Hr N Nielsen
Gent >j. Otegale 56 C St tv
Gentofte
237

Vegetarisk tidsskrift

†



I.V. U.s præsident, C. J. van Borrendam.

Den internationale vegetarunions præsident C. J. van Borrendam afgik ved doden d. 24. jan. d.å. . . . r^rcnnliehed.

Den vegetariske bevægelse har herme- ^ Qg humanistisk·
Hele v. Borrendams grundsyn pa li « . „nuver form var
Hans valgsprog var »at leve og at lade• r* £ modstander af
ham inderligt imod. Der or var han vegetar og ^ ^ ^ SJ inder·
hele rustningsvanvidet. Nazismen og * vrede for ud-
ligt imod. at han allerede for krigen pådrog sig d ens
talelser om Hitler og hans bande. Han matte d e r f o l 9 3.5. «
.93S rejse udenom Tyskland for at komme t. l -™ kong,ress,er^ ^
og Oslo. De tyske vegetarer truede me jjeologi. Men han for-
hans klare afstandstagen fra den nazis is a ogsa ^
blev fast, og vi andre fulgte ham ,o h e " ^ ^ ^ s t e r n e brod
tyske tyranner i Holland, der forårsage <- faxde han ar-
ind i Holland, var hans tilværelse truet. Alt. hvad
m

Udgivet af Otnik
vegetarisk formning

39. årgang
nummer 9
- " » r n b e f 1945

Sfråler - afomer - idræt - ol og skorsf

vi lever bl a i strålernes tidsalder. De ældre blandt os hu

gierne.' kom i **hilv/cnucrnc. Mcn** hvad har ^yi dog ikkc oplcvc(„diostrJIer. endda med f j O T . kosm.skc s.rMcr d plader, Og and« mysttfke s.riler ude fra det gldcfuldc univers, der Ummo.de eller hxmmende pi vor Uvsrytme, fotografering genne Og tåge med infrarøde stråler, etc., etc.; der er ikkc noget mere der chokere en. Når avisen derfor idag meddeler, at man med infraro'de kan tone gronsager på en halv time og derved bevare de værdifulde i næringsmidlerne bedst ved denne hurtige konservering, ja, så hurtigt blaserte videre til næste meddelelse, og dog er der perspektiv i sidan opfindebe: vi skulde jo ikke gærnc bli stående ved saltning ning med konserveringsmidlernes uheldige bivirkninger på det Nogle er skeptiske overfor alt nyt, også overfor stråler. Andre over det nye og byder det velkommen ubeset. Men lad os da imellem håbe. at her er atter et nyt skridt frem på vejen til lettere levevilkår, dvs. bedre levevilkår for menneskeheden. Dette den samme dag omtalte atombombe varsle. Eller skal den endnu et stykke længere ned i fornedrelsen. Skal vi nu forst og forvandle verden til en samling kratere, inden den lille rest sker, der blir tilbage, kan begynde at kravle opefter igen for at nå menncskestadiet, som vi dog syntes at kunne skimte Anvendt i opbygningens tjeneste skulde de ved atomsprængning kræfter jo kunne hjælpe os til at leve et paradisisk liv den. Bort med sliddet og slæbet. 4 timers arbejdsdag til og lange ferier til at nyde livet i. Ja, nyde livet! Det er går nu i forste omgang. Man husker, hvordan det gik de fik usandsynlig mange penge mellem hænderne — de smorrebrod. De savnede opdragebe og udvikling til at ser vi jo hver dag. penge i overflod, der skulde kunne og lade det ret nyde livet, blir blot en forbandelse. Sc på Ivsudfoldebe idag! Samme dag som de ovenfor omtalte heder blev serveret for os, indeholdt aviserne beretning om

---

(Fortsat fra forsiden.)

bejdet for, blev lagt i ruiner. Han var ledende social-demokrat og fagforeningsmand, ligesom han jo også spillede cn stor rolle i den vegetariske bevægebe i Holland. Disse organisationer og flere til, som var hans arbejdsområde, måtte indstille arbejdet. Man selv og sonnen var truede stapo. Han kunde ikke modstå dette pres sammen med den almin nod i Holland, hvor man savnede det nødvendigste. Da han i af 1944 blev syg, havde man ingen ordentlige fødemidler, ingen lægemi Han måtte afsted. Han faldt som offer for voldsmctodcrnc. Men i bejde har ikkc været forgæves. Hans idealisme smittede. VI vil savne idealist!

Ære være hans minde!

OlufEg

i. på cn kro. PoliUct fik brådne pander og lose tænder, for disse ,idr*ts«mænd var ude at nyde livet. Og hvormed nyder man livet lvorligc tids Danmark? Jo. graden måles efter antallet af konsu- .Iler jo "ere kasser, des bedre dag. Ligesom jo mere ol, des bedre ilion! Nej. desværre er vi ikkc modne til at ta imod de store op- r til menneskelivets hcrliggorebc. Man råber på 40 timers arbejds- tre ugers ferie, to virkelige mcnncskcrettighcdskrav, men samtidig «t efter tobak og kaffe, som det vi mest trænger til. Vi skal vel eftertrykkeligt igen, til sådanne råb horer op, til menneskeheden har leve rent uden dyrcdrab, uden alkohol, i lys og luft uden rog, hvad cr fra tobak eller fabriksskorstene, midt i naturens gronne rigdom skrabere og anden misforstået teknik; det cr måske derfor atom- -ngerne nu er skænket os som en ny prøve på godt og ondt. Lad ^ bestå prøven. Så er der ingen »idræt« med ol, for det fordi det daglige liv vil bli fornuftig idræt, og for det andet fordi Carbberg og Tuborg er forlængst historie, måske sprængt brokker, dc fortjener at være, af en nådig atombombe, der forstod rforberedebens vej. Og måske sidder menneskene så til den tid dejlig endda ved vintertid, i deres solgård og nyder livet og ser i deres r'msvnsapparater ved hjælp af nye »mystiske« stråler tilbage på mennc- kencs krogede udvikling og undres over skorstenstiden. hvor disse kultur- ile viste hen til f.x. de naturlige fodemidlers odclæggebe gennem dyrene Z dyrcdrab på slagterierne, og kornets odelæggcbe ved gæring på bryg- gerier og brænderier, eller til sukkerfabrikkernes fremstilling af det dejlige hvide livsnedbrydende sukker, en herlig fætter til en anden af menneskenes forbandede opfindelser, det hvide mel. Med et suk vil de så se på de mange fxngsler og hospitalers skorstene, andre skamstøtter på fornedrebens vej. Det vil nu afhænge af os idag, om denne vej blir lang eller kort, om der skal mange atombomber til, for vi kommer ud af skorstensalderen, eller om vi ret hurtigt kan glide ind i den tid, da vi hersker over teknikken og ikkc som nu beherskes af den. Vegetarerne går foran på denne vej ud og opl

Oluf Egerod.

