SOLBLINK

TIDSSKRIFT FOR VEGETARISK LIVSFØRELSE

Redigeres af kommunelærer, cand. phil. Oluf Egerod (ansvh.), tlf. Gothåb 2573 Postkonto 202,
og fuldm. St. Fink-Jensen, Usserød, Kokkedal.

Udgives af Dansk vegetarisk forening, Rødkildevej 40, Brønshøj.

17. årgang | 15. Juli 1923 | Nr. 7

Indhold: Vegetarisk føde giver godt blod. — To festdage på Råstrup kursted. — Vi er begyndt at spise grønsager. — Haven. — Spredt og samlet. — Møder o. l. — Årsmødet 1923. — Medlemslisten og paragraf 8. — Medlemslisten. — Fra arbejdsmarken. — Annoncer.

Vegetarisk føde giver godt blod.

Godt blod giver godt helbred.

I blodet optages omtrent alle de stoffer, hvoraf vort legeme skal opbygges og vedligeholdes. Er blodet dårligt, bliver helbredet også dårligt.

Det er især de røde blodlegemer, som betinger, at blodet kan optage nogle af de værdifuldeste stoffer, som vort legeme trænger til. Er disse blodlegemer dårlige, så bliver legemet utilstrækkeligt ernæret, og da kan der opstå de mest forskelligartede sygdomme, fordi organismen ikke får modstandskraft nok til at forsvare sig mod nedbrydende kræfter, som stadig gør sig gældende der, hvor der er svaghed.

Ofte kommer her folk til Furuly, med dårligt blod. De er derfor også i en mere eller mindre god forfatning med hensyn til helbredet. Blodfattige, slappe, nervøse, plaget af smerter hist og her, søvnløse og humørsyge, fordi de aldrig befinder sig vel. Hjertet og nerverne er urolige. De har ofte brugt masser af styrkemidler. De begyndte gerne med et eller andet jernpræparat, jernvin, chinavin, stryknin og tilslut arsenik. Disse midler livede lidt op i begyndelsen og indgød som regel patienten lidt livshåb og tro på fornyet helbred, men så begyndte man at slappes igen.

Jeg har undersøgt blodet hos mange sådanne patienter. Man kan da finde et hæmoglobinindhold af 40—50 pct., mens det normalt skal være 80—100. De røde blodlegemer er takkede i kanten som et rundsavsblad og mer eller mindre opfyldt med sorte prikker. Efter 1 à 2 måneders vegetarisk levevis kan man så mærke en stor forandring; blodlegemerne er blevet runde og hele i kanten, og de sorte prikker er helt forsvundne; hæmoglobinindholdet er steget til 70 à 80 pct. Parallelt med denne blodets forbedring går også patienternes tiltagende velbefindende. Således kan det gå, hvis blodødelæggelsen ikke er alt for langt fremskreden. Naturligvis har de andre naturlige helbredelsesfaktorer, som bliver benyttet, sin store andel i et så godt resultat, men jeg tilskriver den vegetariske kost den største ære for det.

Når man betænker, hvor uhyre vigtigt det er at have godt blod, at alle mulige slags sygdomme kan opstå på basis af dårligt blod, og at der vanskeligt vil kunne blive nogen egentlig helbredelse, uden at blodet forbedres, så synes jeg, at det er en stor fejl, når ikke den vegetatiske kostform er indført på ethvert sanatorium eller sygehus, ligesom den vegetariske kost selvfølgelig burde være den daglige kost i ethvert hjem.

(*Naturlægen*).

To festdage på Råstrup Kursted.

En uforglemmelig dag blev den 23. juni for dem, der havde den glæde at overvære mindefesten til ære for frk. *Ullerup*. Tidlig om morgenen overraskedes denne kurstedets energiske leder med overrækkelsen af en flot sølvskål og tre dejlige sølvflagstænger tillige med en fint kaligraferet adresse og et væld af blomster og telegrammer. Om aftenen fejredes jubilæet med musik og sang (af frk. *Petersen* og hr. *Andreas Fransen*). Kager og frugt serveret for den anselige kreds af gæster udgjorde det velkomne materielle supplement til den enestående kunstneriske nydelse, der her beredtes. Ind imellem udfoldedes et fornøjeligt samvær med berigende samtaler. Talernes række aabnedes af proprietær *Rasmussen* med nogle hjertelige, smukke ord om frk. Ullerups opofrende og resultatrige virksomhed. Stærkt bevæget og dog med alt sit indtagende lune takkede frk. *Ullerup*, idet hun henviste til den kraft, hun fik ovenfra til at udføre sin opgave.

Redaktør *Figgé*, der tilfældigt havde fået lejlighed til at komme til stede, udtalte sin glæde over det smukke kursted, der havde så stor betydning for udbredelse af kendskab til vore tanker og sin glæde over her at have truffet et menneske, der med begejstring gik op i sin gerning. Derpå talte Svendborgafdelingens formand hr. *Beyer*, hvorefter propr. *Rasmussen*, hans hustru og frk. *Ullerup* berettede lidt om kurstedets første, vanskelige tid. Alt, hvad der udtaltes bar præget af ægte, dybfølt taknemmelighed. Som i et spejlbillede så man gennem disse bevægede ord hele den uvurderlige sum af sundhedsfornyelse og velsignelse, frk. Ullerups virken har betydet. —

Om søndagen holdt hr. *Zadoc Nielsen* fra lysbadeanstalten et instruktivt foredrag. Sit udgangspunkt tog han i Davids salmer 139, 14: Jeg takker dig, gud, fordi vi på fædres vis er vidunderligt dannet. Se, han havde altså forståelsen af, at den organisme, han ejede, var det værd at lægge mærke til. Bilisten kender sin bil, landmanden sine metoder og redskaber, husmoderen sin symaskine, alle ved de, hvordan de skal anvendes — men den vidunderligste maskine her i verden — hvormeget kender vi til den? Behandler vi den rigtigt? Taleren dvælede ved hjertets indretning og funktion, det utroligt store arbejde, det udfører, omtalte Versalius (det 16. århundredes store anatom), Servets og Harveys opdagelser. Denne sidste opdagede i 1628 blodets kresløb, og hans anskuelse hyldes af nutidens læger. Den gjorde det af med den gamle mening, at blodet opstod af føden og førtes til hjertet. — Gik derefter ind på mavesækkens og miltens indretning samt bugspytkirtlens. Leveren kan betegnes som et kloakrensningsapparat, en art kemisk fabrik. Pegede på betydningen af at få rigeligt vand, for at urinstoffet stadig kunde udskylles af legemet. — Understregede vigtigheden af stadig at holde huden ren og berettede om, hvorledes englændere og russere under krigen ikke kunde være i lejr sammen, fordi russerne ikke kunde holde deres hud ren, medens englænderne rislede deres hud over hver eneste dag. — Man hører så tit sige, at den og den er blevet så og så gammel, 80, 90, 95, skønt vedkommende har røget fra morgen til aften og gjort en masse andet. Samtidig hører man så fortalt om mennesker, der har levet forsigtigt og spartansk og dog ikke er blevet ret gamle. Alt dette forklares af „Sundhedsarven". Erindrede om en anset læges udtalelse, „at der fandtes overhovedet ikke noget sundt menneske i verden". Dette vilde han dog ikke helt gå med til, men man kunde ikke tage eet bestemt menneske og sige: Der har du et eksempel på sundhed! Der vilde altid være en eller anden, omend måske ubetydelig ufuldkommenhed ved dette eller hint menneske. Også en ren samvittighed krævedes foruden den legemlige sundhed. Taleren sluttede med Davids salme, 9. kap., 9.—11. vers: Giv den vise, og han skal blive end visere. Undervis den retfærdige, og han skal gå frem i lærdom.

Efter et par replikker af frk. Ullerup (videnskaben kommer altid for sent, fordi den skal bygge på kendsgerninger, og dem skal *vi* levere!) og Beyer (milten må være endnu vigtigere, end vi tror!) sluttede Zadoc Nielsen mødet med en tak til alle de på kurstedet ansatte, de små hjul, som vi må tænke på, lige såvel som på „det store hjul",

en tak for det smil, vi altid har mødt her på dette sted.

De mange tilstedeværende lod derpå frk. Ullerups velsmagende mad vederfares retfærdighed, og efter en times musik og sang sluttede det fornøjelige og udbytterige møde. Gid det måtte indeholde varsel for en lykkelig fremtid!

Aa. P.-H.

Vi er begyndt at spise grønsager.

— Vi er begyndt at spise grønsager, det skal jo være så sundt, den ene dag i ugen spiser vi ikke kød, men porrer, blomkål og bønner med rørt smør og en god kraftig risgrød af karolineris, for ellers kan man jo ikke blive mæt. — Således omtrent lyder den sætning, man hører fra masser af husmødre, som er stolte over at være „med på" ernæringsfremskridtet. Spiser de ikke grønkål eller urtesuppe? spørger man. Nej, grønkål kan børnene ikke fordrage, og min mand vil rigtignok ikke nøjes med en suppe uden kød. Og nu er der jo radiser, dem spiser vi en masse af, og agurkesalat, det holder jo alle af; men agurkesalat er noget ufordøjeligt stads, man tåler ikke ret meget deraf. Men blot nu ikke asparges og jordbær bliver for dyre, så skal vi rigtig være „vegetarer" et par dage om ugen, for jeg føler, man har godt af at spare lidt på kødet, som man får gigt af. Men grønsager er jo også forfærdelig dyre. Min mand holder ellers så meget af rødkål, men ingen af os tåler den, og heller ikke hvidkål, og vi koger den dog så længe, for at den skal blive let at fordøje; vi har prøvet at koge et rødkålshoved i 2 timer og har tilsat natron og eddike, og lige meget hjalp det, vi tålte det ikke, så nu spiser vi flæskestegen uden rødkål for fremtiden! —

Så vidt den omsorgsfulde, fremskridtvenlige del af husmødrene i 1923 — men hertil er at svare: — Deres gode vilje lyser igennem deres ord, men lad det ikke blive derved, gå ikke af vejen for flere experimenter, men hør først, at risgrød af karolineris er værdiløs, de *upolerede* ris skal man spise; karolineris har gennemgået en proces for at blive smukke af udseende, dertil er anvendt svovl og lign., medens de billige ris, de upolerede, har bevaret vitaminerne og næringsstofferne.

