SOLBLINK

TIDSSKRIFT FOR VEGETARISK LIVSFØRELSE

Redigeres af Kommunelærer, cand. phil. Oluf Egerod (Ansvh.), Vanløse. Tlf. Damsø 127. Postkonto 282,
og Fuldm. St. Fink-Jensen, Ussered, Hørsholm.
Udgives af Dansk vegetarisk Forening, Vanløse.

15. Aargang | **15. September 1921** | **Nr. 9**

Indhold: Fru Johanne Ottosen †. — Beretning om Aarsmødet. — »Solblink«s Redaktion. — Spredt og samlet. — Frugtindkøbet. — Møder og lign. — Fra Arbejdsmarken. — Love for Landsforeningen. — Regnskaber. — Annoncer.

†

Fru Johanne Ottosen.

Sundhedsbevægelsen i Norden har ved Fru Johanne Ottosens Død lidt et Tab, som ikke saa snart kan erstattes.

Denne sjældne og fine Kvinde, der i mange Aar utrættelig har kæmpet for at bringe Sundhed og Livsglæde til saa mange Mennesker som muligt, paadrog sig i sine yngre Aar ved en Forfrysning af begge Benene den Sygdom, som saa forholdsvis tidlig rev hende bort.



Fru Ottosen, der var født i Norge, kom tidlig til Amerika og var der først Lærerinde, siden Sygeplejerske paa det berømte Battle Creek Sanatorium, hvor hun gjorde Dr. Ottosens Bekendtskab og fulgte ham som hans Hustru til Danmark.

Her fik hun ret Brug for sin Virksomhedstrang og sit rige varme Hjerte ved Grundlæggelsen og Ledelsen af Skodsborg Sanatorium. Og det er sikkert, at denne Kvinde, der ved sin Nærværelse alene havde en ejendommelig Magt over sine Omgivelser, ved sit forstaaende og opofrende Arbejde har været til uvurderlig Velsignelse for de mange, som her gennem Aarene har søgt Lindring for deres Lidelser.

Men langt udenfor Sanatoriets Mure naaede hendes Interesse og Indflydelse; hendes fredfyldte stille Røst fangede straks Opmærksomheden og Ordenes Varme og Inderlighed gik ikke sporløst hen over en eneste af Tilhørerne; man var altid rigere efter at have hørt hendes Tale. — Hvormeget Vegetarerne skylder Fru Ottosen, kan næppe endnu fuldt ud vurderes; men hun var Vegetar med Liv og Sjæl, og Danmarks Vegetarer vil i Taknemlighed bevare Mindet om det store, uegennyttige Arbejde, Fru Ottosen øvede iblandt os. *F-J.*

Landsforeningen Dansk vegetarisk Forenings
10. Aarsmøde
i Svendborg den 21.—22. August 1921.

Det var under ubetinget gunstige Forhold, at vi holdt vort Aarsmøde. Et herligt Sommervejr og saa det vidunderligt dejlige Raastrup Kursted som Samlingssted. Det sporedes da ogsaa paa alle Deltagere, at der var almindelig Glæde over de udmærkede Forhold, hvorunder vi kunde drøfte vore Sager. Ikke faa tilrejsende var indlogeret paa Kurstedet eller paa „Anka", hver Krog var saa at sige optaget.

Formanden for Sydfyns Afdeling — Hr. *A. Christensen*, Lysbadeanstalten, aabnede Mødet og bød alle hjertelig velkommen. Landsforeningens Formand, Hr. *Egerod*, fik derefter Ordet, præsenterede de Tilstedeværende for hverandre, og foreslog Valg af 2 Dirigenter. Hr. Forlagsboghandler *Henriksen* og Hr. Fuldm. *Fink-Jensen* valgtes.

Beretningen for Aaret 1920—21

aflagde Næstformanden, Hr. *Date*. Hr. *Egerod* havde i længere Tid været bortrejst og kom til Aarsmødet direkte fra Udlandet.

Den Frygt man ved Rationeringens Ophør, nærede om Tilbagegang i *Medlemstallet* har vist sig begrundet; men ved et godt Arbejde er det lykkedes at bringe ny Fremgang; særlig Aarhus Afdeling var i saa Henseende et lysende Eksempel for alle Afdellnger.

Medlemsantallet er iaar 1230, medens det i 1920 kun var 1121; ved sidste Aarsmøde i København havde vi en Tilbagegang paa 15 Medlemmer, men iaar en Fremgang paa 109; Aarhus Afdeling alene er gaaet frem med 57 Medlemmer (fra 84 til 141).

Af **Møder** har der været afholdt ca. 80. Aarhus, Københavns og Sydfyns Afdeling har holdt ialt 13 Demonstrations- og Henkogningsmøder; ligeledes har Foreningen været virksom under forskellige Havebrugsudstillinger (København, Slagelse, Aakirkeby og Aalborg) særlig ved Salg af Litteratur. Overlæge *Ottosen* har talt i Studenterforeningen under god Tilslutning. Hovedbestyrelsen har afholdt 6 Møder; paa Antitobakskongressen i København den 25.—26. Juli talte Formanden. Desuden har mange Medlemmer ved forskellige Lejligheder talt Vegetarismens Sag. Af særlig Interesse var et Møde i København, hvor Hr. *Vodder* talte om Kosten i Fængslerne; det oplystes her, at paa Vridsløse maa 98 % af Kosten kaldes vegetarisk.

Oplysningskontorets Arbejde er selvfølgelig i væsentlig Grad aftaget efter at Rationeringen nu er ophørt; der har været ca. 2800 Postforsendelser.

