Hr N Nielsen
Gentoftegade 56 C St tv
Gentofte

Vegetarisk Tidsskrift

Husk årsmødet

søndag den 5. august kl. 10 i Det kgl. danske haveselskabs tesalon i haven ved Frederiksberg runddel.

Dagsorden:

1. Valg af dirigent.
2. Beretning og regnskab for året $^{1}/_{7}$ 44 – $^{30}/_{6}$ 45.
3. Valg.
4. Fastsættelse af medlemsbidrag for 1946.
5. Fastsættelse af sted for årsmødet 1946.
6. Beretning og regnskab for dr. Michael Larsens børnehjemsfond.
7. Eventuelt.

I tilslutning til årsmødet afholdes **den ordinære generalforsamling for Københavnsafdelingen for 1945,** der skulde have fundet sted i februar.

Dagsorden i henhold til vedtægternes § 6.

Kl. 13 afholdes fællesspisning. I thesalonen serveres vegetarisk smørrebrød og små varme retter, f.ex. kogt blomkål eller gulerødder (smør medbringes). Bestilling må gøres strax ved mødets åbning. Der kan købes æblemost, citronvand o. l. samt »kaffe«.

Kl. 14 vil **dr. med. Axel Borgbjærg** tale om:

Erfaringer angående ernæringsspørgssmål efter 50 års lægegerning.

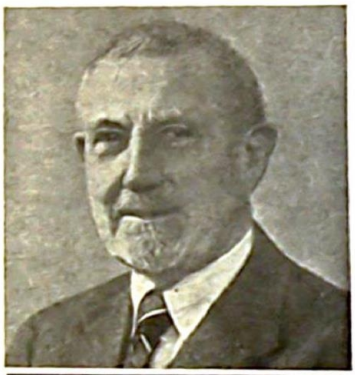
Og så venter vi talrig deltagelse.

Bestyrelserne.

Udgivet af Dansk vegetarisk forening

MEDLEM AF FORENINGEN AF DANSKE VEGETARBLADE OG TIDSSKRIFTER

39. årgang
nummer 7—8
juli-aug. 1945



Årsmødets foredragsholder,
dr. med. Axel Borgbjærg.

Red Europa.

Sulten nager Europa. Efter 5 års forbrydelser mod alt menneskeligt er de Goebbelske lyksalighedstilstande, som han fremmanede dem for os, ved at kulminere i de af herrefolket beskyttede lande, i Norge er der hungersnød, i holland hungersdød, i Belgien knapt med mad, i Frankrig ikke bedre, kun vi har under hele den åndelige tortur kunnet holde en tilstrækkelig materiel standard, vi har endda overflod, nu tilkommer det os at hjælpe til at mætte det sultende Europa, at redde, hvad reddes kan ud af Neuropas lyksaligheder.

Det er altså alvor, skulde man tro. Nu gælder det om at fremskaffe mad. Vi grues ved at se billeder fra Holland, med »muselmænd«, levende skeletter med hud på, vi må producere mad, megen mad, mere mad, Europa skal reddes.

Af den danske jord kan leve en snes millioner mennesker, d. v. s vi kunde ta Norge, Holland og Belgien helt på vor kappe. Vi kunde gøre det, men vi kan ikke. For dyrene skal leve først. Svinene skal leve, selvom det koster 5 gange så megen mad at opdrætte et svin, som det gir tilbage i form af flæsk. Oxekød er endnu større luxus. Et æg fordrer korn til et helt lille brød. Dyrene skal leve for at producere ben og hår og klove og horn og yver og hjærne og hale og tarme og — gødning, gødning, gødning, altsammen forvandlingsprodukter af korn og kartofler, roer og græs etc. etc. Græs spiser mennesker jo ikke, men hvor der voxer græs, kan der også voxe mad. Europa sulter. Vi producerer eller kunde producere korn og kartofler, roer og grønsager, frugt og honning, millioner af tons af fuldgod menneskelig næring. Hør de sultne børn råbe efter mad, se de magre arme række ud efter brød, tænk på de bjærge af mad, vi kunde sende dem, tænk på mødrenes smil gennem tårer, når vor mad kom, mange millioner kunde vi mætte, og så blir det kun til nogle få, for de skal ha stene for brød; til anden, tredie klasses næringsstoffer med utroligt spild af kalorier og livgivende stoffer forvandler vi den gode, naturlige mad; til flæsk og kød og æg og fedt forvandler vi den danske jords frugtbarhed, og millioner sulter videre.