Mine erfaringer angående ernæringens betydning for sundheden gennem 50 års lægevirksomhed.

Afdr. med. Axel Borgbjxrg.

Da jeg 1. marts 1S95 nedsatte mig som læge, havde jeg ikkc meget begreb om ernæringen. Jeg havde i min studietid lært fordojelsesfysiologi samt lidt wn ernæringslære; men denne var cn temmelig ny videnskab Jeg troc c i»dt på autoriteterne, og den Voitskc lære om 100 g æggehvi t 50 g °K 500 g kulhydrat var for mig den højeste sandhed. Da det imidlertid var kost, som dc fleste mennesker fra Arilds tid syntes at fligede man sig i praktisk lægevirksomhed så godt som over diætspørgsmål, undtagen ved alvorlige, særlig febrile syg sukkersyge, nogle nyresygdomme og tuberkulose; ve cn

...n st.rk overfedning. Udover dette talte man i min
.an ind i... ...
.Ike om diæten. undtagen ved visse mavesygdomme, speciel, ^
mavesår.

M dtetcn kunde have betydning for sundheden, var der ingen
te ni Som Ixge blev jeg snart klar over, at jeg vidste altfor lid, "
tænkte p . ^ Tyskland for at sætte mig ind i fordøjelsen . m
a g. jes ... p
^tcTpTkort tid lærte jeg så meget, at jeg selv kunde arbejde videreø
i vid, er jeg autodidakt og er ikke stivnet i autoritetstro og videnskab ?',
s .radition, men har haft ojet åbent for, hvad der dukkede op ude fra. cnt en
det var fra lægmand eller fra »vantro« lægers side. Naturligvis interesser, de
lec mig for lægevidenskaben, men det var dog evnen til at anvende viden
skaben i praxis, der havde den storste betydning for mig. Der bor ikke være
nogen modsætning mellem lægevidenskaben og lægekunst, men dette kom'
mer der let, hvis man altfor meget fordyber sig i lægevidenskaben, særlig
den experimented, og glemmer erfaringsvidenskaben.

De mange undersogelsesmåder har naturligvis den allerstørste betydning for at stille exakt diagnose, men man må vogte sig for at stirre sig blind på diagnosen og glemme behandlingen; det er uheldigt, hvis man på et hospital efter ca. 14 dages forlob fastslår diagnosen og så måske udskriver patienten, fordi man ikke har plads til ham. Den behandlende læge får da tilsendt en diagnoseseddel, og så kan han foretage behandlingen. Naturligvis gælder det ikke altid, men for mange kroniske sygdommes vedkommende giver hospitalsindlæggelsen ikke det onskede resultat.

Diæt er et græsk ord, der betyder liv eller levevis. I almindelighed tænker man kun på kosten, selv om spørgsmålet om luft, lys, vand og motion egentlig også horer ind under diæten. De fleste forstår ved diæt kun sygediæt. Dette er imidlertid en stor fejl. Hvis mennesket som dyret rent instinktivt vilde vælge den fode, der passer, vilde diætforskrifter ikke være nødvendige. Der er sikkert i mennesket en indre stemme, der kan sige, hvad vi skal spise og drikke, hvis vi blot vilde lytte til den. Det lonner sig imidlertid at lytte og indrette spisetiderne og fodemængden i overensstemmelse med vor sult- og mæthedsfornemmelse.

Mange er tilbøjelige til at tro, at diæten er noget nyt og moderne, men dette er en fejltagelse. Allerede de gamle indere og israeliter interesserede sig for diæt. Den store græske læge Hippokrates gav en mængde diætetiske regler. I fortidens Hellas folte lægerne sig som sundhedsbevarere og sygdomshelbredere. Det første glemte lægerne senere, men til gengæld opfandt «.
en mængde sygdomme, så de ikke fik tid til at beskæftige sig med, ore
byggelse. Der har dog altid været enkelte, såvel læger som lægmæn „ <r
har beskæftiget sig med sundhedsproblemer Jeg skal bl.a. nævne min an
doms- og ungdomsven, J.P.Muller. Han sendte mig manuskriptet ti .» ^
System«, som han bad mig læse og eventuelt foretage rettelser i. Jeg ra ^
ham dog til hurtigst muligt at få bogen udgivet, og resultatet ken er «^
At lægerne delvis sogte at nedsætte ham, er en selvfølge. Hvad kun de
lægmand vel lære dem. Jeg var heller ikke enig med ham i alt, og forst ^
efterhånden er det gået op for mig, hvilken herlig skat bogen er. D... ^
på få sider sagt alt det, det kommer an på, når det drejer sig om en ^
sygdomsforebyggende levevis. Den næste rost udefra kom l> III.D

