Vegetarisk Tidsskrift

I dette nummer bl. a.:

Livets vand

Skal vi ensilere?

Der står kvinder bagved alt

B_1 - vitaminer

Det kan ikke være lovligt

Fra „Erhvervsfrugtavleren"

Af redaktørens post

Udgivet af Dansk Vegetarisk Forening

48. årgang
nummer 5-6
Maj-Juni 1955

Ren vegetabilsk margarine

Til underretning for Dansk Vegetarisk Forenings medlemmer skal vi meddele, at Den Sanitære Fødevarefabrik, Baldersgade 14, Kbhvn. N., er den eneste, som har tilladelse til at fremstille margarine, vitaminiseret uden dyriske produkter. Margarinen leveres i pakker à ½ kg (portofrit ved aftagelse af mindst 5 pakker pr. gang) og kan foruden fra fabrikken også fås i forskellige forretninger (se annoncerne). Medlemskort (1955) må forevises. Fra provinsen opgives medlemskortets nr.

Foreningens og formandens adresse er: Havebrugskonsulent H. Mosegaard, Ågade 114², Kbhvn. N., GO 1163u, postkonto 256 56. Mosegaard er tillige kasserer og ansvarhavende redaktør af *Vegetarisk Tidsskrift.*

Foreningens næstformand: repræsentant N. Nielsen, Åbakkevej 19, 1., Kbhvn. F., DA 8222*y*.

Kontingent inkl. abonnement på Vegetarisk Tidsskrift: Enkeltmedlemmer kr. 7,00, ægtepar kr. 8,00, medlemmer under 20 år kr. 3,00. Livsvarige medlemmer kr. 75,00, ægtepar kr. 100,00.

Abonnement på bladet kr. 6,00 (udlandet 7,00). Kan bestilles hos postvæsenet eller bladets ekspedition.

Dr. Michael Larsens Vegetariske Børnehjemsfond's kasserer: Oluf Egerod, Bellahøj skole, Brønshøj, postkonto 2 82.

Vegetariske kursteder og restauranter i Danmark:

Vegetarisk Spisesalon, Borgporten 23², Århus.
Horseløkke Kurhjem, Fåborg.
Råkostkurstedet »Humlegården«, Humlebæk.
Skodsborg Restauranten, St. Kongensgade 36—38, mezz., København.
Vegetarisk Køkken, Kongensgade 39, Odense.
Skodsborg Badesanatorium, Skodsborg.
„Eckbohus", Bjerre strand pr. St. Fuglede (sommer).
Råstrup Kursted, Christiansminde, Svendborg.

Vegetariske spisesteder i NORGE:

OSLO:
Mensana, Universitetsgt. 20.
Bios, Kronprinsensgt. 5.

TRONDHEIM:
Linnea Hotells helserestaurant.

Livets vand

Nej, det er ikke »aqua vitæ«, som dr. Momsen i Bremen tænker på, men derimod almindeligt havvand, som han giver dette prædikat og ønsker, at det må finde indpas allevegne såvel på sygehuse som i skolerne, hvor det skal drikkes i passende fortyndinger, ligesom gartnerne efter hans mening burde vande deres planter dermed og landmændene betragte havvand som udmærket gødning, eftersom det indeholder alle de stoffer, som regnvandet gennem utalte millioner af år har ført med til havet, hvor de har ophobet sig i så store mængder, at der skal 25 nuller efter et femtal for at give et mål for dem.

Eftersom det første liv er opstået i havvandets saltblanding, hedder det videre, er det ikke mærkeligt, at selv de højere skabningers blod fortsat er meget lig havvandets sammensætning, selvom der er sket en vis forskydning af indholdet af magnium.

Netop på grund af denne udvaskning af den faste jord siges det, at nulevende mennesker, som må bjerge livet ved hjælp af de planter, der trives nu, er i underbalance på mange stoffer — dem, som vi i gødningslæren ofte kalder mikronæringsstoffer.

