Hr N Nielsen
Gentoftegade 56 C St tv
Gentofte
287

Vegetarisk Tidsskrift

Københavnsafdelingen.

Grønlandsexperten, magister Poul Hansen havde erklæret sig villig til at holde foredrag for os om Grønland med filmsfremvisning ved et møde i Kvindelig læseforening den 6 ds. Vi har været nødt til at annullere dette møde, men håber at få magisteren at høre en anden gang.

Bestyrelsen.

To værdifulde bøger.

Raakostens Betydning for Sundhed og Sygdom af Læge *Kirstine Nolfi*. Personlige Erfaringer om Helbredelsen af Kræft og andre alvorlige Sygdomme ved ren Raakost. Jakob Lunds medicinske boghandel. 1,50 kr.

Dette er en bog enhver vågen vegetar bør læse strax. Her siges noget helt rigtigt om den dødkogte kost med salt, sukker og fint mel, om syrer og baser, om rå mælk og så om råkosten, lys, luft, motion og sol. Endelig er der vink om kostsedlens indretning — fruen bruger af sine rationeringskort kun koksmærket. Endelig en tabel over baser, syrer og vitaminer. *O. E.*

Litt om Sundhet, faste og innvendig renslighet ved højesteretsadvokat *Eivind Eckbo*. Cammermeyers bokhandel, Oslo.

Enhver, der vil læse om menneskehedens store svøbe, forstoppelsen og om faste som udrensnings- og helbredelsesmiddel bør studere denne alsidige bog, der bl. a. citerer ca. 100 læger bl. a. de kendte Frans Xaver Mayr, John Olsen, Lester, Ib Freuchen, Kellog, Moinichen, v. Wendt og Ragner Berg. Dertil aforismer, tabeller og register. Bemærkelsesværdig er beretningerne om Viggo Cavlings og Upton Sinclairs fastekure. Bogen falder i uafhængige afsnit, er derfor let at slaa op i og ty til. En guldgrube for den, der søger viden om helbredelse på vegetarisk grundlag. Kan købes i Danmark. *O. E.*

Udgivet af Dansk vegetarisk forening

MEDLEM AF FORENINGEN AF DANSKE UGEBLADE, FAGBLADE OG TIDSSKRIFTER

37. årgang
nummer 10
1. oktober 1943

Faste — naturens største lægemiddel.

Højesteretsadvokat Eckbos foredrag om faste og sundhed var årsmødets store oplevelse. Hr. Eckbo slog fast, at faste var naturens største helbredelsesmiddel, og ikke blot det, men, således som han citerede fra den berømte fastelæge Frans Xaver Mayr: „Det er den enkleste, virksomste og billigste kur, som kan foretages når som helst og hvor som helst."

Gennem en række citater fra læger slog hr. Eckbo fast, at faste var en metode, der i dag værdsættes af lægevidenskaben, ligesom også dens historie kan føres tilbage til Hippokrates' dage, og det er en almindelig naturlov, som også viser sig blandt dyrene, at når der kommer sygdom, så er det eneste rigtige at „gå fra foderet".

Advokat Eckbo havde personligt dyrket fastekure fra 1911 og derved genvundet et ødelagt helbred. I begyndelsen havde han foretaget længere varende kure, senere efterhånden hyppigere og kortere. Hans erfaring gik ud på, at man derigennem styrkede sin konstitution og øgede sine kræfter, og han havde aldrig truffet nogen, der blev syg af at faste.

Sammen med faste anbefalede han at sørge for „indre rengøring", idet man hver fastedag skulde drikke 1-2 liter vand med bittersalt, eventuelt også foretage udrensning ved hjælp af vandlavement. Man kunde også ved siden af drikke grøntsaft; men han syntes selv at være mere tilfreds med det rene vand og bittersalt. Ubehag og sultfølelse svinder efter 2-3 dages forløb, den øvrige tid føler man sig fuldstændig oplagt og arbejdsdygtig. Efter nogen tid kommer der en ubændig sult og trang til fødeoptagelse, og dette er tegnet til at fasten skal brydes. Med hensyn til afbrydelsen gjorde hr. Eckbo opmærksom på, at den skulde ske langsomt, idet man de første dage kun spiste ganske lidt og meget enkel mad. I det hele taget burde man efter fasten spise mindre end før fasten, og kun når man var virkelig sulten, d. v. s. der måtte være mindst 5 timer mellem hvert måltid.