Vi korser os over den råhed og forbrydelse, der fulgte med krigen. Hvorfor fik vi krig? Bl. a. fordi der ikke er plads til os alle — siger man,

og tror man. Det ene folk vil vælte sig ind over det andet for at få plads til sit menneskelige overskud — tror man altså; det er plads til svinene, til koerne, til hønsene, man slås for. Millioner dør, millioner sulter i et Europa, hvor der er plads til milliarder af mennesker.

Nu skulde vi altså hjælpe lidt til med at komme ud af miseren, og molboer, som vi alle er, ofrer vi stadig den dejlige mad i den store moloks gab, dvs. hælder den i husdyrene. O, homo sapiens!

Vi kæler for vore husdyr, plejer og passer dem i alle ender og kanter, de lever fornuftigere end vore egne børn, og udstyres derfor ikke med alle menneskehedens civilisationssygdomme. Når vi så har elsket dem så højt, at de altså fysisk er bedre i stand end vi selv, så slår vi dem ihjæl, forrår og afstumper vore følelser ved drab og slagteri, og undrer os alligevel over, at mord og krig, råhed og sadisme falder menneskene naturligt! Tag slagtekniven fra mennesket, lad jagtbossen bli hængende, og vi har taget et stort skridt fremad mod kriges umulighed!

Men hvad gør vi — vi lader den onde cirkel løbe, lader dyrene tage plads op for menneskene, fører krig for at tage andre menneskers plads, slår dyrene ihjæl og blir rå, slår hinanden ihjæl og blir endnu mere rå, sulter, fordi plovene smedes om til kanoner, og sulter videre, fordi dyrene æder den smule rest, der blir igen når bonden skal slås, og al tankekraft bruges til at ødelægge. Men vi slagter videre — for at redde Europa.

Oh, onde cirkel, oh, skabningens herre — oh, vanens slaver!

Mon Europa kan reddes?

Oluf Egerod.

En baderumsreform.

Efter statistiken får hver københavner ca. 1 bad om året på de kommunale badeanstalter; hertil kommer friluftsbadene om sommeren, der ikke turde omfatte et så stort antal, at gennemsnittet når væsentligt højere; endelig er der hjemmebadene, der dog ikke har haft den betydning i de senere år, som man kunde vente, fordi vi har måttet savne det varme vand, og det er vistnok en kendsgerning, at de fleste mennesker i nogen grad afholder sig fra badets glæder, når der kun kan blive til en kold dusj. En stor del af skylden for dette beskedne udtryk for badekultur må rimeligvis tilskrives de dårlige forhold, der hersker i vore byer. Det private initiativ er hæmmet af nødvendige restriktioner, og de offentlige badeanstalter er få og ikke lige indbydende. Man tænke sig bare opholdet i damprummet; det giver ikke gåsehudsfornemmelser, selv om det nok kan få det til at løbe koldt ned ad ryggen på en periodisk badegæst. Når man alligevel trodser både farerne og besværet og nu også kødannelserne, skyldes dette, at et dampbad tilsyneladende giver et indtryk af renhed, i særdeleshed, da man jo er tvunget til at vaske sig nogenlunde ren, før man kommer ind i damprummet, og bagefter kan skylle sig af; men vi håber jo også allesammen, at vi gennem opholdet i den dampmættede luft kan svede en hel del uønskede opsamlingsstoffer ud. Om dette er mere end et frømt ønske, er vistnok ikke påvist med tilstrækkelig sikkerhed. Hvad man derimod kan fastslå som en kendsgerning er,

at finnernes beromte varmluftsbad har netop denne virkning, og her begynder min historie.