Medens de præhistoriske mennesker havde fra 0,80 til 1,05 pct. fluor i tandsubstansen, så har det moderne menneske kun fra 0,56—0,61 pct., og selvom der måske kan rådes bod herpå ved tilsætning af fluor og evt. andre stoffer til drikkevandet, mener hr. Momsen dog, at det ville være klogere at tilsætte drikkevandet en vis procent renset havvand, netop fordi dette ikke er ensidigt, men indeholder alt, hvad regnvandet gennem tiderne har snydt jorden og dermed planterne og i sidste instans os alle for.

Alt dette lyder jo såre fornuftigt, og derfor er der heller ikke nogen rigtig baggrund for det obligate angreb, der rettes mod den ensidige gødskning med »kunst«-gødning, for hvad er f. eks. kaligødning andet end netop de salte, som af regnvandet er ført ud i havet, hvorfra vi henter dem tilbage?

Ganske vist finder vi det nemmere at hente disse salte, hvor de findes i fast form som rester af forhistoriske have, i stedet for selv at skulle fordampe alle de vandmængder, som følger med, såfremt vi vil anvende nutidigt havvand.

Vi opnår samtidig den fordel at kunne »sortere« disse indtørrede salte og eliminere en stor part af de mængder af klor, som ellers ville forgifte vore planter, så de i stedet for gødning fik gift.

Når de hollandske oversvømmelser nævnes som eksempel på havets livgivende magt og vandets evne til at gøde, så forekommer det noget ulogisk, eftersom vi vel alle har været med til at yde vor lille skærv til dette hårdt ramte land, indtil regnvandet igen kunne føre de for plantelivet skadelige klorholdige salte bort.

Også herhjemme har vi vore dårlige erfaringer fra vanding af frugtplantager med Østersøvand, der ikke er særlig »salt«, og de gartnerier på Amager, som har over en vis mængde klorid i deres brønde, må

vælge deres kulturer med omhu, da de mere sarte vækster snart skal sige til.

Da adskillige »kunst«-gødninger er fremstillet med havsalte som basis, indeholder de ofte rigelige mængder af mikronæringsstoffer, og nogle fabriker tilsætter sådanne for at virke alsidige, samtidig med at de er rensede for de skadelige.

Det er således ikke givet, at det er berettiget at kalde havvand for »livets vand«. Det bringer snarere døden med sig end de »kunst«-gødninger, man på ulogisk måde søger at forkætre.

Der står kvinder bagved alt

At det står sløjt til med såvel frugt som grønsager i Norge er en kendt sag. Der kan næsten ikke købes andet end kålroer og kartofler, hvis man da ikke er millionær og kan købe en agurk.

Det er sandsynligt, at det er denne situation, som har foranlediget en læser af »Helse for alle« til at foreholde »kvinden« sin del af ansvaret for miséren i et indlæg, hvoraf vi piller en let omarbejdet prøve ud:

»— — — de fleste fortsætter med at grave deres egen for tidlige grav med tænderne. Men er dette egentlig mandens skyld? Det er kvinden, som står for madlavningen. Hun former gode og dårlige vaner, præger dem ind i mand og børn, præger også den industrielle forarbejdelse af madvarerne, eftersom ernæringsindustrien ikke kan fremstille et produkt, som husmoderen ikke vil købe. I sidste instans er det kvinden, som »bestemmer« samfundshusholdningen og importpolitiken.

Når der er et for lille udvalg i frugt og grønsager, og det, som importeres, ikke er af bedste kvalitet, er det kvinden, som med sin passivitet og konservative holdning har godtaget disse forhold.

Man skulle have forventet, at alle husmoderforeninger og alle kvindeorganisationer ville sætte ind mod et usundt kosthold og dermed følgende overfedme, men i stedet for drøftes problemer som arbejdsbesparende metoder i køkkenet, husmoderhjælp, hustruløn etc. etc., som måske er vigtige i sig selv, men alligevel er ganske uvæsentlige i forhold til den store opgave: At lære mand og børn — og samfund — at leve rigtigt.

