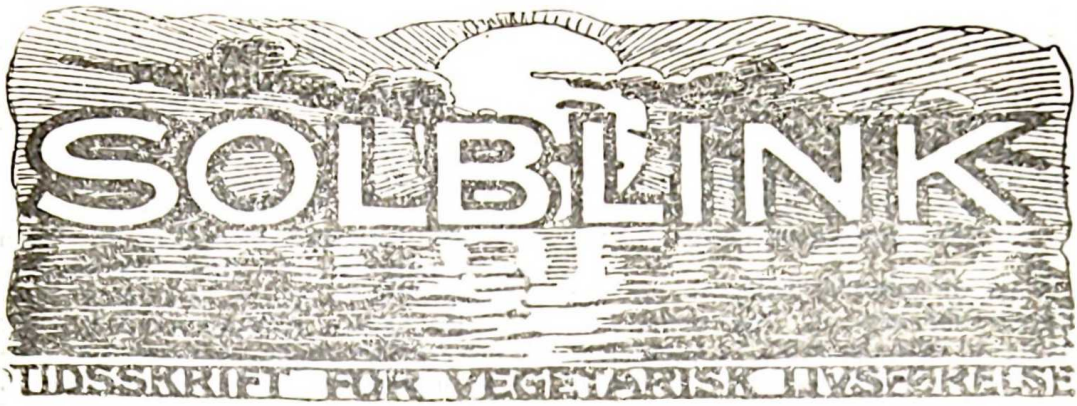


Redigeres af Kommunelærer, cand. phil. Oluf Egerod, Vanløse,
Tlf. Vanløse 127. Postkonto 282,
Udgives af Dansk vegetarisk Forening, Vanløse.

14. Aargang	25. Juli 1920	Nr. 8

Indhold: Aarsmødet. — 100—200,000 Kr. til Børnehjemsfondet. — Regnskaber. — Spredt og samlet. — Kursus i vegetarisk Madlavning — Fra Arbejdsmarken. — Fodtur. — Møder og lign. — Annoncer.

Landsforeningen Dansk vegetarisk Forenings

9. Aarsmøde i København 27. - 28. Juli 1920.

To vellykkede Dage, vil de fleste Deltagere vist sige. Nogle er lidt kede af § 8-Diskussionen, men sammenlignet med i Fjor forløb den jo helt fredeligt. Blot Udviklingen stadig gaar den Vej, saa forsvinder den Diskussion af sig selv. Men — trods det — vi maa være glade for Aarets Sommermøde.

Mødet aabnedes i Arbejderforeningens Lokaler, Nr. Vold 92, Søndag $^{27}/_{6}$ Kl. 8½ Morgen. Kbh. Afd.s Formand, Forlagsboghandler *H. L. Henriksen*, bød paa Afd.s Vegne den talrige Forsamling (ca. 100 Deltagere) Velkommen og gav Ordet til Landsforeningens Formand, Kommunelærer *Oluf Egerod*, der ledede Valget af Dirigenter. Valgte blev Ing. *P. Schrøder*, der fungerede under næsten hele Mødet, Fuldm. *Fink-Jensen* og Lærer *J. P. Olsen*. Af

Formandens Beretning 1919 - 20

anfører vi flg.: I Fjor meldte vi stor Fremgang. I Aar maa vi nøjes med at glædes over, at vi har holdt Standarden. Det har været en Kamp for at holde sammen paa Medlemmerne, nu de utaknemlige begynder at falde fra. Rationering og Agitation har givet Stof til Hovedarbejdet. Dyrtiden er ved at lamme alt Arbejde, og vil gøre det, om ikke Medlemsantallet gaar frem. Medlemsantallet er 1121 mod 1136 i Fjor. Der er Grund til at haabe det bedste og vente det værste. Der er holdt 5 Hovedbestyrelsesmøder, men en Mængde Udvalgs- og Arbejdsmøder. Solblink meddeler om 65 Møder i Afdelingerne. I Fjor var det 83, men det er Fodture o. lign., der er færre af, ikke egentlige Møder, hvoraf der har været 42 med Foredrag, 5 Kursus, 4 Friluftsmøder, 2 selskabelige Sammenkomster, 3 Udflugter, 8 Møder i andre Foreninger, 1 Koncert. Formanden har holdt 15 Foredrag, bl. a. under en Tourne til Odense, Aarhus, Aalborg og Vejle 18. —21. Okt. 1919, der kunde have været bedre besøgt. Ligeledes har Form. assisteret ved Odense Afd.s Generalforsamling $^{11}/_{5}$ 20, da det gjaldt om at holde Liv i Afd., hvilket lykkedes

N. A. Vodder var paa en privat Foredragstourne ved den gamle Grænse i Fjor Sommer og paatænker at fortsætte i Aar.

»Solblink«

har kostet ca. 1500 Kr., hvilket er mere end det indkomne Kontingent, og trods det, at Oplaget er gaaet ned og Sideantallet formindsket med 20, er det lige saa meget som i Fjor. Det bliver endda dyrere. Vi mangler en Annoncesam-

ler. Skal vi stryge de gratis Abonnenter? D'Hrr. *E.* og *N. A. Vodder* skyldes Tak for Arbejdet med Ekspeditionen. Ligeledes rettes en Tak til Medarbejderne *Fink-Jensen, Andr. Møller, Z. H. Lauridzen, Heilmann, Crone-Jensen m. fl.*

Bladet er svært at redigere, da der altid er Pladsmangel. Red. finder Anledning til at indskærpe, at Udtalelser om Bladets Ensidighed hviler paa et daarligt Grundlag, idet Tekstindholdet kan fordeles i en lille Snes Kategorier, der er blevet behandlet fra 1—6 Gange hver, og ingen har domineret. Fordi en Bevægelse med vegetarisk Tendens omtales i Bladet, betyder det ikke, at Bladet gør sig til Talsmand for denne Bevægelse, men alt, hvad der har med Vegetarismen at gøre, vil blive omtalt. Dette er der nogle, der har misforstaaet. Vi samler mange forskellige Slags Idealister under Foreningens Fane. Selv om nu det ene Ideal ikke falder sammen med det andet, behøver man ikke gaa ud af Foreningen, fordi Bladet omtaler andres Idealer i Forhold til Vegetarismen venligt. Men dette er desværre sket.

Af *hjælpende Kræfter* i Arbejdet er der foruden Hovedbestyrelsen Grund til at nævne Frk. *Anna Schiøtt,* Installatør *Gall,* Fru *Anna Nielsen,* Hr. *Pagh Hansen,* Fru *K. Schrøder,* Fru *G. Date* og Fru *Egerod.*

Litteratursalget

andrager et Beløb af ca. 1500 Kr. En lille Nedgang fra i Fjor (1700). Dette er betænkeligt, da Arbejdet delvis skal holdes i Gang ved Overskud fra Litteratursalget.

Gentofte Kommunebibliotek har ligesom Kbhvns. Folkebibl. i Fjor købt en Del Bøger af os. Kunde Medl. ikke faa andre Bibl. til det samme.

Fra Oplysningskontoret

er der udgaaet ca. 5000 Postforsendelser, hvoraf ca. 1800 Skrivelser, 3300 Tryksager. Det er en Nedgang fra i Fjor til det halve p. Gr. af Rationeringens delvise Ophør og den stigende Porto. Vi har faaet Konti ved Postgirokontoret (282 og 953). Det er særdeles praktisk og billigt at benytte.

Biblioteket passes af D'Hrr. *Vodder.* Medl. kunde godt benytte det noget mere. *Vendelbos sociale Fond* arbejder vi stadig godt sammen med. Det har sammen med os tegnet sig for 1200 Kr. aarlig i 8 Aar til Uddannelse af en Naturlæge.

Andre Bevægelser.

„Bort med Tobakken" afholder den første internationale Antitobakskongres i Kbh. 25.—26. Juli i Aar. Vore Medlemmer er som saadanne indbudte. Et nærmere Samarbejde burde maaske indledes med *Adventisterne* og *Teosoferne,* blandt hvis Medlemmer man ofte finder den bedste Forstaaelse af Vegetarismen. Iøvrigt var der Grund til at tænke paa Samarbejde med *Husmoderforeningerne.* Ved *Husmandsforeningernes* Udstilling i Hillerød havde vi faaet arrangeret en Litteraturudstilling med Salg, der lededes af *N. A. Vodder.* Vi burde have en stærk Bevægelse mod *Vaccinationen.* Vi venter i denne Forbindelse et Skrift, Læge Frk. *R. Grønberg-Petersen* har lovet at udarbejde ang. Vaccinationens uheldige Sider.