Men skulde De få lyst til hvidkål eller rødkål, da forsøg igen. Kål indeholder næringssalte og andre stoffer, som er nødvendig for organismen, deriblandt æggehvidestof. Men koger man et æg blødt, fordøjes det på 1 time, et hårdkogt bruger 4—5 timer dertil, og jo længere man koger det, des ufordøjeligere bliver det; til sidst bliver det sejgt som sålelæder. Akkurat således går det med kålen — den må ikke koge for længe, så bliver æghvidestofferne ufordøjelige.

„De er altså begyndt at spise grønsager, men hvorledes?" Lad os håbe, det ikke bliver ved begyndelsen, men at grønt- og frugtretter indgår som uundværlig bestanddel af den daglige ernæring. Grønsager en eller to dage ugentlig er jo altid lidt, men ikke nok, når man vil have fuld sundhed og energi, og selv om man får de mest udmærkede kød- og fiskeretter, kommer man i længden til at savne stoffer, som modvirker mange sygdomme og giver forhøjet livsvirksomhed. Men det er jo ikke ganske ligegyldigt, hvilke grønsager man nyder, man skal tage hensyn til, hvad man byder fordøjelsen. Her skal ikke tales til de syge og svage, som af lægen får en passende diæt foreskrevet for deres specielle tilfælde, men til de husmødre, der vil bevare sundheden for sig og sine, de, der vil forhøje den gode ernæringstilstand i stedet for at være med til at nedbryde. Se, munden er jo ikke begyndelsen af en stor sæk, som man kan stoppe med alt muligt, uden at det til sidst hævner sig.

Således betragter desværre mange mennesker den og spiser alt, hvad der smager dem, og langt mere, end de har brug for. „Jeg vil spise og drikke, hvad jeg har lyst til, og så hellere leve et *par år* mindre", det er en sætning, man næsten daglig hører. At det er en meget ufornuftig udtalelse, siger sig selv, thi hvem garanterer for, at straffen kun bliver en forkortelse på et par år, måske alligevel et par dyrebare år for familien; men er der ikke snarere sandsynlighed for, at en del andre år, som kunde blive gode og frugtbringende, vil gå delvis til spilde på grund af dårligt helbred. „Den store sæk" er tålmodig, den er af godt materiale fra naturens hånd, men den kan ødelægges ved uforstand, og den bliver det desværre uhyre ofte, og så er den vanskelig at reparere.

Det er den forstandige husmoders

pligt og ære at sørge for, at kosten i hjemmet bliver hensigtsmæssig og sund, og det går mere og mere op for husmødrene, hvilket ansvar de har for familiens rette ernæring, derfor forsøger de at indføre ny værdier i kosten.

Med hensyn til radiser og agurkesalat må bemærkes, at radiser er meget ufordøjelige og tåles derfor ikke af alle. Man kan koge radiser, så bliver de bedre at fordøje, men mister noget af den pikante smag. Vil man absolut spise radiser og ikke har en absolut stærk mave, hjælper det at hakke dem meget fint. Agurker er derimod særdeles let fordøjelige, det er tillavningen med eddike og peber, der forvolder skaden. Bruger man agurkesalat med citronsaft, lidt salt og sukker, i stedet for eddike og peber, tåles den godt.

(„Villabyernes Blad").

Haven.

Jeg husker ikke, hvad han hed, den romerske statsmand, senator og feltherre, som plantede kål i sin have; men jeg kender ham nøje og ved, at han var lykkelig. Han gik og gravede og skuffede, lugede ukrudt op, vandede, beskar roser og podede frugttræer — dersom man kendte det den gang — og lagde løg hen til vinteren; han var i den første tid øm og stiv i ryggen og lemmerne, men han mærkede snart, hvor hans hænder kunde gribe og hans fødder stå fast under arbejdet; han fyldte sine lunger med frisk, ren luft, åndede dybt ud og mærkede ikke sit hjertes slag; han følte hvilen i sit legeme om aftenen, når det lå tæt og i fast balance på lejet og søvnen dalede ned over ham; og næste morgen havde han kun én tanke, planen for, hvad der nu skulde gøres; alle de ærgrelser og bekymringer og nag, som havde pint ham og drevet ham ud i haven, de gik ikke ud af hans bevidsthed, men han fik dem på afstand, og de blev til forståelse og erkendelse. Hvordan det gik ham i længden, ved jeg ikke. Blev han ved at plante kål, eller vendte han tilbage, når hans legeme havde oparbejdet nye kræfter, og hans sind var luftet ud og kunde tage nye opgaver på sig med deres bekymringer og gevinst og tab? Han gjorde vel det sidste; for man kan ikke blive alt det, han var, statsmand, senator og feltherre, eller noget andet af betydning, dersom man sådan kan opgive det.

Der er også en anden mand, jeg kender; han har også alt det besvær, alle de bekymringer og ærgrelser, vel også af og til de selvbebrejdelser, som kan følge med at have noget alvorligt for. Han kunde også plante kål. Men hvad skulde så havemanden bestille — siger han; er der nogen fornøjelse ved at få hård hud i hænderne; er man ikke træt nok af årets arbejde inde i byen, og er ikke automobilet købt til at få fritiden til at gå, og kurvestolene på verandaen den bedste hvile? Forskellen er kun den, at musklerne, som er så mange procent af hele legemet, og som besørger så meget af omsætningen i samme legeme, når de får lov til det ved at bruges, nu ikke øves og ikke oparbejdes, men derfor heller ikke omsætter mere end en brøkdel af, hvad de skulde; at hjernecellerne, som har været brugt hele dagen inde på kontoret, nu får tid og lov til at dirre videre, måske kun for halv kraft, men ikke får lov til helt at sættes ud af funktion og hvile; der kommer ingen dybe åndedrag ind og ingen tømning ud; der kommer ingen fuld legemlig hvile i lykkelig søvn til fuld fornyelse den næste dag.

Haven — lykkelig den mand som har en have, som besidder den selv igennem sit arbejde med den. De kan tro — siger konduktøren på sporvognen — at når man har gået her i vognen i 8 timer og ikke har gjort andet end at rive små billetter af, så er det noget, man kan mærke gør gavn, det at komme ud i kolonihaven og vende jorden! Jeg får ikke bøjet min ryg alle timerne igennem her, og det må da være meningen at bøje den og rette den, når man har så mange led i den, som der siges. Jeg tænker så tit på det, når jeg ser de fine grossererhaver på Strandvejen, hvor der ikke er plads for ejeren selv til et spadestik, for lutter bede og græsplæner, som de lejer andre til at passe; de folk ved ikke, hvad der er godt, og hvad de giver slip på. Jeg kan endda forstå, at murere og den slags, som i deres arbejde har slid med deres krop, ikke gider mere, når de har fri, men alle de, som ikke arbejder med kroppen, de skulde jo netop trænge til at slide og svede.

Han er fornuftig, sporvognskonduktøren, han ved meget mere om sundhed, end han med kurvemøblerne på ve-

randaen og med automobilen; han ved, hvad det er værd at sætte sit stofskifte op, igennem timers legemligt arbejde, at drive blodet igennem musklerne, bøje leddene, strække senerne, ånde dybt ind og ud, komme i sved, blive træt, hvile let, sove dybt, vågne lykkelig.

Dr. C.
(Dansk Sundhedstidende).

Spredt og samlet.

Fru Johanne Ottosens mindesmærke afsløres søndag d. 22. juli kl. 2 eftm. på Søllerød kirkegård. Landsforeningens formand, hr. *Egerod*, er af udvalget blandt andre bleven opfordret til at tale ved denne lejlighed; samtidig har vi med en tak til alle bidragyderne modtaget følgende opgørelse over de indkomne bidrag:

Fra afholdsforen. og afholdsfolk 304 kr.
Fra Dansk vegetarisk forening 117 -
Fra venner af sundhed og afhold 60 -
Ialt 481 kr.

Sundhedsugen begynder som tidligere meddelt d. 5. aug. Betalingen er 35 kr. indtil onsdag formiddag d. 8. august, da udflugten til Göteborg tager sin begyndelse. Denne udflugt er ikke iberegnet i den nævnte betaling; værelse og kost under Göteborgopholdet kan fås anvist ved henvendelse til hr. seminarielærer *A. Bergsten*, Nordenskjöldsgatan 19.

Den 17. internationale antialkoholkongres afholdes som meddelt i København d. 20.—24. aug. *Vi gentager kraftigt og indtrængende vor opfordring om at modtage deltagere som gæster.* Henvendelse til oplysningskontoret.

Mr. Henry B. Amos, en af de hyggelige englændere, som gæstede os på gennemrejse til Stockholm, har sendt os et brev med hjertelig tak for al udvist gæstevenlighed i Danmark og med en venlig hilsen til alle, som var sammen med ham og husker ham.

„Solblink„s navneforandring. Vi har af nye forslag fået: Dansk vegetarisk oplysningsblad — Vegetaren — Vegetarbladet. Hr. *Andr. Møller* protesterer mod navneforandring, da han ikke anser en sådan for tilstrækkelig begrundet; „Navnet „Solblink" er godt, fordi det er ejendommeligt, derimod kunde passende Undertitlen ændres til: „Tidsskrift for Vegetarisme". — Spørgsmålet vil nu få sin afgørelse på årsmødet d. 29. ds.