Regnskabet

balancerer med Kr. 6858,67 mod Kr. 5957,39 ifjor, altsaa en Fremgang paa Kr. 895,28. Men samtidig er Kassebeholdningen dalet med ca. 1000 Kr., Udgifterne er altsaa steget betydelig stærkere end Indtægterne. Der er saaledes god Grund til at være særlig opmærksom paa dette Punkt, og der maa i alle Maader vises den største Sparsommelighed. Gaverne vil antagelig ikke strømme saa rigelig ind, og om Litteratursalget kan forøges synderligt er vist tvivlsomt; saa en Forhøjelse af Kontingentet maa betragtes som en tvingende Nødvendighed.

»Solblink«

er Foreningens Kælebarn — men et kostbart Kælebarn; det har i indeværende Aar givet et Underskud paa ca. 1900 Kr. mod ca. 1500 Kr. sidste Aar, skønt Tekstsidernes Antal har været mindre; alene Udgifterne til Trykning er steget med ca. 700 Kr. Sammenligner man Udgifternes Stigning med Stigningen paa Kontingentkontoen, vil man se, at Hovedbestyrelsens Forslag om Kontingentforhøjelse er i endog meget høj Grad velbegrundet, idet Medlemmernes Bidrag til Landsforeningen ikke dækker mere end Halvdelen af Bladets Udgifter.

Naar hertil kommer, at Portoudgiften fra Januar 1922 vil stige til 62 Øre pr. Eksemplar, vil der, med den Reservation, man nødvendigvis maa stille overfor kommende Tiders Pengerigelighed, ikke høre profetiske Evner til at forudsige, at den Tid er ikke fjern, da „Solblink" indskrænkes til at være et hveranden Maaneds Blad i Stedet for et Maanedsblad.

Gaverne er indgaaet med ca. 140 Kr. mindre end sidste Aar; det vil være letsindigt at regne med en Bedring af dette Forhold.

Trods alt har Foreningen klaret sig bedre end ventet; men de nedadgaaende

Indtægter peger dog paa de voksende Besværligheder. Medlemmernes Forstaaelse af deres Pligt maa staa i Forhold til det, der bydes dem. Der er 2 Veje at gaa: enten større Ydelser eller Indskrænkning. Det sidste vil være et skæbnesvangert Tilbageskridt.

Uddannelsesfondens og Børnehjælpsfondens Virksomhed vil fremgaa af det trykte Regnskab.

Frugtsalget var mærket af det daarlige Frugtaar; der var indgaaet Bestilling paa ca. 4000 kg Frugt, men ca. Halvdelen annuleredes, fordi Leverandøren svigtede. Forhaabentlig vil der iaar kunde træffes en bedre Ordning (Se herom andetsteds i Bladet).

Ordskiftet.

Hr. *Egerod* fortalte lidt om Arbejdet for Vegetarismen i England og vilde prøve, om nogle af deres gode Metoder kunde overføres paa vore Forhold. Han henstillede særlig til Medlemmerne, at tænke paa Uddannelsesfonden.

Hr. *Andr. Møller* stillede Forslag om at lade „Solblink" trykke i Tyskland, hvor det vilde blive 4 Gange saa billigt. Forslaget fraraadedes af Egerod og Date.

Fru *Hansen*, Lysbadeanstalten i Aarhus, bragte en Hilsen fra „Sundhedsugen" paa Frydenstrand Sanatorium. *Egerod, Thamsen, Odense*, Forlagsboghandler *Henriksen* m. fl. talte om Sundhedsugen og der var almindelig Enighed om, at der her burde være et Samarbejde. Paa Forslag af *Egerod* vedtoges det at bemyndige den ny Hovedbestyrelse til at foretage fornødent Skridt i saa Henseende.

Forslaget om at lade „Solblink" trykke i Tyskland forkastedes. *Børnehjemsfondens* Stilling diskuteredes mellem *Fink-Jensen, Egerod, Thamsen, Christoffer Rasmussen, Date* o. fl. Tanken om snarest at faa begyndt med et Børnehjem, omend i det Smaa, syntes at have Sympatien for sig, ligesom der ogsaa var nogen Stemning for at søge Samarbejde med allerede eksisterende Børnehjem, eventuelt med et paatænkt Børnehjem, som Frk. *Anna Ullerup* meddelte antagelig vilde blive oprettet i Vejle. Paa Foranledning af Hr. *A. Christensen*, Svendborg, iværksattes straks en Indsamling til Børnehjemsfonden. Udbyttet blev 158 Kr. Til nyt Medlem af Børnehjemsfondens Bestyrelse valgtes *Fink-Jensen*.

Kl. var nu bleven 1 og Fællesmaaltidet paa Kurstedet ventede; under Spisningen blev det vedtaget at sende en Hilsen til Dr. *Mich. Larsen*.

Kl. 2 genoptoges Forhandlingerne med

Forslaget om Kontingentforhøjelse.

Egerod motiverede Forslaget, der blev anbefalet af *Pagh-Hansen, Date, Hr.* og *Fru Hansen*, Aarhus m. fl., medens Fru *Møller* og Hr. *Christensen*, Svendborg, tog forskellige Forbehold. Et Ændringsforslag om at lade Indskudskontingentet bortfalde blev vedtaget. Iøvrigt vedtoges Hovedbestyrelsens Forslag.

Bestyrelsesvalget

formede sig saaledes, at Hr. *Egerod* efter Hr. *H. L. Henriksens* varme Anbefaling genvalgtes til Formand. De øvrige Bestyrelsesmedlemmer: Hr. *Date*, Fru *Ingeborg Jørgensen*, Frk. *Anna Schiøtt* og Hr. *Pagh-Hansen* genvalgtes enstemmig. Til Suppleanter valgtes Hr. *Vodder* sen. og Fru Møbelhandler *Jensen*. Revisorer: Hr. *O. M. Petersen* og Hr. *P. Vestergaard*; Revisorsuppleanter: d'Hrr. *P. Schrøder* og *Seegelcke*.

