Gentoftegade 56 C St tv
Gentoft

287

Vegetarisk Tidsskrift

Vor kost og vor sundhed med specielt henblik på kræftproblemet.

Resumé af **dr. Tobiassens** foredrag på Dansk vegetarisk forenings årsmøde på Skodsborg badesanatorium den 27. august 1944 (og af dr. Nolfis efterfølgende indlæg).

På radiumstaitonen behandles tusindvis af kræftpatienter af alle aldere, professioner og samfundslag, og ved at se alle disse tilfælde forstår man let den almindelige rædsel, som næres over for denne sygdom, og man forsøger at hjælpe med alle til rådighed stående midler. Der er ikke tvivl om, at der er sammenhæng mellem vor levemåde (kost), og om vi får kræft eller ej. Men der må være en disponerende faktor til stede (sygdommen kan f. ex. ikke være erhvervet hos et 3mdrs. barn). Men denne opfattelse ligger milevidt fra den påstand, at man ved en bestemt diæt kan helbrede en allerede opstået kræftsygdom.

Den endelige afgørelse af, om en sygdom er kræft eller ej, afgøres mikroskopisk. Har man ikke en mikroskopisk verificeret diagnose, så må man ikke forlange, at nogen skal godkende tilfældet som kræft. Hvad de tilfælde angår, som er behandlet af naturlæger med diæt, teer o.s.v., så kan det siges, at disse tilfælde ikke har være mikroskopisk konstaterede kræfttilfælde.

Den diskussion, der i den senere tid har været ført, skulde ikke føre til den påstand, at vi ved at leve vegetarisk kan helbrede kræft. Man kan ved at leve sundt vegetarisk måske undgå kræft. Men tale om at helbrede kræft ved diæt er uansvarligt. På radiumstationen har der været lejlighed til at beskæftige sig med flere af disse råkostbehandlede tilfælde — med dødelig udgang. Dr. Hindhede har hævdet, at man ved at leve rigtigt kan undgå kræft, men han mangler tilstrækkelig begrundelse, når det drejer sig om helbredelse. Der foreligger ikke noget bevis for, at en diæt, som beskytter mod en sygdom, også kan helbrede den. Henvisning til naturfolk holder ikke stik.

ivet af Dansk
tarisk forening

LEM AF
FORENINGEN AF DANSKE
BLADE og TIDSSKRIFTER

38. årgang
nummer 9—10
sept.—okt. 1944

Kræft er i væsentlig grad knyttet til alderen 40—50 år. Men man skal vogte sig for at hævde, at et folks levemåde beskytter mod kræft, når det pågældende folks middellevealder ligger under 40—50 år. I Shanghai er middellevealderen ca. 30 år, i Danmark 60.

Jeg tror, at sund levevis kan forebygge kræft, men bevise det videnskabeligt kan jeg ikke.

Lægerne arbejder også ud fra vegetariske synspunkter. En yngre læge sluttede ud fra sit forsøgsmateriale, at dyriske fedtstoffer i branket tilstand sandsynligt fremkaldei kræft. En gentagelse bekræftede, at en allerede existerende kræft tog til, og kræft fremkaldtes både hos disponerede og ikke disponerede. Forsøgene er så revolutionerende, at det vil vække opsigt, og de må derfor være grundigt underbyggede, før de offentliggøres.

Muligheden for at få forsøgsmateriale strander bl. a. på, at man skal have mindst 3000 forsøgsindivider, og de kan ikke skaffes. Det kan imidlertid siges, at den pågældende læges resultater er meget opmuntrende og vil bidrage til at give den vegetariske levemåde vind i sejlene. Vi skal derfor sørge for at være beredte!

Visse kulbrinter kan fremkalde kræft, men disse kulbrinter findes ikke i menneskets føde. Konshormonet står i nærheden af disse kulbrinter, og man spørger uvilkårligt, om for meget af dette hormon kan fremkalde kræft. Vi har beviser for, at det kvindelige konshormon hos disponerede individer fremkalder kræft i løbet af 3—4 mdr. Sandsynligheden taler for, at dette hormon og beslægtede forbindelser kan fremkalde kræft. Og da vi ikke ved, hvilke doser vi tåler, kan man måske lave ravage ved at indgive dem. Parafinolie ligner en af disse kulbrinter, og den daglige brug af parafinolie kan måske fremkalde kræft. Dette er ikke bevist, men bør anspore til vegetarisk levevis, så tarmen kommer til at fungere naturligt. Forstoppelse skyldes en forkert levemåde. Kræftproblemet har mange sider. Der må foreligge både en følsomhedsfaktor og en ydre faktor, som tilsammen fremkalder sygdommen. Syfilis og gonorré aktiverer i høj grad kræft —. Også heraf forstår vi, at det at leve sundt indebærer beskyttelse også mod kræft.

Der synes at være en beroringsflade mellem kræft og vitaminer. Men man har ikke ad denne vej kunnet influere på kræften.

Man hører ofte: Gør ikke sådan eller sådan, så får man kræft. Hvis man knækker nødder med sine tænder, så emaillen knækker, og man får en »skarp» tand, som stadig irriterer et bestemt sted, så kan kræft fremkaldes. Kridtpiben, der ustandseligt hænger i munden på samme sted, kan også virke således ... Yakoksen i Thibet får slået en løkke om det venstre horn, hvorfor den ofte får kræft netop i dette horn. Vi lærer heraf, at ikke blot, hvad vi indtager, men også de energier, som udfoldes, skal være sunde (f. ex. de sexuelle funktioner, arbejdsvaner o. s. v.). Denne kombination giver det rigtige resultat. Vegetarisk kost er kun een facet i diamanten, men alle facetter skal stråle!