Opskrifterne til Pressen er foreløbig indstillet paa Grund af Pengemangel og Savnet af en Leder af dette Arbejde. I vor *Udklipningsbog* (der sammen med *Arkivet* var fremlagt til Gennemsyn) kan man iøvrigt læse sig til Pressens Holdning overfor os. Send os altid alle de Udklip, Vegetarismen vedrørende, De træffer paa.

Rationeringen

har gavnet hele Landets Befolkning uhyre, jvfr. „Solblink" Side 120 1919 og Side 10 1920. De ubehagelige Sider er Veg. sluppet noget lettere over end en Del andre Lande, da vort elskværdige Fordelingskontor har givet os Tilladelse til at ombytte Flæskemærkerne og senere tildelt os Ekstramærker af forskellig Slags. Under Margarinerationeringen fik vi fremstillet et rent Planteprodukt paa Københavns Margarinefabrik, og nu fremstiller Margarinefabriken „Kronen" i Vanløse dels et rent Margarineprodukt og dels et rent Plantefedt til os. Iøvrigt har vi Erklæringer om, at *Oma* samt *Faaborg, Koopmanns* og *Københavns Vegetabilmargarine* er frie for Iblanding af Produkter, hidrørende fra døde Dyr.

Frivillige Bidrag.

Uden disse gik vort Arbejde i Staa, da Kontingentet jo langt fra kan dække Udgifterne. Vi har haft den Glæde at modtage ca. 900 Kr. til Foreningens

Arbejde. De fleste medgaar til „Solblink". Til Uddannelsesfondet er der indkommet ca. 1600 Kr., men det skal jo ogsaa bruge 600 Kr. aarligt i 8 Aar — foreløbigt. Disse Gaver er en glædelig Opmuntring i Arbejdet i Modsætning til deres Smaalighed, der kun bruger Foreningen, nyder men ikke yder, ja, gaar fra den med et Spark.

Husholdningskursus

afholdes atter i Aar paa Raastrup Kursted i Svendborg i September Maaned, ca. 14 Dage. Henvendelse til Bestyrerinden Frk. Anna Ullerup. Ved Frydenstrand Sanatorium ved Frederikshavn er der oprettet en *vegetarisk Havebrugsskole* under Ledelse af *S. P. Olesen.* Vort *Havebrugsudvalg* har foreløbigt aflagt Beretning i „Solblink" Side 21—24 1920. Dette Nr. af Bladet burde man købe og sprede blandt haveinteresserede.

Svenska vegetariska Föreningen arrangerer efter Aftale med os en *nordisk vegetarisk Kongres* i Göteborg 15. og 16. August i Aar.

Vi er daarligt kørende, hvad *vegetariske Restauranter* og *Pensionater* angaar. Restaurationen i Løvstræde 8 er god nok nu, men for lille, og Pensionatet paa Frederiksberg er nedlagt. Her er en Opgave for dygtige Husmødre eller andre, der kan og vil ofre sig for Sagen.

Vegetarer paa Rejse kan faa enkelte vegetariske Retter paa alle Jernbanernes Restaurationer (Grød, Brød, Kartofler, Mælk). I „Solblink" er bragt en Liste over Kursteder i Udlandet.

Paa Grund af Autoriteternes formodede stadige Uforstaaenhed overfor os, men ogsaa af andre Grunde henviser Hovedbestyrelsen Anbringelse af tyske og østrigske Børn hos Vegetarer til det private Initiativ.

Fællesindkøbet af Frugt vil i Aar atter blive ledet af Hr. *W. Date.*

Formanden kunde i det hele se tilbage paa et stort Arbejde indadtil, der maaske ikke syner saa meget udadtil, og se frem til en Kamp for at holde Foreningen oppe paa sin nuværende Højde.

Iøvrigt føler Formanden sin Uformuenhed som repræsentativ Vegetar med Anseelse, Initiativ og Arbejdslyst til at tage de *store Idéer* op. Hans Plads er Administrationens ved Skrivebordet, og han overlader gerne sin Post til en mere værdig.

Regnskaberne,

der findes omstaaende, aflagdes derefter af Kassereren *W. Date*, medens *Egerod* efterhaanden afgav Beretning for *Vegetarisk Uddannelsesfond* og *Mich. Larsens Børnehjemsfond.*

Børnehjemsfondet.

Formanden omtalte et vegetarisk Børnehjem, der allerede nu fandtes, men som paa Grund af Autoriteternes Mangel paa Forstaaelse ikke maatte kaldes og ofte havde vanskeligt ved at være vegetarisk. Han vilde gerne om Bevægelsen kunde overtage dette Hjem og lyste efter en 200.000 Kr., som vilde være nødvendige, for at det kunde staa paa egne Ben.

Uddannelsesfondet.

Det er at haabe, at de lovede Bidrag stadig vil indgaa, da det ellers vil se slemt ud. Kontrakten med den unge studerende er iøvrigt som den mellem denne og Vendelboes Fond. *Date* foreslog paa Hovedbestyrelsens Vegne følgende *Regler for Styrelsen af Uddannelsesfondet*:

„Fondets Formaal er at yde Understøttelse enten som Laan eller Gave til Uddannelse af Medlemmer af Dansk vegetarisk Forening, naar det skønnes forsvarligt og er i Overensstemmelse med Foreningens Principper.

Fondets Formue administreres af Foreningens Hovedbestyrelse, der tager Bestemmelse om Understøttelsers Uddeling.

Dispositioner, der kræver Midler udover de i Fondet indestaaende, kan gøres til Genstand for Afgørelse paa Aarsmødet. Regnskab og Beretning om Fondets Virksomhed aflægges ved Dansk vegetarisk Forenings Aarsmøde.

Regnskabet, der føres uafhængigt af Dansk vegetarisk Forenings Regnskab, revideres af dennes Revisorer.

Beslutning om Indstilling af Fondets Virksomhed kan kun tages paa D. V. F.s Aarsmøde. I saadant Tilfælde overgaar Fondets Midler til Foreningens Kassebeholdning.

Disse Regler kan ændres ved Vedtagelse paa Dansk vegetarisk Forenings Aarsmøder."

Diskussionen

aabnedes af Fuldm. *Fink Jensen,* der modsatte sig Inddragelsen af „Solblink"s Friexpl. — „Solblink" burde udvides,

og Arbejdet mod Vaccinationen fremskyndes. Læge Frk. *Grønberg-Petersen* støttede dette sidste, men turde ikke love snart at blive færdig med sine Undersøgelser om Vaccinationen, da det skulde gøres grundigt. Fru *Borch-Hansen* og Frk. *Anna Schiødt* kritiserede den vegetariske Restaurant i Løvstræde Flere forsvarede den imidlertid, og da Værten, Hr. *Rasmussen*, paa en saa smuk Maade omtalte sit Arbejde, lagde Vanskelighederne frem og i det hele fremlagde sit Grundsyn paa Vegetarismen ud fra de adventistiske Principper, havde han mærkbart den største Del af Forsamlingens Sympati. Farvermester *Lindelof* talte bl. a. for højere Kontingent og kritiserede Hovedbestyrelsens Stilling til Anbringelse af Wienerbørn samt dens Administration ved Hjælp af Tryksager og Porto.

Frokostpause

40 af Deltagerne samledes nu i K. F. U. M. til en god Frokost, medens Resten gik i Løvstræde eller andre Steder. Kl. 12½ gik det løs igen. *Jens Nielsen*, Roskilde, takkede Formanden for hans Arbejde og klagede over „Solblink"s Lidenhed

Imidlertid var *Aarsmødets Æresgæster*

Kristoffer og Kathrine Rasmussen

fra Raastrup kommet til Stede. Formanden forklarede, hvorfor de var indbudt som Æresgæster. Raastrup var solgt, og Rasmussens flyttede til en mindre Gaard, Maglehøj i Vejstrup. Paa Raastrup havde Rasmussens gjort et ualmindeligt velsignelsesrigt Arbejde for Vegetarismen. Til Afskedsfesten derovre (se Referatet under „Fra Arbejdsmarken") havde han paa Foreningens Vegne sendt dem en Hyldestskrivelse, som nu læstes op. Forsamlingen bifaldt derefter enstemmigt, at Rasmussens udnævntes til Foreningens

Æresmedlemmer.