Hr. Eckbo fortalte om amerikaneren Jackson, som udtalte, at da han var 50 år gammel, var han næsten dødsdømt med hjertefejl og var kun lovet 3 måneder at leve. Da lærte han at faste, og da han var 75 år og følte sig frisk som en atlet udtalte han, at faste var den mest forunderlige fornyelses- og renselsesproces. Der blev endvidere henvist til den berømte amerikanske læge dr. William Howard Hay, som selv havde fastet en gang 43 dage og udtalte, at mad, som ikke er nødvendig, er en byrde; han anbefaler, at salater og frugt bør udgøre mindst halvdelen af vor føde. Dr. Müller fra Dresden var så praktisk, at han holdt sine fastekure sammen med sine rejser. På den måde fik han mere tid til at studere og et større udbytte af sine faster. En del af fastens fordele er, at den giver fordøjelseskanalen hvile og der-

ved også mindsker trangen til alkohol såvel som til tobak og kaffe.

Til sidst citerer hr Eckbo to berømte journalister, der havde optaget fastekure med et storartet resultat. Den ene var amerikaneren Upton Sinclair der udtalte: „Jeg indså, at jeg spiste for meget. Der var et overskud af næringsmidler, og når de ikke forbrændte, forgiftede de mig. Derfor anskaffede jeg mig bøger om emnet og begyndte, og siden er faste blevet mig den naturligste sag af verden". Den anden var den danske redaktør Viggo Cavling, der var blevet ked af halvkure, som aldrig førte til bedring, og derfor gik over til fasten, hvorved han genvandt sin tidligere arbejdskraft og sundhed. Han lærte at blive „herre i sit eget legeme" og opdagede, at faste var den billigste kur, han nogensinde havde gennemgået.

Efter foredraget fik flere ordet. Dr. Henriksen udtalte en tak for foredraget og slog fast, at man vel havde stor interesse for fastekure i Danmark, men danskerne var alt for madglade og bange for at byde sit legeme rationelle helbredelsesmidler.

Dr. med. Aksel Borgbjærg syntes, at emnet var overordentlig interesant og oplyste, at lægerne i almindelighed også forbyder madtilførsel i mange tilfælde af sygdom, særlig ved akutte lidelser, men patienter i almindelighed er bange for at tabe i vægt og kræver stadig appelitvækkende midler. Han havde blandt sine patienter tilrådet rigelig råkost, som han mente burde vurderes lige så højt som fasten, da det ikke anstrengte organismen videre og man derigennem fandt helbredelse i så godt som alle tilfælde. Ved akutte mavesår anbefalede dr. Borgbjærg altid faste 2-3 dage, og siden meget streng diæt.

Restauratør Rasmussen fortalte om sine erfaringer med personlige fastekure, som gik så langt tilbage som til 1914. Den sidste faste, han gennemførte, varede i 35 dage, og det havde været ham til stor nytte.

Skoleinspektør Oluf Egerod anbefalede Eckbos bog til nærmere studium af det interesante emne og spurgte iøvrigt, om man kunde undvære vitaminer under faste. Dette blev besvaret med, at der ikke indtræder vitaminmangellidelser under en almindelig kortvarig faste, da disse først opstår efter flere måneders afhold fra vitamintilførsel.

Formanden, hr Nielsen, sluttede mødet med en tak til foredragsholderen og deltagerne i diskussionen. Mødet blev overværet af en interesseret tilhørerskare, hvoraf nogle allerede den næste dag begyndte at forsøge de anbefalede fastekure. Til sidst kan siges, at skønt emnet ikke har været behandlet i mange år i foreningen, er det jo en kendt sag, således som hr. Rasmussen også pointerede, at foreningens stifter, dr. Michael Larsen, anbefalede fastekure og forstod betydningen af det forøgede velvære og sundhed, man derigennem opnår.