Dr. Nolfi fremhævede i sit indlæg, at alm. vegetarisk kost ikke er naturlig kost. Det er kun 2000 år siden, at mennesket her i landet begyndte at bruge ild ved kostens tilberedning.

Den levende føde — råkosten — har en stor helbredende evne, som skyldes dens lys-, liv- og solenergi. Dr. Nolfis far døde af kræft, og selv fik hun — 22 år gl. — en svulst af den slags, som kan blive til kræft, og led af kronisk forstoppelse og mavesår. Levede så i 14 år på råkost og halv vegetarkost, men begyndte 60 år gl, at føle slaphed (hjerneslaphed) og mente, at det var alderdommen, som meldte sig. Det var ved nytår 1941. I maj opdagede dr. N. en knude på det sted, hvor den tidligere knude var bortopereret. Den voxede i løbet af 5 uger og voxede ind i huden. Det var således alvor. Vejen lå klar: operation, røntgenstråler, vrag — død! Gik så på ren råkost, trætheden forsvandt, knuden forsvandt, og nu — 3 år efter — er kun en benhård arplade tilbage. Et forsøg med alm. vegetarkost efter et års forløb gav træthed og stikkende smerter i arret, og dr. N. er derfor vendt tilbage til ren råkost. Selv en mikroskopisk undersøgelse kan være tvivlsom. Kræft er en almenforgiftning, hver celle er forgiftet. Den tilstedeværende mavesaft er kun beregnet på det nødvendige fødekvantum, det overskydende kan ikke fordøjes, og resultatet er forstoppelse og dermed følgende selvforgiftning. Hertil kommer, at de bedøvende midler, som anvendes, også bedøver organismens arbejdsevne.

En dame blev henvist til operation og røntgen, men vilde ikke. Efter 2 mdr. på råkost forsvandt knuden. Hun henvendte sig til lægen, for at han kunde overbevise sig om resultatet. Lægen foreslog, at brystet alligevel blev fjernet!

En anden patient havde kræft i lungen og lamhed i benene p. gr. af kræft i rygmarven. Kom sig på ren råkost. Vægten faldt fra 72 kg til 45 kg. Der afgik en del galdesten, men hun kom over det, og et halvt år efter var symptomer i både lunge og ben forsvundne. — Men så gik hun over til alm. føde med det ulykkelige resultat, at hun fik kræft i leveren og døde.

En kvinde med inoperabel endetarmskræft og meget vanskelig afføring har nu fået afføringen i orden og almenbefindendet betydeligt bedre. Dr. Nolfi fremdrog endnu et tilfælde af endetarmskræft, som var betydelig bedret.

Dr. Nolfi agter nu at oprette et råkostsanatorium.

— — —

Dr. Tobiassen bemærkede til dr. Nolfi, at hendes egen vitalitet i høj grad talte til ære for hendes levemåde, men han måtte hævde, at en mikroskopisk undersøgelse var nødvendig, da mikroskopiske dannelser ikke kan konstateres med fingrene. Desuden må forlanges mindst 5 års symptomfrihed. Radiumbehandlingen har påviseligt bragt resultater og må anbefales som den hidtil sikreste behandling. Til slut opfordrede dr. Tobiassen dr. Nolfi til at lade foretage mikroskopiske undersøgelser af foreliggende tilfælde.

Ved F-J.

B.T. af 30 8. bringer en artikel: »Findes der kræftfremkaldende stoffer i vor daglige ernæring?« med undertitlen: »Giver vegetarerne svaret?«, i hvilken der gengives en samtale med den i dr. Tobiassens foredrag omtalte læge og videnskabsmand, dr. Oluf Poulsen, på kræftforskningslaboratoriet.

Dr. Poulsen omtaler sine undersøgelser siden februar 1942, der har vist, at kræftfremkaldende stoffer (kulbrinter opstået ved ophedning af organiske stoffer) tilsat føden hos mus kan optages fra disses mave-tarmkanal og påvirke dem således, at de arveligt betingede kræftsvulster fremkommer tidligere og i større antal end hos kontrolmusene (d. v. s. de mus, der ikke har fået de omtalte stoffer i føden).

Da nogle af disse kulbrinter i kemisk henseende står visse dyriske fedtstoffer nær, er der en teoretisk mulighed for, at en stærk ophedning af disse fedtstoffer kan bevirke en omdannelse, så der opstår kræftfremkaldende stoffer. Foreløbig er arbejdet langtfra afsluttet, idet der kræves en undersøgelse af dødsårsagen hos en større gruppe mennesker, om hvem man ved, at de i væsentlig grad eller helt har undgået dyriske stoffer, f. ex. vegetarer og 7. dags adventister, samt af en tilsvarende gruppe mennesker, der har levet af almindelig kost, der indeholdt de omtalte fedtstoffer. Dr. Poulsen udtaler til slut håbet om, at kræftforskningen indenfor et overskueligt tidsrum vil kunne melde nyt om ernæringens rolle ved bekæmpelsen af sygdommen.

N. N.

Årsmødet på Skodsborg badesanatorium den 27. august 1944.