Stedet for næste Aarsmøde.

Aalborg stod for Tur, men nogen Indbydelse forelaa ikke; Forslag om Kolding eller Frederikshavn drøftedes. Man vedtog at overlade Hovedbestyrelsen at træffe nærmere Bestemmelse.

Paa Stranden ved Christiansminde afholdtes derefter Kl. 4 et

Offentligt Møde,

hvor Hr. *Egerod* og Hr. Direktør *Hansen*, Aarhus, talte for de ikke saa faa Tilhørere, der efterhaanden samledes. Hr. *Egerod* demonstrerede efterhaanden en god Del af vor Litteratur for Tilhørerne og der solgtes ikke saa faa Skrifter. Et af vore Medlemmer købte for 20 Kr. Litteratur, som blev gratis uddelt til de omkringstaaende.

Efter et hyggeligt Aftensmaaltid paa Kurstedet fortsattes Mødet med:

Eventuelt.

Under dette Punkt paa Dagsordenen drøftedes Spørgsmaalet om, hvad der forstaas ved at være Vegetar. Mange forskellige, ofte interessante, Meninger kom selvsagt her til Orde, men Enighed opnaaedes selvfølgelig ikke; de

fleste mente dog, at Kravet om Afhold fra Kødspisning ikke var tilstrækkeligt og adskillige var klar over, at der maatte kræves betydelig mere.

Spørgsmaalet om tvungen Vaccination blev atter i Aar behandlet; der var et almindeligt Ønske om, at D. v. F. vilde gøre et større Arbejde end hidtil for den tvungne Vaccinations Afskaffelse.

Hermed sluttede Dagen; Klokken var bleven godt 10; ialt var der blevet indtegnet over 150 Talere i Dagens Løb.

Næste Dag

var der om Formiddagen Udflugt til Taasinge med Besøg ved Valdemarsslot og en Spaseretur i den dejlige Park. Efter Middagen paa Kurstedet var Gæsterne indbudt til *„Maglehøj"* ved Vejstrup — *Kristoffer* og *Kathrine Rasmussens* nye Gaard. Her udfoldedes samme naturlige og rundhaandede Gæstfrihed som saa ofte før. *Egerod* takkede for al Venlighed, saavel paa „Maglehøj" som paa Raastrup Kursted, og bad Forsamlingen sende en venlig Tanke til Anna Ullerup, som maatte blive hjemme hos sine Syge, og *Kristojfer Rasmussen* talte gode vegetariske Ord til Gæsterne; efter Maaltidet gik Sanglegene muntert paa Græsplænen. Det var Aarsmødets festlige Afslutning; i den dejlige Sommerdag kædedes Alvorsord og Munterhed sammen; og Medlemmerne forlod sikkert Aarsmødet med Lyst til at øve et virksomt Arbejde for vor Sag. *F-J.*

* * *

Fodturen til Svendborg. Ja, den kunde der fortælles meget om, jeg kunde fylde „Solblink", hvis jeg skulde give et nogenlunde klart Billede af alt, hvad vi oplevede paa den Tur, det var Synd, der ikke var flere, som fik Del i vor Nydelse. — Da vi forlod Odense Kl. 3 Lørdag Morgen, var vi kun „Den hvide Syren"s fire Medlemmer, men i Nyborg mødte de raske københavnske Vegetarer, flot repræsenteret af — *1 Dame.* Da vi begyndte Turen, laa der en eventyrlig Stemning over Landskabet. Mosekonen bryggede, Elverpigerne dansede og Maanen var saa fuld saa fuld og var som Følge deraf ikke den mest paalidelige Vejviser; men snart hævede Solen sig rødmende i Øst, og da blev der Liv og Travlhed; Fugle, Harer og Morgenfolk saa med store Øjne paa os, vi var en Mærkværdighed. Kl. 8 var vi i Nyborg. — Aa, hvor var det stemningsfuldt: Luft og Hav gik i et, ikke en Vind rørte sig. Saa tog vi os et — man kan godt sige — Fornyelsesbad. Derpaa Solbad og saa afsted igen mod Svendborg. Undervejs fik vi lige saa megen Frugt, vi vilde have hos velvillige Mennesker.

Lad os haabe, der næte Gang, vi gaar Fodtur, er flere, som har Lyst at være med til at nyde Naturens Skønheder.

* * *

Som Slutning paa Aarsmødet var en Fodtur fra Vejstrup til Raastrup Kursted, en Tur paa ca. 10 km. De, som ikke kunde være med til den, gik Glip af noget af det bedste ved Aarsmødet. — Ja, undskyld! — Men Menneskene er nu ikke i Stand til at lave noget saa godt som Naturen; en Stemning som den, de ca. 15 Deltagere i Fodturen kom i, var selv den dejlige Mad paa Kurstedet og paa Maglehøj ikke i Stand til at skabe. — To og to marcherede hele Selskabet afsted under Sang af „Tyv, ja Tyv det skal du være, for du stjal min lille Ven" o. s. v., idet „Tyven", som gik ved Siden og ingen Følgesvend havde, erobrede en saadan. Humøret var paa det højeste! Maanen, som var begyndt at blive „Afholdsmand", smilte vidunderligt til os.

Alle Deltagerne, selv dem, som var lidt „matte i Sokkerne", var enige om, at det var noget af det bedste ved hele Aarsmødet. *Knud Thamsen.*

„Solblink"s Redaktion.

Efter Hovedbestyrelsens Opfordring er Hr. Fuldmægtig *St. Fink-Jensen* tiltraadt som Medredaktør af „Solblink". Hensigten hermed er at lette Landsforeningens Formand, Hr. *Egerod*, for noget af det altfor store Arbejde, der hviler paa ham.