J. D Henriksen.

Dansk vegetarisk forenings årsmøde

afholdtes søndag den 19. september på Skodsborg badesanatorium. Mødet var begunstiget af eftersommerens sol, og det strålende vejr havde åbenbart en god indflydelse på mødedeltagerne: der var den bedste stemning over det hele fra mødets begyndelse og lige til vi efter en smule trykken og skubben fik plads i det næstsidste tog. Var der deltagere, der havde benyttet eftermiddagens sidste timer til en tur i skoven og derfor vilde vente til det næste tog, fik de en bitter erfaring med sig: det var overfyldt fra Helsingør og susede hensynsløst forbi adskillige mellemstationer, hvor lange ansigter og knyttede hænder var det almindeligste syn.

Mødet var godt besøgt, selv om en del medlemmer havde holdt sig hjemme af frygt for, hvad der kunde ske. Der var 60—70 deltagere, og det må kaldes en meget smuk mødeprocent.

Da generalforsamlingen åbnedes i sanatoriets gymnastiksal, kneb det lidt med at få styrken samlet. Læge J. D. Henriksen bød velkommen til Skodsbog badesanatorium, der altid med glæde åbnede sine døre for vegetarerne, og som havde været rammen om så mange af vore fester og sammenkomster. Formanden takkede for velkomsten og erklærede generalforsamlingen for åbnet. Han nævnte de i årets løb afdøde medlemmer. Lærer N. P. Hansen, Østerlars, Frk. Ellen Jørgensen, Fotograf Strenge, fru Eleonora Madsen, fru Stenfeldt Mathiesen.

Til dirigent valgtes bogtrykker Wilh. Date.

Beretning og regnskab.

Formanden omtalte særligt, at vor vigtigste redskab i arbejdet er tidsskriftet. Som det fremgår af regnskabet, slår kontingenterne langt fra til over for de udgifter, bladets udgivelse medfører. Det vil derfor være nødvendigt at skaffe flere nye medlemmer og abonnenter, så vor økonomi sikres. Det er glædeligt, at vi kan notere 31 nye medlemmer siden januar.

Der har i den forløbne sæson været afholdt en række interessante møder med foredrag, som vi har haft megen glæde af, og der arbejdes stærkt på en fortsættelse ad de samme linier. Inden for bestyrelsen har vi drøftet mulighederne for gennem lejlighedsvis afholdelse af møder med ikke-vegetariske emner at få fat på helt nye tilhørerkrese; vi ligger i underhandling med kendte foredragsholdere, Der vil også i sæsonen blive forsøgt med et medlemsmøde, hvor flere indledere skulde behandle forskellige emner med påfølgende korte diskussioner.

Formanden nævnte Københavnsafdelingens møder: 7. oktober læge J. D. Henriksen, „Mindre mad — mere sundhed", 20. november cand. mag. Svend Greiser Heding, „Zoologiens syn på vegetarismen", 10. januar nytårsfest, 17. februar dr. phil. Anton Fr. Bruun, „Naturlig livslængde — naturlig sundhedstilstand og fødens indflydelse herpå, set med en biologs øjne", 12. marts fru Elna Regner Andersen, „Sundhed, slankhed og skønhed gennem individuel kostsammensætning", 14. april Emil Vodder, „Nye metoder til bevarelse af ungdom og skønhed".

Endvidere nævntes Berlingske Tidendes foredrag: 15. april fru Ellen Pille, „Madlavning i krisetider", 18. maj Herluf Petersen, „Mad af vejgrøftens planter". Til det sidste foredrag havde Berlingske Tidende velvilligst betalt trykning og udsendelse af meddelelse til vore medlemmer.

Konsulent H. Mosegaard talte 16. maj i Fynsafdelingen om „En havemands betragtninger over ernæringssituationen i dag".