ed hans »Reform i vor Ernæring«. Min lærer, prof. Boas, holdt
Hindhed^ m ^ dyriske æggehvides overlegenhed for menneskets
cnJ^ou St*r^cn jeg stillede mig dog noget tvivlende. Den gamle lære: kod
^rn*ring, m je jeg ikke slutte mig til, og særlig ved behandlingen af mave-
^r kr.^. ku f n jt jeg det store kødforbrug uheldigt. Ti vel kunde kodet mætte
sygdom^110 ,^rved mildne smerterne, men til gengæld mente jeg med den
sY^rcn ^ b C læge Hemmeter, at det på den anden side ogede produktionen
amcrik^anS ^c ' C^ såjccjes skadede, noget den store russiske fysiolog Pawlow
af sal^tsyr<j og Dcn danske mavclæge, prof. Jürgensen, talte om en »vegeta-
også fe^stS,^og^s j sygdomsbehandlingen, og denne forekom mig i den grad
^isk« tenuens mere ^ merc gik over til at anvende vegetabilske fode-
berettiget. f j ^ ^ g nf tle animalske. Vegetar var jeg ikke, for jeg fandt
mldlCr Pa iske lære fanatisk og overdreven. Jeg læste et afsnit af Mich,
den ^vegCt t?^a turhe ibredclscn« højt for min svoger, hvori det hed, at når
Ur5CnS- A til den helt rigtige kost, frugt og noddcr, kunde man undvære
man nåede £ hån jcn også stuepige. Jeg spurgte ham, om han forstod
kokkepigen ^ for så dor man«. Senere har jeg dog fattet det
dette, og ani man kver des mindre hjælp behover man
idtaleisen, u jo
"huset' Også Bircher-Benners bog »Grundziige der Ernåhrungstherapie«
„iorde et stærkt indtryk på mig.

, ni dr Frede Sadolin bad mig om at skrive om ernæringen . den af ham
L P C Bjerregaard i 190S udgivne bog »Barnet«· skrev ,eg: »Forst de
enere b er ernæringsspørgsmålet taget op på et bredere grundlag - tid-
lig var det væsentligst æggehvidespørgsmålet. der interesserede - sam-
idié med at der er rettet stærke angreb på de tidligere vundne resultater,
hvoraf nogle i ethvert fald har vist sig uholdbare, og nye videnskabelige
undersøgelser har set og vil i den nærmeste fremtid s.kkert i oget gra
daaens lys Også til vækstproblemet og ernæringsprocessen under barnets
vækst er der i den allernyeste tid levere, vægtige og med gamle ans uels«
delvis brydende bidrag. Det er derfor muligt at de, kommendet,åvil
forandre vore anskuelser om ernæringen en del, kuldkaste nogle c af de ned-
arvede anskuelser og fas,slå andre, hvis sandhed man nu kun kan formode.

Tidspunktet til her at skrive en afhandling om barnets ..... der
gerne skulde have gyldighed ud over dognet, er derfor næppe det held.gste,
men jeg skal soge væsentligt at holde mig til kendsgerninger og ikke for-
dybe mig i hypoteser, hvor interessante de end kan sære.« de vægt

Jeg var dog allerede dengang så forudseende, at jeg sasr lg g ronsager
på vegetabilske fodemidler i barnets ernæring og anbefalede r g udgav min lille bog
Og frugt som pålæg på skolemaden, og da jeg i '935 i alt væsentligt holde
»Diæt, dens betydning for sunde og syge«, kunde jeg
mig til det, jeg med hensyn til barnets kost skrev i 19

Ragner Bergs boger havde også stor b e ^ n r o g men endnu mere
Havde dr. Gerson. Jeg opholdt mig i Hi dag P diætsanatorium i
Wilhelmshöhe ved Kassel i 1930 og levede pa hans di. . ^ ^ ^

tidligere havde råkostpropagandaen fået indpas i Damn,,, efter min mening langt over målet. Vitaminerne og n®ri t t Hnine for ernæringen vakte imidlertid også lægernes interesse f koslen Den var således diskussionsemne ved en kongres i A 1928 Råkosten fik efterhånden mere og mere .ndpas i min sygd ing' uden at jeg dog opgav de kogte grønsager og rodfrugter ikke helt de dyriske fødemidler xg, kød og fisk, men disse fik mere tilbagetrukket plads.

Hindhede henledte min opmærksomhed pa Waerland, der var en stor ernæringsreformator. Jeg så, al vi arbejdede i samme retning, og jeg ham min dixtbog. Han takkede hjerteligt og udtrykte ønsket om, at vi mødes modes. Dette skete først i foråret 1937 i Malmo, og i oktober samme år besøgte jeg ham i Alassio, hvor vi gik lange marchture og levede af Waerlandskost. Der er for mig ingen tvivl om, at denne er en meget sund kost og jeg har siden i udstrakt grad benyttet Waerlandskosten. I august 1938 inviterede jeg Waerland med til sundhedsugen på Hindsgavl, hvor han holdt nogle fængslende foredrag.

Den vegetariske tendens i ernæringen, som jeg for 40 år siden søgte at gennemføre, er voxet med årene, og den laktovegetabilske kost er blevet hovedhjørnestenen i min sygdomsbehandling, ligesom jeg mener, at den også bør indtage hædersplads i en almindelig sundhedsmæssig kost for raske mennesker.

Som læge er jeg forpligtet til at hjælpe syge mennesker så godt som muligt, og jeg tror, jeg kan hjælpe de fleste bedst ved ikke at være fanatisk. Jeg kan godt få mine patienter til i ret lang tid at leve rent vegetarisk; men at få dem til at gøre det til stadighed er vanskeligt, for ikke at sige umuligt. Hvis jeg var fanatiker, vilde mine patienter forlade mig, og jeg vilde altså intet kunne udrette for dem. Men jeg mener heller ikke, det er nødvendigt at leve rent vegetarisk; lidt dyrisk føde tåles i almindelighed meget godt. I min personlige levevis har jeg fulgt den samme linie og lever nu væsentlig på samme måde, som jeg foreskriver mine patienter.

(Resumé af foredrag ved årsmødet ved W. D.)

Årsmødet.

Dansk vegetarisk forenings årsmøde afholdtes søndag d. 5. august kl. 10 i Festsalonen i Det kgl. danske haveselskabs have. Mødet var, trods de vanskelige forhold, godt besøgt, og selv om meningerne til tider stod ret hårdt imod hinanden, var stemningen dog god, selv om mødet blev langt.

