NB.: Indlagt et billede af dr. Michael Larsen! Bladet må ikke ombøjes!

SOLBLINK

TIDSSKRIFT FOR VEGETARISK LIVSFØRELSE

Redigeres af kommunelærer, cand. phil. Oluf Egerod (ansvh.), tlf. Godthåb 3492 x., Postkonto 282, og fuldm. St. Fink-Jensen, Usserød, Kokkedal.

Udgives af Dansk vegetarisk forening, Rødkildevej 40, Brønshøj.

16. årgang | 15. April 1922 | Nr. 4

Indhold: Dr. Michael Larsen. — Mindemøde for dr. Michael Larsen — Michael Larsen in memoriam. — Tak. — Spredt og samlet. — Fra arbejdsmarken. — Møder o. l. — Dr. Michael Larsens vegetariske børnehjemsfond. — Annoncer.

Dr. Mich. Larsen.

Tale ved mindefesten den 23. Marts 1922.

Et menneske dør ikke. Hvad man end mener om liv og død, sjæl og legeme, der bliver noget efter, når legemet lægger sig til den sidste hvile. Folk dø, fæ dø, men aldrig dør mands minde. Efter os lever vort minde, virker videre, bygger en bro mellem liv og død, mellem hisset og her, mellem før og nu, mellem virke og virkning.

Lever endnu ikke i mindet Buddha, Zarathustra, Hippokrates, Sokrates — Pythagoras, Diogenes, Plato — Frans af Assisi, Giordano Bruno, general Booth, Benjamin Franklin og Leo Tolstoi, for blot at nævne et par af menneskehedens store, hver for sig en uforglemmelig blomst i den vegetarismens mindekrans, hvori dr. Mich. Larsen nu er flettet ind, værdig at tage sin plads blandt disse vor vegetariske histories stolte navne.

Mich. Larsen er død, men hans minde lever og vil voxe i glans efterhånden som vort samfund lærer at leve efter de ideer, han blev den uegennyttige banebryder for.

Den danske vegetarismes fader er død, men han lever i sit virke; thi hvad skaber en mand, hvad gør ham udødelig, hvad sætter ham et minde, som møl og rust ej kan fortære, som vind og vejr ej kan forvitre, som krig med kanoner ikke kan knuse, hvad sætter sådant minde om ej en mands gerning, gjort for andre for deres skyld, gjort for alle for ideens skyld, og hvor mange har i så høj grad som vor afdøde høvding sat sig et sådant varigt minde.

Mich. Larsen var læge som desværre kun få. Hans valgsprog som læge var det uegennyttigste af alt: at gøre sig selv overflødig. Og de, der søgte ham og fulgte hans råd, vil vide ham inderlig tak for, hvad han ud fra denne grundsætning gav dem. Dr. Larsen gennemførte den gamle lægekunst herhjemme, den der bygger paa Hippokrates' simple og ligefremme læresætninger, dr. Larsen lærte os at arbejde *med* naturen og ikke som lægekunst så ofte gør *mod* naturen. En af hans yndlingssætninger var Miltons sande ord: „Naturen besejres kun ved, at man adlyder dens love", og han gav det også udtryk i de ord, den tyske vegetarismes stifter, pastor Baltzer, satte som *sin* devise: „Vegetarismen er den bevidste opfyldelse af vore livsbetingelser". Herved blev vegetarismen fra sin første færd herhjemme et vidt begreb, takket være dr. Larsens vide syn på sagen. Han gjorde den ikke til en snæver antikødbevægelse, men til en vid human bevægelse, hvori alle de sundhedsreformatoriske bestræbelser kan gå op. Mich. Larsen stod som en synthese af disse bestræbelser. Vi så

