VEGETARISK TIDSSKRIFT

UDGIVET AF DANSK VEGETARISK FORENING



Den 9. Internationale Vegetarkongres. (Text inde i bladet).

29. årgang 20. august 1935 numer 8

Den 9. internationale vegetarkongres

på Vejlefjord højskole, 28.-7.—2.-8. 1935.

Det blev succes, endda så udtalt, at en del af veteranerne, der har gjort alle kongresserne fra 1923 med, begejstret erklærede, at dette var langt den bedste. Grundene hertil var flere. Vi skal påpege nogle; det store minutiøse forarbejde, der var præsteret i den koncentrerede, korte forberedelsestid, 3 måneder; det store opofrende arbejde, der blev udført af de forholdsvis få hjælpere, der havde mældt sig; den elskværdige og gode betjening på skolen, ikke mindst den gode mad; skolens henrivende smukke beliggenhed; kongressens samlede karakter, idet vi alle så at sige levede under eet tag, følte os som een stor familie; at udflugterne viste de prægtigst mulige typer på dansk landskab i godt vejr; at kongressen måtte underholde sig selv, og derfor alle var beskæftigede i en nationernes ædle kappestrid om at yde det bedste. Af mislyd var der meget lidt, af tilfredshed uendelig meget, kort sagt, det blev en strålende kongres.

Vi skal nu i korte træk og noter give et foreløbigt referat af begivenhederne, og så efterhånden i de følgende numre supplere med referater af foredrag o. lign.

Kongressen talte ca. 210 deltagere, en 10—20 stykker sov på høloft i den elskværdige gårdbestyrer Mølners gård, lige så mange i medbragte telte, resten var indkvarteret på skolen i værelser, kamre, skolestuer, sale, baderum, loftsrum osv., det gik, og det gik godt, men det var nær ved ikke at kunne gå, da der blev ved at strømme deltagere ind, og det p. gr. af Ollerupstævnet var så godt som umuligt at leje extra sengetøj etc., men her kom Fysisk kuranstalt, St. Kongensgade, os til hjælp.

Deltagerne fordelte sig efter nationalitet således: Sudetertyskere (Nordbøhmen) 75, danskere 40, englændere 25, nordmænd 20, tyskere 20, hollændere 15, svenske 5, tjekkere 5, polakker 2, franskmænd 1, spaniere 1. Endda var nogle af deltagerne russisk født, så det var nok så mange sprog, der summede om ørene på en — ak, om menneskene var kloge nok til foruden modersmålet alle at lære et internationalt hjælpesprog. De officielle sprog var tysk, engelsk, skandinavisk (der ikke hørtes meget, da vi jo næsten alle kan snakke med på et par verdenssprog!), en enkelt gang fransk. Tolke var væsentlig Egerod, v. Borrendam, telegrafist N. Nielsen, dr. Constance Hurren, red. Rogler.

Og her er så måske grund til at nævne nogle navne:

Den internationale vegetarunions bestyrelse består af følgende personer: redaktør J. L. Saxon, Stockholm, ærespræsident; direktør C. J. v. Borrendam, Haag, præsident; redaktør H. E. Feix, Warnsdorf, Bøhmen, general-

sekretær; vice-skoleinspektor Oluf Egerod, Kbh., kasserer; endvidere red. Frank Wyatt, London, der var forhindret i at være tilstede. Indtil tyskerne blev tvunget til at udmelde sig, havde også red. Karl Bartes, Eden, sæde i bestyrelsen.

De delegerede var: Norge, ejendomsmægler Karlson, Stavanger, fru red. E. Rogler, Oslo; Sverige, frk. Adda Dahl, Stockholm; Danmark, cand. mag. Th. Spur, stud. med. J. D. Henriksen, Kbh.; England, red. James Hough, Manchester, ingeniør, major S. Hurren, dr. phil. Constance Hurren, dr. phil. Leslie Presswood, London; Holland, D. Dissauer, J. v. d. Wey; Polen, dr. fru Betcherova; Bøhmen, naturlæge, fabrikant M. Schnitzer, dir. O. Dürr, (kurstedet Erholungsheim, Steinschönau); Prag, restauratør Em. Vonka, prædikant Simon Kupcik; Frankrig, red., dr. Jean Nussbaum, Paris; Spanien, Antonio Nieto.

Kongressen organiseredes af generalsekretæren, H. Feix, og kassereren Oluf Egerod. Af hjælperne må nævnes: J. D. Henriksen, bureauleder; fru M. Henriksen og frk. M. C. Henriksen, udsmykning, underholdning; Dede og Rilla Henriksen, bureauet og underholdning; Roger Ditlefsen, do.; fabrikant Alb. Johansen, udsmykning, udstillinger, m. m. m.; Kurt Ackermann, do.; ingeniør C. Seegelke, oversættelser; Elisabeth og Sieglinde Seegelke, bureauet og underholdning; telegrafist N. Nielsen, pressetjenesten; Ruth og Ira Nielsen, bureauet; lærer E. Heilmann, oversætter; frk. A. Schiott, do.; Th. Spur, bureauet og underholdning; lærer M. Stokholm, gymnastik og underholdning; Miss Haigh, do.; dr. Constance Hurren, speciel propagandachef for England.