Formanden bød velkommen og udtrykte foreningens taknemmelighed overfor overgartner Carl Johan Hansen, hvis imødekommenhed havde gjort det muligt for os at mødes i en vidunderlig have, nemlig Det kgl. danske havesel skabs have. Han dvælede ved begivenhederne, da årsmødet afholdtes ved Mosede strand i 1939, og stemningen ganske naturligt var præget af den uhyggelige situation i Europa, der dagen efter udløstes i Jyllands lige katastrofe, menneskeheden har været ude for. Gennem årene lykkedes det os at afholde årsmøderne ret regelmæssigt, selv om krigsårsmødet 29. august 1943 også for os, der den dag skulde samles til

tter dag. Vi er lykkelige over igen at kunne holde vort årlige fric forhold og i et frit land. Formanden bød særligt de mede un T havde været i udlandet, velkommen tilbage. Forsamlingen sang \e^cT, f per et yndigt land.

'• xadirig"l« «'S.e5 Wilh, Da,C,

Ber ctning- afi agde derefter beretningen. Han nævnte først de medlem-

Forman vaf gået ort: l Pedersen, Psilander, fru Math. Rasmer, ac M Kolding, fru Glass, J. Nielsen, Nakskov, frk. Marie Chrijnussen, Se er Rasmusse n og vort tidligere medlem Th. Norgran. stensen, <je to fremragende udenlandske vegetarer Frank Wyatt —Eg er0 Borrendam, der var kendt af de fleste danske meningsfæller. og c, s den omtalte arbejdet i det forløbne år og nævnte særligt nytårs-

Forman en succes| væsentligst gennem det arbejde, der var festen, er hr ves terlund. Bod formanden, hr. Hougaard, fra den genudført af fru Aarhusafdeling velkommen og meddelte, at D. v. f. havde fået ettede Tnve medlemmer siden 1. januar.

V blad er vort vigtigste arbejdsmiddel, selv om der har været noget besvæ "Z med fremstillingen, fordi vi ved vor gamle bogtrykkers rejse blev nød U til it tage mere hensyn til trykkeriet, hvad manuskripterne angik, end tidligere Den nye bogtrykker var ikke indstillet på at forandre manuskripterne i overensstemmelse med vor fra bladets første dage fastlagte retsknv-

ning Omtalte derefter forskellige spørgsmål, der inden for bestyrelsen har givet anledning til fremsættelse af forskellige meninger.

Vegetarisk forening har til nxste år 50 års jubUsmn, og v, har lov td « tro, at vi i den anledning kan få en fest, der vil blive bade lejltgheden og foreningen værdig.

Der var blevet optaget cn fortegnelse over dc medlemmer, der kunde onskc at deltage i cn fællesbespisning, hvis gastilførslen var ophørt under krigsårene. Vi havde truffet aftale med Den sanitære fodevarcfabnk om at deltage i en sådan fællesspisning, som eventuelt skulde arrangeres tor adventisterne.

Efter alt at domme kommer der til oktober kodrationering, og vi cr det da naturligt, at vegetarerne, i lighed med hvad der var ti æ e un er krigen 1914-19, får mulighed for at få kodmærkerne ombyttet med smor- eller andre mærker.

Der cr mange, der ringer til formanden for at få op ysnmger om, hvor dc kan tilbringe deres ferie og få vegetarisk mad. \i har kk an re a hen- vise til end Råstrup kursted; skulde der findes andre, der kan mod g vegetariske gæster, efterlyses dc herved.

Formanden omtalte kort vor litteratur og henviste sær igt ti , a t vi dnu tar et ret stort oplag af Mich. Larsens »Naturhelbredelsen«, som medlem- 'neme i lang højere grad burde anvende som gavebog.

Fra Sverige var der indlobct følgende hilsen: cf, Knder Da Til Dansk Vegetarisk Forening, Köbenhavn. Kara 6 t c t e tt Eder forening nu før første gången efter ockupationen haller årsmote

tr„, Danmark, vill Eder broderförening i Sverige begagn* ^ ^

hälsni .

C" t f t T S 'glSdje^ngf51jt Eder lidskrift under de gångna tung,-, j r- oCh
, l n
nu l m: trots alia svårigheter lyekats upprätthålla båda den och ten i Iv rigt. Vi beundra denna u.héUighet och ideclla w ^
sa riTom Eder vardiga hållning under olyekans år. Danmark lur fortjån , ^
frihet genom sin tappra strid mo, 6vermakten. Våra ideer här i Norde
icke tagit skada av krigsåren. Ickc om man ser saken på lång sikt. Tv5V*
kunna vi i Sverige notera en sakta pågående omsvängning ,m f a tmån för
et naturenligare levnadssätt. Vi nordiska vegetarianer ha ingen anlednin tt
se roorkt på utvecklingen och framtiden. V. få ej alla vare med om in L oct
i det forlovade landet, men vi skonja gryningen till en bättrc dagl

Låt oss alltså alltjämt stå samman, låra av varandra och upp muntras av varandras framgångar.

Vi onska Eder ett gott årsmöte och skola i tankarna vara med Eder!

Styrelsen för Svenska vegetariska föreningen:

Ernst Killander, ordf. Carl Schelin, sekr.

Endvidere var der indlobet hilsener fra Fynsafdelingcns formand, hr Georg Clausen, Odense, fra hr. og fru Vodder, frkn. Marie og Elisabeth Foltmann, dr. J. D. Henriksen og hr. Vesterlund.

Derefter gennemgik formanden regnskabet, som var optrykt i nr. 7-8. Pegede på det bedrøvelige forhold, at restancerne i år er på 488 kr. og henstillede til medlemmerne, at de lettede kassererens arbejde ved at indsende kontingentet i den forste halvdel af året, så det store extraarbejde med at udsende postopkrævninger kan undgås. Der synes endnu at være medlemmer, der venter på, at der skal komme en inkassator ind ad doren til dem, men det kan desværre ikke lade sig gore. Nytårsfesten havde ikke kostet foreningen noget, hvilket skyldtes hr. og fru Vesterlunds indsats.