Hr. *Rasmussen* rettede en Tak til Foreningen og lovede, at deres Arbejde for Vegetarismen endnu ikke skulde ophøre.

Derefter fortsattes Diskussionen.

Frk. *Noll* talte for Kontingentforhøjelse og frivillige Bidrag.

Fru *Frida Hansen*, Aarhus, var glad ved Formandens Arbejde under Rationeringen, hvortil Boghandler *Wone* sluttede sig, ligesom han haabede paa et snarligt Arbejde mod Vaccinationen. Fru *K. Møller* talte bl. a. mod „Solblink"s Annoncer, som man kunde udenad, og mente, at Ægtepar burde betale dobbelt Kontingent. *Lindelof* var egentlig glad ved Formandens Arbejde, selv om han sommetider var slem ved ham. Han tilbød i en Aarrække at laane Foreningen en Grund ved Kongelunden paa Amager til Opførelse af et Sommerhus. Gartner *Norborg* anbefalede, at man abonnerede paa „Solblink" til interesserede, medens Red. *W. Date* lovede at tage sig af Frugtindkøbet. Henstillede at gøre Kontingentets Størrelse frivilligt Medlemmerne betaler nu ikke engang „Solblink". Ing. *P. Schrøder* fremkastede den Plan, at alle Idealister slog sig sammen og valgte en Talsmand i Folketinget. Opfordrede til at begynde et Arbejde herfor. *Th Nielsen* mente, at man burde tegne sig for en vis aarlig Procent af sin Indtægt til Børnehjemmet, ligesom Kontingentet burde sættes op og „Solblink" udvides. Ing. *Seegelke* oplyste, at man efter et energisk Arbejde nu havde faaet oprettet en Lærestol i Naturhelbredelsen i Tyskland.

Ved *Afstemningen* blev Beretning og Regnskaber godkendt, og Reglerne for Styrelsen af Uddannelsesfondet vedtaget.

Lovændringer.

Egerod indledede med en Oversigt over Diskussionerne herom de forrige Aar. Haabede paa kort Debat. Tilbød for Fredens Skyld et Kompromis og foreslog Nedsættelse af et Udvalg til Udarbejdelse af et saadant til næste Aar. *Lindelof* og *Jens Nielsen* forsvarede deres Standpunkt Repr. *Aa Psilander* foreslog, at Aarsmødets Beslutninger skulde ud til Urafstemning, Men Forsamlingen var saa langt overvældende mod alle Ændringer af Repræsentationsmaaden, at alle Ændringsforslag forkastedes efter Anbefaling særlig af *Fink-Jensen*.

Valgene.

Egerod foreslog *P. Schrøder* som Formand, men denne og Forsamlingen ønskede kun den nuværende Formand. Kommunelærer cand. phil. *Oluf Egerod* valgtes da enstemmigt til Formand. Bestyrelsesmedlemmer blev: Faktor, Red. *W. Date*, Bibliotekar Fru *Maja Angelo*, Korrespondent Frk. *A. Schiøtt* og Lærer *J P. Olsen*. Suppleanter

blev Fru *Ing. Jørgensen* og Lærer *N. A. Vodder*. Derefter havde Rigsdags-Stenograf *Pagh-Hansen* og Kommunelærerinde Frk. *Else Petersen* en Del Stemmer. Af praktiske Grunde valgte man ogsaa Københavnere til Revisorer. Valgte blev Ing. *P. Schrøder* og Dir. *O. M. Petersen*. Suppleanter blev Ing. *Seegelke* og Sagfører *Vestergaard*.

Stedet for næste Aarsmøde.

Svendborg staar for Tur. Afdelingen ser os gerne, meldte Fru *Møller*, hvorfor Svendborg valgtes.

Eventuelt.

Egerod takkede de forskellige Udvalg, der havde arbejdet paa Tilrettelæggelsen af Aarsmødet. Fru *Anh. Rasmussen* talte for Statsstøtte til vegetariske Kolonier, hvilken Plan derpaa drøftedes en Del. Henad Kl 6 var man færdig og skyndte sig til Aftensmaden. Kl. 7½ samledes man med en ret talrig Skare i Rosenborg Have til et

offentligt Møde.

Her holdt først Førstelærer *V. Stokholm* et poetisk Foredrag om Fremskridt og Menneskelykke, hvorefter Ing. *P. Schrøder* i et godt opbygget Foredrag paaviste, hvorledes det vegetariske Spørgsmaals Løsning vilde gribe ind paa saa uendelig mange Omraader i det daglige Liv og vilde lette Løsningen af de forskellige store Tidens Spørgsmaal. Dr. *Ottosen* holdt med vanligt Humør et udmærket Foredrag om det sundhedsmæssige ved Vegetarismen. Tal og Anekdoter afløste saaledes hinanden, at Forsamlingen holdtes i Aande til sidste Minut. En Mængde veg. Litteratur solgtes ovenpaa dette.

Næste Dag

besaa først en Del af Deltagerne Rosenborg Slot. Om Eftermiddagen tog man saa til Skodsborg. Ved Bøllemosen fotograferedes ca. 100 Deltagere af Fru *Angelo* og Hr. *Date*. Om Køb af Billeder se andetsteds i Bladet. Ved Kongebøgen reciterede *Pagh-Hansen*, Fru *Elvi* sang, og Lærer *J. P. Olsen* sang og talte for Vegetarismen.

Derefter besaa man Sanatoriet. For dem, der havde set det før, talte cand. polit. *E. Dehn* i Gymnastiksalen om forsk. ideelle Bestræbelser. Efter at man saa havde set paa Gymnastiklederens Opvisning af Køllesving etc., gik man over til

Festmiddagen,

hvor 124 Deltagere var Sanatoriets Gæster ved et godt dækket Bord.

Formanden rettede en Tak til Dr. *Ottosen* og Frue herfor og for deres Arbejde for vor Sag samt oplyste, at et Medlem samme Dag havde givet 500 Kr til Børnehjemsfondet for at anspore andre til at gøre det samme. Grosserer *Zadig* talte ogsaa for Dr. *Ottosen*, og denne takkede Grossereren for hans Arbejde for Sanatoriet. Efter Bordet var man en Tur i Køkkenet og sluttede saa af i Gymnastiksalen. Køkkenchefen Hr. *Wasli* fik sig en velfortjent Tak, og Fru *Joh. Ottosen* og Dr. *Carl Ottosen* talte om Sanatoriets Arbejde for Vegetarismen. Formanden lagde derefter Forsamlingen indstændigt paa Sinde at drage hjem og arbejde for Sagen og sluttede saa Aarsmødet med en Tak for godt Samvær. Det var ogsaa et Par gode Dage. Kom derfor igen til Svendborg næste Aar.

100-200,000 Kr. til Børnehjemsfondet.

Som omtalt i Aarsmødereferatet anbefalede Formanden at se at faa sikret sig et allerede nu eksisterende vegetarisk Børnehjem, hvis Beliggenhed, Bygninger og Forstanderinde han varmt kunde anbefale. Det er vanskeligt af Hensyn til Autoriteterne at tone rent Flag og saa faa offentligt Tilskud. Derfor maa vi kunne staa helt paa egne Ben. Hertil behøves det meste af et Par Hundrede Tusind Kroner. Fondet ejer selv 5000,00 Kr. En Ven at Sagen sendte Dagen efter Aarsmødet *en Animeringsgave paa 500,00 Kr.* i Haab om, at flere vilde følge efter. Naar vi nu alle sammen søger efter Manden med Resten, og hver for sig ogsaa betænker Fondet med mindre Beløb, mon det saa ikke snart kan lykkes at naa Maalet? Man ser saa ofte Tusinder af Kroner testamenterede til mere ell mindre mærkelige, ofte ogsaa gode, men ikke vegetariske Formaal, og tænker: „Havde vedkommende vidst, at vi ønsker at oprette et vegetarisk Børnehjem, var Beløbet maaske gaaet denne Vej.“ Skal vi saa ikke i Tide se at vende de forskellige vedkommendes Tanker den rette Vej, nemlig til Landsforeningen Dansk veg. Forening, Adr. Dannebrogsallé 27¹, Vanløse. Postkonto 282.

