne var optaget i „Solblink"s Juninummer; et Kartotek er blevet tilvejebragt, Regler for Udlaan vedtaget og Tilsynet med Biblioteket ordnet, saa nu er Kilden klar til at øse af.

I Efteraaret lod vi fremstille en stor og iøjnefaldende *Gadeplakat* i 2 Farver med korte fyndige Oplysninger om Vegetarismen og Foreningen, samt en Reklame for „Pomona". Den blev ophængt i en Maaned paa 90 af Københavns Plakattavler og er ogsaa blevet anvendt paa anden Maade, bl. a. af Aarhus-Afdelingen.

Ved den *Kolonihaveudstilling*, som blev afholdt i København den $^{23}-^{25}/_{10}$, var det lykkedes os at faa en lille Plads, hvorfra vi solgte for ca. 70 Kr. Litteratur, ligesom vi ogsaa foranstaltede en *Forevisning af vegetariske Retter* under velvillig Medvirkning af Fru *Ludovica Nilsson*.

Vegetarisk Oplysningskontor har som sædvanlig under Kommunelærer *Oluf Egerods* Ledelse udført et overordentligt stort Arbejde ved Besvarelse af Spørgsmaal (med værdifuld Støtte af Dr. *Mich. Larsen*), ved Udsendelse af Tryksager o. s. v.

En Sag, der altid har ligget Hovedbestyrelsen paa Hjerte, er Spørgsmaalet om, hvorledes vi bedst sikrer vore Medlemmer, at den *Plantemargarine*,

de køber, ikke indeholder Produkter af døde Dyr. Vi har søgt at faa en Paragraf ind i Margarineloven herom, men da det stødte paa Vanskeligheder, fandt vi paa den Udvej at anmode samtlige Margarinefabriker om en Erklæring, og en saadan er afgivet af 4 Fabriker (se „Solblink" for Juli 1916).

For at tilskynde vore Medlemmer til selv at bage deres Brød af Mel, som ikke ved Sigtning er berøvet nogle af de mest værdifulde Næringsstoffer, har vi allerede i en Række Aar paataget os at skaffe dem en *Haandkværn*, hvorpaa de selv kunde male Melet. Denne Kværn havde kun den Fejl at være lidt for dyr, men nu kan vi skaffe en billigere, som ganske vist er mindre, men dog stor nok til smaa Husholdninger. Prisen paa den er kun 5½ Kr.

I Fortsættelse af sidste Aarsmøde blev der ved Hovedbestyrelsens Foranstaltning arrangeret en flere Dages *Fodtur* i Sydfyn. Senere er der i Aarets Løb afholdt 10 Fodture i Københavns Omegn, ganske vist ved privat Initiativ, men dog saaledes at de i Virkeligheden ogsaa er blevet et Agitationsmiddel, idet nye Kræfter herved er blevet knyttet stærkere til Foreningen. En mere vegetarisk Form for „Møder" kan vel heller ikke tænkes.

Hvorledes *Krigen* har paavirket vor Forening og dens Arbejde, er et Spørgsmaal, der ikke er let at besvare. En Del af de Medlemmer, vi i Aarets Løb har mistet, er vistnok gaaet ud, fordi de udsat for det almindelige økonomiske Tryk har ment at kunne spare Kontingentet; men det Tab, vi herved har lidt, opvejes sikkert mangefold af den Gavn, selve Sagen har haft derved, at de fleste Mennesker ligefrem af Omstændighederne er blevet tvunget til at tænke over Ernæringsspørgsmaalet, noget de maaske aldrig før har gjort. Og saa snart et fornuftigt Menneske overhovedet tænker over det Spørgsmaal, saa har Vegetarismen allerede vundet en lille Sejr. Aldrig før har Vegetarismen været saa meget omtalt i vore Dagblade, som i de sidste 2 Aar, og aldrig før har de samme Blade med eller mod deres Vilje udført et saa stort Agitationsarbejde for os. Det betyder selvfølgelig ikke, at den gamle Overtro paa Kødet som det bedste af alle Fødemidler nu er udryddet. Det saa vi et slaaende Bevis for, da vi i Efteraaret vilde gøre vort til at afhjælpe Dyrtidens Tryk for den store Befolkning. Straks efter at Loven om *ekstraordinære Dyrtidsforanstaltninger* var vedtaget udsendte vi til 300 Kommunalbestyrelser et Tilbud om at ville sælge dem vore smaa Hæfter med vegetariske Opskrifter, som ellers koster 25 Øre, for 15 Øre. Der var et eneste Byraad, der straks bestilte 125 Stk., og nogle flere bestilte Prøveeksemplarer, men ellers satte vort Tilbud sig ingen synlige Spor. Og i Virkeligheden kunde disse Kommuner dog have sparet mange Tusinde Kroner ved at give hver af de Familier, der fik Understøttelse, en saadan lille Bog ved Siden af den øvrige Hjælp; thi man skulde jo dog synes, at et konstant Tilskud maatte strække længere, naar det blev brugt paa en fornuftig Maade, altsaa f. Eks. til Indkøb og Tilberedning af gode og sunde Fødevarer i Stedet for Indmad, Kaffe o. lign., som den ubemidlede Befolkning er altfor tilbøjelig til at give Pengene ud til.

Krigen hindrede os desværre i at tage Del i en international *social-vegetarisk Kongres*, der blev afholdt i Schweitz d. 19.—22. April, og den Forbindelse med vore Meningsfæller i Udlandet, som vi hidtil har haft ved Udveksling af Blade, er i enkelte Tilfælde bristet, fordi de paagældende udenlandske Biade er ophørt at udkomme under Krigen. Forhaabentlig knyttes Traadene snart igen.

