

Redigeres af Kommunelærer, cand. phil. Oluf Egerod, Vanløse.
Tlf. Vanløse 127. Postkonto 282.
Udgives af Dansk vegetarisk Forening, Vanløse.

14. Aargang | 1. Juni 1920 | Nr. 6

Indhold: Vegetarismen er ikke »et System«. — Aarsmødet. — Spredt og samlet. — Fra Arbejdsmarken. — Møder og lign. — Annoncer.

Se Meddelelser og Program vedrørende Aarsmødet inde i Bladet.

Vegetarismen er ikke „et System".

Man kan undertiden — endog af Læger (i populære „Sundheds"skrifter) — se Vegetarismen omtalt som „et System" sideordnet Bramsens og I. P. Müllers Systemer. Den Slags Folk maa være ret blottede for Idé om, hvad Vegetarismen er, de maa jo næppe have Anelse om, at Vegetarismen betyder en gennemført sund Levevis paa alle Omraader, ved Udelukkelse af alt, hvad der er skadeligt, specielt dog af Føde af døde Dyr, og Pirringsmidler. Her er aldeles ikke Tale om noget „System", men netop en Modsætning til alle Systemer, saa vist som Naturen selv ikke er noget „System", men tvært imod en Fjende af Systemer, da disse altid er noget kunstigt. Hævdelsen af Naturen og Naturens Ret har saa lidt som noget i Verden noget med noget Slags „System" at gøre. „System" kan man kun tale om, naar det gælder et eller andet specielt, ensidigt, mere eller mindre kunstigt Middel, altsaa noget hvorved man vil prøve paa at *narre Naturen*, — saaledes som de fleste Mennesker jo netop vil; de vil jo dels ved Kød, Stimulans- og Pirringsmidler tilvende sig en særlig „Nydelse", en Nydelse som Naturen ikke har bestemt for dem, og dels vil de, naar denne Usurpation af Naturen viser sig at medføre Ubehageligheder, ja Lidelser, (Sygdom, Svækkelse etc.), saa man pegynder at befrygte, at Resultatet af disse Snydeforsøg maaske kan blive et ÷ i Stedet for et + til Nydelsen som Helhed, dels vil de da forsøge at snyde sig fra Straffen — den fortjente Straf for at have villet snyde sig til Nydelse, — idet de ved Hjælp af Medicamenter vil unddrage sig Sygdom eller i alt Fald de tilhørende Smerter, ja, de vil endog ligesom Afladshandlerne købe sig fri ogsaa for Straffen for fremtidige Synder, idet de ved Medicamenter vil styrke sig til fortsat at kunne blæse ad Naturen og „nyde Livet", alle Sundhedslove til Trods. Det tiltaler jo nu engang ikke Folk at overholde Love og give enhver sit, de vil helst gøre, hvad de i Øjeblikket lyster, og de vil rage til sig alt, hvad de ser, uden Hensyn til, om de kan have Gavn af det, og de vil ikke se den soleklare Sandhed, at hvad Naturen ikke har bestemt for dem, kan de ikke have Gavn men kun Fortræd af. I Virkeligheden narrer man selvfølgelig sig selv, naar man vil narre Naturen. Det er indlysende, at Anvendelse af et Medicament er saa langt fra at kunne træde i Stedet for Overholdelsen af Sundhedens Love, som der herved netop dannes en ny

Skranke for Naturens Virksomhed og en yderligere Modstand mod Naturen, for hvilken der maa betales før eller senere med yderligere Smerter, — som ganske vist nok en brat Død kan komme i Forkøbet, ligesom en saadan jo kan redde en fra den økonomiske Ruin, der følger ved at leve over Evne og stadig gøre større Laan for at betale den voxende Gæld. (Der er dog den Forskel, at Krænkelserne af Naturen under visse Omstændigheder selv kan bevirke en brat Død). Og lige saa indlysende er det, at man ikke kan klare sig ved paa et enkelt Omraade at gøre Stads af Naturen, ved at dyrke et „System" „tygge Bramsen", „gøre Müller" eller lign. og derved købe sig fri for at tage Hensyn til den paa alle andre Omraader; ved saadanne Tricks, som disse Systemer maa kaldes, lader Naturen sig ikke besværge. Hvor naive dog Menneskene er, naar de tror at kunne narre Naturen, enten de nu tror paa et af de allerede fremkomne Systemer, eller de venter, at det engang skal lykkes den moderne Videnskab — som de jo er saa imponerede af — at udfinde den store Kunst rigtig at narre Naturen, saa man kan gøre hvad som helst, der falder en ind, ganske uden Hensyn til Naturens Love, og saa topmaalt naive er de, saa de tror, at Naturen selv — ad Videnskabens Vej — skal spille dem Midlerne hertil i Hænde! Og disse Mennesker vil gælde for at være nøgterne og forstandige! *Andr. Møller.*