Sammendrag af Regnskab for Dansk veget. Forening fra 1. Juli 1919 til 31. Maj 1920.

INDTÆGT

Kassebeholdning d. 1/7 1919		3719,71
Medlemsbidrag:		
Spredtboende	697,25	
Indskud	3,50	
Kbhvns. Afd.	428,80	
Aalborg Afd.	27,10	
Aarhus Afd.	50,00	
Odense Afd.	41,50	
Svendborg Afd.	55,00	
Vejle Afd.	21,60	
Returporto	50,45	
		1375,20
»*Solblink*«		
Abonnement	68,65	
Gave fra Københ. Afd.	90,00	
Annoncer	384,25	
Forhandlingsrubrik	19,50	
Returporto	15,35	
		577,75
Forlag:		
Solgt Litteratur	1436,35	
» Emblemer	23,30	
Tjent paa Kværne	22,72	
Returporto	13,96	
		1496,33
Gaver	912,05	
Returporto	16,65	
		928,60
Agitation: Returporto		2,55
Administration: Returporto		7,20
Ombytning af Flæskekort		539,78
Renter		126,76
Balance		8773,88

UDGIFT

Medlemsbidrag: Porto		102,70
»*Solblink*«: Trykning	1881,75	
Porto	21,85	
Expedition	236,88	
Kontingent	10,25	
		2150,73
Forlag: Købt Litteratur	430,15	
Brandforsikring	2,65	
Manuskript	50,00	
Porto	29,52	
		512,32
Gaver: Porto		3,10
Agitation: Opskrifter	69,06	
Porto	117,96	
Telefon	5,91	
Rejser	93,00	
Udstilling	5,00	
Møder	8,67	
Tryksager	85,25	
Kontorhold	125,00	
		509,85
Administration: Porto	26,97	
Aarsmødet 1919	310,00	
— 1920	48,75	
Tryksager	32,25	
Rejser	7,20	
Telefon	151,35	
Haandbøger	26,00	
Forsikring	5,85	
Kontorleje og Varme	240,00	
Gebyr og Indskud (Postkonto)	50,10	
Kontorrekvisiter	79,75	
		978,22
Bibliotheket		19,28
Ombytning af Flæskekort:		
Porto	176,90	
Kontorhold	375,00	
		551,90
Kursus		60,00
Litteraturfond		1500,00
„Solblink"s Udvidelse		1000,00
Kassebeholdning		1385,78
Balance		8773,88

Status pr. 31. Maj 1920.

AKTIVER

Kassebeholdning	1385,78
Litteraturfond	1500,00
„Solblink"s Udvidelsesfond	1000,00
Depositum i Postgiro	25,00
Biblioteket	200,00
Inventar	50,00
Litteratur o. Emblemer p. Lager	720,65
— - — i Kommis.	1075,96
Balance	5957,39

PASSIVER

Litteratur o. Emblemer i Komm.	361,11
Netto Formue	5596,28
Balance	5957,39

Regnskab for Vegetarisk Uddannelsesfond for Aaret fra 1. Juli 1919 til 31. Maj 1920.

INDTÆGT		UDGIFT	
Indkomne Gaver	1624,50	1. Udbetaling Januar 1920	150,00
		2. — April 1920	150,00
		Indestaar paa Bikubebog	1324,50
Balance ...	1624,50	Balance ...	1624,50

Status pr. 31. Maj 1920.

AKTIVER		PASSIVER	
Beholdning paa Bikubebog	1324,50	Kontant Beholdning	1324,50
Tegnede Bidrag, kapitaliserede indtil 1927	3525,00	Kapitaliserede tegnede Bidrag.	3525,00
Balance ...	4849,50	Balance ...	4849,50

Regnskab for Dr. Mich. Larsens Børnehjemsfond fra 1. Juli 1919 til 31. Maj 1920.

INDTÆGT		UDGIFT	
Beholdning 1/7 1919 paa Sparekassebog	2471,24	1 Obligation i Østifternes Kreditforening	2000,00
1 Obligation i Østifternes Kreditforening	2000,00	Indestaar paa Sparekassebog	2779,14
Renter af Obligationen 1/1 1920	40.00		
Renter pr. November 1919....	42,40		
Indkomne Bidrag	225,50		
Balance ...	4779,14	Balance ...	4779,14

København, den 31/5 1920.

Oluf Egerod. Wilh. Date.

Regnskabet er revideret og fundet rigtigt af Revisorerne Bogholder *A. Rasmussen*, Odense, og Fuldmægtig *A. Lorentzen*, Aarhus

Spredt og Samlet.

Fotografiet fra Aarsmødet koster 1,00 Kr. pr. Stk. Hele Indtægten ved Salget er af Fotograf Strenge velvilligst overladt Foreningen som Gave. Billedet er godt, saa vi venter, at alle Deltagerne vil sikre sig et Ekspl. Det bestilles lettest saaledes: Man indsender Beløbet + Porto paa Indbetalingskort (faas à 1 Øre paa Posthusene) adr. til Veg. Forening, Postkonto 282. Det koster kun 5 Øre at sende Beløb indtil 25,00 Kr., og paa den venstre Kupons Bagside er der saa endda Plads til et helt lille Brev — som vi altsaa glæder os til. —

Vegetarisk Oplysningskontor, Vanløse.

»Solblink«s Forsinkelse denne Gang skyldes overvældende Travlhed paa Trykkeriet samt Vanskelighed ved at skaffe Papir. Bladet var færdigt fra Red.s Haand d. 8. ds.

Næste Nr. af »Solblink« udgaar den 1ste September, dernæst d. 15. Okt. og saa atter d. 15. i hver Maaned.

Ekstra Sukker- og Hvedebrødsmrk. til Vegetarer. Tildelingen af disse Mærker er standset for denne Rationeringsperiode (Juni — Aug.). I Tiden fra 15. Aug og Maaneden ud ønskes Kvitteringer for den næste Rationeringsperiode (Sept. — Okt.) indsendt, saaledes at alt kan være klar til Udsendelse 1. Sept. Mærk nøje Vejledningens Bestemmelser.

Vi benytter Lejligheden til at indskærpe, at man skal leve helt ud som Vegetar for at kunne faa disse Mærker. Det er ikke nok at være Medlem af vegetarisk Forening.

De frivillige Bidrag. Siden sidste Hovedlistes Fremkomst er der til Maj indkommet følgende, som vi med Tak kvitterer for:

Aarligt til Uddannelsesfond:

Bogb. Mar. Andersen 20,00. Grdr Vald. Bendixen 100,00. Lærer Bjerre 5,00. Cand. mag. Crone-Jensen 20,00. P. Dueholm 10,00. Tilskærer J. Møller 5,00. Frk. Anna Schiøtt 10,00. Bogh. Wiene 20,00. S. Fink Jensen 10,00.

Aarligt til Landsforeningen:

Lærer Carl Sørensen, Munksjørup 5,00. Korkskærer Dalsgaard 1,00. Th. E. Spur 2,00. H. Espensen, Helnæs 2,00. Frk. Karen Hansen, Gryderup 2,00. Grosserer N. Madsen, Skodsborg 10,00. Rasm. Madsen 1,00. Frk. Fanny Müller 1,00. Frkn. K. og P. Pedersen, Tømmerup 5,00. Forstanderinde G. Schneekloth 10,00. Fru Gudmand-Høyer 1,00. Fru G. Gjerulff 2,00. Frk. A. Gyldenkærne 2,00. Førstelærer P. N. Hansen 2,00. Grd. Vald. Bendixen 10,00. Murer S. V. Sørensen 3,00. Holger Dige 2,00. Fru T. Christiani-Bruun 20,00. Bygningstegner M. Jensen 3,00. Maler A. Krogh-Pedersen 7,00. Overlærer C. C. Petersen 2,00. Fabrikant Alb. Johansen (2 Halvaar 1919) 10,00.