Der var også rig anledning til at anerkende Mosegaards vegetariske indsats ved forskellige lejligheder, hvor andre foreninger havde haft bud efter ham som taler.

Vore udflugter havde i år som sædvanlig været ledet af Seegelke og Jul. Petersen. Deltagelsen havde været god, selv om det ikke altid var vegetarisk forenings medlemmer, der dannede flertallet.

Der blev rettet en særlig tak til fru og hr. Mosegaard for deres invitation til Svaleklint den 1. august. Det blev en tur, der sent vil glemmes af deltagerne.

Foreningen havde i år søgt at arrangere et vegetarisk sommerferieophold, men det lykkedes ikke, fordi tiden var fremrykket og forholdene medførte for store vanskeligheder. Der fortsættes antagelig til næste år.

Frk. Margrethe Olsens feriehjem for skolebørn ved Bjærge strand var et udmærket forsøg på at skabe et helt rigtigt vegetarisk sommerferiearbejde. Frk. Olsen fortjener den størst mulige støtte fra vegetarernes side, og vi må derfor til næste år vise dette arbejde vor anerkendelse ved økonomisk støtte og på enhver anden tænkelig måde.

Derefter omtaltes foreningens henvendelse til handelsministeren om kompensation for kødkortene. Den gav som bekendt intet øjeblikkeligt resultat; men kommentarerne i V.t. blev mødt med stor opmærksomhed i dagspressen.

Der har været tale om, at vi skulde deltage i Østifternes haveselskabs og Chrysanthemumsselskabets udstillinger; indtil videre synes forholdene at umuliggøre en sådan deltagelse.

Et medlem ønskede, at bestyrelsen skulde søge at fremskaffe mælk fra besætninger, der ikke var opfodret med dyriske affaldsprodukter. Et andet medlem ønskede et foreningsinitiativ for at skaffe medlemmer hus med have.

Formanden for Fynsafdelingen mente, at vegetarbørn fra byerne også kunde trænge til at komme på landet, og at foreningen skulde søge at fremskaffe tilbud fra vegetariske hjem.

Spørgsmålet om alderdomshjem for gamle vegetarer har også været forelagt bestyrelsen. Dette er dog vistnok for stor en opgave.

Endelig har et interesseret medlem foreslået bestyrelsen at interessere sig for oprettelsen af en vegetarisk forbrugsforening, så vi bl. a. kunde få sundhedsmæssigt behandlede mølleriprodukter.

Derefter fremlagde kassereren regnskabet. Det ser måske meget pænt ud, at vi har en kassebeholdning på 105 kr.; men af dette beløb skal vi betale for bladets trykning og forsendelse resten af året. Derfor må restancerne indbetales, og medlemmerne må skaffe ny tilgang til foreningen eller sende extrabidrag. Gaverne er steget lidt, men litteratursalget har været ringe. Der er udsendt en mængde henvendelser til vegetarisk interesserede, og vi har også modtaget en del indmeldelser.

Forhandlingerne åbnedes af Egerod, der omtalte bladets virksomhed.

Date oplyste, at der i de gamles by i København vilde blive vist gamle vegetarer alt muligt hensyn.

Der blev omtalt forskellige tilfælde fra hospitaler, der viste både rigtigt og manglende hensyn over for vegetarer under hospitalsophold.

Et forhold, som bør påregne opmærksomhed fra vor side, er den extrastraf, der pålægges vegetarer i fængsel; de ser næsten aldrig grønsager, og kødmad ønsker de ikke at spise, så de tvinges ud i en måske ikke tilsigtet sultestrejke. Ernæringsforholdene i fængslerne er gennemgående så slette, at næsten alle fangerne lider af forstoppelse, og fængselsbetjeningen uddeler meget ofte afføringsmidler. Det skyldes sikkert mere manglende forståelse hos autoriteterne, end økonomiske hensyn.