Aarsmødet.

København 27.—28. Juni.

Dagsorden: 1) Valg af Dirigent. 2) Beretning. 3) Regnskab. 4) Virksomheden i det kommende Aar. 5) Lovændringer. 6) Beretning og Regnskab fra Dr. Mich. Larsens vegetariske Børnehjemsfond. 7) Valg. 8) Stedet for næste Aarsmøde. 9) Eventuelt.

Lokale: Arbejderforeningen af 1860, Nørrevold 92 (ved Nørreport). Mødet aabnes Søndag Kl. 8½ Morgen.

Frokost: K. F. U. M. Kl. 11—12. Meddelelse om Deltagelse maa indsendes til Formanden senest et Par Dage før.

Friluftsmøde (antagelig Kongens Have Kl. 7) med Taler af Førstelærer *Morten Stokholm* (Vegetarismens aandelige Side), Overlærer, Ingeniør *P. Schrøder* (Vegetarismens sociale Side), Overlæge *Carl Ottosen* (Vegetarismens sundhedsmæssige Side). — Derefter eventuelt Samvær ude eller inde.

Mandag den 28. Kl. 10—12 Rosenborg Slot. Efter Middagen (f. Eks. i Løvstræde 8) med Toget til Skodsborg. Tur i Skoven. Sanatoriet beses. Aarsmødet er Sanatoriets Gæster ved et Maaltid. Afslutningsmøde i Gymnastiksalen.

Repræsentantvalg. — *Hvem har Stemmeret?* Ethvert Medlem stemmer paa Aarsmødet, foruden med sin egen Stemme, med saa mange andre Stemmer, som han har Fuldmagt for (Lovenes § 8).

Fuldmagter sendes indtil d. 25. Juni til Formanden, Kommunelærer *Oluf Egerod*, Vanløse. Det vil være praktisk at vente med Indsendelsen til efter, at næste Nr. af „Solblink" (15. Juni) er udkommet. Heri vil findes en fuldstændig Medlemsliste med * ved de Medlemmer, som man antager vil møde. Stemmesedlen kan være et alm. Brevkort, blot mærket „Stemmekort, Aarsmødet 1920". Det indeholder indtil f. Eks. 4 Navne. Møder Nr. 1 ikke, repræsenteres man af Nr. 2 o. s. v.

Alle, der mener at kunne overvære Aarsmødet, bedes da inden 10. Juni meddele Formanden det, at der kan sættes * ved Navnet. Dette medfører selvfølgelig ingen Forpligtelse til at deltage, ligesom man jo kan overvære Aarsmødet uden at have meddelt det i Forvejen. Har man indsendt Stemmeseddel og alligevel selv møder, beholder man selvfølgelig sin Stemme. Alle bør derfor indsende Repræsentationskort for det Tilfældes Skyld, at man ikke møder. Det vil være heldigt at sprede Stemmerne saa meget som muligt over de mødende Medlemmer og ikke samle dem paa enkelte Hænder.

Forslag til Lovændringer.

Vore Loves § 8, første Stykker, lyder i Øjeblikket saaledes: „Hvert Aar, i Almindelighed i Juli eller August Maaned, afholdes Aarsmøde, hvortil der af Hovedbestyrelsen indvarsles mindst 1 Maaned i Forvejen. *I dette Møde kan ethvert Medlem deltage eller lade sig repræsentere ved et hvilketsomhelst andet Medlem, der da stemmer med det Antal Stemmer, hvormed det er valgt*". Hertil ønsker Hr. *Jens Nielsen*, Roskilde, føjet: „dog maa intet Medlem stemme med over 10 Stemmer, sin egen inklusive", medens Hr. *C. Linde-*

loff ønsker det udhævede Stykke forandret til „I dette Møde kan ethvert Medlem deltage, og har ethvert deltagende Medlem kun een Stemme".