Engang for alle til Landsforeningen:

Fru Boysen 2,00. Dommerfuldm. Rud. Møller 3,00. Fru Elise Mogensen 2,00. Lærer Orla Nielsen 5,00. P. J. Jensen, Sandvig 2,00. Frk. A. M. Storr 1,00. Red. Vald. Hermansen 2,00. Grd. Jacob Schmidt 4,00. Jens Jensen, Vejstrup 1,00. Frk. Th. Dietrickson 1,00. Frk. A. Ullerup 1,00. Billedh. Just Andersen 1,00. Tjener Andersen, Aarhus 5,00. Frk. Marie Andersen 3,00. Montør Chr. Beyer 2,00. S. Bundgaard 5,00. Fru Gudrun Fischer 5,00. Overretssagf. Hartmann 20,00. A. Jacobsen 5,00. A. Jensen, Valby 2,00. V. Dalsjø 2,00. Købm. Jensen-Malle 5,00. Frk. Valeur-Kvhn 2,00. Frk. J. Langevad 2,00. Frk. Veronica Møller 7,00. Rasmus Madsen, Hasselager 9,00. Frk. Karla Dresler 1,00. Frk C. Mørch 10,00. Frk. Astrid Olsen 2,00. Fru K. Schrøder 2,00. Bogh. Chr. Pedersen, Aalborg 2,00. Hilding Norborg 2,00. Bogh. A Rasmussen, Odense 10,00. Lærerinde Fru A. Schmidt 5,00. Fru A. Sørensen, Fastrup 2,00. O. Schumacher 5,00. Fru Th. Stamer 2,00. P. Sørensen, Beldringe 2,00. Frk. A. Stejnert 3,00. Fru Agnes Thomsen 3,00. Fabr. V. Wegener 10,00. Bogb. Marius Andersen 10,00. Enkefru H. Wallin 2,00. Fabrikant Viking 5,00. Ingeniør Bryde 10,00. Frk. Koch Petersen 5,00. Fru Kæmpegaard 2,00.

De nye Portotakster bedes venligst erindret. Det bliver ellers for stort et Beløb, Oplysningskontoret skal ud med i Strafporto. Vi minder især om, at udenbys Breve koster 20 Øre, Anbefaling 20 Øre.

Raakost. Vi agter at udsende en Bog „Mad uden Ild". Alle, der ligger inde med Opskrifter, Vink, Raad o. lgn., bedes venligst sende dem til Vegetarisk Oplysningskontor, Vanløse.

Raastrup Kursted, Christiansminde, Svendborg. Mon alle Vegetarer ved, hvilket herligt og egentlig billigt Opholdssted for baade syge og sunde (Sommerferie!!) Vegetarismen har faaet rejst sig i Svendborg? En smuk og udmærket Bygning, en ualmindelig dygtig og elskværdig Bestyrerinde, en ideel Beliggenhed i en af vore smukkeste Egne med Muligheder for de herligste Udflugter, alt er anbefalelsesværdigt. Kurstedet besøges da ogsaa af et stigende Antal Gæster fra hele Norden og adskillige kan allerede holde Jubilæer paa 5 og flere Aars Sommerophold. Der er forresten en Ting, vi kommer til at tænke paa: vi har hørt Gæster udtale, at de egentlig bor for billigt. Vi vil da henlede Opmærksomheden paa *Kurstedets Fond for ubemidlede Gæster*, der modtages til halv eller lavere Pris. Enhver, der har Interresse for det glimrende Arbejde for Vegetarismen, Lederen Frk. *Anna Ullerup* her udfører, bør interessere sig for dette Fond, især da de, der selv har nydt godt af Kurstedets Tilstedeværelse. Bidrag modtages baade paa Kurstedet og af Vegetarisk Oplysningskontor, Vanløse, Postkonto 282.

Foraarstræthed. I „Solblink" for 1ste Juni spørger I. A.: „Kan en Vegetar være bekendt at føle sig foraarstræt?" I Almindelighed er en Vegetar vel næppe saa besværet af denne Fornemmelse som en Kødspiser; men man maa dog være belavet paa ogsaa at kunne føle noget i samme Retning; thi hvad er Foraarstræthed? Ikke andet end at Naturen foretager Hovedrengøring af Menneskelegemet. Det er altid ubehageligt, saa længe det staar paa; men bag efter

føler man Behageligheden ved at være bleven en hel Del gamle urene Stoffer kvit. Men Vegetaren kommer hurtigere over sin Rengøring, fordi han eller hun ikke forurener sit Legeme eller sit Hus med saa ækle Ting som Spiritus og Tobak, eller fylder sin Organisme med de urene Stoffer fra døde Dyr.

Foraarstræthed bekæmpes med rigelig Hvile, Sol, Lys, Luft, Dampbade, kolde Afvaskninger og Faste eller Frugtfaste ved Samraad med en Naturlæge.

E. Solkær.

Lidt om Frugtdiæt. De fleste Mennesker vil vist ganske selvfølgelig befinde sig bedst ved ren Frugtdiæt.

Dr. Hindhedes Forsøg bøjer jeg mig ikke for, dertil var det altfor ensidigt i Valg af Frugt. Jeg skal tillade mig at fremsætte nogle Iagttagelser, vi har gjort med Hensyn til vort eget Barn, der nu er 10 Aar. Han har haft Lejlighed til at opholde sig baade hos Vegetarer og Kødspisere; men han trives bedst hos Vegetarer, hvor han har faaet megen Frugt. Han har opholdt sig paa større Bondegaarde, hvor Gaardfolkene i god Mening har givet ham rigeligt med Mælk og Æg. Noget skulde han jo have i Stedet for Kødet; men Faktum er, at han trivedes bedst, hvor han i Stedet for Mælk og Æg fik rigeligt med Frugt. Det sidste Sted fik han hverken Mælk, Æg eller Smør, og han kom sund og rødmosset hjem. Drengen hører til de Vegetarbørn, der ikke holder af tillavede Retter. Han spiser helst raa utilberedt Mad og helst Frugt. Han har altid været blandt de første i Skolen og er vel derfor et godt Bevis for, at de tillavede sammensatte Retter er overflødige.

Da jeg forleden badede paa en af Kystens Badeanstalter, fik jeg ogsaa her et Bevis for Frugtdiætens Fortrin. Bademesteren fortalte mig nemlig, at han et Stykke Tid havde forsøgt at leve ved bare Frugt, og han havde aldrig befundet sig saa vel som netop i den Tid. *E. Solkær.*

Mord paa en fremragende Vegetar. Den kendte Vegetar, Kaptajnløjtnant *Paasche*, gift med en Niece af *Maximilian Harden* er bleven myrdet paa sit Gods i Pommern.

Tabet af denne udmærkede Agitator, der var Forfatter af flere Skrifter om Livet i Tysk-Østafrika, hvor han havde opholdt sig i en Aarrække som Deltager i militære Ekspeditioner, — og af hvilke et findes oversat paa Dansk — er saa meget mere beklagelsesværdigt, som han var en af de sørgelig faa Repræsentanter for den *etiske* Vegetarisme og som saadan Deltager i den almen-etiske Fremskridtsbevægelse.

Andr. Møller

Agitation for »Solblink«. Vi har modtaget følgende, som vi med Glæde kan slutte os til:

Indsend Kr. 2,50 til „Solblink"s Ekspedition, Vanløse, tillige med Adressen paa et Sted, hvortil De ønsker „Solblink" sendt.

Husk, at for hvert Menneske De hjælper til at forstaa Vegetarismen, har De dermed gjort et stort Arbejde i Verden for Sundhed og Lykke.

Et af de kraftigste Propagandamidler er Tidsskriftet. Det kommer regelmæssigt og virker derigennem ligesom Stenhuggerens Hammer, som tilsidst sprænger Stenen. En Bog er god, *hvis* den bliver læst, men ogsaa i dette sjældne Tilfælde bliver den snart glemt. Aviser er paa Mode og virker gennem sine korte Notitser, som stimulerer til videre Bogstudium. *H. N.*

Vegetarismen i Holland. Ifølge sit maanedlig udkommende Organ „Vegetarische Bode", der nu befinder sig i sin 22de Aargang, havde „Nederlandsch Vegetariersbond" ved Udgangen af 1918 c. 1700 Medlemmer. Dens Virksomhed baade i Retning af Foredrag, oplysende Smaaskrifter saa vel som mere omfattende Kursus, Levnedsmiddelanalyser o. s. v. synes at være ret betydelig. Ombytningen af Kød- og Fiskekort mod Grynkort foregaar i Holland gennem de lokale Ernæringskontorer.