Efter forskellige udtalelser vedtoges følgende resolution, der er tilstillet handels- og landbrugsministeriet:

„Dansk vegetarisk forenings årsmøde den 19. september henstiller til myndighederne, at den væsentligste del af den hvede, der nu er til rådighed, ikke ernæringsmæssigt forringes ved formaling til hvidt mel, men enten udnyttes i friskmalet tilstand til fremstilling af det langt sundere fuldkornsbrød, eller udleveres i hel tilstand til dem, der måtte ønske det."

Resolutionen udsendtes gennem radioen og Ritzaus bureau.

Beretning og regnskab godkendtes.

Valg.

Formanden, hr. N. Nielsen, genvalgtes uden afstemning. Til bestyrelsen genvalgtes Egerod, fru Pille og Mosegaard og nyvalgtes direktør Vesterlund Pedersen. Suppleanter Date og J. D. Henriksen. Revisorerne, Vald. Petersen og Seegelke genvalgtes. Suppleanter Jul. Petersen og Axel Madsen.

Børnehjemsfondets beretning og regnskab
godkendtes uden debat.

Middagen
var en oplevelse for de sultne deltagere. Der serveredes kørvelsuppe, blomkålsgratin med bankebyg og kogte bønner, is og kaffe. Der blev talt af højesteretsadvokat Eckbo, dr. Axel Borgbjærg, formanden, Egerod, J. D. Henriksen og Mosegaard. Forsamlingen sang første vers af „Ja, vi elsker dette landet" og sluttede med „Der er et yndigt land".

Indløbne hilsener og svar.

Til årsmødet var der indløbet følgende hilsen fra fynsafdelingen:
„Modtag alle vor hjærteligste hilsen til årsmødet. Beklagelsesvis må vor repræsentation savnes, men vi tænker på jer og ønsker alt godt for mødet.
Fynsafdelingen."

Svenska vegetariska föreningen skrev den 10. august til os:
„De svenska vegetarianerna, som i år fira minnet av sin 40-åriga verksamhet, be att få sända sina systrar och bröder i Danmark sina innerliga hälsningar.
Vi kunna alltjämt konstatera, att kris- och krigstiden, som på så många andra områden verkat nedbrytande, icke haft en sådan effekt på vort arbete och våra ideers slagkraft. Svenskarna konsumera mycket mera vegetabilier än de gjorde förr, och även om en del göra det under „suckan och klagan", så lär dem den praktiska erfarenheten, att man kan leva överraskande bra, så länge man har potatis, mjölk, bröd och litet smör. Denna erfarenhet har modifierat deras avvisande inställning till vegetarismen och verkat som en jordplog för våra ideer. Vi välkomna denna mäktiga hjälp och ha gjort vad vi kunnat för att stabilisera den.
Icke desto mindre längta vi efter fredliga och normala förhållanden i världen, framförallt i våra egna länder, och vi uttrycka den förhoppningen, att både Danmark och Sverige nästa år vid denna tid skall stå mycket närmare ett fredsslut än vi kunna drömma om. Till dess: hand i hand! Edra framgånger på arbetsfältet äro även våra.
För svenska vegetariska föreningen:
Ernst Killander, ordf. *Carl Schelin*, sekr."

D. v. f. takkede i følgende brev af 29. august:
„Dansk vegetarisk forening takker for hilsenen til vort årsmøde og sender sin hjærteligste lykønskning til den svenske broderforening i anledning af dens 40-års jubilæum.
Vi deler med jer længselen efter fredelige forhold i verden og håbet om, at den tid snart må komme, da vore krav om større respekt for vore medskabningers liv og vor stræben efter større menneskelig sundhed ikke må synes så nytteløs som nu. Vor viden om, at vi har denne længsel og dette håb fælles med jer på den anden side sundet, styrker os i troen på vor sag: leve vegetarismen!
For Dansk vegetarisk forening.
N. Nielsen, formand.

I anledning af Svenska vegetariska föreningens 40-års jubilæum havde International vegetar-union 25. august sendt nedenstående lykønskning:

„På I. U. V.s vegne skal jeg hermed frembære vore hjærteligste lykønskninger i anledning af 40års jubilæet!