Medens jeg opholdt mig i Sverige, kom jeg en dag ind i en forretning, hvor jeg så en brosjyre, der på forsiden viste tre smilende ansigter og en text, der påstod, at man fik »ökad motståndskraft, gladare humör och bättre sömn med äkta finnbastu«. Jeg forsynede mig omgående med et exemplar, og da jeg havde læst det, var jeg ikke i tvivl om, at her var en af de store muligheder for enhver husejer, ja, for ethvert civiliseret menneske, der bor i et hus. På den første textside stod der: »Världens bästa badform väntar Er . . .«, og der fortsættes: »Kanske en överdrift, tycker Ni. Det är dock ett faktum, som är erkänt över hela världen, att den finska bastuns hälsebringande verkningar inte överträffas av någon annan badform.« Det var strax vand på min molle, og da jeg var færdig med brosjyren, sukkede jeg dybt. Hvor er det trist, at kun så få moderne mennesker kender denne badeindretning, som praktisk taget enhver familie i hele landet kan få glæde af uden særlig store omkostninger. Jeg var strax klar over, at jeg måtte gøre så mange som muligt bekendt med denne lille, praktiske svenske indretning, og med redaktorens velsignelse begynder jeg på en lille artikelserie om Hägglunds finnbastuaggregat, der efter min mening betyder en fuldkommen revolution inden for hjemmebadsområdet.

Finnbastuaggregatet består af en forbrændingstromle af støbejærn med en yderklædning, hvorimellem der er indbygget 17 luftcirkulationsrør. Foran på ovnen er anbragt en jærnbeholder, der fyldes med sten. Der fyres med brænde, og efterhånden som ovnen ophedes, cirkulerer luften gennem de 17 rør og bidrager derved til, at der i rummet hurtigt nås den høje temperatur, der er nødvendig for et finnbad. Oven over ovnen er anbragt en vandbeholder til 21 liter vand; den er forbundet med ovnen ved et rør, der er stukket ned i et af cirkulationshullerne, medens et andet rør med en hane i den nederste ende hænger frit ved siden af ovnen. Aggregatet opstilles i tilslutning til skorstenen i et rum, der om fornødent isoleres med fiberplader. Et komplet finnbad kan installeres i ethvert hus, hvor der er et kælderrum (vaskerum), og udgiften ved indretningen behøver ikke at overstige 300—350 kr., et beløb, som de fleste bygmestre kan kalkulere ind i byggesummen uden at udgiften til husleje forøges i særlig grad, og som enhver husejer, der ikke har købt for dyrt, kan afse.

Opvarmningen i de almindelige finnbastuer sker ved opvarmning af stenene; men med dette system tager det flere timer, inden temperaturen har nået den ønskede højde. Med den her omtalte ovn sker opvarmningen for en del gennem luftcirkulationen, hvorved man for det første undgår den direkte strålevarme, og dernæst opnår en meget hurtigere luftopvarmning. I en badstue til 5—6 personer (ca. 4 m²) kan man opnå en temperatur på 70 grader i løbet af en halv time, og der er ikke noget i vejen for, at man i løbet af kort tid kan nå op på 100 grader, og det turde vistnok kunne tilfredsstille selv meget fordringsfulde badegæster.

I en følgende artikel skal jeg komme nærmere ind på indretningen af og fordelen ved denne badstueindretning, der synes mig at være et columbusæg på sit område.

Wilh. Date.

Væk med krigslegetøjet!

I Politiken skriver »Tvillingfar« efter en omtale af børnenes krigslege og det i disse lege anvendte yderst moderne krigslegetøj, indbefattet aflagte husvagtsstålhjelme: Der er ikke noget at sige til, at børn efteraber voxne. Det er ikke børnenes skam, at de gør det. Det er de voxnes skam, at de får lov til det. Lad os være ærlige — det ser slet ikke rart ud at se børnene løbe rundt og lege krig og voldsomhed, forsynet med et udstyr, som er såre realistisk, og som kun kan ophidse den unge fantasi. Synes man virkelig, at de år, der er gået, og de ting, der er foregået, er af en sådan karakter, at børnene bør have lov at fortsætte dem i deres leg. Burde vi ikke meget hellere bestræbe os af al magt for at få børnene til at glemme disse begivenheder og de omstændigheder, der er knyttet til dem? Man skulde mene det.