Det blev en strålende dag, som var imødeset med betydelig spænding. Vilde det gode sommervejr holde sig også denne dag, eller vilde den længselsfuldt forventede regn sætte ind? — Det blev en strålende dag med al sommerens ynde udbredt over Øresund og skoven ved Skodsborg. En prægtig ramme for vort årsmøde. Af praktiske grunde kunde det ikke finde sted i fri luft; men i den historiske sal, hvor overlæge Ottosen og dr. Mich. Larsen så ofte har talt vegetarismens sag, havde vi den skønneste udsigt gennem de åbentstående døre ud over »rosenhaven«s blussende blomsterflor og det blånende sunds hvide bølgeskvulp.

Formanden — **N. Nielsen** — bød velkommen og udtalte sin tak til sanatoriet for den gæstfrie modtagelse af årsmødets deltagere. Efter at sangen »Vi strækker vore hænder ...« var sungen, valgtes **skoleinspektør Egerod** til dirigent.

Formandens beretning viste, at arbejdet havde været stærkt hæmmet af tidens vanskeligheder. Efter at forsamlingen havde æret mindet om de i årets løb afdøde medlemmer — købm. Bentzen, Vejle, fru Elsass, fru Rasmussen (Veg. Rest.) og frk. Friis-Petersen — omtaltes de afholdte møder og udflugter. Dr. Nolfis foredrag var efter flere ganges forhindring blevet gennemført ved nytårsfesten, som med sin råkostmiddag havde været særdeles vellykket. Også sekretær Gerner Larssons foredrag om »Kosmos«-lejren og dyreværneinspektør Johansens foredrag om sit arbejde var overordentlig interessante. Udflugterne under Seegelkes og Jul. Petersens ledelse var alle forløbet vellykket. Formanden takkede alle, som på den ene eller anden måde havde medvirket i arbejdet. Det var dog beklageligt, at altfor mange medlemmer holdt sig borte fra foreningens arrangementer, både for foredragenes og økonomiens skyld. Alene for at betale salslejen krævedes mindst 50 medlemmers deltagelse.

Forhandlingerne med myndighederne om adgang til køb af hel hvede på mærkerne havde givet et negativt resultat. Man havde heller ikke kunnet gå ind på at optage en agitation for brugen af fuldkornsbrød — i lighed med den, der f. ex. sker for »Vitaminol«. En henvendelse til formanden for sundhedsstyrelsen, dr. Frandsen, havde medført en henvisning til sygehusforeningernes formand for gennem denne at lette adgangen til at få vegetarisk kost på hospitalerne. En sådan henvendelse måtte på forhånd anses for unyttig.

Trods de særlige vanskeligheder ved statsradiofonien havde magister Rosenkjær stillet sig imødekommende, og det var lykkedes at få dr. H. D. Henriksens foredrag om vort brødforbrug gennemført. En henvendelse fra fru Magnussen (»Fremtidsfolket«) om samarbejde, særlig med hensyn til fruens ejendom i Farum, måtte besvares negativt, da foreningen hverken har økonomi eller initiativ til denne tankes gennemførelse.

En bestyrelse bestående af formanden, N. Nielsen, konsulent Mosegård og fru Pille havde af hr. Jens Nielsen, Roskilde, fået overdraget en del fordringer på »Egelundshuset«s ledelse; men det er hidtil kun lykkedes at udbringe 3000 kr., der skal danne et fond til fremme af arbejdet for vegetarismen.

En række formål, som også indbefattede vegetarismen, burde kunne regne med foreningens støtte. Man kunde således nævne frk. Margrethe Olsens børnekoloni, hvor der var opnået udmærkede resultater med overvejende råkost i forbindelse med Mazdasnan-øvelser. Frk. Dagmar Thellefsens småbørnskoloni viser ligeledes, hvor udmærket den vegetariske kost, især råkosten, indvirker på børnenes legemlige og åndelige tilstand. Formanden havde aflagt besøg på et af nøgenkulturens hjemsteder »Hyldeholm« i Roskildefjord. Vi er som vegetarer interesserede i solbade, og nudisterne er interesseret i vegetarisk levemåde i det hele taget, så vore interesser vil kunne mødes.

Medlemsantallet har haft en glædelig stigning med 58 nye medlemmer. Heraf stammer 22 fra Fynsafd. alene. Ved det i Odense arrangerede, meget vellykkede møde med dr. Nolfi som taler, var der 130 deltagere, hvoraf 18 indmeldte sig i afdelingen. Bestyrelsen takkede formanden for afdelingen, hr. stukkatør Clausen, som var til stede ved årsmødet.

Vegetarisk Tidsskrift har haft en del friabonnenter — biblioteker, højskoler o. l. En forespørgsel til disse, om bladet fortsat havde interesse, havde fremkaldt en del svar, medens andre ikke har svaret. Frederiksberg Folkebibliotek både fremlægger og senere indbinder bladet, og andre gav ligeledes udtryk for interesse og vil naturligvis fortsat få bladet tilsendt.

Biblioteket og arkivet er nu bleven flyttet fra forlagsboghandler Henriksen i Istedgade til formanden i Gentofte. Det vilde være meget kærkomment, om nogen vilde melde sig som bibliotekar og arkivar.