Hertil kommer hele skolens elskværdige personale under ledelse af forstander M. Johnson og frue, bestyrerinde frk. Lund, lærerne Christiansen og Muderspach med fruer.

En del af deltagerne kom i spredt fægtning fra alle kanter, men de fleste kom i 3 samlede hold, som vi bød velkommen strax de var på dansk grund.

Det største hold bestod af ca. 70 tysktalende deltagere over Stettin. De blev modtaget på toldboden af hr. og fru Henriksen og ingeniør Seegelke, der i løbet af et par timer viste dem lidt af byen, og så iøvrigt føte dem til Skodsborgrestauranten i St. Kongengade, der elskværdigt bespiste den store flok, og det endda gratis, trods det var lørdag og altså restaurantens sædvanlige hviledag. Med eftermiddagstoget gik det så i egen gennemgående vogn til Daugård.

Der er her grund til at indskyde, at 8 dage senere var vi også i bekneb med, hvor vi skulde bespise et ligeså stort selskab på tilbagevejen fra kongressen. Her åbnede så restauratør P. Rasmussen, Veg. Rest., Frederiksberggade 28, også elskværdigt undtagelsesvis sin restaurant og også for gratis servering for vore gæster. Selvfølgelig er vi de to restauranter i høj grad taknemlige for deres imødekommenhed, men vi vil også gerne ha lov at bemærke, at det vel egentlig snart er på tiden, at denne mærkelige, så uhyre generende, og for en storby så uværdige lørdagslukning af de vegetariske restauranter, holder op og afløses af mere logiske, praktiske foranstaltninger.

De to andre samlede selskaber, hollænderne og englænderne, mod-



Fra kongressen. Se omstaaende text.



Text til billederne.
Forsiden: Kongressen på flaghøjen. Bemærk folkedanserne. — Åbningsmødet søndag aften.
Forrige side: Kongres i Paris? Fra venstre: Saxon, Nussbaum, Feix, Egerod, v. Borrendam. — Mandligt gymnastikhold. — Kvindeligt do. — Fra åbningsaftenen. Egerod takker.
Denne side: Bestyrelsen, Egerod, Saxon, Feix, v. Borrendam. — Kongressen åbnes, flaget hejses. Fot. Sigsgård, Århus.

toges i Esbjerg af hhv. Oluf Egerod, frk. M. C. Henriksen og Roger Ditlefsen, der så førte selskaberne i biler gennem Jylland.

Da skolen ligger så isoleret, havde vi på forskellig måde måttet træffe visse særforanstaltninger: Vejle bank havde åbnet en filial på skolen, barberen fra Daugård måtte stille tidligt om morgenen, og fotograf Sigsgård fra Århus måtte for en uge nedsætte sig i skolens badekælder for at betjene publikum.

De nye politiske forhold i Tyskland kom på forskellig måde til at berøre vor kongres. For det første måtte tyskerne i sin tid efter omvæltningen mælde sig ud, tildels fordi de hollandske vegetarer officielt tog afstand fra visse foreteelser i Tyskland, og dette medførte også, at den i Zürich planlagte konkres i sidste øjeblik måtte afløses og i huj og hast flyttes hertil. Vi havde jo så for at bevare følingen med de tyske vegetarer fået arrangeret to foredrag af kendte rigstyskere, endda med speciel tilladelse fra rigsføreren for sundhedsvæsenet i Tyskland. Men visse kræfter, der stadigt har

været imod os, havde i sidste øjeblik fået bildt de tyske autoriteter ind, at vor unions ledelse bestod af jøder, og at flere jøder skulde holde foredrag på kongressen. Det passede nu tilfældigvis ikke, men det hemmelige politi i Tyskland forbød telefonisk den ene foredragsholder at rejse og møde op på banegården og forhindrede den anden i at tage afsted. Nå, det eneste man derved opnåede, var at svække den tyske indsats på kongressen, thi de to talere, red. Karl Bartes, Eden, og dr. med. & phil. A. Tienes. Wörishofen, er kendt som to fortræffelige talere, også set med det nuværende Tysklands øjne.

Kongressen åbnedes så søndag kl. 14, idet vi lod vor egen fane gå til tops. Spur havde forfattet en fanesang på 3 sprog, hvoraf vi her gengiver det danske vers:

Fane, lyse rene, for vort sind og hjærte,
kan dit mærke være et dejligt ord om fred.
Sejre kan alene over tidens smærte
den, som kan bære bud om kærlighed.

Præsidenten, v. Borrendam, bød velkommen, og det første foredrag holdtes af Oluf Egerod: Danmarks kultur og historie i et kort omrids. Foredraget blev holdt på tysk, men samtidig omdelt på engelsk; man undgik derved at spilde tid på at holde det to gange, og på lignende måde bar man sig ad ved senere foredrag. Tiden havde blot været for knap til helt at gennemføre denne praktiske fremgangsmåde.

Frk. M. C. Henriksen, der er lærerinde på skolen, havde samlet stedets børn og med dem indøvet en del danske sange, en- og tostemmigt, som nu lød i pavsen og senere hen mange gange glædede kongressens deltagere.