Burde ikke legetøjsfabrikkerne nu høre op med at fremstille krigspræget legetøj? Burde ikke forældrene lade være at give deres børn penge til den slags? Verden skulde nødigt opleve flere krige. Er det ikke det, vi alle ønsker, at den ikke skal komme til? Men hvorfor så lade ungdommen voxe op med krigslege og opdrage dem til krigsbegejstring? Har vi ikke i Tyskland set tilstrækkeligt af, hvad der kommer ud af den slags ungdomspåvirkning? Bør nu ikke alle kræfter sættes ind for at give verden fred, og sker det ikke allersikrest ved at opdrage de unge slægtled til at elske freden og hade og foragte krigen som noget mindreværdigt, noget ikke-menneskeværdigt! Lad alle forældre være enige om det.

Kvindernes fredsliga har i disse dage i nogle henvendelser til regeringen henledet opmærksomheden både på krigslegetøjet og på alle de mange krigsfilm, der, hvor udmærkede de end er, ikke er noget for børn og unge med en åben fantasi og en let påvirkelighed i sindet. Det er ord i rette tid og på rette sted. Lad os tage os dem til efterretning. Al ungdomspædagogik fra nu af, fra hjems som fra skoles side, må kun have een retning: afsky for krig! Børneleg kan have en ny verdens spirer i sig. Ved n. n.

Den internationale vegetarunion. Vi har nu hørt fra sekretæren for The Vegetarian Society, mr. James Hough, Manchester. Han meddeler os, at sekretæren for London Vegetarian Society, mr. Frank Wyatt, døde 67 år gl. i august 43, bl. a. p. g. a. det umenneskeligt store arbejde, krigen medførte. Kontorerne i London blev ødelagt af bomber i 1940, og han forsøgte at redde stumperne og bygge organisationen op igen. Mr. Wyatt var en meget energisk og flittig arbejder for vegetarismen i England. Vi vil svært savne ham på de internationale kongresser.

The Veg. Soc. fejrer sit 100 års jubilæum i 1947. Man vilde selvfølgelig gærne samtidig afholde en international kongres derovre. Men det blir næppe muligt. Vi må stadig vende os til Sverige med bøn om, at man der tar initiativet til at samle os igen!

Men hvad skal vi gøre med vore tidligere tyske venner! Kan de komme! Vil de komme! Kan vi modtage dem! Hvad andel har de i rædslerne! Hvad forstår de af det hele! Og hvad kan vi lære dem! Der er nok at tænke over. Det er nok godt, vi får lidt tid til at besinde os! O. E.

Saxons trosbekendelse.

Under denne overskrift og et fortræffeligt billede af denne »rolige« vegetar, optrykker »Frisksport« et interview, som et andet blad har haft med ham i 1913:

Hvordan det føles at være vegetar? Når jeg betragter ikke-vegetarer, betages jeg af de samme følelser, som jeg forestiller mig, vore sindssygelæger har overfor deres patienter: fuld af medlidenhed med dem og glæde over ikke at være dem lig!

Jeg ved, at der kun findes een vej til den legemlige sundhed: at leve i overensstemmelse med naturens love. Jeg ved, at det absolutte vilkår for åndelig sundhed er legemlig sundhed. Derfor: når jeg ser en person sluge alt, hvad en i ernæringslæren komplet ukyndig kogerske mixer sammen af dele af andre skabningers lig, så fyldes jeg af medlidenhed med ham, og skulde han forsøge at vise sig overlegen, så tænker jeg eller siger: Du dåre. I begge tilfælde forstærkes mine følelser, såfremt han hengiver sig til kødspisningens livsnedbrydende følgelaster: alkohol, tobak og kaffe.

Og er han en af mine modstandere i politiske eller sociale spørgsmål, ler jeg indvendig et: »Dumrian, at du under mig dette forspring i livsmod, energi og udholdenhed!«

H. Mosegaard.

Hvem var det, der præsterede alle tiders største opfindelse?

(Resumé af foredrag, holdt på landbohøjskolen, af havebrugskonsulent H. Mosegaard).