Regnskabet, som findes aftrykt andetsteds, står noget bedre end sidste år. Det bemærkes, at Vegetarisk Tidsskrift alene sluger mere end hele kontingentet, så medlemmerne bør stadig støtte os med gaver. En vigtig indtægtskilde er også **annoncer og litteratursalg.** Skaf os annoncer og køb vor litteratur! Derved udbredes kendskabet til vegetarismen, og vi får en påkrævet indtægt. Højesteretsadvokat Eckbo har været så venlig at skænke os 500

eksemplar af brochuren »Faste og sunnhet«, som må sælges for 1 kr. stykket. Køb den og udbred den! Det er ligeledes af den allerstørste vigtighed, at restancerne betales, og alle bør medvirke ved samvittighedsfuld betaling af kontingentet.

Beretning og regnskab blev enstemmigt godkendt.

Forslaget til vedtægtsændring blev forelagt. Principielle ændringer fandtes ikke og efter bemærkninger af Westerlund, Seegelke jun. og Fink-Jensen vedtoges forslaget med 31 af 39 berettigede stemmer.

Bestyrelsesvalget forløb glat, idet såvel formanden, N. Nielsen, som fru Pille, Egerod, Mosegård og Westerlund genvalgtes. Som suppleanter genvalgtes J. D. Henriksen og Date. Revisorerne Seegelke og Vald. Petersen og revisorsuppleanterne Jul. Petersen og A. Madsen genvalgtes ligeledes.

Børnehjemsfonden. Formanden, H. L. Henriksen, havde ved besøg overbevist sig om, at alt er i allerbedste orden. Lillian og Karl fylder til efteråret 14 år og kommer derefter udenfor fondens virkeområde. Kassereren, Oluf Egerod, aflagde regnskabet, som findes omstående. Efter nogle bemærkninger af Egerod, N. Nielsen og Fink-Jensen, særlig om fremtidsforholdene og om hvorvidt bestyrelsen alene kan træffe bestemmelse om arbejdet, godkendtes såvel beretning som regnskab. De tre bestyrelsesmedlemmer — H. L. Henriksen, J. D. Henriksen og fru Pille — som skulde afgå, genvalgtes, og fru Mosegård genvalgtes som suppleant.

Under »eventuelt« lyste **Fink-Jensen** efter ungdommen til deltagelse i arbejdet og mente, at der burde rettes en henvendelse direkte til kvalificerede unge med opfordring til at deltage i arbejdet. Formanden for Fynsafd. stukkatør **Clausen**, var glad ved formandens bestræbelser for at knytte samarbejde med andre foreninger. Syntes, at forskellen mellem kontingent for enkeltmedlemmer og ægtepar virkede som en straf for at gifte sig, da der ikke var væsentlige fordele for et ægtepars vedkommende. Med hensyn til sygehuskosten mente han, at en bestemt optræden fra patienternes side også vilde gøre virkning. Desværre var det ikke muligt at opnå sygekassetilskud til ophold på vegetariske kursteder. Restancer burde søges indbetalt ved opkrævning. **Solkær** mente, at man ikke skulde henvende sig til sygekassen om ophold på vegetariske kursteder, men derimod til lægen. Der var erfaring for, at dette havde givet resultat.

Hilsener var indgået fra **fru Pille** og **Jens Nielsen**, Roskilde. Formanden bemyndigedes til at sende genhilsen.

En meget kortvarig, **extraordinær generalforsamling** i Kbh.afdelingen tog de nye regler for lokalforeningerne til efterretning.

Fællesspisningen. Efter et kort bad i sundets friske vand, gik vi til spisesalen, hvor sanatoriet havde tilberedt en festmiddag, som befæstede Skodsborg sanatoriums ry for tilberedning af vegetarisk mad. Legeret blomkålssuppe, spinatrand med kartofler, gulerødder og peberrodssovs og som dessert æblekage med flødeskum. Hertil en farveprægtig orangeade — virkelig en liflig drik! Som det sig hør og bør, blev der også talt bl. a. af Egerod, der talte om ideal og virkelighed. Selv om vi ikke er, som vi oprindelig var, så repræsenterer vi dog det oprindelige. Fink-Jensen slog til lyd for en sund fanatisme, som er rettet indad mod os selv, så vi efterlever vore idealer i stedet for at snakke om dem. Formanden talte om vegetarisk kost

VEDTÆGTER

for

DANSK VEGETARISK FORENING

Vedtagne paa Aarsmødet den 27. August 1944
og gældende fra samme Dato.

Thor Møllers Bogtrykkeri, København.
1944

§ 1.

Navn Foreningens Navn er »Dansk vegetarisk Forening«.

§ 2.

Formaal Foreningens Formaal er at varetage Vegetarernes Interesser og at udbrede Kendskab til vegetarisk Levevis for gennem denne at fremme Sundheden, modarbejde Brugen af skadelige Nydelsesmidler og formindske Dyrenes Lidelser.

Formaalene søges fremmet ved Udgivelse af Medlemsblad og oplysende Skrifter, ved Afholdelse af Moder, Deltagelse i Udstillinger o. l. og ved Samarbejde med Foreninger, som har beslægtede Formaal.

§ 3.

Medlemskab Enhver, der har Interesse for at fremme Foreningens Formaal, kan blive Medlem.

Medlemmerne samles saa vidt muligt i Afdelinger i de forskellige Landsdele. De, der bor udenfor en Afdelings Omraade, optages som »Spredtboende Medlemmer«. Dannelse af en ny Lokalafdeling kræver mindst 20 Medlemmer i denne.