Delikatessesmør. Da jeg ved et af demonstrationsmøderne kom frem med en af mine gamle travere, blev jeg bremset med den bemærkning, hvorfor jeg kom med sparesmør på en tid, da ingen sparede. Derved kom jeg til at tænke på, at det er et fejlt navn, smørerstatningen har fået, hvilket dog ikke skyldes min opfindsomhed.

Sagen kan også ses fra en anden side, og det var min tanke. Nu er vi jo mere fritstillet over for fedtstofferne som næringsmiddel, idet vi ved, at vi slet ikke behøver dem, når vi blot får brød og kartofler (kulhydrater) nok. Så behøver vi kun at tage hensyn til behageligheden eller velsmagen. Til middagsmaden bruger vi dog sjælden de ublandede fedtstoffer som dyppelse, men vi laver sovs i mange former under fine og fremmede navne. På samme måde kan man lave smørerstatning i så mange former, at hver familie kan få sin og indbyrdes kappes om, hvem der kan finde på den lækreste. Det vil være let at få den til at smage bedre end smør, selv om den bliver meget billigere, og meget pålæg vil kunne spares. Det kan dog ikke være helt galt.

Da det efterhånden går op for vegetarerne, at æg, mælk og ost slet ikke er de heldigste fødemidler, er der jo heller ingen grund til for os at sætte smørret i transparent eller hæve det til skyerne.

N. A Vodder.

Gaver: Med tak modtaget: *Til foreningen:* A. Rasmussen, Odense, 10 kr., Marius Andersen, Kbhvn., 10 kr., Høse 1 kr., Lyd. Jensen 1 kr., fru Gjerulff 2 kr., Gyldenkærne 2 kr., A. Jensen, Valby, 2 kr., Tony Møller 1 kr., A. Schneeklooth 3 kr., Orla Nielsen 5 kr. Blauenfeldt, 3 kr.

Uddannelsesfondet: Marius Andersen 25 kr., Olga Gregersen 5 kr., Wiene, 25 kr., Herløw, 5 kr.

Børnehjemsfondet: fru B. M. Pedersen 2 kr., Bagger, Valby, 2 kr., Milton Jensen 5 kr., professorinde Anna Poulsen 10 kr., Kbhvns. afdl. (Framerys møde) 50 kr.

Gaver modtages fremdeles gerne.

Møder og lign.

Københavns afdelingen. *Mandag den 23. juli kl. 7*: Hr. bogtrykker *Wilh. Date* taler ved talerstenen i Fælledparken.

Årsmødet 1923 afholdes på Råstrup kursted Christiansminde pr. Svendborg Søndag den 29. juli (NB. Ikke som tidligere meddelt den 12. aug.)

Søndag den 29. Juli Kl. 8: Morgenmad.
Kl. 9: Forhandlingerne begynder; dagsorden:
1) Valg af dirigent. 2) Beretning. 3) Regnskab. 4) Beretning og regnskab for dr. Mich. Larsens børnehjemsfond. 5) Forslag til ændring af lovenes § 8. 6) Forslag til ændring af „Solblink"s navn og udstyr. 7) Tid og sted for næste årsmøde. 8) Eventuelt.
Kl. 1½: Middagsmad.
Kl. 3: Foredrag af kurstedets læge, hr. dr. *Liebmann*.
Kl. 4½: Eventuelt Friluftsmøde.
Kl. 6: Aftensmad.
Kl. 7½: Om tiden tillader det: Diskussion: „Vegetarismens praktiske virkeliggørelse". Indleder hr. *L. Christensen* (fh. best. af Frydenstr. san.). Dette foredrag afholdes event. om eftermiddagen efter dr. Liebmanns.
Dernæst: Eventuelt. Årsmødets afslutning. Selskabeligt samvær.

Mandag den 30. juli Kl. 9½: Eventuelt sejltur på sundet med landgang på Tåsinge.
Kl. 3: Middag på kurstedet.
Tog til København: afg. 4^{50}, ank. 10^{35}.
Priser: Morgenmad 1 kr., middag 1½ kr., aften 1½ kr.

Repræsentantvalg. — Hvem har stemmeret? Ethvert medlem stemmer på årsmødet foruden med sin egen stemme med så mange andre stemmer, som han har fuldmagt for (lovenes § 8, se „Solblink" 1921, nr. 9). Fuldmagter indsendes inden 25. juli til formanden, kommunelærer *Oluf Egerod*, adr. Rødkildevej 40, København. Brønshøj.

Repræsentationskortet kan være et brevkort, mærket: „Repræsentation, årsmødet 1923". Det må helst indeholde mindst 4 navne. Møder nr. 1 ikke, repræsenteres man af nr. 2 o. s. v. — Har man indsendt repræsentationskort og alligevel selv møder, beholder man selvfølgelig sin stemme. — Alle bør derfor indsende repræsentationskort for det tilfældes skyld, at man ikke møder.

Se i medlemslisten, hvem der er sat * ved. Disse medl. møder sandsynligvis. Endvidere går man ud fra, at alle fynske medl. agter at deltage.

Ang. forslag til lovændringer henvises til „Solblink" for juni måned.

Indkvarteringen til årsmødet. Medlemmer i Svendborg, der ønsker at huse tilrejsende (eventuelt i 2 nætter), bedes venligst sende meddelelse derom til formanden for Sydfyns afdeling, hr. montør *Beyer*, Lindegårdsvej 4, Svendborg.

Medlemmer, der ønsker sig indkvarteret ved indkvarteringsudvalgets foranstaltning, bedes snarest og inden 20. juli meddele til ovennævnte adresse: 1) om de kunde ønske sig indkvarteret privat (hvis der er plads), 2) om de kunde ønske sig indkvarteret på Råstrup kursted, 3) om de ønsker sig indkvarteret på hotel (oplysning om, hvilket antal senge man ønsker, samt den omtrentlige pris, man kan tænke at give, bedes indsendt samtidig).

Medlemslisten og paragraf 8.

I anledning af hr. *Andr. Møllers* forslag at stryge offentliggørelsen af medlemslisten i „Solblink", vil jeg absolut fraråde dette. At medlemslisten ingen interesse har for hr. Møller, betyder jo ikke, at den er uden interesse for os andre. Jeg for mit vedkommende er glad for medlemslisten og har tit brug for den, jeg gemmer derfor altid omhyggeligt det nummer af „Solblink", hvori den offentliggøres, så jeg har den ved hånden, når jeg får brug for den, og jeg tillader mig at tro, det går andre ligeledes. Hr. Møllers forslag om ændring af lovenes paragraf 8, kan jeg fuldt ud tiltræde. Den nuværende stemmeafgivningsorden er kun parodi på frihed og retfærdighed. Den af hr. Møller foreslåede, er simpel, ligefrem og retfærdig.

E. Solkær.

Landsforeningen Dansk vegetarisk Forenings medlemmer.

Juli 1923.

Ialt 930 medlemmer.

En * ved navnet betyder, at vedkommende efter al sandsynlighed vil overvære årsmødet. For fynske medlemmers vedkommende går man ud fra, at de så vidt muligt vil komme til stede, selv om der ikke er sat * ved navnet.

Æresmedlemmer:

Saxon, J. L., redaktør, Stockholm.
Selboe, O. J., bureauchef., Kristiania.
Ottosen, Carl, overlæge, Skodsborg.
Rasmussen, Chr., grd., og frue, Maglehøj, Vejstrup.

Københavns afdeling (416 medl.):

(Intet bynavn = København).