Foreningens Administration er forløbet paa normal Maade. Hovedbestyrelsen har afholdt 12 Bestyrelsesmøder i Aarets Løb. Den har som sædvanlig haft mere Arbejde, end den har kunnet overkomme. Den har søgt at drage sine Suppleanter med ind i Arbejdet, men det er ikke lykkedes. Til Gengæld har den modtaget værdifulde Haandsrækninger ved særlige Arbejder fra Medlemmer udenfor Bestyrelsen. Disse hjælpende Kræfter skylder vi en hjærtelig Tak!

Det Arbejde, vi har været i Stand til at udføre, har været begrænset ikke alene af den Tid, vi har kunnet stille til Foreningens Raadighed, men ogsaa af de *Pengemidler*, vi har haft at raade over. Hvorledes det forholder sig hermed, fremgaar af Regnskabet. Her skal dog nævnes, at vi for første Gang indlod os paa at søge Staten om Tilskud, men fik Afslag, og at vi desværre ikke paany fik bevilget det Tilskud fra

det Raben-Levetzauske Fond, som vi havde haft det foregaaende Aar. Vi har altsaa maattet hjælpe os selv, men det har vi jo forresten efterhaanden faaet en god Øvelse i. Vi har dog fra Venner af vor Sag modtaget forskellige Gaver til et samlet Beløb af 40 Kr., som vi herved bringer dem vor bedste Tak for.

Fra „*Pomona*" har vi endnu ikke kunnet faa noget kontant Tilskud, da Restauranten først fornylig er begyndt at give Overskud, men derimod maa vi atter i Aar udtale vor varme Paaskønnelse af den Støtte, vi indirekte har haft af dette Foretagende, som vi trods alle de Mangler, der endnu klæber derved, kun har Grund til at være stolte over.

Den Omstændighed, at „Pomona" nu er naaet til at kunne klare sig selv, har givet os Mod til at støtte Planen om et nyt stort, vegetarisk Foretagende, som i endnu højere Grad vil kunne blive til Gavn for Vegetarismens Fremme i vort Land, hvis det lykkes os at føre det igennem. Jeg tænker her paa den *Vegetarcentral*, som er udførlig omtalt i „Solblink"s Maj-Nummer. Det kommende Aar vil vise, om vi indenfor vor Kreds allerede nu har de Personer, som kræves hertil, thi ellers maa Planens Udførelse opsættes.

Endnu et nyt Foretagende, som i adskillige Aar har ligget og spiret, har nu begyndt at slaa kraftigere Rødder. Det er *det vegetariske Børnehjem*. I Anledning af, at Dr. Mich. Larsen d. 29. Decbr. fejrede sin 70 Aars Fødselsdag, stiftedes „Dr. Mich. Larsens vegetariske Børnehjemsfond". Det venter ganske vist endnu paa, at en Velhaver skal betænke det med en stor Gave, saa det kan komme i Drift, men foreløbig samles der sammen paa de mindre Bidrag, som ogsaa efterhaanden kan løbe op til et anseligt Beløb, og faar vi Vegetarcentralen rejst, vil det sikkert ikke vare længe, før Børnehjemmet skyder op i et Hjørne deraf. En bedre økonomisk Betryggelse for dets Fremtid vilde vanskelig kunne tænkes.

Om „Dansk vegetarisk Forening"s *Medlemstal* er der endelig endnu at oplyse, at det udviser en Fremgang fra 523 til 535. Naar Fremgangen er ret beskeden, skyldes det, at man i vor Københavns Afdeling har foretaget en grundig „Oprydning" og slettet et større Antal Medlemmer, som har vist sig i altfor høj Grad efterladende med Betaling af deres Medlemsbidrag. Afdelingen er derved gaaet ned i Medlemstal fra 241 til 219, skønt den i Aarets Løb har faaet et stort Antal nye Medlemmer. Ellers har der været jævn Fremgang over det hele, i Sydfyns Afdeling endog stor Fremgang, idet Medlemstallet her er vokset fra 42 til 62, saaledes at denne Afdeling nu er den næststørste.

Set under et har det forløbne Aar været et Arbejdsaar med godt Udbytte. At Vegetarismen gaar sin Sejrsgang, er der intet mærkeligt i. Sandheden vil altid sejre tilsidst, og den vilde gøre det ogsaa uden vor Hjælp. Men vi har Lov til i al Beskedenhed at tro, at vi bidrager til at fremskynde Udviklingen, og at vor Virksomhed i det forløbne Aar heller ikke har været helt uden Betydning. *P. Schrøder.*

Aarsmødet i Aalborg

afholdtes Søndag den 30. og Mandag den 31. Juli i Højskolehjemmet, Boulevarden 27. Det aabnedes af den lokale Afdelings Formand, Hr. Kasserer *K. Schmidt,* som bød Forsamlingen velkommen. Hr. Schmidt valgtes til Dirigent, hvorefter Landsforeningens Formand, Ingeniør *P. Schrøder*, aflagde den foran aftrykte Beretning for det forløbne Aar. Kassereren, Fru *Maja Schrøder*, fremlagde Regnskabet, og saavel dette som Beretningen diskuteredes derefter i Forbindelse med Virksomheden i det kommende Aar.

Under denne Diskussion, som strakte sig over et Par Timer, var ikke mindst vort Medlemsblad „Solblink" Genstand for megen Omtale, særlig foranlediget af Redaktøren, Kommunelærer *Oluf Egerod*, der oplæste et Brev, som han havde modtaget fra et af vore mest interesserede Medlemmer, der heri fremsatte forskellige Anker over Bladet. Redaktøren mente, at disse var lidt smaalige, men erkendte, at Bladet langt fra var, hvad det burde være. Det skyldtes imidlertid Pengemangel. Paa den indskrænkede Plads, der staar til Raadighed, skal der først og fremmest anbringes en Del Foreningsmeddelelser og Annoncer, og den Plads, der saa bliver tilovers, kan Redaktøren ikke en Gang raade frit over, da der altid er en Del indsendt Stof, som man nødig vil nægte

Optagelse, selv om der er andre Ting, der burde have Fortrinet.