Bestyrelsen kan ekskludere et Medlem, der modarbejder Foreningens Interesser; men Beslutningen herom skal forelægges første Generalforsamling.

§ 4.

Aarsbidrag Aarsbidraget fastsættes paa den ordinære Generalforsamling. Det gælder for Kalenderaaret og forfalder til Betaling ved Aarets Begyndelse. Udmeldelse er kun gyldig, naar den finder Sted inden 15. December.

Aarsbidraget, hvori er indbefattet Betaling og Porto for Medlemsbladet og Bidrag til eventuel Lokalforening, er for Tiden 5 Kr. for Enkeltmedlem, 7 Kr. for Ægtepar og 3 Kr. for Medlemmer under 20 Aar.

Livsvarige Medlemmer betaler mindst 75 Kr. een Gang for alle for Enkeltmedlem, 100 Kr. for Ægtepar.

§ 5.

Foreningens Regnskabsaar gaar fra 1. Juli til 30. Juni. Lokalafdelingernes er Kalenderaaret. **Regnskabsaar**

§ 6.

Generalforsamlingen er Foreningens højeste Myndighed (jfr. dog §§ 9 og 10). Den indkaldes gennem Medlemsbladet eller ved direkte Meddelelse. **Generalforsamlinger**

Ethvert Medlem kan lade sig repræsentere ved et hvilket som helst andet Medlem. Fuldmagter indsendes eller afgives til Formanden, der overgiver dem til Forsamlingens Dirigent.

Afstemning finder Sted ved Haandsoprækning, med mindre skriftlig Afstemning forlanges af Bestyrelsen eller ¼ af de tilstedeværende.

a) Den ordinære Generalforsamling (Aarsmødet) afholdes hvert Aar i Juli eller August og indkaldes med mindst en Maaneds Varsel med Anførelse af eventuelt foreliggende Forslag. Disse maa være indsendte til Formanden inden 1. Juni.

Paa Aarsmødet afgives Beretning, det reviderede Regnskab forelægges til Godkendelse, og eventuelle Forslag behandles. Der vælges en Bestyrelse paa 5 Medlemmer (Formanden særskilt), 2 Suppleanter, 2 Revisorer og 2 Revisorsuppleanter, og der fastsættes Medlemsbidrag og Sted for Aarsmøde i det kommende Aar.

b) Ekstraordinær Generalforsamling kan indkaldes med mindst 14 Dages Varsel, naar Bestyrelsen finder det paakrævet, eller denne har modtaget skriftlig, motiveret Begæring derom fra mindst 25 Medlemmer.

§ 7.

Bestyrelsen varetager Foreningens Anliggender under Ansvar overfor Generalforsamlingen, idet den fordeler Hvervene som Næstformand, Sekretær og Kasserer imellem sig og udpeger en Redaktor for Medlemsbladet samt vælger et af sine Medlemmer til Raadgiver med Vetoret for denne. **Bestyrelse**

Bestyrelsen drager Omsorg for, at Foreningens Midler anbringes paa betryggende Maade og anvendes i Overensstemmelse med Foreningens Formaal.

Bestyrelsesmøder afholdes, saa ofte Formanden finder det fornødent, eller naar Bestyrelsens Flertal anmoder ham derom. Afstemning foregaar ved simpel Stemmeflerhed. Ved Stemmelighed er Formandens Stemme afgørende. Skriftlig Afstemning skal finde Sted, naar et enkelt Medlem ønsker det.

Bestyrelsens Suppleanter deltager i dennes Møder (dog uden Stemmeret) og i det forefaldende, ledende Arbejde.

§ 8.

Den, der modtager Valg som Bestyrelsesmedlem eller Suppleant, forpligter sig dermed til absolut Afhold fra Kød, Alkohol og Tobak for den Tid, Valget gælder. **Løfte**

§ 9.

Ændringer af Vedtægterne kan kun ske paa Aarsmødet og kræver ⅔'s Flertal af de repræsenterede Medlemmer. **Vedtægtsændringer**

§ 10.

Opløsning Foreningen kan kun opløses, naar mindst ¾ af samtlige Medlemmer stemmer derfor, og efter at der er truffet en betryggende Ordning for Dr. Michael Larsens vegetariske Børnehjemsfond, hvilket ogsaa i saa Fald tilskrives Foreningens Midler. Denne Paragraf kan kun forandres med samme kvalificerede Stemmeflerhed, hvormed Foreningen kan opløses.

Lokalafdelingernes Vedtægter.

§ 11.

Afvigelser fra §§ 2, 6 og 10 Foreningens Vedtægter gælder ogsaa for Lokalafdelingerne, dog udgives Medlemsblad og eventuelle Skrifter af »Dansk vegetarisk Forening«. Lokalforeningernes ordinære Generalforsamlinger finder Sted i Februar og indkaldes med mindst 14 Dages Varsel. Forslag skal indsendes inden 15. Januar. Ekstraordinære Generalforsamlinger kan indkaldes med 8 Dages Varsel og paa mindst 10 Medlemmers Begæring.

Lokalafdelingernes Bestyrelse kan eventuelt bestaa af 3 Medlemmer med een Suppleant.

Ved Lokalafdelingers Opløsning tilfalder Midlerne »Dansk vegetarisk Forening«.

§ 12.