Indkvarteringen.

Der har ikke endnu meldt sig saa mange Medlemmer til at huse tilrejsende, som vi haaber at faa Brug for. *Medlemmer i Københavns*, der kan følge den udsendte Opfordring, bedes derfor venligst stadig i Løbet af Juni indsende Meddelelse om, hvor mange de kan huse.

Medlemmer i *Provinsen*, der ønsker at deltage i Aarsmødet, og som ønsker sig indkvarteret ved Indkvarteringsudvalgets Foranstaltning, bedes snarest, dog helst inden 20. Juni, meddele Formanden (Egerod, Vanløse): 1) om de kun ønsker at bo paa Hotel og da nærmere Oplysninger herom (Pris etc.), 2) om de ønsker sig indkvarteret privat, men hvis Pladserne er optagne, da indkvarteret paa et Hotel.

Oversigt.

Vegetarisk Oplysningskontor, Vanløse, vilde altsaa gerne have 4 Ting at vide af Medlemmene i Løbe af Juni: 1) om man mener at kunne deltage i Aarsmødet (Meddelelser helst inden d. 10.), 2) hvem man ønsker som sin Repræsentant (bedst efter d. 15.), 3) om man ønsker at huse tilrejsende, eller om man som tilrejsende ønsker Kvarter (helst inden d. 20.), 4) om man ønsker at deltage i Fællesfrokosten (inden d. 25.).

Københavns Afdelingens Medlemmer opfordres indtrængende til i stort Tal at deltage i Aarsmødet, dels for at gøre dette saa vellykket og interessant som muligt og dels for at vise vore Provinsmedlemmer, at vi har en godt arbejdende Afdeling i Hovedstaden.

Se iøvrigt de forskellige Meddelelser til Medlemmerne.

Vanløse, $^{25}/_{5}$ 20. P. B. V.
Oluf Egerod.

Spredt og samlet.

Vegetariske Pensionater o. lgn. Foruden de i Aprilnumret nævnte har vi fundet Adr. paa følgende: Gysinge vegetariska vilo- och rekreationshem, Sverige. — Ytterå badanstalt, Jämtland, Sverige. — Torshäll, Leksand, Sverige.

Louis Kuhne: Den nye Helbredslære, koster nu 7½ Kr. p. Gr. af den voldsomme Stigning af Prisen paa Bogbinderarbejde. Faas gennem Veg. Oplysningskontor, Vanløse. Postkonto 282.

Madlavningskursus. Atter i Aar vil der paa Raastrup Kursted, Christiansminde, Svendborg, blive afholdt Kursus i vegetarisk Madlavning i September Maaned. Kursus varer 14 Dage. Nærmere Oplysninger senere.

Vore Litteraturkommissionærer bedes huske at indsende Opgørelse aldeles omgaaende.

Til D. v. F.s Medlemmer. I Slutningen af Sommerferien kunde jeg have Lyst til at gøre en lille Rejse bl. a. ind over Sønderjylland, da Grænsepælene til den Tid vel er flyttede, til de hjemlige Egne der og i Vestjylland. Men paa den anden Side har jeg ingen Lyst til at rejse, naar jeg ikke har et fornuftigt, helst et nyttigt Ærinde, hvor jeg kommer. Jeg har da tænkt at forme Turen som en Foredragsrejse med Emnet: „Midler til Fattigdommens Afskaffelse". Dette Maal kan jo bl. a. kun naas ved Hjælp af Vegetarismen, d. v. s. naturlig Livsførelse. Det bliver altsaa en vegetarisk Agitationsrejse, selv om Vegetarisme slet ikke bliver nævnt. Af mine Erfaringer for 2 Aar siden ved jeg, at der vanskelig kan udrettes noget, naar der ikke paa Stedet findes nogen, der interesserer sig for Sagen. Dersom der findes saadanne, der kunde ønske at faa Sagen frem paa deres Hjemsted, kan vi maaske tale derom ved Aarsmødet eller forhandle skriftligt.