Fuldmægtig *A. Lorentzen*, Aarhus, gav en Række meget interessante Oplysninger om Aarhusafdelingens Virksomhed. Ford-Ekspeditionen havde lagt Beslag paa rigelig megen Plads i „Solblink". De kommunale Køkkener burde gøres opmærksom paa vore Kogebøger. Har i længere Tid savnet de interessante Rundskrivelser, som Hovedbestyrelsen tidligere sendte ud til Afdelingernes Bestyrelser med Referat fra Hovedbestyrelsens Forhandlinger. Der bør gøres noget mere for at skaffe Abonnenter til „Solblink". Indskudet bør stryges, da man saa lettere faar nye Medlemmer. Kunde ønske, at vi havde nogle smaa „Traktater" til gratis Uddeling.

Fru *K. Møller*, Svendborg, gav et fornøjeligt Indblik i Sydfynsafdelingens Arbejde blandt Højskoleungdommen og Husmændene. Havde medvirket i 3 Maaneder ved Bespisning af Friskolebørnene i Svendborg og haft den Glæde, at Kosten var blevet næsten rent vegetarisk. Ogsaa i Sydfyns Afdeling er der nogle, som er misfornøjet med „Solblink".

Forlagsboghandler *Henriksen*, København, udtalte, at i hans Hjem blev der altid spurgt efter „Solblink", naar det ikke kom i rette Tid. Man længtes ligefrem efter det og var glad ved det. Skulde der ske nogen Forandring, var det maaske bedre at udsende det hver 14. Dag i Stedet for at gøre det større.

Schmidt: Skal der forandres noget ved „Solblink"s „Hoved", bør Frugt og Urter optages deri.

Agent *Albert Johansen*, København, foreslog at udvide „Solblink" med 4 Sider og et Omslag. Der blev da Plads til saa mange flere Annoncer, at det sagtens kunde betale sig. Desuden burde Bladet udsendes 2 Gange om Maaneden og Kontingentet forhøjes til 2 Kr.

Formanden komplimenterede Aarhus Afdeling for de mange nye Tanker, som stadig fremkom derfra, og Sydfyns Afdeling for det særlig udmærkede Arbejde, denne Afdeling havde udført i det forløbne Aar. Takkede for den fremkomne Kritik, der var en fortrinlig Vejledning for Hovedbestyrelsen under dens fortsatte Arbejde. Ford-Ekspeditionen kunde ikke siges at have beslaglagt Bladets Plads; thi de Udgifter, som var paaført os ved den udførlige Omtale af den, var blevet rigelig godtgjort os ved et kontant Bidrag paa 20 Kr. fra en fredsvenlig Vegetar. Udbad sig Meddelelse om, i hvilke Byer der fandtes kommunale Køkkener. Det staar Afdelingerne frit for at ændre deres egne Love, saaledes at der intet Indskud opkræves. Hovedbestyrelsen vil derimod nødig undvære de spredtboende Medlemmers Indskud. Var man ikke tilfreds med „Solblink"s „Hoved", kunde vi jo herved opfordre dem af vore Medlemmer, der maatte have kunstneriske Anlæg, til velvilligst at indsende Udkast til et nyt. Takkede Hr. Henriksen for hans venlige Ord om „Solblink"; var selv overbevist om, at mange var glade for det; man maatte blot afpasse sine Fordringer efter de Pengemidler, der stod til Raadighed. Johansens Forslag om Udvidelse var uigennemførligt. De Principper, vi arbejder efter, tillader os ikke at optage Annoncer om Alkohol, Tobak, Kaffe, Arkana o. lign., og det er den Slags Annoncer, der er lettest at faa.

Johansen tog sit Forslag tilbage.

Resultatet af Diskussionen blev, at Aarsmødet enstemmig godkendte saavel Beretning som Regnskab.

Derefter foretoges Valgene, som foregik ved skriftlig Afstemning

Til Formand genvalgtes Ingeniør *P. Schrøder*. Til Bestyrelse valgtes iøvrigt Frk. *Kock-Petersen* og genvalgtes Frk. *Høst*, Kommunelærer *Oluf Egerod* og Sagfører *B. Vestergaard*. Til Suppleanter valgtes Billedhuggerne *R. Bøgebjerg* og *Ejnar Jensen*.

De afgaaende Revisorer, Montør *Chr. Beyer*, Svendborg, og Fuldmægtig *A. Lorentzen*, Aarhus, genvalgtes. Ligeledes Revisorsuppleanterne Frk. *Jagd* og Handelsrejsende *Aabirk*.

Fra den for nylig stiftede Afdeling af D. V. F. i Odense forelaa Indbydelse til at afholde *næste Aarsmøde* i denne By. Vedtoges enstemmig med Tak.

Formanden indledede derefter en Diskussion om den paatænkte Vegetarcentral. Udover hvad der tidligere er oplyst i „Solblink", blev der givet en Del Oplysninger om de foreliggende Tilbud paa Jord.

Gaardejer *Jens Jensen*, Ubberup: Kvægløst Jordbrug kan sagtens betale sig.

Gartner *Højer*, Farum, kunde slutte

sig helt til de i „Solblink"s Julinummer anførte Programpunkter.

Fru *Møller* kunde ogsaa give Formandens Forslag sin Tilslutning. Landbrugerne slider altfor haardt. Et saa naturligt Erhverv som Jordbrug maa gøre sine Udøvere sunde, glade og smukke. De, der med egne Hænder dyrker Jorden nu, er maaske nok sunde og glade; men de er kun altfor ofte forkrøblede af det tunge Slid, og det skyldes Kreaturerne.