hans navn, naar det gjaldt arbejdet mod den store folkefordærver alkoholen, mod dens ikke ret meget mindre stalbroder tobakken, mod alle de andre nedbrydende såkaldte nydelsesmidler, der følger i deres fodspor, men med utilbageviselig konsekvens viste han, at fødemidler frembragte ved at tage liv, ved pinsler og drab, stod bag det hele som primus motor, som grundskaden i vort ernæringssystem, og han viste naturens ubrydelige konsekvens, sygdommene som følge af forkvaklet levemåde. Han ledte os derved ind på forståelsen af, hvor barnlig en tankegang det er at ville bekæmpe sygdom ved sygdom, som det f. ex. sker ved vaccination, thi mod denne, en af civilisationens store skændsler, var han også den første modkæmper herhjemme. Men dr. Larsen var ikke alene den, der gjorde det negative arbejde at kæmpe imod, han viste også vejen til det, man skulde gøre for ret at leve sundt. Han gav os forståelsen af legems- og åndsplejens store betydning. Husk hans taler, se hans bøger, og se, hvor han arbejder for legemskultur, for ro og hvile. Ejheller var han blot den tørre teoretiker, der lod andre leve efter sine teorier, han efterlevede dem selv fuldt og helt. Han var ved sit personlige liv et lysende exempel for andre på et rent, et sundt, et sandt liv. Fra han om morgenen kl. 5 begyndte sin legemspleje til han om aftenen *tidligt* gik til ro, var hans liv et værdigt modstykke til tidens rastløshed, nervøsitet, gøren nat til dag og laden hånt om al natur. „Après nous le déluge" var for ham en uefterlevelig livsregel, hans liv var et liv i samvittighedsfuldhed, i ansvar over for de evige livslove, blandt hvis forstående dyrkere han var den bramfri, elskelige, forstående og dog myndige ypperstepræst.

Mich. Larsens død blev derfor for os en skøn død, som han blev kaldt bort netop midt i sin kultus, midt i sin praktiske tilbeden af livets love, midt som han, trods sine 76 år, udførte sin daglige legemsrøgt. Få levede som dr. Larsen, som han lærte, og få fik en så let død, der passede så godt ind i hans liv.

Stille var Mich. Larsens livsfærd og stille ønskede han at gå herfra. Han var ikke den, der satte sig selv i forgrunden, ejheller den, der ved sin død ønskede sig mindet på traditionel måde.

Da han den 29. decbr. 1915 fyldte 70 år, ønskede han, at der intet måtte siges i forvejen. Men da vi bagefter hædrede ham ved at oprette dr. Mich. Larsens fond for et vegetarisk børnehjem, skrev han til vort blad „Solblink": „En større hæder kunde jeg ikke tænke mig".

Nu, da han har ønsket at stedes til hvile i fuldkommen stilhed, kan vi, der skylder ham så meget, næppe heller hædre hans minde på en bedre måde end ved at rejse ham et så værdigt mindesmærke, et saa levende vidnesbyrd om, hvad han var og betød, som et børnehjem vilde være. Vi beder derfor om, at det, man ikke fik anvendt som udsmykning ved hans bålfærd, fordi denne skulde finde sted i stilhed, at man vil lade det tilflyde hans børnehjemsfond, således at hans død må blive som hans liv, et liv for andre, en død for andre.

Jeg skal da blot slutte med disse ord til afdødes hustru, der så trofast har stået ved hans side i hans store gerning:

Tak for, hvad De betød for ham. Lad det sjældent skønne minde, han efterlader, være Dem en dyb trøst.

Ære være da vor kære dr. Mich. Larsens minde. *Oluf Egerod.*

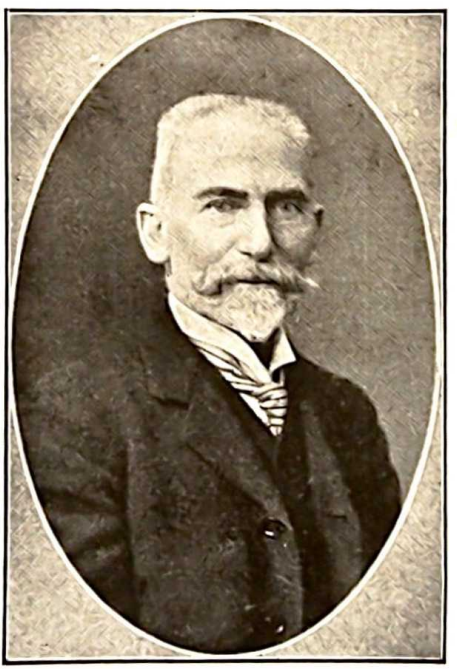
* * *

Dr. Michael Larsen, der var fra Randers, blev omtrent 77 år gl. Et par dage før døden indtrådte, blev han ramt af et apoplektisk tilfælde.