Aabirk, Svend, forretningsf., St. Kongensgade 36—38.
Aagensen, H., frue, Ryesgade 42.
Aakerlund, vognm., Fr.sundsv. 128, Brh.
Aastrup, Frk., journalist, Løvstræde 9.
Aasum, Agnes, frk., lærerinde, Korsg. 8.
Achterberg, J., frue, Borgergade 144.
Ackerman, Kurt, Larsbjørnstr. 22.
Ahlgreen, C. W., form. og frue, Marstalsg. 4.
Andersen, A., jernbaneass., og frue, Højgaards Allé, Bagsværd.
Andersen, Alma, malerinde, Jul. Blomsg. 39.
Andersen, B., ingeniør, Schlegels Allé 1.
Andersen, Carl, Godthaabsv. 19.
Andersen, eksped., Azaleavej 6, Valby.
Andersen, El., frue, Heineg. 3.
Andersen, Emilie, frk., adr. ubek.
Andersen, Just, billedhugger, og frue, Hesseløgade 3.
Andersen, Marius, bogb., og frue Thorny, Kastelsvej 4.
Andersen, Niels, gross., Frederiksborgg. 39.
Andersen, Valdemar, gross., og frue, Rømersgade 7.
Andersen, Viggo, bødker, og frue Klara, Kompagnistræde 3.
Arboe, Elisabeth og Marie, frkn., Sortedams Dossering 63 A.
Arnhof, Edvard, kgl. hoffabrikant, og frue Emmy, Sølvgade 30.
Aurelius, J., overass., Thorshavnsg. 10.
Bagger, H., maskinist, og frue Anna, Gl. Jernbanevold 31, Valby.
Bagger, Th., gross., og frue, Vendersg. 7.
Bardram, frk., bestyrerinde, børnehj., Ryesgade 28.
Behrens, Astrid, frue, Ny Toldbodg. 55.
Benedictsen, Olav, læge, Thorvaldsensv. 25.
Berg, Helene, frk., cand. phil., Amager Fælledvej 33.
Bertelsen, S., godsinsp., Frydendalsv. 3.
Betz, A., revisor, og frue, C. Plougsv. 3.
Blicher, Louise, frue, boghdl., Bredg. 63 A.
Blom, Ejnar, cand. jur., kontorchef, og frue Olga, og Ellen, frk., stud. mag., N. Juelsg. 7.
Borgø, V., frue, Ryesgade 56 D.
Boyesen, F., frue, Mynstersvej 3.
Bramhelft, og frue, Strandparksvej 34.
Brechwoldt, S. M., mekan., Godthåbsv. 161.
Brechwoldt, frue, Jul. Blomgade 16.
Brundin, M., frue, Nyelandsvej 55.
Bruun, Carl, ing., og frue Tora Christiani, koncertsangerinde, Ø. Farimagsg. 77.
Bryde, F. H., ing., og frue, Skotterupg. 1.
Buchardt, E., frue, Åbenraa 32.
Budtz-Jørgensen, professor, tandlæge, Tordenskjoldsgade 5.
Bunch, frk., Vesselsg. 12 A.
Bøgebjerg, frue, Jahnsensv. 13, Gentofte.
Børgesen, murerm., og frue, Helgesv. 27.
Christensen, A. frk. Sct. Pauls Kirkepl. 5.
Christensen, E., frk., Guldborgvej 20.
Christensen, E., frk., O. Fischersg. 8.
Christensen, Louise, enkefru, Mejstersv. 13, Næstved.
Christensen, Signe, frue, Mariendalsv. 94.
Christiansen, C. C., murer, Jægersborgg. 8.
Christoffersen, badem., St. Annæg. 11.
Clausen, Inge C., Ø. Farimagsg. 77.
Cohen, Thora, frk., Ragnegade 16.
Dahlstrøm, O., arkitekt, og frue, St. Pedersv. 4, Hellerup.
Dalsgaard, O., korksk., Valdemarsg. 65.
Dalsjø, C. W., Revalsgade 22.
*Date, W., bogtryk., red., og frue Gudrun, Sct. Annægade 47.
Dedenroth-Berg, A., sagf., Gyld.løvsg. 16.
Deding, H., komm.lærer, Webersgade 17.
Dehn, Emil, cand. polit., red., Kastelsv. 21.
*Dige, J., konstruktør, Bentzonsvej 11.
Ditlevsen, R. B., Fredericiagade 44.
Drachmann, Guda, frue, Godthaabsv. 6.
Dohn, frue, Olufsv. 12.
Dorph, Olga, frk., Vesterbrog. 50.
*Egerod, Oluf, cand. phil., km.lærer, red., og frue Ellen, Rødkildevej 40, Brh.
Engberg, Thorborg, overtelefonistinde, Ribegade 10.
Faber, pastor, Rosenørns Allé 7.
Figgé, V., redaktør, Frederiksbergg. 19.
*Fink-Jensen, St., fuldm., og frue, Usserød, Kokkedal.
Fjeldborg, assistent, Nyvej 22, Gentofte.
Foltmann, E., frk., og M., frk., fuldm., Strandparksvej 34, Hellerup.
Framery, Dagmar, frk., Falkonerallé 106.

Frederiksen, Catr., frk., optagelseshj., Viby.
Frederiksen, Nanny, frk., Lakseg. 22.
Friis-Petersen, Karen, frk.,. adr. Schiou, Ny Østerg. 1.
Fryd, frue, overteleg., Hollænderdyb 20.
Gall, Adam E., elektr. inst., Martensens Allé 16.
Gerner, enkefrue, Grønnegade 32.
Gerner, V., børsteub., Jul. Blomsgade 13.
Giers, Paula, skuespillerinde, V. Amagerp. 8.
Gjerløv, Ingeborg, frk., Nyelandsvej 32.
Gjerulff, frue, Østerbrogade 106.
Glass, L., komponist, og frue Agnes, Bregnevej 13, Gentofte.
Gregersen, Olga, frk., retoucheuse, Lykkesholms Allé 7 B.
Grønberg-Petersen, Regine, frk., læge, Pileallé 43.
Grønlund, frk., telefonisti., Stokhusg. 4, 1.
Guldbjerg, Chr., cand. phil., og frue Henr., Stenhaveg., Usserød pr. Kokkedal.
*Hansen, Aage Pagh, org., Kompagnistr. 29.
Hansen, Anna, frue, Maglekildev. 5.
Hansen, Carl, urtekr., og frue S., Sundevedsgade 2.
Hansen, C. C., gross., og frue, H. Ibsensv. 8.
Hansen, Christine, frk., Smallegade 17.
Hansen, Jenny, frk., Tullinsgade 25.
Hansen, Johanne, frk., Nyhavn 42 A.
Hansen, Junias, gross., Azaleav. 6, Valby.
Hansen, Kristine, frue, Sofiev. 7, Hellerup.
Hansen, O. C., og frue, Oehlenschlägerg. 34.
Hansen, P. Christianshavns Torv 4.
Hansen, Poul, dyrlæge, veterinærinsp., og frue, Gl. Kongevej 137.
Hansen, Th., cand. jur., Nørreg. 45.
Hansen, Valborg, frk., Frejasgade 4.
Hartung, Josefine, frk., Dr. Tværg. 51.
Hartmann, G., overretssagf., V. Boulev. 36.
Heilskov, Chr., bibliothekar, og frue, Rygaards Allé 78, Hellerup
Helsted, Anna, kom. lærerin., Østerbrog. 19.
*Henriksen, H. L., forlagsboghdl., og frue M., og Carl Johan, og Cath., frk., Istedg. 7
Hensch, Max, fabrikant, Segelkesv. 1.
Herløv, Aage, arkitekt, Soldenfeldtsg. 1.
Hermansen, Vald., red. Strandv. 167, Hlrp.
Herss, Vict., købm., og frue, adr. ubek.
Hertz, M., frue, Holmens Kanal 12.
Hjorth, Math., frk., Helgesvej 8.
Hohlenberg, J. E., forf., red., Valbygårdsvej 48, Valby.
Holst, A., frue, Sortedams Dosser. 81.
Holst, Meta, frk., gymn., Høng.
Holten-Bechtolsheim, V., højesteretssagf., Hellerupvej 88, Hellerup.
Holtz, E., frue, Borgerg. 5.
Høse, Bruno, sproglærer, Allégade 25 C.
Høst, Louise, frk., Lipkesgade 2.
Ingerslev, frue, Stenstrups Allé 5.
Iversen, Rasmus Chr., forretningsf., og frue Amalie, Godsbanegade 16.
Jenning, C., revisor, og frue, Dannebrogs Allé 25, Vanløse.
Jensen, A., maskinp., og frue, Valby Langgade 16.
Jensen, C. S., rådstuebetjent, og frue, Søllerød, Ny Holte.
Jensen, Einar, billedh., Sofievej 4.
Jensen, E. Milton-, lærer, Thorsgade 68.
Jensen, Fr., møbelh., og frue, Willemoesg 23.
Jensen, Lydia, frk., bogh., Allégade 25 C.
Jensen, Marie, frk., Nærum.
Jensen, Petra, frue, og Meta, frk., Frederikssundsvej 126, Brønshøj.
Jerichau, Carl, overass., Ø. Farimagsg. 87.
Jochumsen, C., frue, Esthersvej 24.
Johansen, Alb., fabr., Lupinv. 4, Brønsh.
Johansen, G., frue, N. Fasanvej 42.
Johansen, Ingr., frk., Vigerslev, Valby.
Johansen, N. F., frue, Sølvgade 86.
Johansen, Theo, frue, Bispeengen 21.
Juul, Marie, frk.. Wiedeweltsgade 53.
Jürgensen-West, Fr. arkivsekr., og frue, Ordrup 96, Charlottenlund.
Jøker, Anna M., st. med., frk., Rørholmsg. 18.
Jørgensen, C., fabr., og frue, Arkonag. 12.
Jørgensen, H., red., og frue, H. C. Ørstedsv 46
*Jørgensen, Ingeb., frue, Nyvang, Trørød.
Jørgensen, Johanne, frk., Brandes Allé 5.
Jørling, snedkerm., og frue, O. Fischersg. 48.
Kiersgaard-Hansen, A., frk., H. Trollesv. 1.
Klintø, K., forfatter, Poppelg. 11.
Knudsen, C., frk., Løgstørgade 20.
Knudsen, P., gart., og frue, Ryvangs Allé.
Kornerup, Jørgen, dir., Bülowsvej 44.
Krabbe, Th. N., læge, og frue, Geysers Allé 2.
Krause, Olivo, frue, Arendalsgade 1.
Kristensen, Anna, frk., Banevejen, Sorø.
Kristensen, E., bogt., og frue, St. Pederst. 27.
Kristensen, Rosa, frue, og Andersa, frk, Hellebækgade 13.
Kruse, Alfr., prokurist, V. Amagerport 8.
*Kruse, E., disponent, Vendersgade 7.
Kruse, E., frk., overl., Godthåbsv. 70 A.
Kullberg, H., frk., Marie Dalsv. 4, Malmø.
Kyhn, J. V., malerinde, Dronningensv. 17.
Langevad, Juliane, frk., Hareskov.
Larsen, Alfr. Munkehøj, landskabsmaler, og frue, Guldborgvej 20.
Larsen, A., lærerinde, Wiedeweltsg. 7.
Larsen, Anna, frue, Sct. Knudsvej 15.
Larsen, B. Kristiane, frk., Slangerupg. 2.
Larsen, Edla, frue, Nyhavn 5.
Larsen, Florian, frue, højesteretsassessorinde, Ordrup Jagtvej 51, Charl.
Larsen, Kay, Tranegårdsv. 2, Hellerup.
Laurberg, J., frk., kgl. hoffot., K. Nytorv 13.
Lexow, Fr., translatør, Kronprinsesseg. 26.