Foreningen har haft en ret stor tilgang af nye medlemmer, og vi venter naturligvis, at tilgangen gennem medlemmernes interesserede medvirken vil fortsættes i det nye år. Bornehjemsfondets regnskab fremlagdes derefter af Egerod. Det vegetariske bornchjcm er nu ophort, og fondet kan igen arbejde på at foroge mulighederne for oprettelsen af »Dr. Mich. Larsens vegetariske børnehjem.«

Formanden omtalte derefter frk. Margrethe Olsens arbejde me somnur kolonien ved Bjærge strand, et arbejde, der ikke blot virker som en ud- mærket propaganda for de vegetariske tanker, men også har ska * rCS| kt hos autoriteter og skolefolk for den indsats, der her gores for nog e a åe dårligst stillede bom i vort samfund. Vi er glade ved, at vi i nogen grad har kunnet række frk. Olsen en hjælpende hånd, og opfordrer me g læde vore medlemmer til ikke blot at hjælpe med i dette arbejde i år, mC „ også have i erindring til næste år, at frk. Olsen tager fat igen til somme rferien i 1946.

Derefter gav formanden nogle oplysninger om »Jens Nielsens fonJr; bestyrelsen består af formanden, hr. Nielsen, fru Pille og r. gaar d. Fonden består af 3000 kr. kontant og nogle fordringer, der muligvi 0 ^tø betydning engang.

fotl a n ntalte Ct brev fra dr. Kogler i Norge, der tilsyneladende venter Egerod , blomstring af den vegetariske bevægelse i vort broderland mod cn s tsrk oP nod- f ort forhandlinger med vor svenske broderforening om afhol- N i har 0 ^ ^ kongres i Sverige i 1947. Udsigterne for det internationale del*« ** ' ct af de svære tider; men vi håber, at der fra de nordiske jrbejde er PJ' ct j nitiativ, der atter kan samle de europæiske vegetarer til landk« 4 kan u ^ England har de vegetariske foreninger oprettet som- nyt sarnat f D ensionater, hvor ikkevegetarer har lejlighed til at stifte bekendt- mcrlcjrc og P c ISK levemåde i sommerferien. Det vilde være godt, om vi skab »ed veg* ^ (i,5V;irendc. kunde arr« b Aar hus, mente, at der ikke blev gjort nok for at gore Hr. HoUgaa J ' cgct arisk forenings arbejde kendt. Vi skal have fat på vegetarismen b ^ ^ i iave autoriteterne til at forstå, hvilken betydning ungdommen, og ^ menne skene. Vi må bl. a. have samarbejde med andre vegetarismen, - ^ vegetarismens betydning, og som selv arbejder for foreninger. c opskrif er og cn brevkasse i Vegetarisk tidsskrift, folkesundhe bladet til et virkeligt propagandablad. Han onskede, Vi m f tC I?finde et mere klart udtryk for vor bevægelse, så udenforstående at vi kunde tin om, hvad en vegetar er. Omtalte de esperantistiske

som " s x r s — « — - » • - - kunde få ungdommen til at interessere sig ikke blot for vegetarismen, men også for esperanto. Ønskede en skarpere adskillelse mellem landsforeningen og Københavnsafdelingen; som det var nu, kunde man ude i provinsafdelingerne spore nogen misfornøjelse med, at Københavnsafdelingen op-

A gt la ds o ningen
F:mInd'n"b«v a K*d e l,r Hougaards udtalds« n«d a< beslyrtlscn selv- følgeligogsåvar stærkt interesseret i alle de sporgsmål. der var nxvnt, men man måtte huske på, at det ikke er nok at onske, man ma ogsi* vise de nye veje og helst være med til at gore dem farbare. Mente ikke, en brevkasse var ønskelig i bladet, den gav let anledning til, at vi fik for mange e- historier, og det er kun af de. onde. De, var ikke Kobenhavnsafdcling«. yg der havde opslugt landsforeningen, men de to bestvre ser ar ej e «. i fælles- skab. Der er ikke nogen som helst anledning for vore provinsmedlemmer til at frygte for, at Kobenhavnsafdelingen vil blive for gra lg.

Fink-Jensen, Vejle, meddelte, at han havde korresponderet n- landske vegetarer, der var parat til at tage fat igen nu, a , sluttet. I LV. U. har vi vedtaget, at esperanto skal være hgestattet med hovedsprogene som kongressprog. Opfordrede alle vegetarer ti at namisk get. Beklagede, at der ikke i bladet måtte skrives om biologis Ønskede, jordbrug og om enkelte naturlæger, der kurerede deres patien r. at alle fornuftige meninger, der kom frem inden for vegetarern es Plads i bladet.

Rantzau Nielsen onskede, at man kunde opstille et progi: i r cav ungdommen noget nyt, f. ex. hvad den fysiske u annc: c ngåi vore have tidsprægede fremgangsmåder, der er realistis c tonet,

unge noget positivt; vi skal ikke tale så meget om vore tradi- ungdommen ikke trænger til.

Egerod omtalte det store arbejde, formanden udforer; vi skyld- fordi han ofrer så megen tid på vore opgaver. Var stærkt i bladet skulde gives os mundkurv på; medlemmerne skal ind- grænser have lov til at skrive og tale om det, de mener har i vor bevægelse. Vi må have de unge ind i arbejdet; de ældre og do kan ikke påtage sig alt det, der kræves i vor tid.

Fru Pille mente, at vegetariske husholdninger ikke har brug f- muligvis kan dc være af betydning for bladets indsats udadtil.

Hougaard onskede opskrifterne i bladet af hensyn til de mennesk endnu ikkc har nået et fremskredet vegetarisk standpunkt.

Formanden fremhævede, at det ikke er nok, at medlemmerne kræ- bestyrelsen skal gore noget; vi må også have lov til at forlange af lemmerne, at dc selv gor deres del af arbejdet og viser os, at vi ikk ene med al besværet. Når bestyrelsen har ment at måtte begrænse l mulighederne i bladet, skyldes det også, at vi må vise læserne et vist hens

Spur beklagede, at redaktionen ikke viste alle indsendere lige hensyn

Frk. Noll udtalte, at vi skal være med til at bringe verden på fode og vi skal vise de mennesker, der skal gå foran i dette arbejde, hv- tarismen betyder for den nye verden.