Efter at have taget embedseksamen og gennemgået den sædvanlige uddannelse, valgte han øjensygdomme som speciale; han var desuden, siden 1878, kommunelæge i København.

Men det var jo særligt naturhelbredelsen, han kæmpede for og som vakte røre om hans navn.

Når man i vore dage ser, hvilken medbør de vegetariske tanker har, forstår man næppe, hvad det vilde sige for godt en menneskealder siden at kaste sig ud i kampen for disse nye ideer; han fremsatte sine meninger på en letfattelig måde i et klart og smukt sprog. Det siger sig selv, at han er bleven angrebet, ikke mindst efter at „Naturhelbredelsen" i 1901 var udkommen; det var heller ikke lutter saglighed, der blev fremført imod ham; adskilligt havde en personlig brod; men han svarede altid ridderligt; han var i hele sin polemik stilfærdig og alligevel stand-



DR. MICH. LARSEN.

haftig. Han leflede ikke for nogen eller noget; han var ganske usnobbet; og det førte til, at man heftede smædeordet „fanatiker" på ham; men det var aldeles urimeligt; thi han var kemisk fri for fanatisme, og særdeles overbærende med sine ofte altfor hårdhændede modstandere.

En mængde foreninger har i årenes løb nydt godt af dr. Larsens fortrinlige foredrag, han var en udmærket og fin taler; Vegetarisk forening, som han stiftede for 25 år siden og ledede gennem mange år, nød i særlig grad godt af denne side af hans virksomhed; der var over ham noget ejendommeligt roligt og tillidsvækkende, som gav hans ord en betydelig vægt.

Det var også hans rolige væremåde, der virkede så tiltalende på hans patienter, som tydeligt nok mærkede, at denne læge også var deres gode ven.

Enhver virksomhed, som søgte at fremme sundere levevilkår, havde hans varme interesse, og man kaldte ikke forgæves, når der skulde føres en kamp mod alt det, der virker i modsat retning.

Dr. Larsen grundlagde og redigerede sammen med afd. cand. Bøkelund vort blad „Solblink", og mange dygtigt skrevne artikler er i årenes løb fremkommen her fra hans hånd.

Det er med sorg vi tænker på, at han nu ikke mere er iblandt os; men det er godt at vide, at hans hele færd står for os som et lysende exempel til efterfølgelse. *F-J.*

Mindemøde for dr. Michael Larsen.

Det blev en ganske stilfærdig ligfærd, dr. Larsen fik; ingen fulgte ham til det sidste hvilested; således havde han ønsket det.

At hans mange venner alligevel nærede ønske om at mødes for i fællesskab at give udtryk for den taknemmelighedsgæld, de stod i til den afdøde, var jo rimeligt, og et møde blev således afholdt i „Ebenezer"s kirkesal torsdag aften d. 23. marts på forlagsboghandler *Henriksens* initiativ.

Overlæge *Carl Ottosen* ledede mødet og talte som dr. Larsens ven gennem mange år. Formanden for „Afholdssamfundet" i København hr. grosserer *O. E. Mørtensen* og formanden for „Danmarks Afholdsforening" hr. overretssagfører *Heilesen* talte fra afholdsfolkenes side, medens vor formand, hr. kommunelærer *Egerod* holdt den andetsteds aftrykte tale.

Afholdsfolkenes fælleskor sang et par smukke sange, hvorefter nogle andre talere: Dr. Krabbe, redaktør Figgé, fuldmægtig Fink-Jensen, frk. Anna Ullerup og postbud Solkær havde ordet.

Mødet fik sin stemningsfulde afslutning med „Kirkeklokke, ej til hovedstæder", sunget af fru Ingeborg Henriksen.