Afregning Lokalafdelingerne afgiver mindst 50 % af Medlemsbidragene til »Dansk vegetarisk Forening«, og Afregning med dennes Kasserer finder Sted snarest efter 31. December og 30. Juni.

Foreningens og Lokalafdelingernes Kasserere holder hinanden underrettet om Tilgang og Afgang af Medlemmer samt Bopælsændringer.

og råkost og om den voxende forståelse af også råkostens betydning — men betonede for øvrigt, at vegetarisme er mere end maden. Mosegård hævdede, at brugen af grønsager ikke er i fremgang, der spises mindre nu end før krigen. Mindede om havebrugets helgen, abbed Vilhelm af Eskilso og Æbelholt, hvem vi skylder tak, fordi han indførte havebruget og mange slags urter til vort land. — Og så kunde de 87 deltagere i dette festmåltid gå over i foredragssalen for at høre på

dr. **Tobiassens foredrag** om vor kost og vor sundhed med specielt henblik på kræftproblemet. Vi gengiver andetsteds et resumé af dette foredrag og dr Nolfis indlæg. Forinden havde vi den glæde at høre

frk. **Dagmar Thellefsen** fortælle om sit arbejde med børnene fra Eliaskirkens børnehave, hvis leder hun er. Kosten er vegetarisk og overvejende råkost, og det er lykkedes at gøre også forældrene interesserede, så de med velvilje ser på sagen. I frøkenens bungalow i Jægersborg holdtes en feriekoloni for 40 børn (17. 5.—17. 6.). De kom sig forbløffende godt i denne tid, tog gennemsnitlig 7—900 gr. på i vægt. Men det var ikke alene i legemlig henseende, at resultaterne var gode. Børnene var lettere at arbejde med, mere omgængelige, end før. Man lagde også vægt på gennemførelsen af åndedrætsøvelser. Fru Regner Andersen, der har bistået med tilrettelæggelsen af kostplanen, har også talt til fædrene og mødrene, som med stor interesse følger med. Under opholdet fik børnene skålkopper, som imidlertid overhovedet ikke gav anden ulempe end udslettet. I børnehaven fortsættes dette kosthold i vintermånederne.

Med foredragene sluttede årsmødet, som havde været helt igennem vellykket. Vegetarerne havde ved det gode samvær haft lejlighed til at drøfte problemerne, og en række fremmødte gæster fik lejlighed til at stifte bekendtskab med vort arbejde.

Alt i alt — en god vegetarisk dag! **F-J.**

Efter årsmødet — men rettidigt afsendt — indgik der telegrafisk hilsen fra dr J. D. Henriksen og frue, der var på ferie, og brev fra »Svenska vegetariska föreningen«, hvis bestyrelse sender meningsfæller i Danmark en optrigtig lykønskning til årsmødet. »Vi har haft mycket god hjälp av danska näringsreformvänner här i Sverige de senaste åren. Vi äro glada därför och hoppas på en ljus framtid både för Eder och oss.«

Når årsbidraget til foreningen ikke forhøjedes på generalforsamlingen — det er uforandret siden 1910 — så er det for at gøre det økonomisk overkommeligt for alle interesserede at være medlem og i håb om, at de medlemmer, for hvem et kontingent på 5 kr. er en ringe sum, vil betænke os med en gave, stor eller lille, ved kontingentindbetalingen. Dette kan gøres så meget lettere, som alle midler anvendes til vore formåls fremme — alt arbejdet i foreningen udføres vederlagsfrit.

På årsmødet henviste formanden til boghandlerannoncen i vort blad og bad medlemmerne rette bestillinger på diverse sundhedsbøger direkte til boghandleren, da vi ikke forhandler f. ex. dr. Nolfis eller fru Regner Andersens bøger. Derved vilde formandens korrespondance kunne reduceres — portobogen viser, at der i beretningsåret var 1331 udgåede postsager.

På et **bestyrelsesmøde** konstituerede bestyrelsen sig som hidtil: Egerod: næstformand og redaktor, formanden: sekretær, kasserer og redaktionsrådgiver. Bibliotekar og arkivar efterlyses! Man vedtog at trykke et nyt oplag af brochuren »Hvad er vegetarismen«. Medlemmerne bør rekvirere et antal exemplarer til anvendelse i agitationen for vegetarismen og til hvervning af nye medlemmer. Først når vor forening kan anses som repræsentant for det store flertal af landets vegetarer, kan vi forvente den hensyntagen til vore onsker fra myndighedernes side, som det nu skorter på.

Det besluttedes at udsætte det til den 11. oktober berammede foredrag indtil roligere tider. N. N.

September- og oktobernumrene af bladet er af forskellige grunde slået sammen til eet nummer. Vi håber i fremtiden at kunne udsende bladet hver måned. N. N.

Esperanto. Forskellige esperantoklubber har henledt vor opmærksomhed paa den kommende sæsons esperantokursus. Vi undlader ikke at fremhæve, at esperanto er officielt sprog ved den internationale vegetarunions kongresser. N. N.

Gratis vegetarmad. Den i vort majnummer omtalte bespisning af ubemidlede (aldersrentenydere, invalider o. l.) i den sanitære fødevarefabriks lokaler i Baldersgade er bleven udvidet og finder nu sted baade i Istedgade 7 og Willemoesgade 39, ligesom der planlægges noget lignende i forskellige provinsbyer. Ved disse foranstaltninger fra »Nordisk filantropisk Selskabs« side stifter dagligt i hundredvis af mennesker bekendtskab med vegetarisk kost og overbevises om dens tilstrækkelighed og velsmag. N. N.