Til denne udstrakte Virksomhed opkræves et Aarskontingent af 3 Gylden med den humoristiske Tilføjelse, at „det er ikke forbudt at give mere".

Interessant er det at se, at blandt de mangfoldige offentlige Biblioteker, hvor Foreningens Tidsskrift kan læses, er alle Landets Universitetsbiblioteker. Og særlig tror jeg, man overfor danske Vegetarer, der paa dette Punkt synes noget langsomme i Opfattelsen, bør fremhæve, at den nederlandske Forening iflg. Lovenes Art 2, § 6 blandt sine Formaal har: Uddannelsen af vegetariske Læger.

Alt i alt en trøsterig Læsning, det hollandske Tidsskrift, selv om det ikke

er saa livligt som visse andre. Det mangler aabenbart en Redaktør som vor. *C. J.*

»Forbudets Modstandere« hedder en Piece, „Den personlige Friheds Værn" har udsendt. — Der er jo en Masse Forbud herhjemme, men dem bryder Foreningen med det falske Navn sig intet om. Og personlig Frihed er en herlig Ting, et for stort Begreb til at sætte i Forbindelse med en saa usocial Frihed som Friheden til at drikke Alkohol. Ikke destomindre er en stor Del kendte Kvinder og Mænd hoppet paa Limpinden og har identificeret personlig Frihed med dens diametrale Modsætning, Friheden til at ødelægge sin Personlighed gennem Alkoholnydelse. Man skal lede længe efter en saa skøn Samling Fordomme og Fordrejelser som her. Det bekræfter den gamle Sandhed, at Nydelsesmidlerne gør Menneskene blinde. I Sandhed et værdigt Dokument om Nutidens Kulturstandpunkt.

En ny Bog af Saxon. Formanden for Svensk vegetarisk Forening, Redaktør, *J. L. Saxon*, har udsendt en ny Bog: Konsten att bli gammal men vare ung. Vegetariska spegelbilder, 158 Sider (Kr. 3,50 + Porto. Faas gennem Vegetarisk Oplysningskontor, Vanløse. Postkonto 282.)

Det er en sjælden, men særdeles tiltalende Maade at skrive om Vegetarismen paa. Gennem en hel Del (48) Chauserier om de forskelligste Forhold modflettes Samfundets Brist paa Ernærrngsspørgsmaalets Omraade, og selv gamle Vegetarer vil dér kunne finde de mest glimrende nye Synspunkter at bruge i Forsvaret eller Agitationen for en naturlig Levevis.

Bogen er et nyt Vidnesbyrd om Saxons store Forstaaelse af Vegetarismens Indgriben i de mest dagligdags Forhold, hans Lune og Sans for Humør. Den er saa interessant som en Roman og anbefales alle vore Læsere.

And. Møller: En ny Verdensorden. Forfatterens Forlag. 1920.

Vor Medarbejder har i denne lille Bog givet et udmærket Bidrag til Forstaaelsen af den sociale Kamp, der i vor Tid giver sig saa voldsomme Udslag. Dens Tendens er: „Enhvers Ret til at leve sit Liv, som han selv vil, uden at foretage sig noget, der hindrer andres Ret", og Forf. udvikler dette paa en meget klar Maade. Bogen skæmmes en Del af et mindre godt Udstyr; men dette bør ikke hindre, at den finder den Udbredelse, den fortjener. Vi anbefaler den paa det bedste. Den faas ved Henvendelse til Forf., der f. T. bor paa Hvilehjemmet „Bethel", Kerteminde, samt gennem Oplysningskontoret, Vanløse, mod Indsendelse af 75 Øre + Porto, 10 Øre. *W. D.*

Ny Vegetarkoloni er dannet i Spanien; den optager Vegetarer fra alle Lande og har nu 6 Medlemmer af forskellig Nationalitet. Kolonien ejer Hus og har 250 Acres Land (ca. 190 Tdr.), udmærket beliggende i en Bjergegn med fortrinligt Klima. Jorden er delvis beplantet med Oliven, Figen og andre Frugttræer, og der findes 3 Vingaarde. Kun Vegetarer optages.

(*The Vegetarian Messenger.*)

Kolonihaver er stadig en søgt Vare, og Sagen er i stærk og glædelig Fremgang. Hjørring skal efter Sigende være længst fremme, og det er en Fryd at se, hvorledes denne By, der ligger i en af Landets barskeste Egne, paa alle Sider er tæt omgiven af Smaahaver, der staar frodige og velpassede som en dejlig Ramme omkring Stenhusene. Den Tid, der tilbringes her, er i Sandhed en velanvendt Fritid. *F. J.*

Vaccineringens Fiasko. I Byen Bombay har man i et Par Menneskealdre eller tre — som iøvrigt i Indien — vaccineret løs; i de senere Aar tvungen i Følge Lov. Ikke desto mindre døde i Februar Maaned 1918 ialt 243 Personer af Kopper. Altsaa blandt en Million Mennesker var der i Løbet af en Maaneds Tid 243 Dødsfald af Kopper, trods en fuldtud gennemført Vaccinering. I Finland døde sidste Sommer flere Hundrede Mennesker af Kopper, skønt der ogsaa der er tvungen Vaccination. (*Vaccinationsgranskeren.*)

Det tyske Folks Genfødelse. Herom skriver Dr. med. Pfleiderer iflg. „Vegetarianen", at om det tyske Folk havde haft større Forstaaelse af vegetarisk Kost, om det havde kendt Alkoholens skæbnesvangre Betydning, om det ikke havde været blind for Tobaksrygningens Farer, om det havde kæmpet bedre mod Usædeligheden, om det havde haft Blikket aabent for, at et Folk, der vandrer bort fra Landlivet og bliver et By-

folk, er dødsdømt, fordi Byerne er Arnestedet for Slægtens Udartning; der aftager Mødrenes Frugtbarhed, og et naturstridigt Liv erobrer det naturliges Plads; ja, om det tyske Folk i det hele taget havde kendt til naturligt Liv og naturlig Helbredelse, da vilde det være bleven sparet for den Ulykke, som nu har ramt det. *F. J.*

Jasnaja Poljana, Leo Tolstoys Hjem, er nu efter Tolstoys Testamente bleven indrettet til Børnehjem. Der bor allerede 800 Børn, som her opfostres paa streng vegetarisk Vis. De lærer ogsaa at arbejde i Jorden. For deres Undervisning er der sørget paa bedste Maade, og de kommer baade i Teatret og paa Museum. Der ventes mange flere Børn til Nasnaja Poljana i en nær Fremtid, og Venner af Tolstoys Tanker venter med Interesse paa Resultatet af deres praktiske Udførelse. Børnene danner en Slags Republik, og de giver Love og styrer sig selv i størst mulige Udstrækning.

(Efter „Vegetarianen" ved F. J.)

Fra Tyskland meddeler Landbrugskonsulent *A. P. Jacobsen*, at ved det tyske Landbrugsselskabs aarlige Møde har Hr. *Vibrans* fra Calvörde under største Tilslutning af alle Talere udtalt: „Det tyske Folk maa foreløbig overvejende ernæres direkte ved Planteprodukter, hvoraf vi kan fremstille rigeligt indenfor Landets Grænser. Befolkningen behøver ikke de store Mængder Kød og Fedt, som den brugte før Krigen, og vi har heller ikke Raad dertil. Frem for at indføre Majs og Byg maa vi hellere give Fragtnedsættelse paa tørrede Kartofler fra Øst til Vest" o. s. v. „Møderne var godt besøgte og der herskede en fortrøstningsfuld Stemning". -- Ja, gik det blot op for Tyskerne, at kreaturløst Landbrug og Vegetarisme endnu kan redde dem.

En dum Mode er Halvstrømper til Børn om Sommeren. Paa de blottede Steder bliver Blodomløbet og Stofskiftet forstyrret, hvorved der opstaar Tilbøjelighed til Rheumatisme, Skrofulose og andre Sygdomme.