Sverige - og dernæst Danmark - er vel de lande, der har de bedste arbejdsforhold for vor sag i denne ulykkelige tid - men det forpligter!!!

Efter forrige krig var det Sverige, der tog initiativet til atter at samle det skilte ved at afholde den mindeværdige kongres i Stockholm 1923. Vi mindes i denne anledning i dyb taknemmelighed vor store fører J. L. Saxon.

Atter denne gang vil jeg tro, det må bli Sverige som den største og kraftigste af os, der må forsøge at samle os efter krigen, så vi snarest atter kan komme i gang med fredens gerning, der skal gøre godt, hvad der er forbrudt i disse slemme år. Vi skulde jo have været i England i 1941 og i Holland i 1944, men vi får sikkert lade vore venner der, såvel som i Tyskland, få tid til at samle kræfter nogle år. Jeg beder Eder derfor give vor union den jubilæumsgave, at I nedsætter et udvalg til at undersøge mulighederne for snarest muligt efter krigens afslutning at få indkaldt til international kongres.

I håb om, at dette vil kunne ske indenfor en kort årrække udtaler jeg et: Længe leve S. V. F., og et: Hil, hil for I. V. U.!

Eders for fred og frihed hengivne

Oluf Egerod."

Vore svenske brødre optog med stor beredvillighed den i Egerods brev udkastede tanke og gav i et elskværdigt svarbrev af 13. september et efter forholdene sikkert løfte om at ville imødekomme ønsket om, at Sverige atter tager et førsteinitiativ, når fredelige forhold pány råder:

„På Svenska vegetariska 40-årsmötets vägner ber jag att på det hjärtligaste få tacka för Dina vänliga rader till kongressen. Jag föredrog skrivelsen i sin helhet och den mottogs med begeistrade applåder. Mötet beslöt omedelbart att frambära sitt varme tack.

Samtidigt kan jag meddela, att Ditt förslag om en internationell vegetarisk kongress efter krigets slut mötte sympatier hos styrelsen och mötet. Vi beslöt att uppdraga åt styrelsen att ägna saken positiv uppmärksamhet, och Du kan nog utgå ifrån, att vi svenska vegetarianer ställa oss i spetsen för en internationell vegetarisk samling, sedan världskriget upphört. Förslagsvis har nämts staden Jönköping i södra Sverige som plats för mötet. Vi har där en livskraftig vegetarisk förening.

Med hjärtliga och broderliga hälsningar, Din tillgivne

Carl Schelin, sekr."

Dansk vegetarisk forening.

Foreningens adresse er: Gentoftegade 56 C, st. tv., Gentofte. Tlf. Gentofte 1782 y. Postkonto 25656.

Samme adresse: Foreningens og Københavnsafdelingens formand og kasserer, repr. N. Nielsen, samt Vegetarisk tidsskrifts expedition.

Vegetarisk tidsskrifts redaktion: Skoleinspektør Oluf Egerod, Bellahøj skole, Svenskelejren 18—20, Bronshøj. Tlf. Bella 2282 og 2782 (privat). — Postkonto 282 til dr. Mich. Larsens børnehjemsfond.

Fyns stifts afdeling. Formand og kasserer: Georg Clausen, Rødegaardsvej 106, Odense.

Kontingent incl. abonnement på Vegetarisk tidsskrift og bidrag til lokalforeningen: Enkeltmedlemmer kr. 5,00, ægtepar kr. 7,00, medlemmer under 20 år kr. 3,00.

Abonnement på bladet kr. 4,00. Bladet kan bestilles hos postvæsenet samt hos redaktionen og expeditionen. Enkeltnumre 35 øre.

Dame,
som har kendskab til vegetarisk madlavning, søges af enlig dame som kompagnon til start af mindre vegetarisk middagskøkken. Billet mrkt. „Aalborg" sendes til Vegetarisk tidsskrifts expedition, Gentoftegade 56 C, Gentofte.