Schmidt: Der maa begyndes med det produktive; saa kan Børnehjem, Rekreationshjem o. lign. senere føjes til.

Højer gav en Række højst interessante Oplysninger, om hvad han havde været i Stand til at faa ud af sin egen Jord. Vi kunde ogsaa paa Centralen indrette en Havebrugsskole.

Alb. Johansen: Centralen bør højst ligge 2 Mil fra København af Hensyn til Forbindelsen med Københavns Grøntorv.

Egerod: Haster det saa stærkt? Er Jordpriserne ikke for høje for Tiden?

Fru *Andrea Kjærsgaard*, Strandby: Hvorledes skal vi Landbrugere her langt ude i Landet faa Nytte af en saadan Central?

Formanden besvarede en Række Spørgsmaal og takkede for den Forstaaelse, Tanken havde mødt. Foreslog følgende

RESOLUTION:

„Aarsmødet udtaler sin Tilslutning til Tanken om Oprettelse af en Vegetarcentral paa det i „Solblink" for Maj 1916 skitserede Grundlag, og bemyndiger Hovedbestyrelsen og det nedsatte Udvalg til at arbejde videre paa dens Virkeliggørelse".

Efter endnu en længere Diskussion vedtoges denne Resolution enstemmig.

Under Punkt „Eventuelt" paa Dagsordenen behandledes en Række Spørgsmaal, saasom Udnævnelse af Æresmedlemmer, Indskrænkning i Retten for Hovedbestyrelsens Medlemmer til at faa Rejsepenge, Lokalafdelingernes Ret til at antage særlige Navne og Sundhedsstyrelsens Stilling til den af Hr. Albert Johansen fabrikerede Frugt- og Urtete. Aarsmødet sluttede sig til den af Hovedbestyrelsen hævdede Opfattelse, at Foreningen bør være yderst karrig med Udnævnelse af Æresmedlemmer, og at Lokalforeningers Navne altid skal indeholde Betegnelsen „vegetarisk", saa at ingen kan være i Tvivl om, paa hvilket Grundlag der arbejdes. Hr. *Johansen* takkede Hovedbestyrelsen for den Støtte, denne havde ydet ham; den havde sikkert været i høj Grad medvirkende til, at Sundhedsstyrelsen havde hævet det Forbud, som den havde nedlagt mod hans Virksomhed.

De ovenfor refererede Forhandlinger om Vegetarcentralen blev afbrudt Søndag Eftermiddag Kl. 3 af en Middagspavse, og efter denne afholdtes et offentligt Møde i Anlæget „Blegdde" med Kommunelærer *Egerod* og Ingeniør *Schrøder* som Talere. Tilhørerkredsen var ikke stor, men meget interesseret.

Efter Mødets Slutning spadserede man ud til de af „Haveselskabet af 1912" anlagte Kolonihaver, som blev forevist af Hr. Bogholder *Petersen*, og som vakte udelt Beundring paa Grund af deres Fylde af Grønsager og den Orden og gode Organisation, som de bar Præg af.

Om Aftenen samledes man atter i Forhandlingslokalet til fornøjeligt Samvær.

Først i Løbet af Mandag Formiddag afsluttedes Forhandlingerne om „Vegetarcentralen" og „Eventuelt", og derefter bragte *Formanden* den lokale Afdeling af D. V. F. en hjertelig Tak for den gæstfri Modtagelse.

Hermed var den officielle Del af Aarsmødet sluttet, men de fleste af Mødets Deltagere tilbragte ogsaa Eftermiddagen sammen, idet man aflagde et Besøg paa „Skovbakken" og gik en Tur gennem den gamle Bys morsomme Krinkelkroge.

Ved 5-Tiden drog 6 af Mødedeltagerne afsted paa den i Tilslutning til Aarsmødet planlagte Fodtur.

Spørgsmaal og Svar.

92. Kan Rabarber betragtes som et godt vegetarisk Fødemiddel og eventuelt sidestilles med Frugt?

Svar: Rabarber kan ikke sidestilles med Frugt, fordi dens Indhold af Syre for en stor Del skyldes Oxalsyre, der ved rigelig Brug af Rabarber *kan* bevirke Stendannelse i Urinorganerne. Daglig Anvendelse kan derfor ikke anbefales, men brugt af og til som Rabarbergrød eller Kompot kan den næppe gøre Skade. *Mich. Larsen.*

Sammendrag af Regnskab for „D. V. F“

for Aaret 1. Juli 1915 til 30. Juni 1916.

INDTÆGT

Kassebeholdning d. 1/7 1915		531,15
Medlemsbidrag:		
Spredtb. } Aarsbidr.	217,75	
Medlemm. } Indskud	18,00	
Kbhvns. Afdl	133,20	
Sydfyns —	33,90	
Aarhus —	40,50	
Vejle —	10,20	
Aalborg —	7,80	
		461,35
»Solblink«		
Abonnement	68,20	
Solgt til Agitation	96,00	
Solgte Enkeltnumre	28,95	
Annoncer	265,59	
Gaver	30,00	
Portogodtgørelse	8,00	
		496,74
Forlag:		
Solgt Litteratur	720,76	
— Postkort	6,65	
— Emblemer	15,90	
Fortjen. paa Kværne.	20,60	
Annoncer i Smaaskr.	211,00	
		974,91
Kursus:		
Leje af Vandrekøkken	60,00	
Godgørelse af Udlæg	50,70	
		110,70
Biblioteket:		
Gave		10,00
Renter:		2,19
Anden Agitation:		
Bidrag til Gadepl	60,00	
Solgt Tryksager	9,20	
Godtgørelse af Udlæg	28,79	
		97,99
Administration:		
Solgt Tryksager	9,08	
Portogodtgørelse	12,45	
		21,53
Balance...		2706,56