Kl. 16 var der opvisning i danske folkedanse, udført af 12 par under ledelse af lærer H. Hansen, Nørskov, Farre, en smuk og stilfuld forevisning, som interesserede alle umådeligt.

Om aftenen fandt så den egentlige åbningshøjtidelighed sted. I den under hr. Johansens og frk. Henriksens ledelse med alle slags faner, blomster, korn, osv. festligt smykkede sal var dækket til ca. 250 deltagere, som så tilbragte en ualmindelig festlig og hyggelig aften sammen. Musiken havde frk. Henriksen sørget for og havde al ære af. Der var børne- og voxenkor, klaver, violin og solosang. Især må nævnes en af lærerfruerne, fru Christiansen, der så betagende foredrog nordiske sange for os. I det hele må det siges at være et af

kongressens vellykkede træk, at når undtages folkedansene, foregik underholdningen helt og holdent ved kongressens egne kræfter, hvad der gav et eget hjemligt præg, uden at der derfor var slået af på fordringerne. De døde blev således uendelig fint og smukt mindet med Händels Largo og Griegs Åses død før og efter en beåndet tale af hr. Feix.

Som officielle gæster havde vi den ære at have politimesterens fuldmægtig fra Horsens, hr. Eilertsen og frue, borgmester Poulsen og frue, Vejle, samt sognerådsformand Johansen, Daugård, der alle havde hjertelige ord at sige os, ikke mindst borgmesteren, der som gartner viste sig at have forstået kærnen i vor sag, den bedre udnyttelse af jorden ved fremstilling af frugt og grønsager end ved produktion af kød o. l. Skolens forstander, hr. M. Johnson, vakte begejstring ved at fortælle om denne vegetariske skole, hvor eleverne endda er med til at dyrke al den dejlige mad, de der får.

Danmarks velkomst blev udtalt af Dansk vegetarisk forenings formand, hr. forlagsboghandler H. L. Henriksen, iøvrigt talte selvfølgelig den samlede bestyrelse med tak til alle dem, der var kommet for at styrke vor sag i et internationalt samvær, og en delegeret fra hver forening tolkede i begejstrede ord deres tak til mødets arrangører.

En bedårende oplevelse var de tre små pigers versificerede velkomst til gæsterne, idet de reciterede Spurs vers, Rilla Henriksen de danske, Dede Henriksen de engelske og Sieglinde Seegelke de tyske. Vi gengiver et enkelt af de danske vers:

I verden råder ufred og sætter sorgen spor,
og alle må de kæmpe, som på sandheden tror.
Men sandhed uden sundhed man finder heller ej.
Derfor I kom at lede os på sundhedens vej.

Lærer Stokholm havde til velkomst skrevet to sange, hvoraf vi citerer de to slutningsvers fra den danske text:

Vi lever og ånder som i et hav af ungdomskræfter og glædestrømme.
Usigelig rigdom os livet gav — så stor, at derom kun den kan drømme,
der lyder loven som blad i skoven
i strålebadet af guld fra oven fra livets land.

•

Just derfor er vi kommen her et åndens sværd at smede;
og siden vil vi hver især vort lys om lande sprede,
så ingen mørkets svamp får ro til folkets kraft at ode;
men sundhedskræfterne skal gro så skønt som roser røde.

Endelig havde lærer Heilmann skrevet en sang på tysk, engelsk og fransk, som også vandt mægtigt bifald.
Så kom arbejdsdagene. Hver morgen blev deltagerne kvikket op af gymnastiske øvelser, ledet af lærer M. Stokholm og Miss P. Haigh, samt bad i det dejlige salte vand.
Hele mandag og tirsdag formiddag holdtes foredrag og diskussioner. Dr. Jean Nussbaum talte som læge om vegetarismen som den naturbestemte levevis for mennesket, et fremragende populært fysiologisk foredrag.
Dr. phil. Gustav Heckmann talte om »Vegetarisme og opdragelse«. Hr. Heckmann har haft en fri skole i Tyskland. Denne er nu flyttet til Østrupgård, Håstrup, Fyn. Her er en international kostskole efter frie principper og helt vegetarisk, hvor man har præsteret at leve sundt og godt efter Hindhedes principper for 9 kr. pr. måned. Vi skal senere bringe dette foredrag her i bladet.
Moriz Schnitzer talte ud fra sit livs rige erfaring om »Vegetarismens etiske betydning«, og citerede interessant Goethes Faust, som hr. Schnitzer har gjort til genstand for et indgående studium. Hans skrift herom kan fås i vor boghandel, Istedgade 7, st., Kbh. V. Som en naturlig tilknytning hertil fremstillede så hr. Simon Kupcik fra Prag »Vegetarismen i guds plan« for os. Disse to foredrag gav anledning til en livlig diskussion, hvor bl. a. præsidenten stærkt hævdede, at man godt kunde være etisk indstillet og fuldgyldig vegetar uden at bekende sig til nogen bestemt religiøs opfattelse.
Hindhedes »Tilbageblik på mit arbejde« vakte naturligt stor interesse og vil af mange tilhørere blive stående som kongressens oplevelse i foredragsrækken. Vi skal også senere bringe dette foredrag. Disse foredrag nåede at blive færdigdiskuterede onsdag formiddag, hvorefter man tog fat på generalforsamlingen, hvor kun de delegerede havde tale- og stemmeret, men som mange af de øvrige deltagere overværede. Sekretærens og kassererens beretninger godkendtes hurtigt, men præsidentens gav anledning til nogen debat. Sagen er den, at v. Borrendam som bestyrelsesmedlem af den hollandske forening havde været med til at vedtage en resolution mod visse uetiske handlinger, man mente var forefaldet i Tyskland, da Hitler kom til magten. Da Hitler jo angives at være vegetar, og vegetarerne i Holland blev lastet for at have en sådan meningsfælle, mente man at måtte præcisere sit standpunkt til de påberåbte handlinger. Dette førte til, at de tyske vegetarer måtte udmælde sig under pres fra en os uvenlig side, der fik udspredt det rygte, at