Den største opfindelse er **ikke** noget med mekanik i. Grundlaget for det, vi i dag kalder civilisation, evt. også det, vi kalder kultur — hvori disse to begreber så end giver sig udslag — er ikke fint udtænkte tekniske ting, men derimod tilvejebringelsen af muligheder for samfundsdannelse med et forholdsvis stort antal individer i tæt sammenhobning. Dette er betingelsen for **erfaringsophobninger**, som til sidst bliver til det, vi ser i dag, hvor vi behersker tekniken (blot ikke os selv).

Der gror ikke mad paa brosten, og den første betingelse for civilisation må have været skabelsen af muligheder for at fremskaffe **næring** til menneskene på et mindre areal end det, der kræves af mennesket på samler- eller jægerstadiet. Derfor har den største opfindelse været den, der satte maden på bordet, med andre ord: plantedyrkningen.

Men hvorledes og hvornår er denne opstået? Ja, hvor længe har homo sapiens, det vidende menneske, været om at nå til det ophøjede, vi er i dag? Nogle mener, at arten som sådan er ca. 100,000 år og i al den tid har kendt **ildens** brug. I henved 90 af de 100,000 år har mennesket levet ret primitivt. Man taler om horder eller stammer, der er draget fra sted til sted for at **samle** næring: Frugt og bær, rødder, larver, fuglereder, og hvad der ellers faldt for. Først på et senere stadium får mandens søgen efter at slippe lettest

muligt fra en sag (det, der også kaldes dovenskab) ham til at fostre **våben**, således at han kan ombringe de større dyr — en genvej til føde!

Vi er ikke skabte hertil med vore flade negle og vort svage gebis for ikke at tale om den tud, der må være i vejen.

Det er imidlertid en naturlov, at vildtet hurtigt aftager, hvor der existerer jægere, og derfor har det egentlige ansvar for stammens opretholdelse sandsynligvis påhvilet **kvinden**, hvis sag det var at indsamle rødder o. l. Rimeligvis har den samme egenskab (dovenskab, her kaldet intelligens), der har drevet manden til at konstruere våben, fået kvinden til at anbringe visse planter i nærheden af den hule, hvor man for en tid havde slået sig ned, idet hun fandt dette lettere end at skulle opsøge vækterne i naturen.

Hvilke planter har hun da først interesseret sig for? Jeg skulde kende kvinden af i dag dårligt — og på dette punkt har hun næppe ændret sig synderligt — om det ikke har været noget i retning af en blomst til håret for at kunne smykke sig for skabningens herre, som hun — uvist af hvilken grund — nærer ærefrygt for. Derpå har det antagelig været lægeurter til at reparere manden med, når han vendte blodig hjem fra kamp. Og til sidst var det de rene madplanter, som blev fort »hjem« og »tæmmet«.

Alt imens blev vildtet sjældnere, og konkurrencen mellem stammerne affødte krige. Man erobrede hverandres bopladser. Noget måtte der gøres! Manden greb da til det, som intet rovdyr har fundet på: han fangede de små, uskyldige kid for med dem som lokkedyr at kalde moderdyrene til, så han kunde dræbe disse. Dette var lettere end selv at opsøge vildtet.

Men fra at holde lokkedyr i fangenskab i kortere tid og til at lade dem formere sig og derefter lade dem blive til mad er der ikke noget langt skridt. Og hvilket føder har manden givet sine tamdyr? Sandsynligvis det, som var nærmest ved hånden, det som kvinden havde dyrket i sit ansigts sved. Det som var bestemt til **direkte** menneskefode!!

Vi har nu fulgt sporene af den første plantedyrkning og det første dyrehold. Man har villet hævde, at det var kvinden, som påbegyndte det første landbrug og derigennem skabte grundlag for civilisationen. Men dette er ikke rigtigt, og hendes ære skal renses for denne beskyldning. Det, som kvinden påbegyndte, og det, som i dag har hendes udelte interesse, er **havebrug**. Så vist som produktion af planter til direkte menneskefode er havebrug, og det skal kvinden have æren af at have opfundet.