Liljencrantz, G., manuduktør, Strandv. 155.
Lindahl, Ad., distriktsforst., cand. polyt., og frue, Jagtvej 11.
Lindblad, A. H., skræder, S. Boulevard 41.
Linddahl, frue, Gl. Kongevej 137.
Lindorf-Larsen, Marie, frue, damefrisørinde, Gl. Kongevej 149.
Lund, A., cand. phil., lærer, Willemoesg. 83.
Lundberg, K., boghold., Sankelmarksg. 16.
Lund, Charl., overretss., Kronprinsesseg. 24
Madsen, Ella, frue, Gl. Kongevej 47.
Madsen, Fr., gartner og ass., og frue, Sct. Thomas Allé 7.
Madsen, Holger, stenog., Rosengaarden 11.
Madsen, N., gross., Thuresensgade 21.
Madsen, Th., Westend 7.
Matthiesen, O., maler, profess., Amalieg. 27
Melrn, L., oberst, og frue Malv., Korsg. 56.
Melchior, Helga, frk., Gardes Allé 22.
Meulengracht-Madsen, driftsbestyrer, og frue, Jagtvej 191.
Mikkelsen, O. C., forst., Korsgade 8.
Moeskær, Anna, frue, Ab. Kathrinesg. 13.
Mosegaard, og frue Valborg, Åboulev. 70.
Munk-Jensen, gross., og frue, Rømersg. 3.
*Møller, Andr., Ad. Steens Allé 3.
Møller, Anna, frk., Vodrofsvej 9.
Møller, frue, Rosengaarden 14.
Møller, rodem., og frue, Gammeltoftsg. 18.
Mørch, Caroline, kommunelærerinde, Mantziusvej 3.
Nielsen, Anne, frk., Jernb. Allé 93, Vanl.
Nielsen, B., bogtrykker, V. Voldg. 7—9.
Nielsen, C., gross., og frue, Værnedamsv. 15
Nielsen, C. M., viktualiehdlr., Frederiksberg Allé 53.
Nielsen, E., frue, Fredericiagade 59 A.
Nielsen, Hans, tømrm., Sigerstedsg. 15.
Nielsen, Inger, kontormedhj., Nørreg. 20.
Nielsen, Joh., fouragehdlr., Drosselv. 65.
Nielsen, Joh., frk., Nøjsomhedsvej 5.
Nielsen, Joh., frue, og frk., Sdr. Boulevard 47.
Nielsen, L., gross., Gothersgade 41.
Nielsen, Ragnh., frk., Thorasvej 18.
Nielsen, R., Amagergade 4.
Nielsen, S. C., bager, Jernb. Allé 93, Vanl.
Nielsen, Thorvald, og frue Anna, Bianco Lunos Allé 7.
Nielson, Emma, enkefr., Raadmandsg. 34.
Nilsson, Lud., frue, Pr. Alexandrines Allé 10, Charlottenlund.
Nissen, H., frue, Houmarksv. 24, Charl.
Nobel, C., og L., frkn., Mynstersv. 1.
Noll, Margr., frk., Fredericiag. 6.
Offersen, Niels, uhrmager, Sværteg. 6.
Olsen, Alv., sygepl., Nr. Allé 41.
Olsen, Astrid, husbest., Hostrupsvej 10.
Olsen, Carla, frk., Korsgade 5.
Olsen, Cath., malerinde, Gammeltoftsg. 24.
Olsen, frue, Skatskærsgaard, Svestrup, Ølstykke.
Olsen, J. P., bogb. og frue, Nansensg. 70.
Olsen, Johs., bygningskonstruktør. Øresundsvej 145.
Orup, J., frk., Sygepl., Skovgaardsg. 14.
Ottosen, Carl, overlæge, St. Kongensg. 36-38
Panduro, Elna J., frk., kommunelærerinde, Lykkesholms Allé, 11.
Pedersen, H., cand. pharm., og frue Scharnowsky, Søllerødvej 26, Holte.
Pedersen, Jens, husejer, Glosemosevej 2, Glostrup.
Pedersen, L., inkassator, Havneg. 33.
Petersen, Birte Marie, enkefr., Helgesv. 22.
Petersen, børstenb., Sanatoriet, Skodsb.
Petersen, Carl, gross., Sølvtorvet
Petersen, Henry, Valby Langgade 69.
Petersen, Ida, frue, Hartmannsv., 9, Hell.
Petersen, Julie, frk., Fredericiag. 88 A.
Petersen, Norup, ass., frk., Linnésg. 20.
Petersen, Oline, frk., bogholderske, Callisensvej 17, Hellerup.
Petersen, O. M., dir., Mejnungsg. 10.
Petersen, V., bogholder, og frue Margr., og Else, frk., kom.lærerinde, Stokhusg. 4.
Post, M., snedkerm., og frue, Søllerød, Holte.
Poulsen, A., dir., og frue, Rosbæksv., Str.
Poulsen, A., kom.lærer, Holbergsg. 26.
Poulsen, A., prof.inde, St. Kongensg. 35.
Poulsen, E., montør, og frue, Vendersg. 12.
Poulsen, Johannes, kgl. skuespiller, og frue.
Poulsen, Svenn, red., og frue, Gl. Vartovsvej 9, Hellerup.
*Psilander, Aage, repr., og Paul, Bjørnsonsvej 64, Valby.
Raae, E., enkefr., Jerichausg. 4.
Ragoczy, Valerius, og frue Laura, Fredensvej 14, Charlottenlund.
Rasmussen, Aase, frk., Overg. o. v. 2 a.
Rasmussen, Gerner, kapt., og frue, Toldbodvej 18.
Rasmussen, H., og frue Dagmar, Strandparksvej 3, Hellerup.
*Rasmussen, Mathilde, Frue, Snorresg. 1.
Rasmussen, P., restauratør, og frue, Løvstræde 8.
Rasmussen, Th., frk., Prinsesseg. 57.
Rimestad, E., frue, Fredensv., Birkerød.
Ritzau, H. E., bankass., og frue M., „Bag Bakke", Fuglegaardsv., Gentofte,
Rosenqvist, E. C., postkontorist, Ingerslevsgade 106.
Rubow, frk., Hotel Fønix, Bredgade.
Salomonsen, H., frue, Sølvg. 87.
Sander, E., bademr., Strandvej 167.
Sandersen, M., gartner, Fyensgade 5.
Schiøtt, Anna, frk., Gl. Kongevej 105, 4.

Schnackenborg, V., købmand, „Sana", Skindergade 28.
Schneklotli, A., frk., Hornbækgade 11.
Schrøder, P., ingeniør, overlærer, og frue Kirstine, Skovridergaardsv. 12, Holte.
Schumacher, P. F., toldinsp., og *frue, Sofievej 21.
Schwensen, L., maler, Fjords Allé 22.
*Seegelke, C., ingeniør, og frue Elfride, Høeghs Allé 2, Gentofte.
Severinsen, gartn., og frue, Isle Mark, Husum.
Siesby, A., K., overretssgf., Nørresøg. 25.
Sigurdsson, Sofia, malerinde, Jerbane Allé 93, Vanløse.
Skaarup, H. P., cand. theol., H. C. Ørstedsvej 37 B.
Skibsted, frue, Gørlingsvej 14, Hell.
Smitt, Gudrun, lærerinde, veg. børnehjem, Fredensvej 29, Charlottenlund.
Solkær, E., postb., og frue, Nørrebrog. 8.
Spur, O., cand. polit., Borups Allé 148.
Stamer, Therese, frue, Skovv., Gentofte.
Steinert, Agnete, frue, Aarhusg. 6.
Stemmerik, K. W., Lille Istedgade 6.
Stenshammer, Joh., frue, Vesterbrog. 31.
Stilling, Aage. gross., Dosseringen 79.
Stillinge, tømrerm., Bispeengen 15.
Strenge, Th., fotograf, og frue, Pilestr. 28.
Strømberg, Henriette, frue, Nørrebr. Runddel 124.
Svendsen, M. C., sekret., „Solskrænten", Skodsborg.
Sverrild, H. O., kom.lærer, Dalg. Boulev. 27.
Sørensen, Aage, forvalter, Sølvgade 10.
Sørensen, frk., „Geelsholm", Egholmsvej, Holte.
Talvi, W., sangl., og frue, Herluf Trollesv. 12.
Tengnagel, E. Fabritius de, husejerinde, Graabrødretorv 7.
Terslev, A., frue, Rosenvængets Allé 6.
Thomsen, M. P., værkm., og frue, Njalsg. 1.
Thorarensen, Sofie, frk., Kastanievej 20, Charlottenlund.
Thostrup, frue, Vesselsgade 20 B.
Thunbo, frk., Bibliotekar, Griffenfeldsg. 4.
Thygesen, Ad., ass., Alfr., stud. theol., og Signe, frk., Kanslergade 4.
Thygesen, V., prokurist, Stadens Vænge 1.
Torfasson, Cam., frue, N. Farimagsg. 27 B.
Tranberg, Carl, værkf., Silkeb. Plads 8.
Unna, Else, frue, cand. phil., Forhaabningsholms Allé 9.
Vestergaard, B., sagf., Leifsgade 6.
*Vodder, N. A., sløjdskoleforst., og frue Marie, og *Emil, student, Ingerslevsg. 112.
Voigt, frk., og frue, Esthersvej 12, Hell.
Wagner-Petersen, E., kommunelærerinde, Am. Fælledvej 45.
Waldorf, A., farveh., og frue, Valdemarsg 30.
Wallin, H., enkefru, Howitzvej 14.
Wellejus, toldass., Hollænderdyb 22.
Wennborg, skræder, Thorsg.-Forl. 102.
Wiel, Elise, frk., Sorted.-Dossering 81.
Wiene, S. P., boghdlr., Østerbrogade 23.
Wikke, M., frue, St. Jakobsgade 7.
Willum-Nielsen, J., frk., Vestmanagade 1.
Wilstrup, Anna, frue, Amerikavej 7.
Winberg, Hilma, frk., Mysundegade 9.
Winther, K., frk., Howitzv. 20 B.
Zadig, Ferd., og frue Johanne, Trommevang 5, Charlottenlund.
Ziebe, E., frk., Pr. Maries Allé 17.
Ørnstrup, Alfr., afdelingschef., Tibirkeg. 12.
Ørstrup, H., dameskr., Elmegade 23.
Ørstrup, V., og frue, Guldbergsg. 73.