IVU var ledet af joder, frimurere osv. og havde taget positiv stilling mod det nye regime i Tyskland. Der har været gjort meget for at oplyse autoriteterne i Tyskland om sagernes virkelige stilling, Feix og Egerod har således været i Berlin og ført en del forhandlinger, der jo også var resulteret i, at man som indledende skridt til forsoning skulde have hørt de to tyske talere på kongressen. Dette blev jo forhindret ved ny bagvaskelse fra visse kræfter i Tyskland. Fra en side hævdedes det nu, at v. Borrendam måtte træde tilbage a. h. t. Tyskland, mens andre stærkt hævdede, at fejlen lå i de villede misforståelser i Tyskland, og at vi ikke ved at give præsidenten et mistillidsvotum vilde styrke disse mørke kræfter. Denne opfattelse sejrede.

De forskellige lande aflagde nu beretning om arbejdet i de forløbne tre år. Ved valgene genvalgtes præsidenten med 19 af 22 stemmer. Egerod, Feix og Wyatt genvalgtes med akklamation. Det overlodes til disse 4 at udpege det 5. medlem i det land, der i 1938 modtager den 10. kongres. Der kan blive tale om Holland, Prag, Barcelona eller Paris. Det overlodes den internationale bestyrelse at føre de nærmere forhandlinger og at træffe afgørelse herom.

Efter valgene indtraf en af kongressens smukkeste episoder: Red. J. L. Saxon overrakte i en inderlig vennetale sammen med frk. Adda Dahl Egerod og Feix Svensk vegetarisk forenings smukke hædersmedaille i sølv som tak for deres store internationale vegetariske arbejde, hvorfor de to hædrede dybt bevæget udtalte deres tak.

Generalforsamlingen fortsattes fredag form. og endte med vedtagelse af flg resolutioner:

> 1) Den 9. internationale vegetarkongres fastslår, at flere kulturbestræbelser løber parallelt med vegetarismen, men at vegetarismen dog frembyder en selvstændig livs- og verdensanskuelse, som er grundet på ærefrygt for livet og giver udtryk for en universel kærlighed til alt levende. Vegetarerne er af den opfattelse, at et menneskeværdigt samfundsliv kun har mulighed for varigt at kunne trives, når det er grundet på de principper, vegetarismen bygger på. For at kunne virkeliggøre den vegetariske bevægelses idealer, må vi idag, midt i en tid af politisk spænding og forviklinger, fordoble vort vegetariske agtations- og oplysningsarbejde. Og af denne grund er et stigende internationalt samarbejde nødvendigt.
>
> Kongressen peger i særdeleshed på den kendsgerning, at den vegetariske ernæring ifølge videnskabelige vidnesbyrd ikke alene er den naturligste, men også den sundeste.
>
> Ligeså betydende og overbevisende er de sociale fordele, som vege-

tarismen medfører. Med henblik på disse kendsgerninger udtaler kongressen derfor, at IVU (den int. veg. union), idet den ser bort fra alle nationale eller sociale forskelle og vanskeligheder, også i denne tid af voxende nationalkonflikter må forsøge at udbrede sine bærende humanitære tanker over hele verden og tage standpunkt mod handlinger og tanker, som går imod disse anskuelser.

I særdeleshed pålægger kongressen unionen ved enhver lejlighed eftertrykkeligt at tage stilling mod alt, hvad der kan have krig til følge, mod våbenindustriens krigsforberedelser, mod drab, pinsel, lemlæstelse, mishandling eller tortur af mennesker og dyr, kort sagt mod alt, hvad der betyder ødelæggelse af en sand kulturtilstand.

Kongressen opfordrer vegetarer i alle lande til i denne tid, så fuld af krigsfarer, kraftigere end tidligere at kæmpe for fred og menneskelighed, for menneskers og dyrs ret til liv og livslykke, kort sagt for vegetarismens sejr.

2) Den 9. int. vegetarkongres har med tilfredsstillelse taget til efterretning, at den tyske rigsregering har afskaffet det videnskabelige dyrplageri, eller indskrænket denne såkaldte vivisektion til et minimum. Ligeledes, at den tyske rigsregering fremmer bestræbelserne for at befordre den biologiske folkelægekunst, i særdeleshed naturhelbredelseskunsten og dermed den biologisk rigtige ernæring i de videste krese. Kongressen giver udtryk for det håb og ønske, at også andre regeringer vil fremme bestræbelserne for en ernærings- og lægereform.