Hr. Fink-Jensen er ingen ny Mand; han var medvirkende allerede ved „Solblink"s Begyndelse for 15 Aar siden, og hans Interesse for vort Arbejde er ikke bleven mindre med Aarene — tværtimod; vore Læsere vil i Tidens Løb ofte have fundet hans Navn eller Mærke under mange Artikler i „Solblink".

Spredt og samlet.

Gaver. Siden sidste Opgørelse indkommet: Frk. Huus, Svendborg, 5,00, Prof. Osc. Matthiessen, 5,00, vi 8,00, mj 5,00. Hjertelig Tak.

Restancer. En hel Del Medlemmer har trods flere Henvendelser endnu ikke indbetalt Kontingent 1921. Vi tillader os at gøre Dem opmærksom paa, 1) at De ikke har udmeldt Dem i rette Tid (inden 15. Decbr. 1920), 2) at De har paaført os en Udgift, hver paa ca. 2 Kr. til Opkrævning, Anmeldelse og Forsendelse af Solblink, 3) at De derfor er baade juridisk og moralsk forpligtede til at indbetale Beløbet for 1921. — Skulde Beløbet mod Forventning ikke indgaa, vil De blive slettet for Gæld.

Sælg vor Litteratur. En af vore Hovedindtægtskilder er vort Litteratursalg. Det er ogsaa samtidig en god Agitation. Vi beder derfor alle, der vil hjælpe os med at sælge vore Bøger, om at sætte sig i Forbindelse med Vegetarisk Oplysningskontor, Vanløse, for at faa Bøger i Kommission mod Forhandlerrabat.

Kontingentforhøjelsen gik glat igennem ved Aarsmødet, men den var jo ogsaa paatrængende nødvendig. Vore Afdelinger bedes nu afholde ekstraordinær Generalforsamling for at faa Kontingentet revideret inden $^{15}/_{12}$, da Udmeldelser skal foreligge inden denne Dato for at være gyldige for 1922. Vi foreslaar Afdelingerne at vedtage samme Kontingent som Landsforeningens (se Aarsmødereferatet). Og vi beder vore Medlemmer betænke sig to Gange, inden de giver efter for en eventuel Indskydelse om Udmeldelse. Men husk, at en saadan maa foreligge inden $^{15}/_{12}$, for at vi ikke skal tabe en Masse Penge paa Solblinks Anmeldelse og Opkrævningers Udsendelse til dem, der ikke har meldt sig ud i Tide.

Nyt eller brugt Materiale. Planteriget opsamler fra Jorden og fra Atmosphæren alle de Stoffer, som Dyr og Mennesker har behov til deres Føde; og det er Naturens Orden, at Mennesket skal tage sine Næringsstoffer fra Planteriget alene, hvor de forefindes i ren Tilstand, uden at være bleven Genstand for uheldige kemiske Omdannelser eller Iblanding af Giftstoffer. Stor og skæbnesvanger er Vildfarelsen hos dem, som tror ustraffet at kunne krænke Naturen ved at byde sit Legeme et Byggemateriale, der er taget fra andre dyriske Legemer, som man til dette Formaal har taget Livet af og søndret; — det er som om man til Opbyggelsen af et Slot eller et Tempel vilde søge sine Materialer fra sønderskudte Hytter i Stedet for fra det friske Ler, de friske Træer, nyhugget Granit og nystøbt Jern af nyudvunden Erts.

(Efter »Bull. de la soc. veg. de France« ved *A. M.*)

En udmærket Maade at undgaa „Forkølelse" paa er at vaske Nakken hver Morgen med *virkelig koldt Vand*, idet man passer paa at tørre sig omhyggelig bagefter med et *tørt* Haandklæde. Aftørringen er meget vigtig, da mangen ubehagelig Hovedpine, der skyldes Overanstrengelse af Øjnene, eller Fordøjelsesuorden fremkaldes ved at Nakken bliver kold, naar man gaar ud i Luften eller fra et varmt til et koldt Værelse. (Good Health ved *Th. D.*)

Vi advarer mod Bouillontærninger. I Reglen indeholder de kun Gær og Kogsalt, hvorfor de savner enhver Næringsværdi. (Vegetarianen ved *H. R.*)

Føddernes ordentlige Pleje er en af de første Betingelser for vor Sundhed. De bør vaskes hver Aften Sommer og Vinter. Strømper og Fodtøj bør saavidt muligt udluftes i Solskin hver Gang før de skal benyttes. (Vegetarianen ved *H. R.*)

Vil du leve længe, da spis langsomt! De, som spiser hurtigt, dør tidligt! Magre Mennesker lever længst, de fede har i Længden intet godt Helbred, thi Fedme er en Sygdom.

(Vegetarianen ved *H. R.*)

Peter Scott. Denne lille Dreng, Søn af Nordpolsfareren Kaptajn Scott, er blevet opfostret strengt vegetarisk. Han er nu lige naaet til 7 Aars Alderen, og vi finder følgende Beskrivelse af ham i en Artikel i „The Star" af Pastor Dr. Alexander Iroine, der havde besøgt Lady Scott i hendes Hjem: „Peter er det frejdigste, naturligste, kraftigste og venligste Barn i hans Alder, jeg nogensinde har set. Han er klædt som en Romer, ser ud som en Viking og har et rødmosset, smilende, kønt Ansigt, kronet med en Krøltop af gult Haar, der tager sig ud som en pragtfuld Krysantemum". Hans Moder har opfostret ham paa den simpleste og naturligste Maade fra hans spæde Alder, idet hun har ladet alle hans Lemmer have frit Spil og Udvikling. I de første 5 Aar af

hans Liv kostede hans Klæder ikke 5 Kroner om Aaret. Hans Føde bestaar af Mælk, Frugt, Grøntsager, Nødder og Æg. Han drikker aldrig The eller Kaffe. Lady Scott er ogsaa Vegetar.