Ung pige
søger plads i vegetarisk husholdning. Billet mrkt. „Plads" til Vegetarisk tidsskrift, Gentoftegade 56 C, Gentofte.

„Vegetarisk køkken"
ODENSE
flytter 1. oktober til Kongensgade 39 [2] og anbefaler sig fremdeles med god, sund vegetarisk mad.
Anna Svanefjord.

Frydenstrand badesanatorium.
Læge: Ejnar Eriksen
Frederikshavn. Forl. prospekt og prisliste.

LÆS
„Sol og Sundhed"
— forlang det i kiosken.
Vi går ind for råkost, vegetarisme, forbedret hygiejne m. m.
Skriv efter gratis prøvenummer til
„Sol og Sundhed", Randers.

"OKKULTISTEN"
Uafhængigt tidsskrift for moderne okkultisme og idealistiske bevægelser. — Aktuelt - frisindet - alsidigt. — Abonnementspris 3 kr. pr. halvår. — Forlang gratis prøvenummer.
Adr.: Postbox 9, Rudkøbing.

LÆR det internationale verdenssprog
Esperanto,
der tales af millioner og har en rig litteratur, benyttes ved internationale kongresser, kursus og rejser og er fag i skolen i mange lande.
Alle oplysninger gennem
Dansk Esperanto Bureau,
Østergade 20, Rudkøbing.

RAASTRUP KURSTED
(ved Christiansminde, SVENDBORG)
Modtager gæster til ferie, hvile og behandling.
ANNA ULLERUP HAAHR - Tlf. Svendborg 755

Til sundhedens fremme
styrke og arbejdsevne, spiser man næringsrigest, sundest, bedst og absolut økonomisk i
Vegetarisk restaurant
Frederiksberggade 28, Central 7827.



Adresserne på **danske kiropraktorer** findes i Kraks vejvisers og telefonhåndbøgernes fagregister.

Sana Godthaabsvej 62 A
Tlf. Gothåb 4290.
Sundhedsfødevarer — Kolonial.
Bringes overalt.

SKODSBORG
BADESANATORIUM
Fysisk-diætetisk kuranstalt med medicinsk klinik.
Behandling af rheumatiske lidelser, sygdomme i mave og tarm, stofskifte, hjerte og nervesystem m. m.
Forlang prospekt. Tlf. Skodsborg 200.

date's tryk, københavn v.

Hr N Nielsen
Gentoftegade 56 C St tv
Gentofte
297

Vegetarisk Tidsskrift

Københavnsafdelingen
afholder
offentligt møde

i Kvindelig Læseforening, Gl. Mønt 1.
onsdag d. 10. november kl. 19,30 pr.

Læge, fru Kirstine Nolfi vil indlede om emnet „Levende føde". Adgang 50 øre. Efter foredraget frit samvær, servering af frugt og æblemost. – Alle er velkomne.
Bestyrelsen.

Den nylig udkomne bog af fru Nolfi, „Raakostens Betydning for Sundhed og Sygdom", har vakt stor opsigt, måske især på grund af bogens undertitel, „Personlige Erfaringer om Helbredelse af Kræft og andre alvorlige Sygdomme ved ren Raakost". Mange vil være interesserede i at høre fruen personligt, og også vegetarerne har hun et alvorligt ord at sige: at afhold fra kød ikke er tilstrækkeligt. Deri giver vi så gerne fruen ret.
Da et af vor forenings formål er — ud fra overbevisningen om betydningen af naturlig føde — at fremskaffe og sprede oplysning om nye erkendelser på området „menneskets naturlige føde", byder vi fru Nolfi hjærtelig velkommen til vort første møde i denne sæson.
N. Nielsen.

NB. Bemærk fru Nolfis overgangskostseddel inde i bladet.

Udgivet af Dansk vegetarisk forening
MEDLEM AF FORENINGEN AF DANSKE UGEBLADE, FAGBLADE OG TIDSSKRIFTER
37. årgang
nummer 11
1. november 1943