3) Den 9. int. veg. kongres beklager overordentlig, at 2 af kongressens prominente talere p. g. a. tyske autoriteters indgriben ved forbud er blevet forhindret i deltagelse i kongressens arbejde.

4) Kongressen billiger arbejdet for, at man ved kommende kongresser kun lader foredrag og diskussioner oversætte til et internationalt hjælpesprog.

Dette var selve arbejdet. Ligeså stor betydning havde de forskellige underholdninger og udflugter.

Mandag, tirsdag og onsdag aften foranstaltede den strax søndag nedsatte fornøjelseskomite under frk. Henriksens ledelse internationale underholdninger. Man sang alle mulige nationale- og folkesange, og vi sang med på hinandens sange, der blev musiceret,, danset folkedanse, fortalt anekdoter, vist lysbilleder, alt med Egerod som en fornøjelig og vittig konferencier, idet han udfoldede uanede evner også på dette område. Disse aftener bidrog i høj grad til at styrke og uddybe samværets særegne inderlige venskabsstemning.

Udflugten tirsdag eftermiddag var en pragtfuld sejltur på Vejle fjord. Med vort eget flag på stortoppen sejlede vi fjorden rundt og nød det herlige sceneri. I Munkebjærg og Fakkegrav gjorde vi

landgang, og her indviede vi bl. a. de fremmede i de danske ispindes mysterier, kørte med rullende trappe, nød udsigten, men fik også lejlighed som modsætning til vor herlige røgfri tilværelse på skolen at undre os over det egentlig grænseløse griseri, en røgfyldt sal, endda med det herligste solskin udenfor, frembyder.

Storturen tog hele torsdagen. Deltagerne var vildt begejstrede, men det var nu også udvalgte steder, de 7 turistbiler førte os til. Flaget havde vi også med her, og det hejstes da både på toppen af Himmelbjerget og på båden på Silkeborgsøerne. Turen gik først til Himmelpinden i Vejle med den vide udsigt over by, fjord og dal. Derefter til den fredede Randbøl Hede med storslaaede lyngbakker. Her holdt J. D. Henriksen, Spur og Egerod foredrag for deltagerne om turens seværdigheder. Derfra til Jælling med høje og runesten, hvis indskrifter blev nøje gennemgået, også i et dejligt stræk til Himmelbjærget. Her indtoges den medbragte frokost, tårnet blev besteget o. s. v., o. s. v. Og nu kom vel dagens clou, den vidunderskønne sejltur på søerne. Tilslut hjem over Skanderborg, ialt 200 skønne kilometer. Vi vil aldrig hjem, var der mange, der sagde.

Om aftenen kom så samværets kulmination. På stranden var tændt et mægtigt, pragtfuldt bål, og inspireret af stemningen foranstaltede Egerod så den smukkest tænkelige bålfest. Forskellige talere så i flammerne en mindelse om krigen, men også et tegn på udryddelse af alt ondt. Hver nation sang en sang, repræsentanter for hver nation dannede kæde om ilden og afgav fredsløfte, idet de hver med et stykke ved nærede kærlighedens bål, alle dannede den smukke skotske kæde til tonerne af Auld lang syne, tilslut et minuts stilhed i tanken på den store krigs døde, og man skiltes med den kærlighed i hjærterne, der skulde forhindre et nyt 1914.

Fredag kom så afskedsmøderne med de uendelige taksigelser til skolen, bestyrelsen, komiteen, alle andre arbejdere, til dansk natur, kultur og lune, flaget, det gule med v-splitten og bogstaverne I. V. U. i grønt blev firet under afsyngelse af fanesangen, og under »På gensyn i Paris i 1938« opløstes så denne så smukke og harmoniske kongres.

Dog ikke helt. Ca. 70 deltagere tog til København og fortsatte der et par dage. Der var fællesudflugt til ingeniør Seegelkes smukke ejendom i Trørød og en pragtfuld heldagsbiltur i tre turistbiler i Kbh. og Nordsjælland med afsluttende besøg med middag på

Skodsborg badesanotorium, hvis hele indretning vakte udelt beundring og dyb interesse.

Så skiltes man endelig, så sent som d. 8. drog de sidste afsted, men over vande og grænser snor sig nu mangt et nyt venvenskabsbånd, hvis betydning for arbejdet for fred og forståelse mellem folkene ikke kan undervurderes. *UVI.*

Kongresnoter.

Udtog af takkebrevene. Dr. Constance Hurren skriver: Det blev en storslået succes. Alle engelske deltagere nød kongressens oplevelser i fuldeste mål. Det var en vidunderlig oplevelse at være sammen med så mange nationer. Vi simpelthen beundrer Danmark og vilde gærne komme tilbage igen og igen.