Derimod var det manden, som fandt på at kaste de gode ting for dyrene, hvorved der mistes mindst 80 % af værdierne, for derefter lumskelig at kaste sig over de skabninger, der med tillid havde taget mod menneskenes venlighed, med den lange kniv for bagefter at æde dem. Dette er »landbrug«, alle tiders største misgreb.

Lad os følge udviklingen et skridt videre. I langt den overvejende del af de føromtalte 100,000 år, hvor mennesket vel har kendt ildens brug, har den næppe været anvendt som andet end **varmekilde**, ved hvis hjælp man har kunnet påbegynde en udbredelse til andre egne end de tropiske og subtropiske. Først ret sent anvendtes ilden til **tilberedning** af føde, idet mennesket kun fandtes i egne, hvor de ting groede, der ikke behøvede en sådan tilberedning.

Det hævdes nemlig at være en stor misforståelse, at mennesket har søgt

nord for Middelhavet o. l. steder, hvor frugten var indenfor rækkevidde, blot man udstrakte den hule hånd for at gribe. Og ikke alene i sæsonen, men året rundt. Skal mennesker leve i andre egne og endda i større antal på begrænset plads, må der kunne etableres lager af fødevarer.

Hertil viste græssernes frø sig at være velegnede. Græsset blev tæmmet – blev til korn. Mennesket har så at sige bygget sin civilisation op på græs. Fra at leve på overvejende frugt- og grønkost er mennesket blevet græsæder, idet homo sapiens har formået at bruge sin hjerne til tygning af det modne korn, han ikke har tænder til.

Hvordan har denne kornkost bekommet mennesket? Korn er jo føde for fugle. Den abe, der elsker en grøn majskolbe, slænger den modne bort. En profet er ikke altid agtet i sit fædreland, men dr. Hindhede, der har et godt navn ude i verden, har sagt, at mennesket er verdens sygeligste pattedyr! Og han har sikkert ret. Nogle mener, at middelalderens mørketid og mangel på initiativ mere skyldtes det store forbrug af korn end kødkosten. Plager som spedalskhed og »den hellige ild« er fulgt med kornspisningen som følge af klinte- og meldrøjeforurening. Først den nye verdens planter, dens vidunderurt kartoflen, har bragt nyt liv til den gamle verdens afvitaminiserede menneskehed.

Vi kan ikke i dag forlange, at tidens hjul skal gå baglæns, og at vi skal gå tilbage til urtidskosten. Der er sikkert mange af os, som grumme nødigt forlader vor dejlige lyse sommernat for at fæste bo i troperne under bananplanterne, men vi kan endnu engang bruge vor hjerne til at finde frem til en kulturkost, som i nogen grad kan give os vor sundhed tilbage. Lad os arbejde os bort fra kornkosten og de såkaldte »forædlede landbrugsprodukter« og henad mod havebrugets sundere og mere livgivende produkter: Bliv havedyrker og lev i så høj grad, som det er muligt, af havens frugter og rødder. Det er havebruget, der er alle tiders største opfindelse, og landbruget må opfattes som et vanartet barn af dette!

Og hvem er ophavsmanden til landbruget, som af nogle opfattes som alle tiders største misgreb. Dette kapitel, som har formet sig som det blodigste i menneskehedens historie. Hvem andre end vi mandfolk! Vi vil skamme os! Et leve for kvinden som opfinder af havebruget!

Ved n. n.

Tobakken står godt rundt på den danske ager. Når man cykler rundt i landet, har man rig lejlighed til at iagttage denne ansvarsbevidste udnyttelse af vor gode jord midt i vort sultende Europa.

Og aviserne hulker stadig efter oversøisk tobak og ægte kaffe. Ork ja, der er ikke transportmidler nok i verden. I Amerika rådner hveden, fordi den ikke kan bli transporteret. Hvor er bananerne, citronerne, appelsinerne, figner og dadler, hvor er alle de gode ting, de ægte nydelser, de fuldgode næringsmidler? De kan ikke komme, fordi vi mangler skibe, lokomotiver og jernbanevogne, kul og olie. Og hvad skriger man så efter? Kaffe og tobak! Hvor har vi dog lært meget af de onde år!