Ingerslevsgade 112 4 B. Tlf. Vest. 6128 y.
N. A. Vodder.

Råkost. Anvisningen för en sund diät av Med. dr. Keller Hoerschellmann. Översättning til Svensk. Faas portofrit fra Vegetarisk Oplysningskontor, Vanløse, Postkonto 282, mod Indsendelse af 70 Øre. — Naar undtages et Kapitel i Olviks store „Naturlægens Kokebok" har vi vist ikke hidtil paa de nordiske Sprog haft en sammenhængende Vejledning i Fremstilling af Raakost. Da dette jo efterhaanden gerne bliver Maalet for de fleste Vegetarer, og mange i alle Fald gerne vil prøve noget deraf, hilser vi med Glæde denne lille Oversættelse, der anbefales til Studium og Efterlevelse af alle vore Læsere.

Studiekres. Dansk vegetarisk Forening mangler i høj Grad en Studiekres. En saadan fandtes i sin Tid, medens „Pomona" eksisterede, men afgik ved en stille og rolig Død tillige med denne.

Der er Medlemmer nok, som ønsker at diskutere, men som ogsaa i høj Grad trænger til at blive vejledet og uddannet for at lære, hvorledes en saglig Diskussion bør føres. Jeg kom særlig til at tænke herpaa ved Læge *Frk. Grønberg-Petersens* Foredrag den 25. Marts om: „Vegetarisk Børneopdragelse". Saa godt som ingen af de deltagende i Diskussionen kom ind paa Sagens Kærne: en fornuftigere Opdragelse og bedre hygiejniske Skoleforhold for alle Børn. Hver især af de deltagende tænkte paa og talte om deres egne „store pædagogiske Evner" og deres egne Børn og deres eksemplariske Opdragelse af disse. Hver søgte at redde sig lidt personlig Ære, og vi andre spildte en Times Tid paa at høre paa deres Visdom uden at faa uddybet selve Emnet for Foredraget det aller ringeste.

Kun Foredragsholderen og to enkelte af Deltagerne forsøgte at holde Traaden fast, hvad dog tildels mislykkedes. En Diskussion som denne er overflødig og til liden Ære for stortseende Mennesker, hvad alle Vegetarer burde være, men desværre ikke er. Jeg tror, at en Studiekres vilde raade Bod herpaa, og opfordrer Hovedbestyrelsen til sammen med Bestyrelsen for Kbhvns. Afdeling at forsøge oprettet en Studiekres for København og nærmeste Omegn, for at faa uddannet Medlemmerne til med Fynd og Klem at kunne virke for vor Sag baade ud- og indadtil, og særlig for at kunne føre en Diskussion paa en rolig og en saglig Maade uden saarende eller personlig Indblanding, en Diskussion, der er virkelige Vegetarer værdig.

E. Solkær.

Red. opfordrer interesserede Medlemmer til selv at begynde. „Solblink"s Spalter staar aabne for Meddelelser herom etc.

Kan en Vegetar være bekendt at føle sig foraarstræt?

Hvis man føler dette voldsomme Tryk og Tynge, maa den fysiske Organisme vel være fejlagtig opbygget. Vi er ikke plastiske nok til at tage mod Foraarets stærke Strømninger. Livet pulserer saa voldsomt, og jo mere udviklet Sjælelivet er, des smidigere, bøjeligere og renere maa Kroppen være for at kunne tage imod uden at bryde Harmonien.

Kan vi ikke lade Spørgsmaalet gaa videre i „Solblink" og se om nogen har Lyst tilat svare? *I. A.*

Jo, gerne! — *Red.*

Idealistiske Strømninger i den moderne Jødedom. Det er et glædeligt Tidernes Tegn, at den jødiske Verden, som saa længe har gaaet i Spidsen for Nationernes Materialisme og Gudsfornægtelse, nu ogsaa udenfor de stille frommes ubemærkede Krese har begyndt at vende tilbage til sine egne bedre Traditioner.