Præsidenten, dir. C. J. v. Borrendam: Det blev en uforglemmelig tid. Hos alle talere sporedes en varm samfølelse .... At lade de forskellige nationer selv foranstalte aftenernes underholdning blev en succes .... Aftenen ved stranden med det poetiske bål blev et symbol. Den mest kritiske af alle vi nogterne hollændere kan endda i sin beretning skrive: Med stor taknemlighed tør vi nu efter denne kongres udtale: Humaniteten marcherer, og intet skal standse den .... Alle ledende hollandske aviser har bragt beretning om kongressen, Soc. dem. endda under hovedoverskrifterne: Vegetarismen er kærlighed til medmenneskene og: Desuden er den den sundeste levevis. .... Denne kongres gav os kræfter for mindst de 3 næste år. .... Hele organisationen var sublim. Jeg kalder denne kongres Egerodkongressen.

Generalsekretæren, red. Hans Feix: Den mønstergyldige forberedelse og gennemførelse af de i kongresarbejdet indlagte udflugter og besigtigelser, de af talrige kongresgæsters levende medarbejde fremgåede bevingede improviserede folkekunstaftener bestrålede mødet med glansen af en harmonisk kammeratskabsfølelse, hvortil ung og gammel hengav sig opfyldt af idefællesskabets samfølelse. ....

Alt i alt må det siges, at den 9. kongres var usædvanlig vellykket. Hovedandelen i dette resultat må tilskrives Oluf Egerod, der trods sit store skolearbejde i måneder har ydet et vældigt, detailleret forarbejde og under kongressen i utrættelig sollys livlighed og ægte vegetarisk skaberglæde næsten hver time gav kongressen nye impulser.

Det er naturligvis umuligt at nævne navnene på alle hans hjælpere, men familien H. L. Henriksen må fremhæves og heraf især »unge Henriksen«. Fra tidlig morgen til sen nat ombolgede ham de mange ønsker af »allervigtigste« art. Og hvor meget hans nerver end var medtaget, stadig svarede han med et forstående, mildt smil, og hans elskværdige tålmod havde ingen ende. Vi skylder ham en særlig tak.

Gaver: John Svensson, 3,00; L. Mehrn, 2,00; Math. Mortensen, 5,00; Den sanitære fødevarefabrik, 50,00; Fam. Thomsen, 3,00; Erik Jensen, 3,00; Fokdal 5,00; P. A. 5,00; Bnemann, 5,00; Arkemann 15,00; Kbh. frugtauktioners agitationsfond, 100,00; Ørnstrup, 3,00; Chr. Beyer, 2,00; Barre, 2,00; M. C. 25,00; A. Lundman, 2,00; P. Rasmussen, 10,00; ialt 631,00 kr. Vi takker hjærteligst for den således udviste interesse.

Da underskudet ikke bliver så lille endda, har vi intet mod at gøre listen længere.

Sundhedskøkkenet. Ved fru M. Henriksen.

Ristet brød med tomat og løg: Skiver af enten mindst daggammelt grahamsbrød eller franskbrød afskorpes (eller ikke efter behag), ristes paa

FORENINGSMEDDELELSER

Dansk vegetarisk forening. Formand: H. L. Henriksen, Istedgade 7, København V., Tlf. vester 3509.

Vegetarisk oplysningskontor, Fanøgade 10, 1., Kbh. Ø. Tlf. Ryvang 1094 u. Postkonto 25656. Kontortid: mand. og torsd. kl. 19—20½. Fælleskontor for Dansk vegetarisk forening og Kbh. afd.

Oplysningskontorets sommeradresse er: Johannevej 21, Chrltl., tlf. Ordrup 699.

Vegetarisk bibliotek. Adr.: Danmarks afholdsforeningers bibliotek, Peter Hvidtfeldtsstræde 13, Køoenhavn K. Åbent hver mandag kl. 20—21.

Møder og lignende.

Københavns afdelingen. (Form.: cand. mag. Th. E. Spur, Istedg. 7, st., Kbh. V. Tlf. vester 3509, personligt onsd. og torsd. kl. 15—16).

Årsmødet afholdes i Kbh. 25. aug.

Velkommen til årsmødet i Fysisk kuranstalts sal, St. kongensgade 36, 25. aug.

Program: Kl. 9: Velkommen ved Københavnsafdelingens formand, samt dagsorden efter sidste nr. af V. t.
- 13: Fællesspisning à kr. 2,00. Indtegning inden kl. 11 samme dag.
- 14,30: Årsmødet fortsættes.

Kom alle med fra hovedstad og provins. — Interessante beretninger fra kongressen. — Vigtige spørgsmål skal afgøres.

Deltagerne i årsmødet den 25. august bedes venligst medbringe dette nummer af bladet, da regnskabet ikke trykkes særskilt.

panden i nutanamargarine og anbringes på et varmt fad og holdes varme. Tomatskiver ristes let i marg., og anbringes 1 skive eller 2 på hvert stykke ristet brød; løgene let brunede i samme marg. overhældes tomatskiverne. Rigeligt af stegte løg vil gøre retten mere velsmagende. Kan spises som en selvstændig mellemret eller til kogte brune bønner eller linser naturel og kartofler.