UDGIFT

»Solblink«:		
Trykning	572,20	
Porto	94,65	
		666,85
Forlag:		
Trykning af ny Smaaskrifter	261,25	
Trykning af nye Oplag	409,00	
Indkøb af anden Litt.	117,39	
— Emblemer.	20,20	
Annonceprovision	23,60	
Forskelligt	4,55	
		835,99
Kursus:		
Fripladser	32,50	
Andre Udgifter	70,88	
		103,38
Biblioteket:		
Bogskab	55,00	
Kartotek	6,58	
Bøger	1,90	
Indbinding	2,15	
		65,63
Anden Agitation:		
Trykning af Gadepl	30,00	
Opslag af do	10,00	
Leje af Plakattavler	54,00	
Kolonihaveudstilling	19,01	
Forelæsninger	1,55	
Annoncer	25,00	
Tryksager	116,75	
Porto	117,79	
Forskelligt	10,86	
		384,96
Aarsmødet:		
Rejseudgifter	46,80	
Forskelligt	23,61	
		70,41
Administration:		
Leje af Kontor	50,00	
Telefon	32,00	
Forskelligt	99,29	
		181,29
Kassebeholdning den 30/6 1916		398,05
Balance...		2706,56

Status den 30. Juni 1916.

AKTIVA

Kassebeholdning	398,05
Aktier i »Pomona«	1200,00
Biblioteket	200,00
Inventar	50,00
Litteratur i Behold	1400,00
— Kommission	400,00
Balance...	3648,05

PASSIVA

Netto Formue	Kr. 3648,05
Balance...	3648,05

Margarinen.

Foranlediget ved den pinlige Opmærksomhed, som den saakaldte *Plante*-margarine har været Genstand for, efter at man havde konstateret, at Betegnelsen „Plante" ikke var paalidelig, vil jeg gerne fremsætte nogle Bemærkninger om Fedtstoffets Anvendelse som særskilt Fødeemne.

Fra den Dag i Fjor, da jeg havde læst i „Solblink", at „Plante"margarinen blev tilsat Sælhundefedt, spiste jeg ikke mere Margarine, og da jeg fandt baade Smør og Olivenolie for dyre, holdt jeg kort efter helt op med at bruge nogen Slags Fedtstof som særskilt Fødeemne. Smørret undgaar jeg dog ogsaa paa Grund af den uappetitlige Farvetilsætning, ligesom naturligvis ogsaa Saltningen er mig imod. Og hvad Olivenolien angaar, saa ved man jo heller ikke, hvad der gøres med den. Jeg kom dog — hvad jeg ellers saa smaat frygtede for — slet ikke til at føle noget Savn, men kun Tilfredshed over at være fri for alt det „Fedteri", som man jo ikke kan have i Nærheden af ordentlige Ting (Bøger, Blade, Klæderne o. s. v.) uden at risikere at faa disse fedtede til. Derfor vil den fra nogle af Margarinefabrikkerne nu fremkomne Erklæring, at den af dem fremstillede „Plantemargarine" garanteres at være rent vegetabilsk, ikke øve nogen Indflydelse paa mit Forbrug; disse Fabrikker kunde for den Sags Skyld lige saa godt have slaaet Følge med Flertallet af deres Kolleger, som har følt sig for store til at indlade sig paa at gøre deres Kunder Regnskab for Beskaffenheden af de Varer, de byder dem. Jeg mener nu, at et saadant Regnskab maa kræves aflagt, og det som en uomgængelig Betingelse for, at Handel overhovedet kan finde Sted. Særlig en Fabrik for *Føde*varer maa lægge sin Fabrikation fuldstændig aaben og ikke gøre nogensomhelst Hemmelighed hverken af Fabrikationsmaaden eller — allermindst — af de i Fabrikaterne indgaaende Stoffer. *Jeg* ønsker ikke at købe „Katten i Sækken", og i Særdeleshed vil jeg under ingen Omstændigheder akceptere fordægtige Produkter som *Fødemidler;* jeg vil selv raade for, hvilke Stoffer jeg skal bruge til *min* Føde, til *mit* Legemes Ernæring, og derfor vil jeg vide, hvad det er, jeg faar.

Der er dog en Grund endnu, hvorfor man bør undgaa at købe de hemmelige Produkter; Hemmeligheden maa jo nemlig have sin Aarsag i, at Fabrikkerne befrygter, man vilde tabe Lysten til at købe, naar man fik Kendskab til Varens Beskaffenhed og Fabrikation, vel ikke fordi man blev led ved den, men fordi man vilde se, at Fabrikkerne beregner sig en ganske urimelig stor Fortjeneste. Hvad skulde vel nemlig ellers kunne være Grunden til Hemmelighedskræmmeriet?

Men hvorfor kan vi ikke nøjes med Fedtstofferne, som Naturen byder os dem; hvorfor udtrække Fedtet af de naturlige Forbindelser, hvori det findes, i Nødder, Oliven, Mælk etc., for at sætte det sammen med andre Ting, som Naturen ikke — eller kun i ringe Grad — har knyttet det sammen med, og i hvilket det derfor ikke naturlig hører til.

Godt, velbagt Brød trænger saaledes aldeles ikke til at indfedtes for at glide, navnlig ikke naar man, som man bør, spiser det sammen med Frugter, Grønsager, Kartofler eller Radiser; og Grønsagerne eller Rødderne trænger saa lidt som Kartoflerne til ved „Stuvning" at indsyltes i fed Melvælling, der kun tjener til at tage Smagen fra dem.

Andr. Møller.

Ny Afdeling af D. V. F.

Efter længere Tids Forberedelse stiftedes den 11. Juli en ny Afdeling af „Dansk vegetarisk Forening" i *Odense*. Der blev afholdt et offentligt Møde i Højskoleforeningens Sal med Ingeniør *P. Schrøder* som Taler, og i Tilslutning hertil foreslog Gaardejer, Landbrugskandidat *Fr. Pedersen* at danne en lokal Forening. Dette vedtoges.