Fru Nielsen mente, at vegetarerne ikke burde modtage kodkortene. Ønskede meget, at der kom opskrifter i bladet.

P. Rasmussen oplyste, at der bl. a. for et beløb på 60 kr., der var indsendt til V. t. i anledning af hans hustrus dod, var opsat et minde på graven med indskriften: Venner af vegetarismen og familien satte dette minde.

Formanden tilbageviste Spurs angreb på redaktionen, fordi denne i enkelte tilfælde returnerede indsendte artikler. Udtalte over for Spurs onske om, at foreningen skulde henvende sig til handelsministeriet med opfordring til at give vegetarer, der ikkc spiser smør, adgang til at få smorret ombyttet med olie, at vi ikkc kunde gå til myndighederne for at kræve særstilling for enkelte medlemmer. Det måtte blive hver enkelts egen sag at soge dispensation. Vi kan kun tage os af rationeringstilfældenc.

Mosegaard oplyste, at man ved henvendelse til gårdejer Westh, Lille Rørbæk pr. Oppcsundby, antagelig kunde få ferieophold med vegetarisk kost. Omtalte ret skarpt den biologisk-dynamiske dyrkningsmetode og dens udøvere. Foreslog, at vi skulde overveje fremstilling af cn film, der skulde vise, hvorledes vegetarerne vilde omforme verden, hvis vi kunde få lov ti det. Efterlyste experter, der kunde udforme tanken og fore den ud i livet.

Fink-Jensen imodegik Mosegaards udtalelser om biologisk-dynamisk brug og hævdede, at når bestyrelsen vilde beskære medlemmernes ret at fremsætte deres anskuelser i bladet, så var man inde på cn gal vej.

Rantzau Nielsen foreslog, at der skulde nedsættes et arbejdsu- skulde give bestyrelsen ideer og fremsætte forslag om propagandaen.

Formanden mente, at det var bedst at få arbejdsvillige og arbcj- medlemmer ind i bestyrelserne, der ikkc havde ubegrænsede muhghc at arbejde således, at det kunde tilfredsstille alt og alle.

Egerod angreb stærkt frugtavlernes ncdplukken af helt umo-

'lket antagelig var sket, fordi man vidste, at maximalprisansæt- muliggor* at man fik dc hojc priscr, som blcv forlangt for direkte skadelige produkter, som man fyldte vore born disse ikke kunde anvendes til mad uden cn uforholdsmæssig stor med. skkcr. Hævdede, at selv om man ikke forstår dc nye ting, skal man dog være forsigtig med at forkaste dem; vi har metoder, der blcv kaldt for tåbelige af den videnskabelige (or slut sejrede over dc autoriserede fremgangsmåder. Kan man biologisk-dynamiske dyrkningsmetode, bor man i hvert den tjeneste at afvente udviklingen og se, om der ikkc komme noget godt ud af det, man ikke forstår i dag. Opvidt udsyn dele af indholdet af en eventuel vegetarisk deretter

Mkkelsen udtalte sin taknemmelighed for, at han havde haft lejlighed til at være foreningens moder. Han mente, at arbejdet for filmen vilde være af betydning, når vi skal drage ungdommen til foreningen og gor H bovde ungdommen bedre adgang til musik, sang og anden under- Onskede, at foreningen skulde arrangere demonstrationer og moder hvor man kunde vise vegetariske retter.

Efter debattens afslutning godkendtes beretning og regnskab.

Umand ecnvalgtes N. Nielsen uden afstemning.

Til bestyrelsen genvalgtes Mosegaard, Egerod, Vcsterlund og fru Pille.

Suppleanter blcv Wilh. Date og J. D. Henriksen

Revisorerne Vald. Petersen og C. Seegclkc genvalgtes- det sammc var tilfældet med revisorsuppleanterne Axel Madsen og Julius Petersen.

Medlemsbidraget for 1946 bliver uforandret.

Det overlodes til bestyrelsen at fastsætte tid og sted for årsmodet 1946.

Egerod foreslog, at det cvt. afholdes i Aarhus

Beretning og regnskab for dr. Mich. Larsens bornehjemsfond godkendtes.

Kobenhavnsafdelingens generalforsamling

var meget kort. Formanden aflagde beretning og fremlagde regnskabet, der godkendtes.

Til formand genvalgtes N. Nielsen. Bestyrelsesmedlemmer blev Rantzau-Nielsen, fru Mosegaard, fru Rantzau Nielsen og Bergstrom. Suppleanter J. u. °g H. L. Henriksen.

Modet, der havde været afbrudt af en spisepavse, i veredes varm mad til ca. 60 personer foruden smørrebrød og or- Borgbjærgs andetsteds resumerede foredrag, afsluttedes med cn tak til medlemmerne for godt samarbejde og ons et om, det nye år må bringe endnu bedre resultater for vor forening, og at vo medvirke til, at menneskeheden går en lysere fremtid^ mø e

Bestyrelsesmode i **D.** v. f. den 7. aug. Efter genvalget pa tuerede bestyrelsen sig således: Formanden N. Nielsen

L »**rrer (Inkl. bladets expedition). Egerod nistform^n i ^

£ r s 2 J r s & » * > •« "J*"" <•• vedtægternes § 7)

101 7\"tuoU\ til Ue P* Anmodet fremsatte ønsker nedsattes der ct i i \uNt\cmlc Af Kantiau Nielsen fra Kobenhavnsafdelingen (fn L^t cl.,««', I Odcn.caWcllng«n) og Hougaard (formand? huuldtltøcn) Delle .KIV.II« h.u III opgave « fremkomme med M (rem«.vl,c (or.l.ig Hl O. v. Is bclyrcUc anglende udv.de, propaganda brcdel.e af kend.k.b Hl vegelarUmen og forogcUe af forening leinunUl.