Århus afdeling (119 medl.)

(Intet bynavn = Århus.)

Aasheim, S., gartner, og frue, Silkeborg.
Andersen, Alf., restauratør, og frue, Langå.
Arndal, frue, købmd., Poulsgade 5.
Akselboe, P. J., lærer, Randers.
Axelsen, E., frk., Roseng. 6, Odder.
Bomholt, J., og frue, Nørre Alle 30.
Brauner, S., frue, Vrold Vesterg., Skanderb.
Blichfeldt-Petersen, frue, Klostergade 10[1].
Christensen, Anton, købmand, og frue, Wormshus.
Christensen, Axel, købmand, og frue, Østergade 27.
Christensen, C., forretningsfører, og frue, Faaborgg. 18.
Christensen, Marie, frk., kondit., Bispet.
Danielsen, frue, malerm., Roseng. 6., Odder.
Deleuran, S., elektriker, St. Torv 5.
Dupont, Solveig, frue, Hørning.
Egerup, frue, Ryesgade 47.
Frøslev, handelsrejsende, Falstersg. 12.
Fredslund, Rasm., grdr., Enslev, Hasselag.
Grønlund, lærer, Guldbergsgade 117.
Halling, C. C., Sydney, Australien.
Hansen, Fog-, gartner, Dr. Margretesv. 21.
Hansen, Agda, frk., lysb.anst., Nr. Allé 30.
Hansen, L. P., direkt., og *frue, lysbadeanstalten, Nørre Allé 30.
Hansen, S. H., købmd., Nørregade 42.
Hansen, C., Kaløgade 6.
Hansen, Anna, frk., Læsøgade.
Hansen, Alf., villa Nørrevang, Riis skov.
Houlberg, frue, Mejlgade 55.
Hasle, S., og frue, Nørre Allé 30.
Holm, skræder, Annagade 7—9.
Hedemann, K., frk., Nørre Alle 30.
Hedemann, K., frk., Blegdammen 7.
Jensen-Bonde, Oliemøllen.
Hvid-Jensen, frue, Volden 22.
Jensen, J., malermester, Søvind.
Jensen, Sine, frue, Chr. Winthersvej 7.

Jensen, Hans, Alstrupg., Tranebj., Samsø.
Jensen, Frede, — — —
Jensen, J., tilsk., og frue, St. Blichersg.
Jensen, J. P., trælhandler, og frue, Vesterbrogade 90.
Jensen-Bonde, frue, Bruunsgade 15 [1].
Jensen, F., gartner, Bruunsgade 53.
Jensen, Munk, og frue, Lundingsg. 28.
Jensen, Marie, frk. lærerinde, Nørre Alle 30.
Jeppsson, Anna, frk., Nørre Alle 30.
Johansen, Neel, frk., Max Müllersg. 10 [2].
Jørgensen, P., frk., Vrold Vestergaard, Skanderborg.
Knudsen, S., malermester, og frue, Glud, Horsens.
Klougart, N., forstander, og frue, haveb rugsskolen, Beder.
Knudsen, M., red., og frue, Jægergrdsv. 81.
Langhorn, G., frue, Christiansm., Horsens.
Larsen, C. F., og frue, Frederiksb. Torv 6.
Larsen, V. H., og frue, Mejlgade 59.
Lorentzen, A., handelsr., Tietgenspl. 4.
Lund, Jensine, fotograf, Søndergade 8.
Madsen, Rasmus, gaardejer, Ingerslev Vestergaard, Hasselager St.
Malle, Jensen-, J. H., købm., S. Allé 32.
Madsen, J. M., frk., Frederiksgade 6.
Mortensen, L. H., togbetj. Bruunsgade 28.
Mortensen, Karen, frk. Munkegade 5.
Mejlby, frk., Skovvej 4, Århus.
Nielsen-Nordentoft, Th., laboratorieass,. Nyborggade 4 [1].
Nielsen, H., fabrikant, og frue, Skjern St.
Nielsen, slagterm., og frue, Falstersg. 62.
Nielsen, M., købm., og frue, Frederiksg. 34 [2].
Nielsen, K., frk., Dalgas Avenue 5.
Nielsen, frue, Foerslevgaard, Skanderb.
Olesen, K., fiskeh., Nørregade 8.
Pedersen, Anna, frue, Volden 8.
Petersen, Johanne, frue, Vesterg. 6.
Pind, K., kalkulatør, Saltholmsgade 25.
Poulsen, Astrid, frue, Nørreallé 30.
Rasmussen, frue, handelsr., Østboulev. 11.
Rasmussen, K., frue, Poulsgade 23.
Rasmussen, Søren T., Vrold pr. Skanderb.
Reegel, R. P., direkt., og frue, Fredericia.
Rygaard, N., frue, Thunøg. 32.
Rye, Th., frue, Kystvejen 49, 4.
Schmidt, Sophie, frk., husbestyrerinde, Kystvejen 36.
Scheving, frk., Marselisborg Apotek, Frederiks Allé.
Schreiber, H., kapelm, og frue, Bogenseg. 6.
Skerra, M, frk., Lysbadeanstalten, St. Kongensgade 36—38, København K.
Sonne, H., mek., og frue, Fredensg. 16.
Sindberg, J. N., frue, Frederiksgade 70 [1].
Spenser, A., frue, Fastrup, Skanderborg.
Svendsen, Th., lærer, og frue, Thunøg. 24.
Sørensen, Eva, Vejlby, Riis skov.
Strunge, M. K., frue, Klostergade 10.
Thomsen, Th., trælhandler, og frue, Banegårdsgade 7.
Troelstrup, Dagmar, frk., Skodsborg Bades.
Troelstrup, Mary, frue, Vesterg. 28.
Wetlesen, Wessel, bureauchef, Ankerhus, Søndergade 1.
Wideriksen, Th., Frk., Lysbadeanstalten, Nørre Allé 30.
Østerby, B. F., lærer, Grønfeld, Rønde.
Østergaard, N. P., red., og frue, Brabrand.

Odense afdeling (39 medl.)

(Intet bynavn = Odense).

Andersen, N. Chr., murer, og frue, Bellinge.
Andreasen, N., cykleh., og frue, Horsetorv 1.
Frederiksen, købm., Gråbr.pl.
Fyens konservesfabrik a/s.
Gartnerforeningen, alm. dansk, Fyens afd. ved hr. Gronenberg.
Gotschalk, bagerm. og frue, Vestergade 82.
Hansen, N., sagfører, Kongensgade 21.
*Hansen, P. Chr., direkt., og frue, Lysbadeanstalten, V. Stationsvej.
Heilmann, lærer, Filosofgangen.
Iversen, W., bogholder, og frue, C. Baggers Allé 8, Fruens Bøge.
Jørgensen, kapt., og frue, Læssøgede 6 [2].
Lauritzen, L. C., ing., og frue, Sadolinsg. 9.
Mortensen, frue, Nr. Lyndelse Skole, Årslev
Møller, Marie, frk., Georgsgade 45.
Nielsen, N., telefonarb., og frue og Anna Kristine, frk., Marienlystgade 7.
Nielsen, Vilhelmine, frue, Thorsgade 4.
Odense margarinefabrik a/s, Vindegade.
Odense konservesfabrik, Jarbsberggade.
*Petersen, Fr., konsulent, og frue, Seden.
Petersen, K., frue, Roarsvej 2.
Petersen O., lærerinde, Ø. Stationsvej 44.
Rasmussen, A., bogholder, og frue, Ø. Stationsvej 44.
Svanefjord, A., frue, Nedergade 17.
Sørensen, P., arbm., Lunde M., Beldringe.
*Thamsen, Edv., bestyrer, og Knud, stentr., og Karen, frk., Damhusvej 15.
Warmer Axel, Torvet 10, Silkeborg.
Wohlleben, frue, gartner, Stige.

Sydfyens afdeling (74 medl.)

(Intet bynavn = Svendborg).

Andersen, H., tapetserer, Skottergade 6.
Andersen, J., blomsterf. „Iris", Møllergade.
Andersen, gartner, og frue, og Georg, Bøgehoved, Ringe.
Arnison, Arni, cand. phil., Silkeborg Sanatorium.
*Bønnelykke, R., grd., og frue, Lysbjerggård, Skårup.
Bentzen, A., grd., og frue, Sødinge, Ringe.
*Beyer, Chr., overmt., og frue, Lindegårdv. 4.