Man gennemgik derefter et foreliggende Udkast til Love, som ogsaa tilsidst vedtoges. Til Formand valgtes Gaardejer *Fr. Pedersen*, Elmelund pr. Odense.

Der indmeldte sig straks 23 Medlemmer i Foreningen, hvoraf dog de 5 allerede i Forvejen var Medlemmer af andre Afdelinger af D. V. F. Vi ønsker den nye Afdeling til Lykke og haaber, at den snart maa vokse sig stor og stærk.

Spredt og samlet.

Gennem kinesiske Briller. I en Bog omhandlende Missionen i Kina fandt jeg i et Brev fra en Kineser følgende fornøjelige Linjer om Europæerne:

„Det er umuligt at civilisere disse fremmede Djævle. De er under al Beskrivelse. De kan leve i Uger og Maaneder uden at smage en Mundfuld Ris; derimod spiser de Kødet af Okser og Faar i uhyre Mængder. Det bliver sat paa Bordet i store Klumper, ofte halvt raat, og de skærer, river og flænger det fra hinanden. De spiser det med Knive og smaa Høtyve; det kan gøre et civiliseret Menneske helt nervøs. Det er, som om man var i Selskab med Sabelslugere".

Jeg antager, at „Solblink"s Læsere formaar at goutere disse uforbeholdne Udtalelser, der unægtelig er lidet smigrende for vor saakaldte „Civilisation".

Chr. H.

Blindtarmsbetændelse kommer meget sjældent af Rosinkærner o. lign. Vegetarer faar meget sjældent denne Sygdom. Den skyldes ofte daarlig Fordøjelse og Forraadnelse af Tarmindholdet, men Vegetarkost fremmer jo oftest Tarmfunktionen. Interessant er det at lægge Mærke til, at Sygdommen breder sig med Kulturen, hvilket jo desværre vil sige den forfinede Levemaade. De muhamedanske Bybeboere har saaledes langt hyppigere Blindtarmsbetændelse end Landbeboerne, der lever vegetarisk. Naar der i denne Forbindelse tales om Vegetarer, menes selfølgelig saadanne, der i *lang Tid* har levet sundt og fornuftigt. Folk, der lige har lagt Kosten om, kan selvfølgelig godt have Disposition fra den Tid, de syndede mod Naturens Love — og Blindtarmsbetændelse er jo en af de uundgaaelige Følger af Brud paa Naturens Orden.

Forgiftning ved at spise Pærer. Der har nu igen staaet en Meddelelse i Pressen om Frugtforgiftning, denne Gang af Pærer. Det viser sig ganske vist, at det er Pærer, der er begyndt at raadne, *og* saa er det jo meget forstaaeligt. Frugt skal selvfølgelig være frisk og god som al anden Mad. Men man benytter atter Anledningen til at raade til at skrælle Frugten. Det bør man næppe. Frugt bør vaskes og spises ren. Men Skrællen er en Bestanddel af Frugten, som i Almindelighed bør nydes med, for at man kan nyde alle Frugtens Goder. Ligeledes tales om at koge Frugten. Kogningen forringer den gode Frugts heldbringende Egenskaber. Frugt skal selvfølgelig helst nydes moden og raa.

I Italien høstes hvert Aar gennemsnitlig 80 Mill. Dobbeltcentner Vindruer. Denne Herlighed gaar næsten fuldstændig tabt igen, idet den omdannes til Alkohol. Der er intet i Vejen for at konservere og opbevare Druerne, saa de efterhaanden kunde anvendes i den daglige Kost. Det gælder 6 Trillioner Kalorier, der kunde frigøres, eller med andre Ord, Italien kunde faa $^1/_6$ af de nødvendige Kalorier gennem Vindruerne! Og nu anvender man disse blot til at befolke Sygehuse og Sindssygehospitaler med!

Fra Arbejdsmarken.

Fodturen den $^9/_7$ forløb ikke ganske programmæssig, men bød til Gengæld paa en Række Overraskelser, bl. a. en gæstfri Indbydelse fra Gartner *Højer* og Hustru til Jordbærspisning i deres Have i Bregnerød.

Kursus i vegetarisk Madlavning paatænkes alholdt i Odense og i Aalborg til Efteraaret. Ogsaa i Strandby pr. Farsø, hvor vi har et energisk Medlem, Fru *Kjærsgaard*, omgaas man med Planer om at faa Vandrekøkkenet dertil.

Havebrugets Oplysningskontor, som er oprettet af vor Aarhus Afdeling, ledes af Gartner *S. P. Olesen*, som nu har købt et større Stykke Jord, hvoraf Halvdelen agtes lejet ud til Kolonihaver, der skal drives som Mønsterhaver.

Et af vore Medlemmer, Købmand *R. Sørensen*, Hornsyld, har gjort et stort Arbejde for paa kristent Grundlag at bekæmpe Dyrplageri i enhver Form. Blandt andet har han udgivet en Mængde Traktater herom, samt forskellige Postkort. Vi har faaet dem tilsendt til Udtalelse og maa sige, at for hvem den religiøse Side af Sagen er den mest fremtrædende, kan der maaske ligge en Agitation i disse Skrifter, naar man kan se bort fra en vis naiv Grundtone, og vi kan godt anbefale Hr. Sørensens særlige Meningsfæller at forsøge at

træde i Forbindelse med ham og anskaffe sig disse Tryksager til Gennemsyn og eventuelt Brug.

Tillæg til Medlemslisten.

Ved en beklagelig Fejltagelse er følgende Medlemmer ikke blevet opført i den Fortegnelse, som findes i „Solblink" for Juli d. A.:

Andersen, Boelskifte, St. Kongensgade 36, Kbhvn.

Andersen, Osius, Stenum pr. Brønderslev.