Michael Larsen.

In memoriam.

Det tynder ud i stærke kæmpers række.
Saa mange, som i gryet stod ved roret,
Og som trods storm og modvind kæmped' kække,
Mod dødens tysthed gled de ud af koret.

Det tynder ud — og hvem har arvet gløden?
Vil nogen heltens arvetager være?
De gamle slægter bæres nu til døden;
Hvem tager byrden op — hvem vil den bære?

Det tynder ud — nu er du også faldet
Midt i din kamp for idealer skønne;
En kamp, i hvilken du blev grå og ældet.

Det tynder ud — de tørres livets brønde.
Dit hoved har og du i døden hældet,
Og hvor mon der findes nye spirer grønne.

(I „Agitatoren".) *Meo.*

Tak.

Enhver der har hædret min afdøde Mand, Michael Larsen, saavel i Tale, i Sang eller i Skrift bringes herved en hjertelig Tak.

Edla Larsen.

Spredt og samlet.

Gaver. *Mindesmærket for fru Johanne Ottosen*: A. P. Olsen, Ølstykke, 10,00, H. Lund, Grindsted, 3,00, Fink-Jensen 5,00. *Hermed slutter indsamlingen.*

Børnehjemsfonden: Møbelh. Fr. Jensen 10,00, A. Betz 10,00, Vejen Andersen 5,00, læge Krabbe 5,00, V. Blædel 5,00, Odense Afd. 25,00. Diverse ved mindemødet 16,50, E. og L. H. 10,00, Louise Bjørner 5,00, fru Ramlau, 50,00.

Foreningen: Langevad 2,00, Talvi 3,00, Jac. Schmidt 4,00, Vald. Hermansen 2,00, A. Schneekloth 10,00, Hans Esbensen 2,00, Nordborg 2,00.

Solblink: Valberg 3,50.

Uddannelsesfonden: Dueholm 10,00.

Et sygt medlem (NB. nu på Skodsborg sanatorium): G. P. 15,00, E. L. 10,00, Søren Knudsen, 2.00.

Vi takker hjerteligst og beder fremdeles om gaver til vore forskellige formål; de sendes lettest på indbetalingskort til: Vegetarisk oplysningskontor, Rødkildevej 40, Brønshøj. Postkonto 282.

Vor ny Adresse. *NB.* Den vej, vort kontor er flyttet hen på, har nu fået nyt navn, så foreningens, „Solblink"s og lærer Egerods adr. er nu: *Rødkildevej 40* (Bakkehusene 152), Brønshøj, Kbh. Tlf. Godthåb 3492 x, Postkonto nr. 282.

Store og små bogstaver. På given anledning gør vi opmærksom på, at når ikke andet forlanges af indsenderne trykkes „Solblink"s artikler med små bogstaver. Smånotitser vil altid blive trykt således. Derimod bibeholdes annoncørernes egen retskrivning.

Medlemskontingentet. Der er endnu 50 spredtboende medlemmer, der har returneret opkrævningen på kontingent uden så meget som at meddele os et ord om grunden, endsige betale det skyldige beløb. Mon disse mennesker virkelig ikke tænker på, at de ikke har udmeldt sig i tide (inden $^{15}/_{12}$ 21) og altså er medlemmer, at de hver har forårsaget en udgift for os til dato på ca. 2 kr. foruden et stort spildt arbejde, og hvor nedslående det er for os, hvis tid såmænd er stærkt nok optaget i forvejen, at se den bortødslet af tankeløse medmenneskers meningsløse, ja nærmest fornærmende optræden. Vi kan jo prøve eengang til at meddele, at kontingentet er 5,00 årlig for enkelte, 7,00 for ægtepar + 35 øre til vore udgifter ved opkrævningen, og at beløbet sendes til Postkonto nr. 282, Vegetarisk oplysningskontor, Brønshøj. — Eller skal vi virkelig til at skrive direkte til alle disse rare mennesker?