BeityrcUcn vil forsøge en udvidelse af V.t. til 12 å 16 sider hver m hl a ved at bringe teserne opskrifter både på tilberedt vegetarmad rAkostretter. hvad der turde forøge bladets anvendelighed som propa middel.

N. Nielsen.

C. Seegelke har nu trukket sig tilbage som bestyrelsesmedlem i Vor K benhavnsafdeling. Hermed er ct mangeårigt, trofast arbejde i vegetarisme^ tjeneste endt. Hr. Seegelke har i de sidste år bedt sig fritaget for tillidt hvervet, men har givet efter for vore indtrængende anmodninger om at fort sætte. Nu skulde det imidlertid være. Dels kan man jo ikke lobe fra alderen og dels var det besværligt at have sit arbejde i Lyngby, bo i Vedbæk og deltage i moder i Kobenhavn.

Vi siger hr. Seegelke tak for de mange årl Vi vil bl. a. mindes hans indsats for vore vandreture og for vore musikalske underholdninger samt hans gode bidrag på vore bestyrelsesmoder til losning af vore problemer.

Vi håber for hr. og fru Seegelke — der har været sin mand en god praktisk stotte i arbejdet for vegetarismen — at de må få nogle gode år i deres otium på deres ejendom med frugtplantage i Vedbæk, og at der foruden hovedinteressen også stadig vil blive gode stunder for de to andre interesser: musikken og astronomien l

O.E.

Hollandshjælpen. En pakke, afsendt gennem Den sanitære fodevarefabrik, er allerede blevet modtaget dernede. En anden, meget storre, er på vej. Om noden fortæller fru Marie van Borrendam på brevkort (tre breve, hun havde sendt mig, fik hun retur), at man under hr. Borrendams s>gdojn havde »intet og intet« at give ham. Og tilstandene var ikke stort bedre i ju Fru v. Borrendam skriver: »Vi har nu modtaget pakken, vi takker jer uendelig meget for jeres hjærtevarme at sende os den, og vi kan i ç trykke, hvor uendelig glade vi er for det altsammen. Jeg har simpe t ikke ord nok til at fortælle jer, hvor vi dog kan bruge alle de æ re in Vi har ikke noget af det her, ingen ost, ingen gryn til grød, vi marmelade til brodet uden denne »pasty«, som vi er ved at af, og vi har heller ingen bønner. Der er kun lidt brod, ingen mæ smule fedt, ingen æg, ingen frugt, osv.« Fru v. Borrendam delingen i Haag, sammen med den derværende formand for ening, hr. J. Kooijmans. Jeg har nu skrevet og forhørt om an rc på vegetarer i Holland. Så snart jeg får svar, vil nye sendinger jeg håber, bidragene stadig vil indgå. Se iovrigt omstående >

li'jelpen. Th- Nor S rans minde: 01 Sa Rocboe. 10.00. H. L. Henflol> nd ovr igt: Bergstrom 10.00, dr. Borgbjærg 10.00, Hougaard 5.00, tøefl 5 00, frk. Birk 5.00, F.. M. 5.00, frk. Noll 5.00, Svensson Ra8^U Mikkelsen 2.00, An. Kibenich 2.00, H.E. 5.00, Helga Wael 5.00. 2.00. *orst, j f, 5 00, EUestad 10.00, Nancy Schultz 10.00, fru Kirstine Schrofrk. N orde nt ,69 50. Bidrag modtages fremdeles meget gærne. Send kontanJcr 50-0°- lal checks el. pr. giro 282 til Oluf Egerod, Bellahøj skole, postanvisw»5.

Bfon 10 • • iske højskole i Kobenhavn. Vi må med glæde hilse denne nye pen hyg J n vore kendte medlemmer, ægteparret Emil Voddér, nu skole vclko mmL j'en gængse form for kosmetik dog uvegetarisk og frastodenjbner. Hvor a j forelrenjc virker disse unaturligt rode læber, usundt hektiske de; j* di scligc rode kloer. Og indirekte skadelig er denne skammelige tønder og £or£ængelighed. For vel er det rigtigt, at man bor se godt [orm for j^rfor. Men denne skønhed skal komme indefra, som resul- ud ogg ore * rigtig icv cmåde. Ved at klistre »skonheden« udenpå narrer Util II i æsener sig selv, idet de derved mener at have gjort nok, og det de stakkels ^ yQ(j(jérs sundhedsskolc, som nærmere omtales i egentlige ors ^ ^ lære at forstå, at sund ernæring er grundlag r T ^ d s L J s e . og at sund ernæring er vegetarisk kost, specielt oe at hertil horer sund legemspleje . det hele taget, bl. a. også mas- X, på hvilket område hr. Voddér j ohar udarbejdet sit eget system, drai- etoden.

^ m å håbe. instituttet får mange elever, der kan arbejde videre efter disse - vitor vel også sige — vore retningslinier. O. t.

Kursus eller studiekres i biologi eller lign. emne påtænkes arrangeret i vinterhalvåret. Interesserede bedes melde sig til formanden (Ge 1/S2 y) eller Rantzau Nielsen (Da 6556).

Fyns afdelingen. Generalforsamling påtænkes afholdt sidste søndag i september eller forste sondag i oktober. Cirkulære herom vil dog blive udsendt i god tid.

Georg Clausen.

Regnskabet, hvorom nærmere eventuelt kan oplyses på modet, er sa c es.

Indtægter.		Wttft. 7
1. Kassebeholdning den 1. januar 44		133,50
2. Modtaget kontingentandel fra landsforeningen		or*™
3. Entréindtægter fra afholdte foredrag		U3
4. Renter		
	lait:	kr. 407,10

Udgifter.		
1. Samlede udgifter ved de afholdte foredrag — annoncer, tr - Ser, lokaler m.		
2. Medlemscirkulære, porto, rejse		13515
3. Indestår i sparekassen ved årets slutning		
	lait:	kr. 407.10

Svend Gustav.