Bennick, H. J., Cand. mag., Toldbodvej 30, Kbhvn.

Gambæk, S., Journalist, Amicisvej 3, Kbhvn.

Larsen, C. A., Gartner, Ullerød Villaby, Hillerød.

Orup, Johanne, Sygeplejerske, Skovgaardsgade 24, Kbhvn.

Rasmussen, Math., Frue, Aaboulevard 14, Kbhvn.

Unna, Else, Frue, Cand. phil., Forhaabningsholmsallé 9, Kbhvn.

Mich. Larsen:

Naturhelbredelsen.

Vi henleder Opmærksomheden paa, at Prisen paa denne fortrinlige Bog er nedsat fra Kr. 2,50 til

kun 1½ Kr.,

og at Bogen kan faas gennem de lokale Afdelinger af D. V. F. eller gennem *Vegetarisk Oplysningskontor,* Nørregade 7, Kbhvn. (Beløbet + Porto: 5 Øre, kan indsendes i Frimærker).

Et Overblik over, hvad Bogen rummer, faas gennem følgende

Indholdsfortegnelse:

Indledning. — „Kraftig Næring". — Vegetarismens Maal. — Ydre Livs- og Sundhedsbetingelser. — Hvorledes Mennesket blev Kødspiser. — Det normale Stofskifte. — Organismens Sikkerhedsindretninger. — Nydelse og Nydelsesmidler. — Indvendinger mod Vegetarismen. — Vegetarismens Historie og Fremtidsudsigter. — Daglig sund Livsførelse. — Det abnorme Stofskifte. — Sygdom. — Den moderne Physiatri (Naturlægemetoden). — Slutning.

Vegetarisk Litteratur.

Mich. Larsen: Naturhelbredelsen. 1,50
Mich. Larsen: Sygdom og Helbredelse ved Naturens Hjælp. 0,50
Marie Lindberg: Veg. Kogebog. 2,25
Ludovica Nilsson: Hvad skal vi spise? 0,75

Dansk vegetarisk Forenings Smaaskrifter à 25 Øre:

Nr. 12. *Maja Schrøder*: Veg. Opskrifter.
- 18. *Maja Schrøder:* 75 Kartoffelopskrifter.
- 19. *N. Klougart*: Jordbrug uden Kreaturhold.
- 21. *Maja Schrøder:* Vegetarisk Paalæg og Salater.

Dansk vegetarisk Forenings Smaaskrifter à 10 Øre:

Nr. 11. *Saxon*: Hollands lykkeligste Mand.
- 13. *Mich. Larsen*: Vegetarismen og Næringsinstinkterne.
- 14. *Benno Buerdorff:* Næringsværdien af Frugt.
- 15. *Maja Schrøder:* Henkogning og Tørring af Frugt og Grønsager.
- 16. *Mich. Larsen:* Badebehandling i Hjemmet.
- 17. *Mich. Larsen*: Hvad er den bedste Kost for Moderen under Svangerskab og Diegivning samt for Smaabørn under og efter Afvænningen?
- 20. *Mich. Larsen*: Børnesygdomme.

Enkelte Numre af »Solblink« 0,10

Bestilling modtages ogsaa paa al anden vegetarisk Litteratur.

Ovennævnte Skrifter vil kunne faas hos Afdelingerne, paa Møderne og gennem Vegetarisk Oplysningskontor, Nørregade 7, I, Kbhvn. Ved skriftlig Bestilling kan Beløbet (+ Porto) vedlægges i Frimærker.

3 Ugers **Vegetarisk Kursus** fra 20. August
paa Skaarups Husholdningsskole,
Skaarup St. (ved Svendborg).
Cl. Clausen.

Vegetarhjemmet „ANKA"
ved Kristiansminde, Svendborg,
modtager Kurgæster. Pris fra 2—3 Kr. pr. Dag.
Nærmere ved Henvendelse til
Anna Nielsen.

Restauranter, Pensionater o. l.
hvor der serveres vegetarisk Kost.
(Optagelse sker mod Tegning af en anden Annonce til 4 Kr. aarlig eller Betaling af 2 Kr. aarligt for 2 Liniers Plads).

Vegetarisk Restaurant „Pomona", Nørregade 7¹, København. *Vegetarisk Restaurant*, Løvstræde 8, ¹, Kbhvn. *Frydenstrand Badesanatorium pr. Frederikshavn*, Prospekt gratis og franco. *Vegetarhjemmet „Anka"* ved Christiansminde, Svendborg. *Vegetarisk Pensionat*, Østergade 5, Aarhus. *Nyt Missionshotel*, Frederiksgade 77, Aarhus. *Vegetarisk Pensionat*, Søren Møllersgade 10, Randers. *Vegetariska Pensionatet*. Rundelsgatan 12, Malmø. *Vegetariska Pensionatet*, S. Förstadsgatan 34, Malmø.

Forretninger, hvor Medlemmer af D. V. F. faar Rabat.

(Optagelsesbetingelser som ovenfor).

Sanafer*), St. Kongensgade 36-38, Afd. A 10 %. Afd. B 5 %.
Sana, Skindergade 28 og Smallegade 17. 5 %.
C. Lindelof, H. C. Ørstedsvej 66, Farvning og kemisk Rensning. 10 %.

*) Paa enkelte Varer gives ingen Rabat.

Alle moderne Forsikringer

i Brand, Liv, Syge og Ulykke. 1. Kl. Selskaber. Faste Præmier. Forlang Tilbud. *A. Lorentzen*,
Dalgas Avenue 21, Aarhus.

En Husbestyrerinde,

glad ved Børn, kan efter Aftale faa Plads paa en Gaard ½ Mil fra Odense. En yngre Karl kan faa Plads 1. Novbr.

Fr. Pedersen.
Elmehøj pr. Odense.