„Naturhelbredelsen", af dr. *Mich. Larsen*. Som svar på mange forespørgsler meddeles, at denne bog forlængst er udsolgt, men at den kan lånes i alle Københavns folkebiblioteker, der i sin tid på vor foranledning købte 15 expl. til udlånsstationerne. — Den mindre bog „Om Sygdom og Helbredelse ved Naturens Hjælp" har vi derimod endnu nogle expl. af à 1,00. Endvidere anbefales følgende småskrifter à 10 øre af dr. Mich. Larsen: Vegetarismen og Næringsinstinkterne; Næringsværdien af Frugt; Badebehandling i Hjemmet; Den bedste Kost under Svangerskab og Diegivning samt for Småbørn; Børnesygdomme. — Fås gennem Veg. oplysningskontor, Rødkildevej 40, Brønshøj. Indsend beløbet + porto med meddelelse pr. udbetalingskort til Postkonto nr. 282.

Af vor Post. „I anledning af en lille familiefest, som ikke kom offentligheden for øre, sparede min kone og jeg nogle penge, og jeg meddeler dem herved en del af disse til børnehjemsfonden under mrk. A og E". Vedlagt var kr. 100,00. Vi kvitterede i forrige nr. af „Solblink" og takker for den smukke måde at fejre en familiefest på.

Vink til behandling af influenzaen. Faste. Hold tarmen ren ved klyster. Drik vand med citronsaft. Vandindpakninger, (se herom *Mich. Larsen*: Badebehandling i hjemmet, 10 øre og *O. Olvik*: Vore daglige bad og deres virkninger, 40 øre + porto fås fra Oplysningskontoret). Ved for høj feber afvaskning med vand, der er ca. 10° under legemets temperatur.

Hvorledes skal man overvinde usund sultfølelse? Belønnet bliver den, der overvinder sin usunde sultfølelse, men der er næppe noget, der er vanskeligere med vor i det store og hele usunde natur. Fra umindelige tider har mennesket været en slave af sin appetit, sit smagsbegær. Der er sagt: „For at behage de første få tommer af fordøjelses-

kanalen pålægges mennesket resten af de femogtyve fod tunge byrder."

Børn og voksne mener, at det eneste, de har at rette sig efter med hensyn til deres føde, er, om det smager dem, men smagen er fra begyndelsen galt opdraget. Smagen er en vane; fransk-manden holder af at have sin mad krydret med Asafoetida = Dyvelsdrek. Tyskeren elsker sin Limburger. Indianeren slikker sig om munden efter sit Magueysmør, lavet af de fede larver, der lever på Maguey-planten.

Men hvorledes skal vi overvinde en usund appetit og lære at finde behag i tarvelige, sunde retter? En har måske vænnet sig til kunstige stimulanser, vin, øl eller likører, der indeholder mer eller mindre alkohol, og legemet forlanger disse unaturlige produkter. Til dem hedder det: ønsker man virkelig at leve et rent sundt liv, da må man opgive alt sådant og kun indføre rene, sunde fødemidler i sit legeme.

Først og fremmest må man ærlig ønske at blive fri for sin usunde appetit. Man må studere sit eget legeme og se, hvad der er godt for det. Man må tage hyppige bade, for at porerne kan udskille affaldsstofferne. Man må bevæge sig meget i fri luft, så man kan gå til bords med den bedste stimulans — en god sund appetit. Der er mere fare for, at man spiser for meget end det modsatte. Legemet forlanger ikke noget stort kvantum føde, og indfører man for meget i sit legeme, ødelægger man dets fine maskineri og føler sig mat og tung. Galdesygdomme opstår, og hudfarven bliver grumset. Undersøg forstandigt, hvad legemet kræver, og brug den moralske og fysiske viljekraft, skaberen har begavet mennesket med, og livet vil blive ganske anderledes glædeligt, vi vil leve et naturligt liv i stedet for et kunstigt. „Hvad du spiser eller drikker, og hvad du gør, gør det til Guds ære".