Carlsen, M., foderm., Maglehøj, Vejstrup.
Christensen, J., tømrerm., og frue, Øxenbjergvej.
Christensen, A. Massø, og frue, „Skovly", Tåsinge.
Christensen, A., frk., Skottergade 44.
*Christensen, L., og frue, Søbygård, Tåsinge.
Huus, M., frk., lærerinde, Møllergade.
Holm, købmd., og frue, Bagergade.
Houmann, forp., og frue, Oure M., Vejstr.
*Hansen, K., og A., frkn., Lundevej 20.
Hansen, H., grd., og frue, Søding, Ringe.
*Johansen, driftsbest., og frue, Vestergade
*Johansen, Oluf, gartner, og frue, Egenappevej 35.
Jakobsen, E., massøse, Pjentemøllestr.
*Jensen, J., rentier, Øster Åby, Oure.
Jensen, gårdejer, og frue, „Vestervang", Fjellerup.
*Jensen, Erna, frk., Vestergade 48.
Kristoffersen, Karen, „Søndersideg.", Skårup.
Knudsen Gald, forretningsbest., Gerritsg.
*Lolk, S., grd., „Vejlegården", Tåsinge.
Lerche, gartner, Brogade.
Larsen-Rørdam, frue, Vedelsborg, Eiby.
Møller, R., grd., og frue, Hørve,
Møller, S., grd., „Sandagergård", Næsbjerg, Varde.
Michaelsen, H. J., grd., „Tangågård", Sandager, Øxendrup.
*Møller, K., frue, St. Knudsv. 4.
*Nielsen, Zadok, og frue, lysb.anst., Møllerg.
Nielsen, fabr., Vester Åby.
Nielsen, M., frk., væverske, Ryslinge.
Normann, frue, og Kaj, Christianssand.
Poulsen, murerm., og frue, Priorensgade, Faaborg.
Petersen. Jørgen, grdr., Ørbæk.
*Rasmussen, Chr., propr., og frue, Maglehøj, Vejstrup.
Rasmussen, N., gartner, og frue, Ulbølle.
*Ronnenberg, frue, villa „Anka".
Rasmussen, frue, Revninge St.
Smidt, K., grd., og frue, „Skyggedal", pr. Holsted.
*Sidenius, frk., lærerinde, Troense.
Sønderbye, lærer, og frue, Gormsvej 4.
Sivertsen, Karl, Bjernemark, Tåsinge.
Torbensen, malerm., Brogade.
*Ullerup, A., frk., Raastrup kursted.
West, R., gartner, og frue, Fruerstuevej.

Vejle afdeling (33 medl.)
(Intet bynavn = Vejle.

Andersen, Joh., købm., Koldingvej 40.
Bentzen, Niels, købm., og frue, Urkleven.
Bording, overlærer, og frue, og Nina, frk., Uriskovgård.
Brieghel-Müller, frue, Mølholm.
*Frederiksen, Fr., og frue, lysbadeanstalten.
Hammerum, toldass., og frue, Jellingvej.
Hassing, sognepræst, Kollerup, Jellinge.
Hove, gartn., og frue, Sandved, Jellinge.
Jensen, C. P., malerm., Odinsgade 32.
Jensen, M. Th., Odinsgade 32.
Jensen. N., Odinsgade 32.
Jessen, C., frue, Søndermarken.
Jørgensen, G., handelsgartner, og frue, Grejsdalen.
Mouning, glarm., og frue, Vestergade.
Nicolaisen, Installatør, og frue, Torvegade.
Poulsen, M., kobbersmed, Søndergade.
Rasmussen, R., gartner og frue, Ågård pr. Dybvadbro.
Søndergaard, Ch., red., og frue. Kirketorv.
Søndergaard, mek., og frue, Mølholm.
Thomsen, frue, skolekøkkenl. Nørrebrog.
Wegener, fabr., Torvegade.

Spredtboende Medlemmer (ialt 249).

Aasen, J., lærer, Naustdal, Nordfjord, Norge.
Ahlefeldt-Laurvig, grevinde, Hjortholm, Humble.
Albeck, A., frk., lærerinde, Nølev, Assedrup.
Albrechtsen, murer, og frue, Hasseriis, Ålborg.
Amdisen, P. K., og frue, Søg., Kolding.
Andersen, A., lærer, Dauding, Brædstrup.
Andersen, M., Højstensg., Ærøskøbing.
Andersen, C. N., lærer, og frue, Hørdum.
Andersen, E. J., maskinm., Sdr. Ørslev.
Andersen, H. C., overass., Hessg. 7, Rosk.
Andersen, H. Edv., bestyrer, Rognaldsvåg, „Florø", Norge.
Andersen, M., frue, Asylg. 14, Roskilde.
Andresen, lærer, og frue, Tårs.
Andreasen, J., glarm., Overg. 7, Nyk. F.
Angelo, Maja, frue, narurlæge, „Furuly", Stord, Norge.
Ankjær, lærer, Testrup, Mårslet.
*Askfelt, postass., Korsør.
Bahr, A., frk., Dragør.
Barfoed, Kirstine, frue, Grundfør mrk,. Hinnerup.
*Bendixen, V., grd., og frue, Humble.
Bertelsen, lærer, og frue, Starup, Gørding.
Birk, Louise, enkefrue, Søllerød, Holte.
Bjerre, K., præst, og frue, Skydebj., Årup.
Bjørner, Louise, Ny Vesterg. 18³ tv., B.
Blauenfeldt, J., stud. theol., St. Kannikestræde 12, K.
Blauenfeldt, præst, og frue, Jersie, Skjensved.
*Bloch, lærer, og frue, Ferritslev friskole, Ullerslev.
Brandt, V., kunstm., og frue, Lyngby.
Brandt-Ohlrich, Jutta, frue, Stavtrup.
Brinch, M. S., fyrpasser, og frue, Lyngvig fyr, Ringkøbing.

Bruun, Joh., skomagerm., og frue, Tårs.
Buck, L., sygepl., Lysbadeanst., Ribe.
Burcharth, Georg, fotograf, Kolding.
BuscKPedersen, Aug., frue, Lt. Veum, Brørup
Bønsdorff, J., malerm., og frue, Gug.
Christensen, Anna, frue, købm., Kolding.
Christensen, O. C., glarm., Trustrup.
Christiansen, S., murerm., Viby Jyll.
Cohen, H., prokurist, og frue, Holbæk.
Crone-Jensen, cand. mag., Fiolstr. 7, K.
Diederichsen, H., frk., udlandet.
Dietrichson, Th., frk., Damgd. 11, Haderslev.
Dige, H., snedker, Bellevue, Klampenborg.
Dueholm, P. C., købm., og frue, Ribe.
Elsass, Rose, frk., Søpassagen 9⁴, Ø.
*Emborg, Sv., lærer, og frue, Ollerup.
Eriksen, Chr., cigarhdlr., Lemvig.
Esbensen, H., tømrer, Helnæs, Ebberup.
Fensmark, Helene, frue, Søblink, Trustrup.
Fokdal, lærer, Fæsted, Sdr. Hygum.
Gartnerforening, Alm. dansk, Puggårdsgade 11, B.
Graversen, G. H., adjunkt, Randers.
Grubb, E., malerinde, frk., Dragør.
Gyldenkærne, A., frk., Hedehusene.
Haglund, G., frk., Randers.
Hansen, H., og frue, Døjringe.
Hansen, Henning Elley, Dragør.
Hansen, J., fotograf, og frue, Nr. Alslev.
Hansen, Ole Jacob, landm., og Karen, frk., Gryderup mark, Korsør.
Hansen, M., murermester, Nr. Alslev.
Hansen, N.P., førstelær., og frue, Østerlars.
Hansen, O., rest., højskolehj., Roskilde.
Haugaard, E., gdr., Skovshoved, Skive.
Hegrenæs, Nicolai, Bispensgt. 11, Bergen.
Heislet, N., grdr., Ø. Vrå.
Hermansen, B., frue, Balle.
Hermansen, H., frue, Heisevej 2, Sorø.
Hesselager, S., frk., O. Liebesallé 11, Kastrup.
Houmann, Karoline, frue, Fabriksstræde 10 A, Randers.
Hyldahl, H., Vartofta, Sverige.
*Høyer, Th., gartner, Ringe.
Isen, lærer, og frue, Løgager skole, Funder.
Iversen, S., lærer, og frue, Ringkøbing.
Jacobsen, Johs., grdr., „Grønneg.", Aunede, Lolland.
Jantowsky, O., frk., Vangede, Søborg.
Jastrup, H., dommerfuldmægtig, Kolding.
Jensen, Hedv., sygepl., frk., Grønneg. 398, Ribe.
Jensen, K., frk., lysbadeanstalten, Randers.
Jensen, Louise, Branderup.
Jensen, Marie, forstanderinde, børnehj., Roskilde.
Jensen, S. P., murer, L. Nyg. 8, Horsens.
Jepsen, Dorth., frue, Bovlund.
Johansen, J. N. Edsen-, Jellinge.
Johansen, V., insp., Sct. Hans hosp., Rosk.
Junker-Andersen, Th., og frue, Rødding.
Jørgensen, E., frue, Grunderup, Rønnede.
Jørgensen, O., fotogr., og frue, Faxe.
Jørsøe, Erhard, og frue, Nykjøbing F.
Kirk, Y., lærer, og frue, Lemvig.
Kjær, Jørg., Vesterled, Holbæk.
Kjærsgaard, frue, Strandby, Farsø.
Klint, radiotelegr., Nikolaistr. 91, Haag.
Knudsen, A., børstenb., Rosenlundsgd. 10, Ålborg.
Knudsen, Olga, frue, godsejerinde, Blidstrup, Ø. Assels.
Kock, Chr., hdlsgrtn., Torvet 5, Fr.sund.
Kragh Pedersen, A., maler, og frue, Sønderg. 13, Ringsted.
Krarup, Mette, frk., Højbo, Fr.havn
Kristensen, Cathr., bestyrerinde, frk., Hejninge børnehjem, Slagelse.
Kristensen, Hulfr., frk., Hauge, Kjellerup.
Kristensen, K., tømrer, og frue, „Virkelyst", Sjølund.
Kristiansen, A., landm., og frue, og Johs., og Børge Utoft, Donslund, Holsted.
Kristiansen, Kr., landinspekt. og *frue, Friheden, Fasterholt.
Kristiansen, H., adr. Aashemo. Baggesensvej, Silkeborg.
Kristiansen, Fr. K., gartner, og frue, Hestekærgård, Mundelstrup.
Kristiansen, Kr. Frandsen, Skovly, Fare.
Kristiansen, S., husm., og frue, Aasted, Nr. Nebel.
Krøyer, F. B., købm., og frue, „Sana", Torvegade 3, Kolding.
Larsen, A., frue, Tårup mk., Beldringe.
Larsen, Mar., gartner, Anderup, Sølus.
Larsen-Ullerød, A. C., gartner, Hillerød.
Lauritzen, Sofie, frk., Estrupsgade 20, Silkeborg.
Lorentzen, E. W., redaktionssekr., Vejle.
Lund, H., fot., og frue, Grindsted.
Løvgreen, Vilh., frue, Fredericia.
Madsen, R., Eneboer, Jordløse.
Marstrand, M., tandl., frk., Lyngby.
Martin, red., frue og frk., Sorø.
Martinsen, C., husm., Jerslev, Brøndersl.
Mikkelsen, M., frue, Thuesbøl, Brørup.
Mogensen, E., enke, Lyhne, Ølgod.
Moos, frk., Montesseriskolen, Fr.sund.
Mosegaard, H., havebrugskand., Meinungsgd. 14¹, N.
Müller, Tony, malerinde, Gadstrup.
Møller, H. F., tømrerm., og frue, Holbergsgade 15, Ålborg.
Møller, Johs., tilsk., og frue, Bangsbostr., Fr.havn.
Møller, Rud., dommerfm., Fjerritslev.
Møller, Sig., gdr., og frue, Sønderagergård, Næsbjerg.