(Efter The Vegetarian Messenger ved *C. J.*)

Jeg har fire gode Grunde til at afholde mig fra stærke Drikke: Mit Hovede er klarere, mit Helbred er bedre, min Samvittighed er renere og min Pung fuldere. (Good Health v. *Th. D.*)

Ællingerne. Farbror saa op fra Bogen, som han læste i, og sagde: „Unge R. fortalte igaar, at han havde skudt 15 Ællinger. Valborg, hans Hustru, havde tiberedt dem."

Jeg kender det unge Par R. Det er to sjældne Mennesker, som om Aftenen ved Solnedgang havde sunget blide, vemodige Folkeviser sammen. Morgenen efter var den ene af dem, *han,* ude for at dræbe, sprede Sorg og Fortvivlelse, og ved Hjemkomsten mødtes han af *hendes* glade og rosende Ord. Med sine egne smaa hvide Hænder — som kun synes skabt til det skønne og gode — gør hun Byttet istand og tilbereder et Festmaaltid deraf. Kattens Dødsleg med Fuglen viser tilbage paa en Grumhed, som næppe er bevidst, og derfor bør være undskyldelig. Men kan man sige det samme om to unge lykkelige Menneskers Optræden i et Tilfælde som dette?

(*Enoch* i »Vegetarianen«.)

Honning fra Portugal. Det har undret mig, at kun Frugt, som er en saa let fordærvelig Vare, har været Genstand for Foreningens Fællesindkøb. Honning, der jo ogsaa for Vegetarer er en meget vigtig Artikel, vil langt lettere end Frugt kunne købes i store Mængder til senere Fordeling. De fordærves ikke under Transporten og kan derfor ogsaa godt tages langvejs fra; og jeg anbefaler, at Honning tages fra Sydeuropa, hvor den er væsentlig sødere og finere (mere aromatisk) end i Nord- og Mellemeuropa. Og da den af Hensyn til Transportomkostninger bør transporteres ad Søvejen, vil det være naturligst at tage den fra det syderopæiske Land, der ad Søvejen er det nærmeste, nemlig Portugal; og nu er det saa heldig, at netop dette Land p. t. kan sælge særlig billig, da dets Valuta er sunken til 1/8 af det normale, altsaa omtrent som den tyske. Endelig kan jeg anbefale en solid Leverandør: *Senhor Francisco de Rezende „Casa das boas frutas", Espinho,* som er villig til at besørge Ekspeditionen saavel af Honning, som af Frugt og Nødder og Olie fra Oportos Havn. Prisen for Honningen er 4 Escudos pr. kg (p. t. ca. 2 Kr., altsaa det halve af hvad dansk Honning koster), og Portoen vil blive ca. 20 Øre pr. kg, naar der tages mindst 300 kg.

Den, der vil paatage sig Fordelingen bør naturligvis have procentvis Løn for sit Arbejde. *Andr. Møller.*

Vi henviser til Annoncen fra A/S Bornholms Margarinefabrik, Side 82.

Frugtindkøbet.

I Lighed med de to foregaaende Aar iværksætter D. v. F. nu atter sit Fællesindkøb af Frugt. Der er i Aar de bedste Udsigter til en baade kvantitativ og kvalitativ tilfredsstillende Frugthøst, og Priserne bliver af en ganske anden Art end sidste Aar, da Frugten baade var for daarlig og for dyr. For de Medlemmer, der ikke lader sig afskrække af det sørgelige Tilfælde i 1920, er der derfor god Lejlighed til at forsyne sig med Frugt.

Jeg faar i Aar Tilbud fra forskellige Leverandører, hvilket naturligvis ikke vil være uden Indflydelse paa Prisen. Da Tilbudene antagelig fremkommer omkring 1. Oktober, beder jeg Medlemmer, der ønsker Oplysning derom, sende mig Forespørgsel snarest; Meddelelse skal da tilflyde Dem.

Der vil i Aar kunne leveres: Cox Pomona, Cox Orange, ildrød Pigeon, Nonnetitter, maaske Bismark, Reinetter samt event. andre Sorter.

Om Frugtens Holdbarhed kan jeg intet sige; en Oplysning i den Retning vil ogsaa kun have Gyldighed i Almindelighed, og kan absolut ikke anvendes som nogen Garantierklæring — hvad enkelte Købere syntes at mene i Fjor. Naar de modtager en Sending Frugt, bør De derfor altid straks undersøge den og reklamere omgaaende, hvis der er noget i Vejen med den. Husk at vedlægge Svarporto i *ikkepaaklæbede* Frimærker. *Wilh. Date,*

Sct. Annægade 47, København C.

Møder og lign.

Københavns Afdelingen. *Mandag d. 3. Oktober Kl. 8*: Foredrag i K. F. U. K. —

Indgang fra Lille Kannikestræde 5. Paa samme Sted bliver der atter Møde *Mandag d. 7. November Kl. 8.*

25 Aars Jubilæum. Vor Forening fejrer sidst i November sin 25-aarige Stiftelsesdag. Det er vedtaget at afholde en Sammenkomst Søndag den 27. November Kl. 6 i K. F. U. K.'s store Lokale, Kannikestræde, med Frugtbord, Frugtvand, Kage og Aftenunderholdning. Der er Plads til 500 Deltagere, saa vore Medlemmer bør i Tide agitere for Tilslutning. Adgang ca. 3 Kr. Program i næste Nr. Udvalget bestaar af Forlagsbogh. H. L. Henriksen, Ing. C. Seegelke, Fru G. Date, Fru M. Jensen samt Formanden. — Hvem har en god Idé?