Ris med tomater: Ris koges i vand eller urtesuppe med løg skåret i fine strimler, koges uden at brunes 2—3 min. i en god klat nutana marg. Når risen er kogt, laves den til med revet muskatnød, salt og lidt marg., anbringes midt på et varmt fad, overdrysses med rigelig af en god mild velsmagende reven ost og pyntes med tomatskiver rundt om kanten. Spises med smeltet marg. eller tomatsauce.

Fyldte tomater: Et låg skæres af smukke helst lige store tomater, som udhules lidt. Fine rene grønærter blandes med rigelig majonaise og det udhulede af tomaterne; fyldes i tomaterne så rigeligt, at det flyder godt over. Overdrysses med hakket persille og pyntes med salatblade.

Tomatrose som portionsanretning: På en desserttallerken eller flad glasskål anbringes et eller to smukke skøre salatblade dyppet i eller stænket med citronsaft. I en smuk tomat skæres et eller flere kryds over midten, dog ikke helt til bunden. Tomaten åbnes lidt, idet man trækker forsigtig ud i spidserne, så den åbner sig som en rose. En blanding af fire skiver af asparges, hakket kørvel og spinat blandet i majonaise, smages til med salt, og ubetydelig sukker hældes i og over tomaten, og uden om pyntes skitfevis med skiver af hårdkogte æg, agurkeskiver og trekanter af tomater. — En smuk, festlig og velsmagende anretning.

Regnskab for Dansk vegetarisk forening
for året 1934—1935.

Indtægt:		Udgift:		
Kassebeholdning pr. 30. juni 1934	792.03	Vegetarisk tidsskrift		1322.82
Kontingent	1168.15	Porto til do.	227.71	
Abonnement	196.56	Brevporto	46.97	
Annoncer	261.02			274.68
Gaver	11.00	Repræsentation etc.		9.50
Bidrag til oplysningskontoret	175.00	Oplysningskontoret		300.00
Renter	7.18	Diverse		22.30
Salg af Vegetarisk tidsskrift	5.25	Kontingent til andre foreninger		50.60
Salg af Vegetar-bogen	17.50	Saldo		653.79
	2633.69			2633.69

STATUS.

Aktiver:		Passiver:	
Kassebeholdning	653.79	Saldo	3413.79
Bibliotek	150.00		
Inventar	200.00		
Litteratur	2260.00		
Udestående fordringer	150.00		
Balance	3413.79	Balance	3413.79

Regnskab for Vegetarisk uddannelsesfond
fra 1. juni 1934 til 30. juni 1935.

Indtægt:		Udgift:	
Kassebeholdning 1. juli 1934	25.04	Kassebeholdning 30. juni 1934	25.59
Renter	00.55		
	25.59		25.59

H. Lykke, kasserer.

Regnskab for dr. Mich. Larsens vegetariske børnehjemsfond
fra 1. juli 1934 til 30. juni 1935.

Indtægter:		Udgifter:	
Kassebeholdn. 1. juli 1934	1267.81	Porto m. m.	4.15
Gaver	95.20	Rejser	5.55
Renter	562.61	Tryksager og div. udgifter	78.05
		Valdem. Bloch	1252.00
		Kassebeholdning	585.87
	1925.62		1925.62

STATUS

Aktiver:		Passiver:	
Obligationer pari	11250.00	Saldo	11860.87
En Radering	25.00		
Kassebeholdning	585.87		
Balance	11860.87	Blance	11860.87

Fru M. Henriksen,
p. t. formand og kasserer.

Samtlige regnskaber er gennemsete og fundet i orden, kassebeholdningen fandtes at være i overenstemmelse med bogerne.

København, den 8. juli 1935.

C. Seegelke, Valdemar Petersen,
revisorer.

Spredt og samlet.

Hr. afdelingschef Åge Flach, mangeårigt medlem i D. V. F. og en tid formand i Kobenhavnsafdelingen samt bl. a. i flere år kasserer for dr. Mich. Larsens vegetariske børnehjemsfond, er afgået ved døden den 28. juli d. å. Arbejdsvillig, trofast og retskaffen i al sin færd var han iblandt os. Vi savner ham. Æret være hans Minde. H. L. H.

Rygpleje.

Ryggen og dens pleje for sunde og syge. Af Geo Barre. 102 sider. Illustreret. København 1935. Almquist's forlag. Pris kr. 3,00.

Det er en kendsgerning, at adskillige dele af vort legeme i særlig grad lider ilde på grund af vort civiliserede, stillesiddende liv. Dette gælder ikke mindst ryggens muskulatur og rygraden, som er »landevej« for vort omfattende nervesystem, og hvis gode tilstand derfor er af stor betydning. Det har kiropraktorerne haft øjet åbent for, da de fremførte deres sygdomsbehandling som en speciel rygbehandling. Nærværende bog viser, at også den hygiejniske, forebyggende side af rygradsbehandlingen har deres opmærksomhed. Forfatteren, der er sygegymnast og kiropraktor, giver både oplysning om rygradens betydningsfulde funktion og gode råd med hensyn til dens pleje, ikke mindst ved hensigtsmæssig gymnastiske øvelser. En række gode illustrationer letter forståelsen af instruktionerne. Vi noterer med tilfredshed, at også ernæringsspørgsmålets betydning påpeges — med forsigtig, men tydelig vegetarisk tendens. F—J.