Efter et Par spredte Begyndelser, det i Zionisternes Aarbog for 1905 foreslaaede „Ny Essær-Samfund" og Nathan Charkins Forslag om Dannelse af en jødisk Vegetarforening 1918, er der nu i indeværende Aar dannet det saakaldte Daniel-Bund med Hovedsæde i München, hvis Formaal det er at forene alle de Bestræbelser af hygiejnisk, socialt og aandelig Art, der kan tjene til at løfte Jødefolket og gøre det skikket til ved Tilbagevenden til Palæstina at finde Lykke for sig selv og Velsignelse for Verden, thi „Velsignelsen kommer fra Jøderne. *C. J.*

Adventisterne holdt Aarsmøde i Kbh. fra 17.—23. Maj. Bl. a. holdt Dr. C. Ottosen et vegetarisk Sundhedsforedrag 20. Maj. Ungdomsmødet 22. Maj i Studenterforeningens Festsal formede sig som en veltilrettelagt Demonstration af, hvad Adventisterne har formaaet at udrette. Man fik et udmærket Indtryk af, hvor godt organiseret denne verdensomspændende Bevægelse er. Det, der er af Interesse for os i denne Forbindelse er, at næsten alle Adventister er Vegetarer, og man gik bort fra Mødet, hvor vi traf mange kendte Vegetarer, med nye og store Beviser for, hvilket Arbejde der kan udrettes paa Grundlag af den vegetariske Levevis.

Vegetarisme og Teosofi. Som bekendt har vi gode Meningsfæller blandt Teosoferne. Et Bevis herfor afgiver en Artikel i det svenske „Teosofisk Tidsskrift", hvori Herr Halfdan Liander udfra Teosofernes særlige Synspunkt klargør, hvorledes Teosofien forklarer de dybere liggende Grunde, hvorfor Teosofer ubetinget bør leve vegetarisk.

F. J.

Mrs. Annie Besant, en af den teosofiske Bevægelses store Ledere, siger i et Foredrag om „Menneskehedens fremtidige Fremskridt" bl. a.: Hele Dyreverdenen vil komme ind under Menneskets omskabende Indflydelse. Mennesket vil da ikke længere være den Tyran, som han er nu; han vil ikke længere misbruge sin Magt over de umælende; han vil blive det, hvortil han er bestemt, Dyreverdenens Hjælper, Opdrager og Ven. Jeg behøver næppe at sige, at al den Grusomhed, som nu udøves, lidt efter lidt vil ophøre; intet Dyrs Blod vil da plette Jorden, intet Dyrs Legeme vil blive brugt til Føde for Mennesker — og saa vil Dyrene heller ikke flygte i Rædsel for Mennesket, i hvem de kun ser en Fjende, men de vil lære ham at kende som en Beskytter og en Ven: thi det er en Guldalder, den Tid, vi gaar imøde, og da vil alle levende Væsener elske i Stedet for at hade hverandre.

Ved den engelske »Vegetariske Forening's 71-aarige Stiftelsesfest, blev der holdt adskillige udmærkede Foredrag, som vi kunde unde alle „Solblink"s Læsere at nyde godt af, men det er jo af velkendte Grunde ugørligt. Følgende er et lille Afsnit af Mr. H. Baillie-Weavers Foredrag. „Menneskeheden kan kun naa sin højeste Udvikling gennem Selvopofrelse og ikke gennem Egoisme, gennem en stedse større Erkendelse af et Broderskab, saa vidt, saa altomfattende, at intet skal være udenfor Kærlighedens magiske Cirkel. Sikkert maa det være saadan paa Grund af vort aandelige Slægtskab, fordi vi alle er Børn af een Fader, som er Gud, og han *er* Kærlighed.