Odense Afd. afholder Udstilling og Madlavningskursus i Forbindelse med Gartnernes Udstilling. Aflæg et Besøg, køb af Litteraturen og indtegn Dem til Kursuset, der ledes af Fru Frida Hansen, Aarhus Lysbadeanstalt. Nærmere Oplysninger hos Dir. P. Chr. Hansen, Lysbadeanstalten, V. Stationsvej, eller Fru P. Rasmussen, Odense Ægforretning, Ø. Stationsvej.

Sydfyns Afd. afholder ekstraordinær Generalforsamling paa Raastrup Kursted Søndag den 25. Septbr., Efterm. Kl. 3 præcis. Alle Medlemmer af Sydfyns Afd. bedes møde. Dagsorden: Kontingentforhøjelse, Arbejde for Vinteren, Eventuelt. *Bestyrelsen.*

Fra Arbejdsmarken.

Hr. N. A. Vodder har atter i Aar været ude paa en Provinstourne, hvor han gennem personlig Samtale med en Del Folk i ledende Stillinger og ogsaa ved Møder har slaaet til Lyd for en Del ideelle Bestræbelser, han interesserer sig for, bl. a. Vegetarismen. Faa gamle (70 Aar) er saa unge af Begejstring og Energi som Hr. Vodder.

Postbud E. Solkær talte Onsdag den 31/8 i Logen „Tempelherren" under I. O. G. T., Griffenfeldtsgade 27 over Emnet: „Naturhelbredelse". Interesserede udenforstaaende havde Adgang.

Aarhus Afdl s energiske Formand, Fru *Frida Hansen*, har iflg. Aarhuspressen atter afholdt et Hønkogningskursus (28/7) i Nørre Alle 30. Der er ingen Ende paa den Ros, Pressen lader Fruen blive til Del.

Sport. Ved det for kort Tid siden stedfundne Frederiksborgløb kom den nu 56-aarige Sportsmand og Vegetar, *Breckwoldt*, ind 13 Minutter hurtigere end i Fjor. Han udførte det ca. 4½ Mil lange Løb i 2 Timer, 58 Minutter og 35 Sekunder. Hr. Breckwoldt siger, at han har aldrig tidligere følt sig saa vel under et Løb som denne Gang. Det gaar fremad for Hr. Breckwoldt. Han bliver ældre, men mere udholdende. Hr. Breckwoldt er nu atter Medlem af D. V. F. *H.*

Love

for

Landsforeningen Dansk vegetarisk Forening.

§ 1. Foreningens Formaal er at udbrede Kendskab til vegetarisk Levevis og modarbejde Brugen af skadelige Nydelsesmidler.

§ 2. Medlem kan enhver Mand og Kvinde blive, der har Interesse for at fremme Foreningens Formaal.

§ 3. Kontingentet gælder for det indeværende Kalenderaar. Udmeldelse skal ske senest 14 Dage før Udgangen af et saadant.

§ 4. Medlemmerne samles saa vidt muligt i Afdelinger i de forskellige Landsdele. Disse Afdelinger vedtager selv Love og Kontingent for deres Medlemmer; kun skal den § i Lovene, som omhandler Formaalet, altid være enslydende med Landsforeningens. Lovene skal indeholde en Bestemmelse om, at hvert enkelt Medlem har Krav paa et Eksemplar af Medlemsbladet, naar et saadant findes, og Lovene maa iøvrigt ikke paa noget Punkt være i Strid med Landsforeningens.

§ 5. Afdelingerne yder til Landsforeningen et aarlidt Tilskud pr. Medlem af mindst 50 % af det for de spredtboende Medlemmer gældende Kontingent (se § 6). Heri er indbefattet Betaling og Porto for Medlemsbladet. Beløbet indsendes halvaarsvis inden Udgangen af Maj og Novbr. til Landsforeningen sammen med en Meddelelse om Tilgang og Afgang af Medlemmer samt Bopælsforandringer.

§ 6. Medlemmer, i Nærheden af hvis Bopæl der ingen Afdeling findes, eller som fremsætter særligt Ønske herom, optages direkte i Landsforeningen som spredtboende Medlemmer. Mindste

Aarsbidrag er 5 Kr. for et enkelt Medlem, 7 Kr. for et Ægtepar og 3 Kr. for Medlemmer under 20 Aar. Heri er indbefattet Betaling og Porto for Medlemsbladet, idet dog Medlemmer med Bopæl i Udlandet maa betale Ekstraudgiften til Porto. Livsvarige spredtboende Medlemmer betaler mindst 50 Kr. een Gang for alle for et enkelt Medlem, 75 Kr. for et Ægtepar.

§ 7. Foreningens Anliggender varetages af en Hovedbestyrelse med Ansvar overfor Aarsmødet.

§ 8. 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. Paa Aarsmødet fremlægges det reviderede Regnskab til Godkendelse; de paa Dagsordenen opførte Forslag behandles; der vælges Hovedbestyrelse, 2 Suppleanter til denne, 2 Revisorer og 2 Revisorsuppleanter; det afgøres, hvor næste Aarsmøde skal afholdes. Aarsmødet er Foreningens højeste Myndighed.

§ 9. Hovedbestyrelsen bestaar af 5 Medlemmer, som ikke samtidig maa være Medlem af en Afdelings Bestyrelse, dog at man, hvis man ved et Valg bliver Medlem baade af Hoved- og en Afdelingsbestyrelse, kan fungere sin Valgperiode ud i den Bestyrelse, man først er blevet valgt ind i. Hovedbestyrelsens Medlemmer maa forpligte sig til at deltage i dens Møder, med mindre de har lovligt Forfald. De vælges ved skriftlig Afstemning paa Aarsmødet. Dette udpeger Formanden; de øvrige Hverv fordeles efter indbyrdes Overenskomst.