Noget ganske andet er det at lade Børnene gaa *barfodet*; det gør dem tværtimod mere modstandsdygtige, naar Vinteren kommer.

(Efter „Vegetarianen").

Vaccination. Adskillige Blade har bragt Meddelelse om et Dødsfald og Kopper blandt de danske Soldater, som var i Estland; der var 200 Mand, som alle genvaccineredes før Overrejsen, undtagen denne ene, som saa blev syg af Kopper 8 Dage efter, at de havde været i en koppesmittet By; 2 Dage efter døde han.

Man bør dog være opmærksom paa, at Manden selvfølgelig har været vaccineret som Barn, da der jo er Vaccinationstvang her i Landet.

At en uvaccineret faar Kopper, skulde der da ikke være noget mærkeligt i, men at vaccinerede og genvaccinerede faar Kopper og endogsaa dør deraf, det burde vække Opmærksomhed og omtales, da det strider mod Grundlaget for den almindelige Vaccinationstvang. *Men mange Millioner vaccinerede og genvaccinerede har faaet Kopper, og Millioner er døde deraf.*

Af nyere Beretninger vides, at i 1917 fik over 100 Mennesker i Sverige Kopper, uagtet de var vaccinerede eller endog genvaccinerede.

I Kristiania fik en Læge for nogen Tid siden Kopper, skønt han var genvaccineret.

Det vil sikkert interessere i denne Forbindelse at høre, at Sveriges Konge efter Forældrenes indtrængende Ansøgning fornylig har *fritaget 3 Børn for at blive vaccinerede.*

Er Planteføde farlig? spørger en Del Provinsblade paa Grundlag af Opdagelsen af en Bakterie, der „kan forvolde Sygdomme baade hos Planter og Dyr". Man har saa foretaget Indpodninger og Forsøg frem og tilbage, der har vist, at disse Bakterier kan fremkalde Sygdomme hos Mennesker. Det er jo meget interessant, men heller næppe mere. Naar man ser paa Sygdom som en gavnlig Udrensning og paa Bakterier som en Sygdoms-Aarsag af anden Rang, er man jo ikke grebet af den paniske Bakteriefrygt, der kendetegner Tiden. Naar man saa endvidere anvender ufordærvede Varer og ellers lever sundt, kunde man godt lade de lærde „konstatere" og Aviserne efterplapre i Fred, hvis der ikke var et ukritisk Publikum, der har lært at se Bakteriespøgelset allevegne og gerne som Forsvar for Kødet ser Angreb paa Plantekosten ogsaa. Derfor maa vi jo ikke glemme at sige et borgerligt Ord engang imellem.

Ved Indførelsen af Forbudsloven i New York maatte omtrent 10,000 Værtshuse lukkes. Det var spaaet, at de paagældende Ejendomme vilde synke i Værdi, da ingen kunde betale saa stor Husleje som Beværtningerne. Spaadommen er totalt slaaet fejl. Efter Lokalernes Omdannelse til Folkekøkkener, Magasiner, Butikker, Værksteder og Boliger har de vist sig at kunne svare højere Afgifter og Renter end før. Man maa jo huske, hvad ogsaa her kommer frem, at de Folk, der siger Farvel til de stærke Drikke, baade kan arbejde og tjene mere end før, og har langt bedre Købeevne overfor alle andre Varer.

Afholdsdgbl.

Væskeoptagelsen. Spørgsmaalet om, hvor stor Væskemængde man bør optage, synes mig ret ligetil: *1.* I Almindelighed kun saa meget som der kræves for at opretholde den Mængde, Legemet skal indeholde, altsaa blot erstatte de ved Varme og Arbejde foregaaende Tab. *2.* Af og til rigeligere Udskylning af Organismen, naar der har fundet Ophobning af Affaldsstoffer Sted, — i hvilket Tilf. Trang til en større Væskemængde ogsaa indfinder sig naturlig. *Andr. Møller.*

Naar man tænker sig, at Livets Trivsel skulde fremmes ved noget saa *stygt* som Drab og Fortæring af Dyr, saa maa man have en meget lav Gudsforestilling, — for slet ikke at tale om, hvis man endogsaa tror, at Trivselen er gjort *afhængig* af, at man begaar noget saadant. *Andr. Møller.*

En Læges Vidnesbyrd om Vegetarismen. Overlæge ved *Aarhus Sindssygeanstalt* Dr. med. *J. Hallager* skriver i sin i 1901 paa „Dansk Sundhedstidendes Forlag" udkomne Bog om *Hysteri* under Afsnittet om Ernæringen bl. a. følgende: „Det er utvivlsomt, at Legemets Krav i de forskellige Retninger kan tilfredsstilles ved Vegetarkost. Der kan *uden Vanskelighed*)* sammensættes en Diæt, som i Planteføde giver al det Æggehvidestof, et Menneske behøver og det i en letfordøjelig Form. — — Der er utvivlsomt Tilfælde, hvor det, i al Fald for en Tid, absolut er gavnligt for et Menneske at leve udelukkende af Planteføde, og det gælder bl. a. for mange nervøse Mennesker. Erfaringen viser, at det navnlig er Køddiæt, der giver Anledning til Overskud af Urinsyre, og denne Mangel ved Stofskiftet spiller utvivlsomt en Rolle ved mange nervøse Tilfælde — —" Saa vidt var man altsaa i 1901. *Andr. Møller.*

*) Udhævet af undertegnede.

Kursus i vegetarisk Madlavning.

Fra d. 4.—18. Sept. afholdes paa Raastrup Kursted, Christiansminde, Svendborg et Kursus i vegetarisk Madlavning. Alle, Vegetarer og Ikkevegetarer, Husmødre og unge Piger kan deltage. Pris 50 Kr. for hele Kursus, naar Sengetøj, Lagner og Haandklæder medtages. Saadant kan ellers lejes paa Stedet. Man melder sin Deltagelse til Bestyrerinden, Frk. *Anna Ullerup*, Raastrup Kursted, Svendborg. Ankomst i Løbet af Lørdag d. 4., Afrejse Lørdag d. 18. Sept.

Under Frk. Ullerups og flere dygtige vegetariske Husmødres Ledelse, vil der blive undervist i Tilberedning og Anretning baade af den jævnere og den finere vegetariske Mad, saavel Frokost- som Middagsretter og Smørrebrød i rig Variation. Endvidere undervises i Henkogning og Tørring af Frugt og Grønsager. Endelig vil man lære lidt om Vandbehandling af syge (Pakninger, Omslag). Ind imellem vil der blive holdt Foredrag om Vegetarismen og foretaget smaa Udflugter. Hvad kan man saa forlange mere! Kursus vil i alle Tilfælde blive afholdt, da tilstrækkelig Tilslutning er sikret. Men der er god Plads endnu. Indmeld Dem dog i Tide!

Fra Arbejdsmarken.

Afsked med Raastrup. Den 21. Juni samledes 2—300 Mennesker paa Raastrup til et Afskedssamvær med Hr. Rasmussen og Hustru, som snart forlader Egnen, og det blev — som altid paa Raastrup — en god og smuk Sammenkomst. Medens Gæsterne samledes, musicerede et Orkester i den dejlige Have. *Hr. R.* bød Velkommen, og derefter vekslede Taler og Sang i lang Tid. *Frk. K. Mortensen* talte smukt om de gode og dybe Spor, som Hr. R.s og

Katr. R.s Virksomhed havde sat og nævnede træffende, hvilken Lykke det var, at de havde en Ide at leve paa. Pastor *Rørdam* takkede for deres gode Deltagelse i Menighedslivet og fremhævede deres store Arbejde for deres mange Plejebørn. Bestyrerinden af Raastrup Kursted, Frk. *Ullerup* og hendes Broder udtrykte deres Glæde over at have været paa Raastrup, og adskillige andre, bl. a. tidligere Medhjælpere og Patienter udtalte deres Taknemmelighed mod Hr. og Fru R. Fru *Møller* talte for Raastrup Kursted, og der blev oplæst en overordentlig smuk Hyldest fra vor Forenings Formand. En Taler takkede Rasmussens for deres Skoleinteresse, en anden omtalte deres forskellige Tillidshverv, og Sangforeningen overrakte en smuk Krystalvase og takkede for udmærket Støtte. Med den kendte raastrupske Gæstfrihed traktéredes med Chokolade og Kage. — Hr. og Fru R. takkede for al Venlighed, og først ud paa Aftenen sluttede den stemningsfulde og vellykkede Fest.