Og jeg kender faa Ting, som hjælper mere til den rette Opfattelse af alle disse Spørgsmaal end Afhold fra Kødspiser, og Grunden hertil er efter min Mening ikke vanskelig at finde. Mennesket er, tror jeg, et aandeligt Væsen, der bruger sit Sind, sine Følelser og sit fysiske Legeme som Instrumenter, hvormed han sætter sig i Forbindelse med de jordiske Tilstande og lærer ved Omgangen med sine Medskabninger — menneskelige og undermenneskelige — at udvikle Christus-Naturen i sig, at indtræde i Guds Rige, som er indeni os, kort sagt, at vokse mod Gud. En Kød-Diæt gør disse Instrumenter mindre egnede til Brug for dette aandelige Væsen, mindre modtagelig for den rette Slags Vibrationer — mere modtagelig for den forkerte Slags, kort sagt, mindre kompetent til at opdage det sande, det noble og ædle. Jeg siger ikke, at Afhold fra Kød kan forandre et Menneske fra Djævel til Engel paa en Uge, men jeg siger, at Afhold fra Kød gør Arbejdet med at leve for de højere Ting mindre vanskeligt, Begæret efter at leve for disse højere Ting stærkere og fastere, kort sagt, giver en fortræffelig Grundvold, paa hvilken man kan arbejde paa at opbygge Gud-Mennesket."

Efter The veg. Mess. ved
Yogi Zilads.

Leo Tolstoy: Et Brev om Kristus' Love om ej at anvende ondt mod ondt. Oversat af cand. polit. E. Dehn. Frimodts Forlag. 1920.

Herr E. Dehn har med denne lille Bog forøget den Række af værdifulde Skrifter af Tolstoy, som han gennem Aarene har oversat til Dansk, og som er blevet modtaget med Glæde af alle dem, der gennem den store Russers mesterlige Udvikling har vundet Forstaaelse af Kristendommens store Betydning for det menneskelige Samfundsliv. I dette Skrift viser Tolstoy, hvor urimelige Menneskenes Straffeteorier er, og i hvor høj Grad de er i Modstrid med de skønneste og mest ophøjede Sider af Frelserens Liv og Virksomhed. Bogen bør ikke savnes i noget Hjem, hvor Trangen til Kærlighed og Retfærdighed er tilstede. *W. D.*

„Nye Tanker". Der er Foraarsgrøde i Arbejdet for at bringe den sociale Udvikling herhjemme ind i nye og bedre Spor. Det er os en særlig Glæde at konstatere, at Vegetarer er med i forreste Række i flere af de nye Bevægelser. Vi omtalte sidst Humanisten. Denne Gang har Posten bragt os „*Nye Tanker*", Organ for Det nordiske Tredelingsforbund. Af kendte Medlemmer af vor Forening, der leder denne Bevægelse, skal vi nævne Dir. *C. Vett*, Fotograf *Th. Strenge* og Forfatteren *J. Hohlenberg*, der er Redaktør af det nye Blad „Nye Tanker", som vi anbefaler de af vore Medlemmer til Studium, der kunde ønske at stifte Bekendtskab med mere egenartede og selvstændige Forslag til Løsning af det sociale Problem, end man oftest ser fremkomme.

I. O. G. T. (International Order of Good Templars) afholder Stor- og Verdenslogemøde i Kbh. 25. Juli—3. August. Der vil i den Anlegning sikkert komme en Del udenlandske Vegetarer her til Byen. Ordenens øverste Leder, Rigsdagsmand *Edw. Wawrinsky*, Stockholm, og Dr. *Matti Helinius-Seppälä*, Helsingfors, begge verdensberømte Mænd, har vi saaledes den Ære at tælle blandt vore Meningsfæller.

Fra Arbejdsmarken.

Odense Afdl. afholdt Generalforsamling 11. Maj. Da Afdelingen ikke mente at staa saa stærkt, og det eventuelt vilde være vanskeligt at faa sammensat en Bestyrelse, havde man bedt Landsforeningens Formand, Kommunelærer *Oluf Egerod* om at rejse over og søge at raade Bod paa Forholdene. Besøg hos og Samtaler med flere af Byens Vegetarer udenfor Foreningen førte desværre ikke til det forønskede Resultat: at formaa disse til at indtræde i Foreningen. Ved Generalforsamlingen lykkedes det derimod at faa opretholdt Foreningen og at faa sammensat følgende Bestyrelse: Fru *Petra Rasmussen* (Formand), Dir. *P. Chr. Hansen*, Lysbadeanstalten (Kasserer) og Fru *Lauritzen*. Suppleanter Bogh. *W. Iversen* og Frk. *K. Andersen*. Revisor Hr. *A. Rasmussen*.