Regnskabet revideret:

J. E. Heilmann. Severin Andersen.

Forbindelsen med udlandet V. har nu også hort fra vege, re-
Dr phil. H. I. ROS'« scndt o* V Par længere Dc, fr N<
M hans vegetariske restaurant. »Reform«, gar godt med et pat f S
gæster daglig. Foreningen cr også ved at oprette et vegetarisk kurs, ^
vakker ejendom på Ringer,kc. Til hosten håber man at kunne „tø »Natur-
lægen« igen. Dr. Rogler har nu også henvendt sig til Sverige fo- fl
veeetarerne der til at arrangere den forste internationale vegetarkm, der
efter krigen, således som Saxon gjorde det efter den forrige verdenskr" V t d
kongressen i Stockholm 1923. Han vil forsoge at komme til Stock! f ifil
Svenska vegetariska föreningens årsmode d. 9. sept. og også at kom" ner-
ned i sept, for at tale med os om dc forelobige planer. Han vil nu „æ
den kongres afhold, snart. Forrige gang varede det 5 år efter våben,T' ^
den, inden vi fik kræfter til at samles igen. Noget hurtigere kan vi J[stan-
gøre det denne gang, men et par år går der vel nok. 1 Danmark har I^
årsjubilæum næste år. Bare vi dog havde kunnet afholde kongressal 50"
i den anledning. Men det blir vel ligeså umuligt som for englænd™ ner
fejre deres 100 årsjubilæum i 1947 med en verdenskongres. Der er sHdc erne at
ingen andre end svenskerne, der har kræfter til det efter denne ved ert
brand. Vi sætter så vor lid til deml r ens-
O .E.

OPSKRIFTER

Gasbesparende sommermad. Kartoffelsalat I.

Kogte kolde kartofler skæres i skiver. Sovs: 1 dl tykmælk eller sur flode. I mangel heraf *Vi* dl flode + *Vi* dl kærnemælk, ' spsk. fint hakket rå log, *Vi* spsk. hakket dild, 1 spsk. hakket persille.

1 denne sovs blandes kartoffelskiveme samt snittet gron salat.

Kartoffelsalat II.

En rå æggeblomme rores med *4 teske salt, 1 teske sukker, Vi teske sennep, *Vi* dl flode, dl kærnemælk (eller 1 dl tykmælk), % teske citronsaft, *Vi* spsk. hakket estragon eller basilikum, 1 spsk. hakket persille.

Kolde kartoffelskiver og snittet gron salat vendes heri.

Kålsalat.

2 dele fint snittet spidskål, hvidkål eller savoykål, 1 del revet gulerod, 1—2 dele groft revet æble.

Sovs: Vi dl sur flode rores med lidt sukker eller honning samt 1 tsk. citronsaft. Hældes over grønsagerne.

Tomatsalat.

Tomater skæres i terninger, persillerod rives groft. Blandes og drysses med karse, lægges på et fad portionsvis med gron salat snittet i si k ver. Lidt flode drysses hen over det hele.

Harlekinsalat.

Lige dele agurk, tomat og æble skæres fint ud, lidt gulerod rive s gro , en sovs af: 1 tsk. citronsaft, 2 spsk flode, 1 tsk. sukker eller honning blan-des og hældes over Ellen P»»le"

Lær noget helt nyt! **Nye kursus beg. 17. sept.**

Vil De lære ansigtspleje og effektiv slankhedsdrainage?

Voddér's orig. drainage-metode. — 11 år i Frankrig. Moderne hygiejne- og ernæringslære, samt hovedsprogene, så De kan rejse ud i verden. 1, 2, 3-årig uddannelse, lægeexamination, studieophold og turnus i Paris. Enkelte elever optages endnu (kvindl. og mandl.).

Voddér's sundhedsskole. Østerbrogade 29. København Ø.

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 provenummer til
»Sol og Sundhed", Randers.

Lær esperanto,
det T" Sprog for alle- Officielt sprog ved ser. u, ve getarunions kongresden i rf e udbredt over hele jorder. Knn ? afdelinger i defleste 5 k, v- p et korrespondancekursus • Nærmere oplysninger hos Esperan t sn forCningen for Danmark - M s v e j n. 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

Bogforing - revision - skattesager
Alt i forsikring

Jernbane allé 77 - Damsø 6556

Frydenstrand badesanatorium.

Læge: Ejnar Eriksen

Frederikshavn. Fori, 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 hverdags« mad. 700 opskrifter. Fixe og ind* bydende anretninger. Kr. 4.50, indb. kr. 6.00.
- Læge Kirstine Nolfi: Levende føde. Stærkt forøget udgave af den ud« solgte »Råkostens betydning«. Kr. 3.50.

Bøger sendes pr. efterkrav, eller frimærker modtages som betaling

II. Henningsens boghandel
Vesterbrogade 32 Køben linvn X.

"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 m-.

Middag — 2 retter fra kr. i 50
Smørrebrød og h ia cart'e
Abonnementsbilletter 10 % rat,a,
Ingen drikkepenge. Bemærk: Ny indehi*«



Landsforeningens mærkat.

Adresserne på danske kiropraktor« findes i Kraks vejvisers og telelon-håndbøgernes fagregister.

RAASTRUP KURSTED
(ved Christiansminde, SVENDBORG)

Modtager gæster til ferie, hvile og behandling.

ANNA ULLERUP HAAHR . TH.Svendborg75S

SKODSBORG
BADESANATORIUM

Fysisk-dlætetlsk kuranstalt
med medicinsk klinik.

Behandling af rheumatiske UdeUer, syft-domme i mave og tarm, stofskifte, njene og nervesystem m. m.

Forlang prospekt. Tlf. Skodiborg 2D0.

„MOD SOLEN"

behandler sundhedsspørgsmålet fra en ny synsvinkel. Pris 1 kr. Fis l aUe:k» sker. Helårs abonnement 10 kr., halvårs abonnement 5.50 kr. - Postkonto 82064, Forlaget »Solsport«, Amagertorv København K.

THOR MØLLERS BOGTR. KBHVN.