§ 10. Suppleanterne til Hovedbestyrelsen deltager i dennes Møder, dog uden Stemmeret, ligesom de i det hele tager Del i det forefaldende ledende Arbejde.

§ 11. Den, der modtager Valg til Bestyrelse enten for Landsforeningen eller for en Afdeling, forpligter sig dermed til absolut Afhold fra Kød, Alkohol og Tobak for den Tid, Valget gælder.

§ 12. Forslag, der ønskes behandlet paa Aarsmødet, maa indgives til Hovedbestyrelsens Formand inden 1. Juni.

§ 13. Forandringer i Lovene kan kun ske, naar mindst ⅔ af de repræsenterede Stemmer afgives derfor.

§ 14. Kassereren er ansvarlig for Foreningens Midler.

§ 15. Foreningens Regnskabsaar gaar fra 1. Juli til 30. Juni.

Regnskab for Vegetarisk Uddannelsesfond for Aaret fra 1. Juli 1920 til 30. Juni 1921.

INDTÆGT		UDGIFT	
Beholdning 1. Juni 1920	1174,50	4 Kvartalers Tilskud à 150,00.	600,00
Indkomne Gaver	377,00	Beholdning 30. Juni 1921	959,68
Renter	8,18		
Balance..	1559,68	Balance..	1559,68

København, den 1. Juli 1921.

Oluf Egerod. Wilh. Date. Anna Schiøtt.

Regnskab for Dr. Mich. Larsens Børnehjemsfond fra 1. Juli 1920 til 30. Juni 1921.

AKTIVER		PASSIVER	
Beholdning paa Sparekassebog den 1. Juni 1920	2779,14	1 Obligation.....	2000,00
Renter af Obligation	120,00	Beholdning paa Sparekassebog den 1. Juli 1921	3803,53
Indkomne Gaver	740,00		
Renter paa Sparekassebog ...	161,39		
1 Obligation.....	2000,00		
Balance..	5803,53	Balance..	5803,53

København, 1. Juli 1921.

Wilh. Date.

Sammendrag af Regnskab for Dansk veget. Forening fra 1. Juli 1920 til 30. Juni 1921.

INDTÆGT

Kassebeholdning d. 1/7 1920		3885,78
Medlemsbidrag:		
Spredtboende	735,50	
Aarhus Afd.	120,00	
Aalborg Afd.	34,00	
Odense Afd.	29,60	
Sydfyns Afd.	57,60	
Vejle Afd.	18,40	
Kbhvns. Afd.	430,00	
Porto	83,65	
		1508,75
»*Solblink*«:		
Abonnement	125,97	
Gave fra Københ. Afd.	90,00	
Salg	5,90	
Annoncer	708,78	
Porto	34,66	
		965,31
Forlag:		
Solgt Litteratur	2440,34	
» Emblemer	24,35	
Porto	33,66	
Tjent paa Kværne	4,00	
		2502,35
Administration:		
Aarsmødet	22,00	
Depositum fra Postkonto 953	25,00	
		47,00
Indtægt ved Rationeringen		928,85
Indkomne Gaver	787,95	
» » t. Udlandet	51,00	
		838,95
Renter paa Kontrabog	15,08	
» » Girokonto	2,54	
		17,62
Balance		10694,61

UDGIFT

Medlemsbidrag: Porto		28,25
»*Solblink*«: Trykning	2526,75	
Porto og Expedition	380,28	
Diverse	20,30	
		2927,33
Forlag: Købt Litteratur	2588,74	
Porto og Told	75,86	
Diverse	97,53	
		2762,13
Administration: Porto	216,91	
Tryksager	25,50	
Telefon	120,75	
Kontorleje og Varme	340,00	
Kontorhold	16,05	
Gebyr og Indskud	32,46	
Diverse	19,70	
		771,37
Agitation: Porto	116,41	
Annoncer	37,80	
Understøttelse	100,00	
Telefon	9,40	
Diverse	7,20	
		270,81
Rationering: Porto	160,12	
Telefon	42,50	
Tryksager	40,25	
Kontorhold	400,00	
Diverse	201,50	
		844,37
Gaver: Afsendt til Udlandet		51,55
Bibliotek: Indkøb		18,59
Aarsmødet:		
Udgifter v. Aarmødet	30,00	
Transport af Arkiv	2,25	
Særtryk af Regnskab	5,50	
Diverse	78,30	
		116,05
Konto pro Diverse:		
Repræsentation	50,00	
Den intern. Esperantof.	10,00	
		60,00
Kassebeholdning 30. Juni 1921		2844,16
Balance		10694,61

Status pr. 30. Juni 1921.

AKTIVER

Kassebeholdning	2844,16
Biblioteket	200,00
Inventar	50,00
Litteratur o. Emblemer p. Lager	2966,50
» » i Kommis.	792,01
Balance	6852.67

PASSIVER

Litteratur o. Emblemer i Komm.	73,08
Netto Formue	6779,59
Balance	6852,67

København, 1/7 1921.

Regnskaberne er reviderede og befundet rigtige.
O. M. Petersen. P. Vestergaard.

ANNONCER

Madlavning.

En Dame som vil give Undervisning i vegetarisk Madlavning søges for 1 Maaned eller 2, som det nu er nødvendig.

Fotograf *H. Lund.*
Grindsted.

Ung Pige

kan faa let Plads med megen Frihed og familiær Stilling til Novbr. Om ønskes vegetarisk Kost.

Købmd. *Carl Hansen,*
Sundevedsgade 2³. Kbh.