Ved Fru Mary Petersens Sølvbryllup i Aakirkeby 8. Maj, var Deltagerne udtrykkelig indbudt til vegetarisk Aftenbord, en halv Snes forskelligt lækkert Smørrebrød. Alle Bornholms Aviser har omtalt dette i deres Referater af Festen.

Ved de danske Husmoderforeningers Stiftelse 14.—15. Maj omtalte Fru *Falck* vore Kursus i sin Tid for Arbejderhustruer og opfordrede den nye Forening til ogsaa at optage et saadant vegetarisk Arbejde paa Programmet. Tanken blev støttet af Fru *Math. Rasmussen*. Det siger sig selv, at vor Forening med Glæde vilde optage et Samarbejde med Husmoderforeningen paa dette, som paa andre Felter.

Paa Raastrup Kursted, Svendborg, var der 16. Maj Sammenkomst for Svendborg Ungdomsforening. Ved det vegetariske Aftensbord talte Frk. *Ullerup* for de unge Mennesker om Vegetarismen. Om vi blot i hver By havde et saadant Sted, hvorfra vore Tanker kunde udspredes.

Friluftsmøde afholdtes af Kbhvn.s Afd. 2. Pinsedags Aften i Fælledparken. D'Hrr. *Alb. Johansen*, *Aa. Psilander* og *Oluf Egerod* fik gennem korte Taler den Skare, der efterhaanden samlede sig, til at tænke over Vegetarismens Problemer og tage en Del Littetatur med hjem for nærmere at faa slaaet det hørte fast.

Møder og lign.

Aalborg Afdeling afholder Medlemsmøde 2. Tirsdag i hver Maaned i Skipper Clementsgade 5.

Aarhus Afdeling samles sidste Tirsdag i hver Maaned paa Lysbadeanstalten. Kl. 8.

Odense Afdelingen afholder Møde den 9. Juni paa Højskolehjemmet i Dronningensgade Kl. 8 Aften. *Chr. Hansen* taler om „*Sundhedspleje*".

ANNONCER

FYSISK KURANSTALT

Lysbadeanstalten med Fysisk-diætetisk Klinik ved Overlæge Carl Ottosen:

St. Kongensg. 36-38. Kbhvn. K.

Telf. 9656.

—— Forlang Prospekt. ——

Frydenstrand Sanatorium.
pr. Frederikshavn. Prospekt gratis.

Tegn Deres Livsforsikring
og alle andre Forsikringer hos
Kommunelærer Oluf Egerod
Vanløse — Telf. Vanløse 127
Husk den lovpligtige Ulykkesforsikring.

Amerikansk Støvleagentur.

Ved direkte Forbindelse med Importør leverer jeg elegante chokoladebrune og sorte Sommerstøvler til 35 Kr. Butikspris 45 Kr. Et lille Parti amerikanske Militærstøvler Nr. 44, 45, 46: 26½ Kr. Værdi 50 Kr., forsendes overalt pr. Efterkrav. Hvad ikke passer, ombyttes. *E. Solkær,* Nørrebrogade 8, St. th. København N.

Kemisk Tøjrensning.

C. Lindelof, H. C. Ørstedsvej 66. 10% til Medlemmer.

Nyt Missionshotel, Aarhus.

Frederiksgade 77. Veg. Kost faas.

Fodtøj.

Vagtholms Fodtøj, Gl. Kongevej 173. Tlf. Vester 2282 y.

Telefoner Central 9656 9657 9658

A/S Sonnafer

Telefoner Central 9656 9657 9658

St. Kongensgade 36-38

I. **Kolonialafdeling:** Kolonial, Konserves, Sundhedsfødevarer, diætetiske Præparater m. m.

II. **Afdeling for Hygiejnisk Underbeklædning og Sundhedsplejeartikler** af enhver Art.

Medlemmer Rabat.

Husholdningskonsulent: *Fru Johanne Ottosen.*
Hygiejnisk Konsulent: *Overlæge Carl Ottosen.*



Altid friske Specialiteter
for Vegetarer,
Sukkersyge
og Afholdsfolk.

— Medlemmer Rabat. —

Udsøgte Kolonialvarer til Dagspris.