Nicolaisen, N. M., cand. pharm., og frue, Jernb. Apoteket, Slagelse.
Nielsen, A., frue, Algade 24, Roskilde.
Nielsen, Ane, frue, Algade 30, Roskilde.
Nielsen, Eline, frk., Hørve Jernbanest.
Nielsen, E., tømrer, og frue, Øst. Vrå.
Nielsen, J., snedk., og frue, Vejlegd. Bro 6, Nakskov.
*Nielsen, J., husejer, Rughaven 8, Roskilde.
Nielsen, L. P., ledv., hus 26, Viby Sj.
Nielsen, N., telegr., og frue, Smakkegårdsvej 3 [1], Gentofte.
Nielsen, O., lærer, og frue, Dragstrup, Firhøj.
Nielsen, T., frue, Houmannsv. 7, Næstv.
Nissen, H. S., assist., Dalmose.
Olesen, S. P., gartn., Frydenstr., Fr.havn.
Olsen, Th., frk., Åbenrå 28 A, K.
Olsen, T., enkefru, Strandlyst, Fredericia.
Papsøe, S., koncert-sangerinde, frue, Helsinge.
Paturson, Gazet, Kirkjubø, Færøerne.
Pedersen, M., lærer, Skovby, Ærøeskjøb.
Pedersen, N., sygepl., og frue, Stationsv., Nærum.
Persson, A., garver, og frue, Tjørnegården, Roskilde.
*Petersen, C. C., overl., og frue, Dragør.
Petersen, K., frk., Lumbsås, Nykøb. Sj.
Petersen, Kristine, og Pouline, frknr., lærerinder, Tommerup.
Petersen, Mary, frue, Aakirkeby.
Poulsen, Carl, og frue, gårdejer, Svenneru p, Rønnede.
Poulsen, Hansine, Everdrup, Rønnede, Sj.
Poulsen, Øllegaard, Ondrup, Odder.
Rasmussen, Chr., lærer, Ørtoft, Sæby.
Rasmussen, F., frue, Gram mk., Stilling.
Reiths, O., banem., og frue, Rosmus, Balle.
Rosbach, Johs., forst., Montesseriskolen, Fr.sund.
Schmidt, Jacob, Skyggedalsgård, Holsted.
Schnekloth, G., forstanderinde, Statens pigehjem, Vejstrup.
Sivertsen, P., handelsgartner, Rødovre, Valby.
Spur, Ths. E., cand. mag., og frue H. M., Højbro, Fr.havn.
Stokholm, M., førstel., og frue, Ragebøl, Sdr. Jyll.
Storr, A. M., frk., kemigraf, Brogård, Gentofte.
Sunke, A., dyrl., Lyngerup, Frederikss.
*Swane, Sig., kunstm., og frue, Agn., Grydemølle, Sveballe.
Sveistrup, frk., montessoriskolen, Fr.sund.
Svendsen, J. A., direktør, og frue, badesanatoriet, Juelsminde.
Svendsen, Kr., lærer, Rødding.
Sørensen, A., frue, Hals.
Sørensen, C., lærer, „Varna", Nyk. M.
Sørensen, drejermester, og frue, Dronningensgade 103, Fredericia.
Sørensen, S., fabr., og frue, Vesterg. 13, Ålborg.
Sørensen, købmand, Hornsyld.
Sørensen, Th., landbr., Østtorp, Strellev, Ølgod.
*Tegner, K., kontorchef, Troense.
Thaysen, L., stadsbygm., Tønder.
Thygesen, J. P., førstel., og frue, Terndr.
Uller, H. J., postm., Hasle.
Valand, Th., Storgt. 17, Kristiania.
Valberg, A., lærer, Granli, Vefsn, Norge.
Wennerberg, J., frk., apoth., Fredensb.
Vett, C., direkt., Strandv. 6, Hellerup.
Viking, fabr., og frue, Nakskov.
Volkert, fabrikant, og frue, Kolding.
Zinch, skræderm., Gravensg. 5, Ålborg.
Ørnsholt, Anna, Nakskov.
Ørnsholt, Einar, arkit., og frue, Nakskov.
Østergaard, J., og frue, Bramminge.
Østrup, P., Langå pr. Rygård St.

Fra arbejdsmarken.

Mødet om vivisektionsspørgsmålet den 29. maj i Grundtvigs Hus havde samlet ca. 300 tilhørere. Dr. *Regine Grønberg-Petersen* holdt et klart og interessant foredrag, som hele tiden holdt deltagernes opmærksomhed fast; ikke mindst samlede interessen sig om de nyeste, aktuelle spørgsmål f. eks. Insulinets fremstilling og ingenlunde ufarlige anvendelse. — Vi tror, at et lignende møde vil kunne samle dobbelt så mange tilhørere, hvis enhver, der har forståelse af sagens betydning, gør sin pligt og henleder sine bekendtes opmærksomhed på, at sådant møde afholdes.

Sct. Hans aften var kold og grå i år. Ikke desto mindre kom der dog nogle af vore medlemmer til vor fest i København hos fabrikant *Albert Johansen*, hvor vi tilbragte nogle hyggelige timer sammen — mest indendørs — ved sang, samtale og nydelsen af frugtté m. m. Herved en hjertelig tak til vor ærede vært og hans elskværdige husbestyrerinde — frk. *Aagaard*.

Frugthenkogningsmødet i København d. 25. juni havde samlet en talrig skare af — mest fremmede — husmødre, der interesseret fulgte mødets gang, hvor

fru *M. Henriksen* gav undervisning om, hvorledes man bedst og billigst opbevarer sin frugt til vinterbrug. Mødet var meget vellykket.

Annoncer.

Midlertidig hjælp

søges en måned i et hjem i Nordsjælland under husmoderens fraværelse. 1 voksen, 3 børn. Billet mrkt. „F-J." til „Solblink", Rødkildev. 40, Kbh., Brh.

Vegetarisk litteratur.

„Den naturlige Lægemetode" af Platen 3 pæne bind, 15 kr. „Husmoderen Hjemmets Læge" af Anna Fischer Dückelmann, 2 pæne bind, 15 kr. „Rationel Ernæring og Madlavning" af fru Ottosen, pænt indb., 5 kr. + porto.

Henvendelse til: *E. Solkær*, Nørrebrogade 8, St., København N.

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.

Raastrup Kursted samt Vegetarhjemmet „Anka"
(ved Christiansminde, Svendborg).

Vegetarisk Kost, Lysbade og andre Bade. Behandling og Massage efter Skodsborg Metoden gives af Sygeplejersken og Indehaveren af Lysbadeanstalten i Svendborg. — Patienterne tilses af Dr. Liebmann, Turø.

Priserne er fra Kr. 3,50—Kr. 7,00 pr. Dag.

Anna Nielsen Ullerup.
Telef. Svendborg 755.

Undervisning
i
Talestemmens rette Brug
efter Prof. Engels Metode.
Stammen og Talefejl rettes.

Elisabeth Arboe,
Telf. Nora 222 x. mellem 11—1 — diplom: Talelærerinde.
Dosseringen 63 A, St.

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.

„Naturhelbredelsen", 2den udgave,

er nu udkommen. Fås i alle bogladerne, i „Nordisk sundhedsforlag", Istedgade 7, og i „Vegetarisk oplysningskontor", Rødkildevej 40, Brønshøj. Postkonto 282.

Pris kr. 3,00.

Medlemmer 10 pCt. rabat og portofri tilsendelse, når beløbet indsendes til Veg. oplysningskontor.

„Sana“ Specialitet: **Sundhedsfødevarer.**
Forudbestilling paa Saft modt.
Smallegade 15. Kbh. F.
Telefon Gth. 4290.
Medlemmer Rabat.

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

Frydenstrand Sanatorium.
pr. Frederikshavn. Prospekt gratis.

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

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. ——

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: 4 kr. årlig. Kan bestilles på alle postkontorer og hos landpostbudene samt hos redaktionen.

Emil Kristensens bogtrykkeri, Sankt Pederstræde 27. Kbhvn.