Gaver: Til D. v. f.: Frk. Krarup 3.50. Til børnekolonien, Bjærge Strand: Frk. Kock 5.00. Til dr. Mich. Larsens børnehjemsfond: Seegelke 5.00.
N. N.

Til fru A. Rasmussens minde (jfr. opfordringen i augustnumret): Seegelke 5.00, Bergstrøm 2.00, N. Nielsen 5.00, Egerod 5.00, frk. Chr. Hansen 5.00, Poul Olesen 2.00, Clausen, Odense 3.00, Stub 6.00, Gad 5.00, frk. L. Voigt 5,00, V. B. 3.00.

Bidrag modtages stadig. Postkonto 282. Oluf Egerod, Bellahøj skole, Brønshøj. O. E.

Stefan Vøldan: Vor ernæring, vor sundhed, vor fremtid.

Forfatterens forlag, Norsvej 6 a, Kbh. V. Pris 1.75.

Forfatteren til denne lige udkomne pjece bemærker indledningsvis, at de i titlen nævnte tre faktorer i den angivne rækkefølge er så intimt forbundne, at den ene er en forudsætning for den anden. Deri har han jo så absolut ret, og hans stræben efter at oplyse gennem dette skrift om den ny-vegetariske opfattelse af den rette ernæring og af årsagen til sygdom og hans fremhæven af mulighederne for større sundhed og derfor større lykke i fremtiden må påskønnes også af den mere nøgterne vegetar, der ganske vist hellere havde set en »vegetarbog«, hvor spørgsmålet om menneskets rette føde ikke havde været knyttet til religiøse eller filosofiske betragtninger.

Pjecen indeholder tre kostplaner: Bircher-Benners, Waerlands og fru Nolfis. Den er nærmest et udtog af disse tre og andre moderne vegetarers skrifter, og den indeholder en masse sandheder, som ikke kan gentages for ofte, om man blot kan få andre end vegetarer til at lytte. Det fremhæves, at dogmet om kødets kraft skyldes en misforståelse, at et slagtet dyr er et lig med alle etligs for livet uhyggelige egenskaber, og at pestkilden i tyktarmen må udrenses, om sundhed skal opnås. Forfatteren kommer ind på forbindelsen mellem føde og sjæleliv og citerer dr. Hof: så længe der findes slagtehuse, vil der også findes slagmarker.

Man må ønske brochuren vid udbredelse, i håb om at læserne vil indse det forrykte i, »at vi øser millioner ud til hospitaler og videnskabelige institutter for at løse sygdommenes problemer, men sundhedens problem, hvis løsning vilde gøre hospitalerne mindre og mindre og de sygdomsvidenskabelige institutter og medicinfabrikker mere og mere overflødige, skænker man næppe en tanke«. N. N.

Læge og kvaksalver — naturhelbredelse.

Dr. M. Hindhedes 48. beretning. Jac. Lunds forlag. Pris 1.00.

Skønt dr. Hindhede er oppe i firserne, er han stadig lige utrættelig i sine bestræbelser for at få autoriteterne til at tage hans påstand om den enkle, vegetariske kosts betydning for sunde og specielt for syge op til undersøgelse. I sin sidste beretning fremfører han en lang række sygeberetninger, hvor patienter har opnået helbredelse eller bedring af kroniske lidelser gennem »naturopath« hr. Axel O. Hansens behandling. Det virksomme element i denne må antages at være den skrappe råkost samt udeladelse af alle medikamenter. Dr. Hindhede tror ikke på hr. Hansens »øjendiagnose«, men ønsker, at der gives ham praxisret under hensyn til de opnåede resultater, idet han affærdiger den eventuelle risiko for forkert behandling med, »at man jo også har set en doktorbehandling, der er endt med døden«.

Dr. Hindhedes 48. beretning blev ikke anmeldt i »Ugeskrift for Læger«, og da dr. H. selv sendte en redegørelse for sin beretning og dens formål: at interessere danske læger for naturhelbredelse, blev denne returneret som uantagelig.

Men dr. H. giver ikke op. I et cirkulære »Til Regering og Rigsdag«, der er udsendt til myndighederne, belyser han lægernes indstilling til spørgsmålet og henstiller, at myndighederne tager det op til grundig undersøgelse, hvortil hr. A. O. Hansens sygehistorier giver passende lejlighed. »Det må indrømmes, at der findes en mængde teoretisk sludder og diagnostisk vrøvl (i hr. Hansens blad »Helbredelse«), men — — — hvis det virkelig kan konstateres, at de nævnte behandlingsmetoder giver så gode resultater, kan det for vore landsmænd blive af overordentlig betydning«.

Ja, hvorfor bliver de enkelte sygehistorier ikke undersøgte for af- eller bekræftelse? Der burde foretages andet end som formanden i lægeforeningen at rynke på næsen af »dette kvaksalveri, der fra A til Z er et sammensurium af tåbeligt sludder«, selv om man forstår ærgrelsen over hr. Hansens jongleren med dr. titlen. N. N.

Regnskab for Dansk vegetarisk forening.

fra 1. juli 1943—30. juni 1944.