— Aaben hele Ugen. —

Specialforretningen „SANA“, Skindergade 28. — Kbhvn. — Telefon 5650. —

Udplantningsplanter af enhver Art forsendes overalt billigst. Frisk Ankomst garanteres.

Udsæd kun af bedste Stammer.

Handelsgartner Larsen-Ullerød,
Frederiksværkvejen, Hillerød. Telf. 390.

Rationel Ernæring og Madlavning af Fru *Johanne Ottosen*, Skodsborg.

Tredie meget forbedrede Udgave med Opskrifter paa over 1100 forskellige Retter samt et særegent Afsnit om Børneernæring, Svangerskabsdiæt, Diegivningsdiæt, Sygediæt for Mavekatarrh, Sukkersyge, Gigt o. s. v. af Overlæge *Carl Ottosen*. Over 600 Sider. Rigt illustreret. Pris 10 Kr. indb.

50 vegetariske Retter til Frokost, Middag og Aften af Fru *Mary Johansen*. Pris 50 Øre.

Vejen til Sundhed af Overlæge *Carl Ottosen*. Anden meget forbedrede Udgave. Henved 400 Sider. Rigt illustreret. Pris heftet 4 Kr. — indb. 5 Kr.

Vort Undertøj af Overlæge *Carl Ottosen*. Pris 75 Øre.

Det seksuelle Spørgsmaal i Hjem og Skole, en Vejledning for og Mødre og Lærerinder. Pris heftet Kr. 2,75.

Vore Drenges og Ynglinges seksuelle Opdragelse, en Vejledning for Forældre og Lærere. Pris heftet Kr. 2,75.

Begge de ovennævnte Bøger er skrevne af Kommunelærerinde *Elna Panduro* og gennemset af Læge *Olav Benedichsen*, Dr. med. Frk. *H. Reinhard* og cand. theol. & mag. *V. Balslev*.

Lægernes Vildfarelser af Kommunelærer, cand. phil. *O. Egerod*. Dansk vegetarisk Forenings Smaaskrifter Nr. 22. Pris 75 Øre.

Nordisk Sundhedsforlag,
Istedgade 7, København B.

Vegetar (specielt Plantesmør) og
Krone Vegetabil Margarine
leveres altid friskkærnet direkte fra Fabriken.
Bringes overalt i Byen. Forsendes over hele Landet.
„Kronen",
Godthaabsvej 416. Tlf. Vanløse 85.
Udsalg: **Vesterbrogade 136.**
Tlf. Vester 7355.

„Sana" Specialitet: **Sundhedsfødevarer.**
Medlemmer Rabat.
Smallegade 17. Kbh. F.
Telefon Gth. 682 x.

Skodsborg Badesanatorium
(ikke Tuberkulose).
Største Helaars Kursted i Norden
De bedste fysisk-diætetiske Kurmidler anvendes med godt Resultat.
Forlang ill. Prospekt.

Raastrup Kursted samt Vegetarhjemmet „Anka"
(ved Christiansminde, Svendborg)
Vegetarisk Kost og Behandling.
Moderate Priser.
Anna Nielsen Ullerup.
Tlf. Svendborg 755.

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

Vegetarisk Oplysningskontor
Dannebrogsallé 27¹, Vanløse. Tlf. Vanløse 127

Drik dansk Sundheds-Te!
Forsøg Æble- eller Jordbær-Te.
En ødelagt Mave bragt i Orden
ved Urte-Te-Drik af Nr. 1 eller Nr. 2.
Ødelagte Nerver ligesaa.
Nælde- Kamille- og Hylde-Te,
Perikon- Malurt- og Røllike-Te.
40 Øre pr. Pakke. 3 Pakker Franco.
Albert Johansen,
Dansk Frugt- og Urte-Te Comp.
Adolf Steens Allé 12. - Telf. Nora 3629 v.

Annoncepris: 20 Øre pr. 1-spaltet Petitlinje eller 24 Kr. pr. Side.
Rabat: 10 pCt. for mindst 3 Gange, 25 pCt. for 12 Gange.

Abonnementspris: 2,00 Kr. aarlig plus Postpenge. Kan bestilles paa alle Postkontorer og hos Landpostbudene.

Emil Kristensens Bogtrykkeri, Nørregade 30. Kbhvn.