En Karl,

22 Aar, søger Plads 1. Novbr. eller før ved Gartneri, Land- eller Havebrug.

Ole Jacob Hansen,
Gryderup Mark pr. Korsør.

Husbestyrerindeplads

i et vegetarisk Hjem søges til November af undertegnede. Løn bedes opgivet.

Jutta Brandt,
„Rosenholm", Gandløse, Maaløv.

En pæn rolig Herre, 45 Aar, som staar ene, uddannet Samarit, kendt med vegetarisk Levevis og en Del Naturhelbredelsesmetoder og Sygepleje, nogen Formue, som ønskes anvendt til fælles Bedste, søger ad denne Vej Bekendtskab med en vegetarisklevende pæn Pige eller Enke, helst med en Forretning, for senere Ægteskab. Billet mrkt. 200 til Veget. Oplysningsk., Vanløse.

Pige søger Plads

i et vegetarisk Hjem i Jylland til 1. el. 15. Novbr. Billet mrkt. „Jyde" til „Solblink", Vanløse.

Enepige.

En ung Pige søges til November i et vegetarisk Hjem.

Vedkommende maa være dygtig og paalidelig og med Venlighed ville tage sig af en svagelig 13 Aars Pige.

Ingeniør *C. Bruun,* Østerfarimagsgade 77, ⁴, København.

Et godt nyt Værelse

kan faas til Leje med eller uden Forplejning. (Helst Vegetar). Hellebækgade 13³ tilh., København N.

Enkefru *Rosa Kristensen.*

I. P. Müllers Sandaler

aabne og lukkede, bestilles bedst hos *E. Solkær,* Nørrebrogade 8 St, København N. (Opgiv Nr. eller send Omrids af Foden).

Lægernes Vildfarelser

af Kommunelærer cand. phil.
Oluf Egerod.

75 Øre.

En god Fører til Forstaaelse af Vegetarismen og Naturhelbredelsen.

Vegetarisk Oplysningskontor, Vanløse.

A/S **Bornholms Margarinefabrik.**

Prima Vegetabil Margarine. Garanteret ren.
Fineste Velsmag. Drøj i Brugen.

Prima Palmin, ældtelig.

Vegetar! forlang den hos Deres Handlende.

Hovedoplag:
E. G. Jensen & Co., Sofievej 4, V.
Telefon Nora 1440. Tlgr.-Adr. „Vegetus".

Frydenstrand Sanatorium.
pr. Frederikshavn. Prospekt gratis.

„Landet".
Vort bedste og billigste Ugeblad, Danmarks mest udbredte vegetariskvenlige Ugeblad. Stærkt stigende Oplag. Interessante Artikler. Fængslende Fortællinger. Gode Billeder Bestilles overalt hos Postvæsenet. Kun 75 Øre Kvartalet.

Nyt Missionshotel, Aarhus.
Frederiksgade 77. Veg. Kost faas.

Talestemmens rette Brug!
Undervisning gives i Talestemmens rationelle Uddannelse eft. Prof. Engels Metode. Stammen og Talefejl rettes.
Elisabeth Arboe,
diplom. Talelærerinde.
Dosseringen 63 A. St. Tlf. Nora 222 x.

Strømper, Undertøj, Forfødninger.
Jydsk Trikotageudsalg & Maskinstrikkeri
Skindergade 15, G. Björck.
Medlemmer Rabat.

Fysisk Kuranstalt
Lysbadeanstalten med Fysisk-diætetisk Klinik ved Overlæge Carl Ottosen:
St. Kongensg. 36-38. Kbhvn. K.
Telf. 9656.
Forlang Prospekt.

Telefoner Central 96 56 96 57 96 58

A/S Sanafer

Telefoner Central 96 56 96 57 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.*

SANA
SUNDHEDSFØDEVARER

Altid friske Specialiteter
for Vegetarer,
Sukkersyge
og Afholdsfolk.
— Medlemmer Rabat. —
Udsøgte Kolonialvarer til Dagspris.
— Aaben hele Ugen. —
Specialforretningen „SANA", Skindergade 28. — Kbhvn.
Telefon 5650.

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 heftet: Kr. 12,50, indb. Kr. 14,00.

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 5 Kr. — indb. 6 Kr.

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

De seksuelle Spørgsmaal i Hjem og Skole, en Vejledning for 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 Benedichtsen*, 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. Damsø 85.
Udsalg: **Vesterbrogade 136.**
Tlf. Vester 7355.

„Sana" Specialitet: **Sundhedsfødevarer.**
Medlemmer Rabat.
Coffeinfri Kaffe faas atter.
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.
Aabent fra 1. Maj.

Vegetarisk Restauration,
Løvstræde 8, 1.
Telefon Byen 7419.
Morgenservering, Frokost og Middag,
Smørrebrød og Frokostpakker.
Bedste, billigste og sundeste Ernæringskilde.
Vegetariske Husholdningskursus.
Sundheds- og religiøs Litteratur.

Æble-Te og Urte-Te I. og II. 50 Øre Pk.
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 Rollike-Te.
40 Øre pr. Pakke. 3 Pakker Franco.
Albert Johansen,
Dansk Frugt- og Urte-Te Comp.
Adolf Steens Allé 12. – Telf. Nora 3629 v.
Æble-Te og Urte-Te I. og II. 50 Øre Pk.

Annoncepris: 30 Øre pr. 1-spaltet Petitlinje eller 36 Kr. pr. Side.
Rabat: 15 pCt. for 3 Gange, 25 pCt. for 6 Gange, 33⅓ pCt. for 12 Gange
Abonnementspris: 3,50 Kr. aarlig plus Postpenge. Kan bestilles paa alle Postkontorer og hos Landpostbudene.

Emil Kristensens Bogtrykkeri, Nørregade 30. Kbhvn.