INDTÆGT:		1942-43
Kassebeholdning pr. 1. juli 1943	105.08	3.52
Kontingenter (inkl. extra do. fra Kbh.afd. kr. 450.00)	1548.50	1215.15
Abonnement	115.22	92.62
Annoncer	428.50	385.40
Gaver	528.08	482.76
Litteratursalg	142.30	69.83
Renter og porto	40.58	10.53
	2908.26	2259.81
UDGIFT:		
Vegetarisk Tidsskrift	1757.58	1509.96
Porto	375.99	313.72
Kontorartikler	83.53	116.05
Diverse (kontingent til andre foreninger, flytning af bibliotek, trykning af brochurer o. s. v.)	185.40	*) 182.00 33.00
Kassebeholdning 30. juni 1944	505.76	105.08
	2908.26	2259.81

*) (Oplysningskontor og telefon)

STATUS:

Aktiver:	Kassebeholdning 30. juni 1944	505.76
	Bibliotek	500.00
	Litteratur	1200.00
	Inventar	300.00
	Ikke indgaaet kontingent 1944	449.00
		2954.76
Passiver:	Saldo	2954.76

30. juni 1944. **N. Nielsen, kasserer.**

Regnskab for Dr. Michael Larsens vegetariske børnehjemsfond fra 1. juli 1943—30. juni 1944.

INDTÆGT:		UDGIFT:	
Kassebeh. 1. juli 1943	639.94	Børnehjemmet	532.00
Udtrukken oblig.	200.00	Rejse	10.00
Udbytte af oblig. og aktie	724.50	Obligation	202.50
Gaver	20.50	Sparekassegebyr	7.90
Sparekasserenter	19.73	Kassebeh. 30. juni 1944	852.27
	1604.67		1604.67

STATUS Aktiver:		Passiver:	
Obligationer pari	15750.00	Saldo	16802.27
Aktie	200.00		
Kassebeh. 30. juni 1944	852.27		
	16802.27		16802.27

30. juni 1944. **Oluf Egerod, kasserer.**

Ovenstående regnskaber er revideret og fundet i orden, kassebeholdningerne er konstateret at være til stede.

København, den 9. august 1944. **Valdemar Petersen. C. Seegelke.**

I »Dansk Esperantoblad«

har *Elisabeth Pfeiffer* skrevet en god lille artikel: »Bifsteko kontrau banano«. Udfra moralsk, etisk og æstetisk synspunkt fremsættes kort og klart de vegetariske principper. Artiklen ender med følgende optimistiske sætninger: »Flere og flere mennesker går over til vegetarismen, og om 50 år vil der sikkert ikke være et eneste civiliseret menneske, som spiser kød.«

F. J.

Snart kommer postopkrævningen til dem, der ikke har betalt kontingent for 1944!

Litteratur: Eckbo's »Faste og sunnhet« 1 kr., Dr. Mich. Larsens »Naturhelbredelsen« 60 Øre, »Vegetarbogen« 25 Øre portofrit fra D. v. f.

Vegetariske kursteder og restauranter i Danmark.

København: Vegetarisk restaurant, Frederiksberggade 28.
Skodsborg badesanatorium, Skodsborg.
Frederikshavn: Frydenstrand badesanatorium.
Odense: Vegetarisk køkken, Kongensgade 39.
Svendborg: Råstrup kursted, Christiansminde.
Vejle: Vegetarisk spisesalon, Nørregade 6.

Foreningens adresse er: Gentoftegade 56 C, st. tv., Gentofte. Tlf. Gentofte 1782 y (efter Kl. 17). 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, Brønshøj. Tlf. Bella 2782. — Postkonto 282 til dr. Mich. Larsens børnehjemsfond.

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

Kontingent inkl. 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.

„MOD SOLEN"

behandler sundhedsspørgsmålet fra en ny synsvinkel. Pris 1 kr. Fås i alle kiosker. Helårs abonnement 10 kr., halvårs abonnement 5.50 kr. — Postkonto 82064, Trans bladforlag, Amagertorv 33, København K.

"OKKULTISTEN"

Uafhængigt tidsskrift for okkult forskning og idealistiske livsanskuelser. — Aktuelt - frisindet - alsidigt. — Abonnementspris 4 kr. pr. halvår. — Forlang alsidigt propagandahæfte mod 60 øre i frimærker.

Exp.: Norsvej 6 A, Københ. V.
Tlf. C. 2006 A, Postkonto 58626

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.

Støt os ved

Annoncering i

Vegetarisk Tidsskrift

Rantzau Nielsen
REVISOR

Bogføring - revision - skattesager

Skelbækgade 44 - Eva 7856

Frydenstrand badesanatorium.

Læge: Ejnar Eriksen.

Frederikshavn. Forl. prospekt og prisliste.

„VEGETARISK KØKKEN"
ODENSE — nu Kongensgade 39² —
anbefaler sig
med god, sund, vegetarisk mad.
ANNA SVANEFJORD

Aktuelle Boger

- Grete Scharling: Ny vegetarisk kogebog. Den sundeste hverdagsmad. 700 opskrifter. Fixe og indbydende anretninger. Kr. 4.50, indb. kr. 6.00.
- Elna Regner Andersen: Sæsonmiddage af grønsager. Kr. 3.00. Nordisk reformkost for sunde og syge. Kr. 3.85.

Bøger sendes pr. efterkrav eller Frimærker modtages som betaling

H. Henningsens Boghandel
Vesterbrogade 32 København V.

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.



Landsforeningens Mærkat.

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.

THOR MØLLERS BOGTR. KBHVN.