O. E.

Frk. Marg. Olsens børnekoloni paa Bjærge strand. Vor opfordring i bladets forrige nr. om støtte til dette vegetariske pionerarbejde har ikke været uden resultat. Hidtil er indgået: X 20,00, »Margit« 200,00, T. A. Petersen 25,00, Finn Christensen 25,00. Vi takker hjerteligt.

Formanden.

Spædbarn får nikotinforgiftning. Politiken bringer følgende meddelelse: Lægerne i Stockholm har for nylig haft et mærkeligt sygdomstilfælde til behandling. Det drejede sig om et spædbarn, som besvimede, hver gang det havde fået bryst hos sin moder.

Det lyder næsten utroligt i disse tobaksfattige tider, men det blev ikke desto mindre fastslået, at moderen gennem mælken havde bibragt barnet en kraftig nikotinforgiftning, som blev akut, når barnet diede. Men moderen rog også 30 cigaretter om dagen. Hun har nu fået besked om enten at indstille rygningen eller også diegivningen. H. M.

Koncertsanger Th. Norgran, der vil huskes af os fra mange underholdninger i foreningen, er død. Venner, der kunde ønske at hædre hans minde, kan — efter familiens ønske — gøre dette ved at sende et bidrag til hjælpen til hollandske vegetarer under mrkt. Th. Norgrans minde; se nedenfor. O. E.

Hollandshjælpen. O. E. 40,00, bandagist S. Nielsen 80,00, N. Nielsen 40,00, Rita Mollerup 40,00, Fink-Jensen 20,00, E. Wiene 40,00, fru Fr. Olsen 10,00, J. E. Heilmann 10,00, kiropraktor Finn Christensen 40,00.

Under mærket Th. Norgrans minde: Kristkirkens kor 10,00, Ruth Petersen og Ove Pedersen 25,00, Bülow 12,00, »Lovstræde K« 26,50, pastor Jørgen Nissen og pastor S. C. Kemp 10,00, familierne Nording og Seegelke 10,00.

Bidrag modtages fremdeles. Postkonto 282, Egerod.

Gaver til D. v. f.: Johs. Larsen, Ejby, 3,00. Dr. Kauffeldt, Norresundby, 15,00. C. N. Andersen, Ølgod, 3,00. »Peter« 100,00 (»som tak for det friske initiativ, der præger foreningens virke«). Charlottenlunder 200,00.

Kassereren.

Regnskab for Dansk vegetarisk forening.

(1. juli 1944—30. juni 1945).

		Indtægter	Udgifter
Kassebeholdning 1. juli 1944	Kr.:	505,76	
Kontingenter	»	1.684,45	
Abonnement paa V. t.	»	136,28	
Annoncer i V. t.	»	295,10	
Gaver	»	653,45	
Renter	»	69,20	
Litteratur	»	114,10	49,00
Porto	»	12,03	379,25
Veg. tidsskrift	»		1.474,00
Kontorartikler	»		143,55
Diverse	«		142,18
Møder (nytårsfesten)	»	385,00	385,00
Kassebeholdning 30. juni 1945	»		1.282,39
	Kr.:	3.855,37	3.855,37

Status.

		Aktiver	Passiver
Bibliotek	Kr.:	500,00	
Litteratur	»	1.000,00	
Inventar	»	300,00	
Kontingentrestancer 1945	»	488,00	
Kassebeholdning 30. juni 1945	»	1.282,39	
Saldo	»		3.570,39
	Kr.:	3.570,39	3.570,39

N. Nielsen, kasserer.

Regnskab for Københavnsafdelingen.

(1. januar—31. december 1944).

		Indtægter	Udgifter
Kassebeholdning 1. jan. 1944	Kr.:	17,55	
Kontingenter.	»	1.010,00	
Møder	»	265,50	320,60
Kontingent til D.v.f. (heraf extra do. kr. 467.45)	»		972,45
	Kr.:	1.293,05	1.293,05

Status: Aktiver: 0. Passiver: 0.

N. Nielsen, kasserer.

Regnskab for dr. Michael Larsens vegetariske børnehjemsfond fra 1. juli 1944—30. juni 1945.

Indtægt.