En dygtig Enepige

søges 1ste September. God Løn og Hjælp til Vask.

Fru O. Bøgebjerg,
Jahnsensvej 13, Gentofte.

Drik Dansk
Frugt-, Urte- & Blomster-Te,
tilberedt af tørrede Blade,
og De vil ret hurtigt opdage, hvad det betyder
For Deres Sundhed.
Prøv Dem frem, til De finder den Te, der passer Dem i Smag.

Vælg mellem

Æble. Jordbær. Hindbær. Brombær. Solbær. Tyttebær. Blaabær. Kirsebær. Hyben. Valnød.
Nælde. Burre. Viol. Enebær. Kærringsrok. Lyng. Kamille. Hyld. Mal-urt. Røllike.

Pris 25 Ø. pr. Pakke, heraf 75 Kopper Te.
Mange andre Frugt- og Urteblade faas ved direkte Henvendelse til

Dansk Frugt- & Urte-Te Comp.
Godthaabsvej 62, København F.

»Sanafer«, St. Kongensgade 38.
»Sana«, By-Afdl., Skindergade 28.
»Sana«, Frdlg.-Afdl., Smallegade 17.
»Pomona«, Nørregade 7, ¹. Kbhvn.
»Det hvide Hus«, Slagelsegade 14.
Emil Hansen, Nordre Frihavnsgade 20.
J. M. Pfefferkorn, Nørrebrogade 41.
Frd. Brædder, Strandborg 108, Hellerup.
N. Høy Petersen, Skovshoved.
Bianco Hansen, Ordrupvej 100, Ordrup.
Edm. Petersen, »Hjørnet«, Lyngby.
Holte Brugsforening, Holte.
Linar Olsen, Stengade 58, Helsingør.
Emil Matthissen, Algade 12, Roskilde.
C. Nandrup, Axeltorvet, Næstved.
W. Rasmussen, Bredegade, Slagelse.
Købmand O. M. Thrane, Kallundborg.
Chr. Sørensen, Vestergade 30, Odense.
Joh. Svendsen, Gjerritsgade, Svendborg.
Skagens Brugsforening, Skagen.
E. Wellejus Taarnborg, Frederikshavn.
Th. Henriksen, Strømgade, Hjørring.
Aug. Worms Eftf., Boulev., Aalborg.
Jens Nielsens Eftf., C. Molich, Randers.
P. A. Buchtrup, Søndergade, Aarhus.
James Lind, Nørregade, Aarhus.
Ernst Lauritzen, Store Torv, Viborg.
Spangs Eftf., Torvegade, Vejle.
Joh. Hansen, Gothersgade, Fredericia.
»Sana«, Torvegade 3, Kolding.
Købmand Chr Christensen, Skelund.
L. Stoklund, Byrum, Læsø.

Dansk Frugt-, Urte- & Blomster-Te
drikkes nu overalt af Folk i alle Klasser som en værdifuld Te-Drik for Sundheden (i Stedet for den nervesvækkende indførte Te).

4 Pk. sendes franco. Frimærker modtages.

Afgivet Erklæring.

De af Hr. *Albert Johansen* tilberedte Frugt-, Urte- og Blomster-Tesorter kan jeg ud fra et sundhedsmæssigt Synspunkt paa det varmeste anbefale som en udmærket Erstatning for den almindelig anvendte Te og Kaffe, hvis Indhold af Giftstoffer vistnok gør mere Fortræd, end de fleste er tilbøjelige til at regne med. Ikke mindst Æble-Teen har tiltalt mig ved sin smukke, gyldne Farve og milde, friske Velsmag, som dog kun kommer rigtig til sin Ret, naar Teen laves *meget tynd.*

København, den 7. April 1916.
P. Schrøder. Formand for Dansk veget. Forening.

Solblink udkommer d. 1. i hver Maaned i mindst 1200 Eksemplarer.

Forudbestilling paa Frugtsafter, Konserves og Marmelader
modtages nu indtil 1. August.
Prisliste gratis og franco.
„SANA" Skindergade 28. Tlf. 5650.
Smallegade 17. Tlf. Godth. 682 x.

Alle Varer til vegetarisk Levemaade som:
Frugt- og Grøntkonserves,
Fineste Kolonialvarer,
Skodsborg Sundhedskaffe.
Franko for 10 Kr. med 5—10 % Rabat.

Lægevidenskabelig Konsulent
Overlæge *Carl Ottosen.*
Konsulent i Husholdningsspørgsmaal
Fru *Johanne Ottosen*
Telefoner 9656, 9657, 9658.
Telegramadresse »Sanafer«.
Prisliste gratis og franco.

Speciel Afdeling for Sundheds-Underbeklædning.
Ns Sanafer
St. Kongensgade 36-38, Kbhvn. K.

Vegetarisk Restauration,
Løvstræde 8, 1.
Frokost fra 7—12, Middag fra 12—7.
Maden sundhedsmæssig tilberedt.

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.

VEGETARISK RESTAURANT
POMONA
NØRREGADE 7, 1. SAL
LIGE OVERFOR FRUE KIRKE
TELEFON CENTRAL 8767
Rabatbilletter!
Ingen Drikkepenge!
Ingen Tobaksrygning!
Hyggelige Lokaler!
Stort Bladhold!

Annoncepris: 10 Øre pr. 1-spaltet Petitlinje eller 12 Kr. pr. Side.
Rabat: 10 pCt. for mindst 3 Gange, 25 pCt. for 12 Gange.
Abonnementspris: 1,50 Kr. aarlig plus Postpenge. Kan bestilles paa alle Postkontorer og hos Landpostbudene.

Redigeres af Kommunelærer, cand. phil. *Oluf Egerod,* Vanløse. Telf. Vanl. 127
Udgives af Dansk vegetarisk Forening
Emil Kristensens Bogtrykkeri, Nørregade 30. Kbhvn