Efter »Good Health« ved *Th. D.*

Tobak. Den kanadiske regering nedsatte i sin tid et udvalg af særlig kvalificerede personer for at klare spørgsmålet om tobaksrygnings følger, og der faldt på møderne meget alvorlige ord om, at tobaksrygning ødelægger viljen og forårsager umoralske og og forbryderiske tilbøjeligheder hos ungdommen.

Efter „Life and Health".

Frk. Gerda Gulda har fornylig været i Innsbruck og som sædvanlig gjort stormende lykke; nu vil Københavnerne få fornøjelsen. Frøkenen er nemlig bleven engageret til „Scala" og skal der danse sammen med den russiske balletdanser Marini.

Fra arbejdsmarken.

Københavns afdelingen. *Dr. frk. Regine Grønberg-Petersen* talte den 27. marts imod *„Vaccination for kopper"*. Efter foredraget udspandt der sig en meget livlig diskussion. Begge sider af denne for mange forældre vigtige sag blev belyst, idet nemlig dr. M. Hindhede tog bestemt afstand fra det, som dr. Grønberg-Petersen havde påstået. Det var dog øjensynligt, at flertallet af tilhørerne var enige med foredragsholderen.

Dr. *M. Hindhedes* foredrag om *Paradis på jorden* d. 5. april havde atter samlet stuvende fuldt hus. *Ebenezerkirken*, der rummede ca. 5—600 mennesker, var fyldt til trængsel. Dr. Hindhede talte i henved 2 timer, og tilhørerne fulgte med i stor spænding fra først til sidst. Fru Ingeborg Rafn Henriksen sang: *„Rank kun ryggen, min svage ven"* af Carl Ottosen. En del spørgsmål blev derefter besvarede, uden at der just opstod nogen diskussion, hvortil tiden ikke vilde strække til. Mødet var vellykket.

Århus afdelingen. Den årlige ordinære generalforsamling afholdtes i foredragssalen, Nørre Allé 30, den 27. februar 1922. Af formandens beretning noteres, at der i årets løb har været afholdt talrige bestyrelsesmøder og ni store offentlige agitationsmøder (udstillinger, kogekursus, henkogningskursus, koncert og foredrag). Til at danne bestyrelse for 1922 valgtes: Formand: fru Frida Hansen, kasserer: hr. Jensen Malle, sekretær: frk. Agda Hansen. Endvidere fru redaktør Østergaard og hr. kapelmester Hans Schreiber. Bestyrelsessuppleanter: hr. trælhandler Th. Thomsen og hr. L. P. Hansen. Revisorer: hr. frugthandler Erik Olsen og hr. købmand Anthon Christensen. I forbindelse med husmoderforeningens vellykkede fire dages udstilling 4.—7. april i K. F. U. M. i Århus afholdt fru Frida Hansen, Lysbadeanstalten, onsdag og torsdag foredrag og demonstrerede tilberedningen af en del vegetariske retter. Tilslutnin-

gen og interessen var udmærket. En del litteratur solgtes.

Odense afdelingen afholdt møde tirsdag d. 21. marts. Direktør Hansen bød velkommen, hvorefter formanden, fru Rasmussen, omtalte Mich. Larsens død og det vedtoges at sende 25 kr. til børnehjælpsfonden, da dr. Larsen havde ønsket det således, i stedet for krans.

Hr. P. Bucholtz talte derefter meget morsomt om vegetarer i udlandet, navnlig i Schweiz, hvor hr. B. har opholdt sig paa et kursted. Hele hr. B.'s udstyr til bjergvandringer udstillede han lige fra rygsæk til det mindste kogekar. Det blev en meget behagelig aften, og medlemmerne saa med stor interesse en masse billeder, som anskueliggjorde omtalte emne. —

Hr. P. Bucholtz fik ikke tid til at fremvise et åndedrætssystem, som han havde lovet; men der kan maaske senere blive lejlighed til at tage denne sag op.

Vejle afdelingen holdt årlig generalforsamling d. 27. februar. Til bestyrelse valgtes massør Frederiksen, formand, samt fru Bording og glarmester Mornung. Hr. købmand Bentzen fremdrog forslaget fra sidste år om afholdelse af et kogekursus. Kommunens skolekøkken er bleven stillet til rådighed. Fra gartnerforeningen er der kommen indbydelse til at deltage i deres udstilling til sommer.