J. H.

St. Hansaftensmødet hos *Alb. Johansen* var særdeles vel besøgt og fornøjeligt trods Regnen. Der var baade Baal og Brand og Brandere og Vand og Æblete og Mad og Jordbær og godt Humør og Pladsmangel og Sang o. s. v. o. s. v. saa man ikke var ked af at være gaaet derud.

Henkogningsmødet $^{24}/_{6}$ var vældig godt besøgt.

Bl. a. overværede en Klasse af Husassistenternes Fagskole Undervisningen, der lededes af Fru *Henriksen,* Næstved. Hr. *Verner Blædel* sørgede godt for den vegetariske Oplysning, og Hr. *Psilander* fik god Afsætning paa vor Litteratur.

Sydfyns Afd. afholdt Udflugt til Thurø 11. ds. Henved en Snes Medlemmer havde i det det dejlige Vejr et interessant Samvær, der især forløb under indholdsrige Samtaler om ikke ganske dagligdags Emner. Afslutning paa Kurstedet med et lille Foredrag af Landsforeningens Formand, *Oluf Egerod.*

Paa Raastrup Kursted, Svendborg talte Lærer *Egerod* 12. ds. for Kurgæsterne om Lægernes Vildfarelser. *Kr. Rasmussen* uddybede Diskussionen ved at meddele et Par af sine søgelige Erfaringer i den Retning, medens *Anna Ullerup* særlig lagde Vægt paa Forstaaelse af, hvad Krisen er og betyder. Bagefter købte Gæsterne en Del af den vegetariske Litteratur.

Friluftsmødet i Fælledparken 13. ds. var *meget* vellykket. Lærer *I. P. Olsen* talte om Menneskeslægtens Fremtidsskæbne, Repræsentant *Aa. Psilander* om Gigt og Reumatisme og endelig Gartner *Fr. Madsen* om sine Erfaringer fra Hindhedes Laboratorium. Alle 3 Foredragsholdere vandt stor Tilslutning hos den store Forsamling.

Fodtur.

Søndag d. 8. Aug. Mødested ved Sporvejslinie 3's Endestation ved Frederiksholm, (Husk Omstigning paa Enghaveplads) Kl. 9. De nye Havneanlæg etc. beses, og Turen gaar med forventet Tilladelse over Dæmningen over Kalvebodstrand til Amager og videre gennem Kongelunden langs Kysten til Dragør, hvorfra man kan komme hjem med Tog. Badedragt kan medtages. Madpakke til hele Dagen medbringes. Alle Vegetarer velkomne.

Møder og lign.

Øjendiagnosen. Vor i England bosiddende Landsmand og Meningsfælle, Dr. *H. W. Anderschou* gæster i Slutningen af denne Maaned Danmark, og han vil under sit Besøg her tale ved et Møde om „Øjendiagnosen" (Irisdiagnosen). Mødet afholdes Mandag d. $^{7}/_{8}$ eller $^{9}/_{8}$ Kl. 8 i Rosengaarden 14 (se Dagspressen el. ring til Vester 3509, Vanløse 127 el. Dragør 44). Det vil blive en af Aarets store Begivenheder indenfor den vegetariske Verden, og Medlemmerne bør derfor fylde Salen til sidste Plads. Øjendiagnosen er herhjemme ret ukendt, baade blandt Lægfolk og Læger; men den vil efter al Sandsynlighed blive banebrydende for Fremtidens Sygebehandling, et Middel, der giver Lægerne den Sikkerhed i Behandlingen af deres Patienter, som kun de færreste af dem nu har. Trods Ferie og Varme bør Lokalet i Rosengaarden ikke have nogen ubesat Plads den Aften.

W. D.

Den 1ste internationale Anti-Tobakskongres aabnes i Kbh. Sønd. $^{25}/_{7}$ Kl. 8½ i Kvindelig Læseforenings Festsal, Gl. Mønt 1. Vegetarer kan faa Adgang ved Henvendelse til Red. Anton Schmidt, Baldersg. 4, Kbh. L. Telf. Taga 102. Mødet varer Søndag og Mandag, og der er anmeldt Foredrag af forskellige internationale bekendte Videnskabsmænd. Mange af Deltagerne er Vegetarer, og Vegetarismens Stilling til Tobaksspørgsmaalet behandles efter et Foredrag Mandag Form. Kl. 10 af nærv. Blads Red.

Svenska vegetariska Foreningens Aarsmøde og Nordisk vegetarisk Kongres afholdes i Gøteborg henholdsvis 15. og 16. Aug. i Hallskaskolan. Fællespisning i Vita bandets Restauration samt særlig til Mødet fastsat Forestilling paa Folketeatret. Tirsd. d. 17. Afrejse til Frederikshavn, hvor Frydenstrand Sanatorium beses. Værelser i Gøteborg koster fra 3—8 Kr. pr. Døgn. De vegetariske Maaltider serveres for 2,50 à 3,00 Kr. Anmeldelse om Deltagelse i Kongressen sendes i Løbet af Juli til Seminarielærer A. Bergsten, Folkeskoleseminariet, Gøteborg. — Hovedbestyrelsen bliver antagelig repræsenteret ved eet ell. to Medlemmer.

Ny Honning

sælges for Kr. 2.25 pr. ½ kg, saalænge Forraad haves. Mindste Salg 5 kg. Brutto for Netto eller Embl. tages retur. *Nielsen, Bruunsvej 17, Roskilde.*

Frydenstrand Sanatorium.

pr. Frederikshavn. Prospekt gratis.

Ung Pige,

velanbefalet, kendt med vegetarisk Madlavning, kan faa god Plads med megen Frihed hos *Tandlæge Kaaber*, Helsinge.

En ung Pige,

som vil leve vegetarisk, kan 1ste August eller November faa Plads hos os.

Dagmar Madsen,
Ingerslev Vestergaard, Hasselager St., Jyll.

Husbestyrerinde.

Som saadan søges Plads i et vegetarisk Hjem. Bill. mrk. „A. K." bedes sendt til Bladets Kontor.

Strømper, Undertøj, Forfødninger.

Jydsk Trikotageudsalg & Maskinstrikkeri
Skindergade 15, G. Björck.

Fysisk Kuranstalt

Lysbadeanstalten med Fysisk-diætetisk Klinik ved Overlæge Carl Ottosen:

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

Telf. 9656.

—— Forlang Prospekt. ——

Er der noget i Vejen med Deres
da henvend Dem til



Niels Offersen,

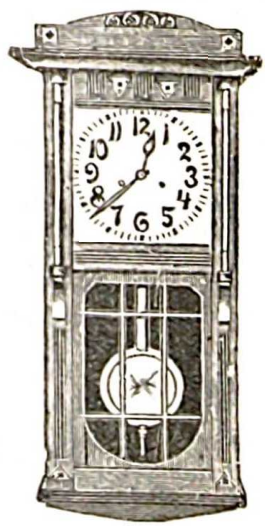
6, Sværtegade 6,

og faa det gjort i Stand.

Telefon Byen 155

Eget Reparationsværksted.

Brilleglas indslibes efter Lægerecept.



Lægernes Vildfarelser.

af Kommunelærer cand. phil.
Oluf Egerod.

—— 75 Øre. ——

En god Fører til Forstaaelse af Vegetarismen og Naturhelbredelsen.

Vegetarisk Oplysningskontor, Vanløse.

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 96 56 96 57 96 58

A/S Sanafer

Telefoner Central 96 56 96 75 96 58

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. Tefl. 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, Diægivningsdiæt, Sygediæt for Mavekatarrh, Sukkersyge, Gigt o. s. v. af Overlæge *Carl Ottosen*. Over 600 Sider. Rigt illustreret. Pris 13 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 *Ema Pancaro* og gennemset af Læge *Olav Benedictsen*, Dr. med. Frk *H. Reinhard* og cand. theol. & mag. *V. Bislev*

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 Rølike-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 Kristensen, Bogtrykker, Nørregade 30, Kbhvn.