Plante-margarine. Som det fremgår af omstående annonce har en landskendt margarinefabrik efter opfordring fra flere sider optaget fremstillingen af en margarine, som imødekommer de krav, som vi bør stille til dette uundværlige fedtstof. Også prisen stiller sig gunstigere, end vi er vant til, og da fabriken tilbyder enhver garanti (også kontrol) for varens kvalitet, vil det være af betydning, at vegetarer og andre interesserede benytter sig af lejligheden. V. V.

PLANTE-MARGARINE

Garanteret ren — fineste kvalitet — 49 øre pr. ½ kg. Sendes overalt i landet i pakker å 5 kg. 10 kg franco. — Forespørgsler besvares gerne. Omgående Expedition.

N. M. LARSEN - Vedelsgade 50 - VEJLE

Postgirokonto 16257 Telefon 812

Rejs til det skønne **Sønderjylland!**

Vegetarisk pension tilbydes
Kr. 3.00 & 3.50 pr. dag.
Fru M. Meldola Hohenstein
Storegade 11 — Broager

Gode rutebilforbindelser til Dybbøl-Skanserne — Sønderborg — Gråsten — Flensborg etc.

En ikke ung, enlig dame ønsker at komme i forbindelse med een eller to andre damer, for sammen med denne, eller disse, at leje en lejlighed Byen, eller foran på Frederiksberg eller Vesterbro. Billet mrk. Lejlighed til Bladets expedition.

Ryggen og dens Pleje
Omhandler Kiropraktik i hjemmet
Specialitet rygovelser
Kiropraktor G. Barre
Dæmningen 24. Vejle. Tlf. Aarh. 3256

PENSION „ENGELSTOFT-SMIDT"
Skovvej 7 — Gentofte
Gæster modtages hele året
for kortere og længere tid
Centralvarme — Stor have
Smukke omgivelser — Vegetarisk kost
Telefon Ordrup 610

— STØT VORE ANNONCØRER —

RAASTRUP KURSTED
(ved Christiansminde, SVENDBORG)
Vegetarisk kost. Fysikalsk behandling og massage. Patienterne tilses af dr. Backer. Priserne er fra kr. 4,50 til kr. 7,00 pr. dag.
ANNA ULLERUP - Tlf. Svendb. 755.

Vegetarisk restaurant
Frederiksberggade 28, København K.
Telefon 7827.
Sundeste og mest økonomiske ernæringskilde.
Regulær vegetarisk kost. Råkost. Frugtlunsch. Morgenservering. havregrød, sundhedskaffe og teanretninger. Frokost, middag og aftenservering.
Smørrebrød og **frokostpakker.**
Husholdningskursus. Litteratursalg.



Adresserne på de **kiropraktiske kliniker** findes bl. a. i rigstelefonkatalogets fagregister.

Vegetarisk kost,
herunder råkost — fås billigst hos fru M. Klintø, Langøgade 17, København Ø.
Telf. Ryvang 3789 v.

RESTAURANTEN
Vegetarisk spisesalon
ÅRHUS
Borgporten, opg. 23 II
—o—
Vegetarisk mad og råkost.
Sundhedskaffe og -te.
Tlf. 9070. Lukket lørdag.

SANAFER
St. Kongensgade 36-38.
Telf. Palæ 1010.
Vegetariske-diætiske næringsmidler for sunde og syge.
Forlang prisliste.

Vegetarismens standardværk
Dr. MICH. LARSEN
„Naturhelbredelsen"
Anden udgave, pris kr. 2.50.
Nordisk sundhedsforlag,
Istedgade 7, København V. Vester 3509.

FRYDENSTRAND Badesanatorium.
(Overlæge Carl Ottosen).
Frederikshavn. Forl. prospekt og prisliste.

Fysisk kuranstalt
Lysbadeanstalten med fysisk-diætisk klinik ved overlæge **Carl Ottosen**
St. Kongensgade 36-38

SKODSBORG
BADESANATORIUM
Fysisk-diætisk kuranstalt med medicinsk og kirurgisk klinik.
Overlæge Carl Ottosen.
De bedste fysisk-diætiske kurmidler anvendes med godt resultat
Billige Vinterpriser fra 1. September.
Illustreret prospekt på forlangende.
Telefon Skodsborg 200.

„Sana". Specialitet: sundhedsfødevarer.
Drik Kora-kaffe 110 øre pr. ½ kg.
Medlemmer rabat.
Smalleg. 15, Kbh. F. Tlf. Goth. 4290

Redaktion: Vice-skoleinspektør Oluf Egerod, Rødkildevej 40, København F. — Telefon: Goth. 2573. Postkonto 282.
Expedition: Fanøgade 10[1], København Ø. — Telefon: Ryvang 1094 u. (mandag og torsdag kl. 19—20[30]). Postkonto 25656.
Abonnementspris: 4 kr. årlig + postpenge. Kan bestilles på alle postkontorer og hos landpostbudene samt redaktion og expedition.
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.
A/S P. Hansens Bogtrykkeri. — København.