I **Roskilde** fandt der den 12. marts på initiativ og bekostning af vort derboende medlem, hr. *Jens Nielsen*, en vegetarisk udstilling sted. Fru *Frida Hansen*, Aarhus, havde arrangeret den allernydeligste madudstilling i højskolehjemmets sal, ligesom der var udstilling fra vegetariske forretninger af forskellige præparater, henkogningsglas, æblete og bouillon. Pressen havde stillet sig meget velvillig, og en hel del — dog ikke overvældende mange — Roskildeboere beså og smagte med glæde på de fine ting. Om aftenen talte fru *Hansen* og lærer *Egerod* om vegetarismen. Hr. *Nielsen* vil nu se at få dannet en afdeling i Roskilde.

Møder og lign.

Københavns afdelingen. Mandag den 24. april kl. 8: Sportsmanden og vegetaren *S. M. Brechwoldt* taler i K. F. U. K. —Indgang fra Lille Kannikestræde 5 — om „*Vegetarismen som slægtens løftestang.*"

Vejle afdelingen påtænker i maj måned at afholde et koge- og henkogningskursus under ledelse af Hr. *Wasli* fra Skodsborg sanatorium.

ANNONCER

Roligt Landophold

i smukke Omgivelser nær Kbhvn. Vegetarisk Kost kan faas. Fru *Stamer*, Skovvej 7, Gentofte. Tlf Ordrup 610.

En Dame, 68 Aar, ønsker til Oktbr. at blive optaget i et lille Vegetarhjem uden for Kbhvn., for om muligt ved Sygdom at blive ydet lidt Hjælp.

Susanne Hesselager, Jernbanealléé 5,[1], Lyngby.

En ung Pige

kan faa en god Plads i en Villa nær Aarhus. Megen Frihed, eget Værelse og familiær Stilling. Billet mrk. „B. Ø." med Lønfordring modtager „Solblink".

Ung kontormand

søger 1. maj god vegetarisk pension, helst med værelse.

Billigste pris udbedes.

R. Madsen, Schønbergsgade 6,[1].

En flink og dygtig Pige,

kendt med jævne Landforhold søges til Hejninge Børnehjem, pr. Slagelse.

Dr. Mich. Larsens vegetariske børnehjemsfond.

Der var sikkert mange, der havde ønsket at sende en krans ved dr. *Michael Larsens* død; det blev der jo ikke lejlighed til, men vi opfordrer alle, som værdsætter den betydningsfulde gærning, han øvede blandt os, til i stedet for at sende en gave eller tegne sig for faste årlige bidrag til „*Dr. Michael Larsens vegetariske børnehjemsfond*".

Bidrag bedes sendt til: **Vegetarisk oplysningskontor**, *Rødkildevej 40, Brønshøj;* **Postkonto 282.**

Husbestyrerinde,

(Vegetar) ca. 40 Aar, lidt forretningsvant, søges af en enligstillet Enkemand (midt i 50'erne), boende i en af Københavns Forstæder. Billet mrk. „V. L." til „Solblink".

Husbestyrerinde.

Som saadan søges Plads i et vegetarisk Hjem. Billet mrk. „T. K." til „Solblink".

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

Skodsborg Badesanatorium

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

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

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.

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.



„Sana“ Specialitet: **Sundhedsfødevarer.**
Medlemmer Rabat.
Ristede Ris faas atter.
Smallegade 17. Kbh. F.
Telefon Gth. 682 x.

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

Fin Gemmefrugt.
Smuk og holdbar „Cox orange“, „Nonnetit“, „Filippa“, „Bismark“, forskellige Reinetter o. s. v. leveres fra 30—35—40—45 Øre pr. Pund.
Madsens Frugtplantage, Haastrup St., Fyn.

Frydenstrand Sanatorium.
pr. Frederikshavn. Prospekt gratis.

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.
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. ——

Emil Kristensens bogtrykkeri, Nørregade 30. Kbhvn.