Kassebeh. 1. juli 1944	852,27
Udtrukken obligation	1.100,00
Udbytte af obl. og aktie	724,50
Gaver	5,00
Rente i sparekasse	17,32
	2.699,09

Udgift.

Børnehjemmet	632,00
Rejser	25,55
Indkøbt obligation	1.125,87
Afgift af depot	7.90
Kassebeh. 30. juni 1945	907,77
	2.699,09

Aktiver.

Obligationer	15.750,00
Aktie	200,00
Kassebeh. 30. juni 1945	907,77
	16.857,77

Passiver.

Ingen.

København, d. 30. juni 1945.

Oluf Egerod.

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

København 23. juli 1945

Valdemar Petersen. C. Seegelke.

Ved revision af begge kasser pr. 23. juli har revisorerne i bestyrelsesprotokollen noteret, at den samlede beholdning var konstateret at være til stede, ligesom der på sparekassekonti indestod kr. 3.000 + ikke tilskrevne renter tilhørende »Jens Nielsens fond til fremme af arbejdet for vegetarismen«.

Kassereren.

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.

Aarhus afdeling. Formand: Chr. Hougaard, St. St. Blichersvej 43, Aabyhøj.

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.

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.

Lær esperanto,

det andet sprog for alle. Officielt sprog ved den intern. vegetarunions kongresser. Let at lære, udbredt over hele jorden. I Danmark afdelinger i de fleste byer. Komplet korrespondancekursus 5 kr. Nærmere oplysninger hos

Esperantistforeningen for Danmark
Oppermannsvej 17. Odense. Tlf. 4099.

Foreningen til værn for værgeløse dyr

opretholder i samarbejde med politimyndighederne et dyreinternat for hjemløse dyr.
Modtager og undersøger dyrplageri-anmeldelser.
Årskontingent 3 Kr., medlemsbladet „Dyrets Værn“ tilsendes medlemmerne gratis.
Indmeldelser modt. af kassereren:
Redaktør Hj. Jacobsen,
Howitzvej 49, København F.

Støt os ved annoncering i

Vegetarisk tidsskrift

Rantzau Nielsen

REVISOR

Bogføring - revision - skattesager
Alt i forsikring

Jernbane allé 77 - Damsø 6556

Frydenstrand badesanatorium.

Læge: Ejnar Eriksen.

Frederikshavn. Forl. prospekt og prisliste.

„VEGETARISK KØKKEN"

ODENSE — nu Kongensgade 39[2] —

anbefaler sig
med god, sund, vegetarisk mad.

ANNA SVANEFJORD

Aktuelle bøger

- Grete Scharling: Ny vegetarisk kogebog. Den sundeste hverdagsmad. 700 opskrifter. Fixe og indbydende anretninger. Kr. 4.50, indb. kr. 6.00.
- Læge Kirstine Nolfi: Levende føde. Stærkt forøget udgave af den udsolgte »Råkostens betydning«. Kr. 3.50.

Bøger sendes pr. efterkrav, eller frimærker modtages som betaling

H. Henningsens boghandel
Vesterbrogade 32 — København V.

"OKKULTISTEN"

Uafhængigt tidsskrift for okkult forskning og idealistiske livsanskuelser. — Aktuelt - frisindet - alsidigt. — Abonnementspris 5 kr. pr. halvår. — Forlang alsidigt propagandahæfte mod 60 øre i frimærker.

Exp.: Johan Kellersvej 63, Kbh. SV.
Postkonto 58626

Vegetarisk restaurant

Frederiksberggade 28, Central 7827.

Middag — 2 retter fra kr. 1.50 —
Smørrebrød og à la carte.
Abonnementsbilletter 10 % rabat.
Ingen drikkepenge. Bemærk: Ny indehaver.



Landsforeningens mærkat.

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

RAASTRUP KURSTED

(ved Christiansminde, SVENDBORG)

Modtager gæster til ferie, hvile og behandling.

ANNA ULLERUP HAAHR . Tlf. Svendborg 755

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.

„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, Forlaget »Solsport«, Amagertorv 32 København K.

THOR MØLLERS BOGTR. KBHVN.