Jeg mener derfor oprigtigt, at det er kvinden, som tager livet af os. Fordi hun ikke er vågen, medvirker hun til at skabe al sygelighed i tiden: tændernes forfald, mavesår, gigt, platfod — der står kvinder bagved alt! — — —

De fleste kvinder ved vist ikke, at vi lever i ligestillingens tidsalder. Mand og kvinde skal være »lige«. Hidtil har det betydet, at kvinden har tænkt mandens tanker og altså fortsat sin fordums slavetilværelse under nye former, evt. i nye klæder (f. eks. lotteuniformer, for uniform må det være, andet duer ikke).

Det, man kalder kvindens egenart, er servilt blevet underkastet alt det, som mandssamfundet har sat sit autoritetsstempel på. Dette er altså baggrunden for de elendige helseforhold, vi har. Kvinden synger mandssamfundets lovsang: Frikadeller er godt!

I virkeligheden har kvinden en vældig magt, og med det rigtige initiativ og den korrekte oplysning ville intet kunne forhindre gennembruddet af en mere helsebringende levemåde. Kvinden må derfor vågne op og se, hvilket ansvar der hviler på hende. Intet ægteskab burde tillades, før bruden kan dokumentere, at hun er i stand til at garantere sin families helse. — — —

Ja, det er altså i *Norge*, man ser således på det.

Skal vi ensilere

Det er ikke altid vandtårne, der i disse år rejser sig rundt ved gårdene — ofte er det beholdere, hvori der ensileres foderstoffer til vinterbrug.

Princípet i denne opbevaringsform er det gammelkendte fra tyskernes sauerkraut: man skaber sådanne betingelser for visse gæringsorganismer, hovedsagelig mælkesyrebakterier, at disse i løbet af kort tid fremkalder så store mængder af syre, at egentlig forrådnelse ikke kan finde sted.

Hvis råstoffet er roetop eller grønafgrøder af forskellig art, er det ikke givet, at de gunstige betingelser fremkommer »af sig selv«, blot emnerne trampes godt sammen for at udelukke uønsket luftadgang; ofte må der tilføres egnet bakterienæring, f. eks. affald fra sukkerfabrikationen e. l., eller der tilføres en blanding af uorganiske syrer, den såkaldte AIV-metode, opfundet af finnen Virtanen.

Det påstås, at den egentlige årsag til, at mange mennesker i Balkanlandene opnår så høj en alder, som tilfældet er, har en nøje forbindelse med det store forbrug af »ensilerede« grønsager i vintertiden ved siden af det endnu større forbrug i sommertiden, der dernede er af længere udstrækning end hos os.

Med undtagelse af rodurter og bladgrønsager ensileres på den måde, at der i de enkelte produkters højsæson indkøbes store mængder til billig pris. De renses og gøres i stand som til kogning, hvorefter de presses i trætønder, der tilsættes 2 pct. salt og 2 pct. sur skummetmælk. Sukkerfattige stoffer tilsættes desuden 1—1½ pct. sukker.

Tønderne anbringes i rum med en temperatur på 12—15°, og i løbet af 14 dage er der dannet så megen mælkesyre, at tønderne kan flyttes til kolde opbevaringsrum.

Det må påses, at indholdet i tønderne altid er under vædskeoverfladen. Det holdes nede ved et tremmelåg med sten på.

Efterhånden som der bliver brug for tingene, kan der tages af dem, enten til salater eller til kogning. Det må dog frarådes at komme natron i kogevandet for at neutralisere den syrlige smag, idet værdifulde vitaminer derved kan gå tabt.

Når det ses, med hvilken begærlighed køerne kaster sig over ikke altid særlig veltilberedt ensilage, kan man gå ud fra, at disse dyrs næringsinstinkter siger dem, at her er værdier, som ikke findes i halm eller hvad man nu finder på at byde dem på en årstid, da de ikke selv kan bjerge føden udendørs. Det var måske en idé at gå et skridt videre og anvende ensilage som et dagligt tilskudsfoder også for mennesker.

B_1-vitaminer

I lighed med tidligere undersøgelser over indholdet af bl. a. C-vitamin i diverse næringsmidler har Statens Vitaminlaboratorium nu i Faglige Meddelelser fra Statens Husholdningsråd nr. 3-4 1955 offentliggjort resultatet af en lang række undersøgelser vedrørende indholdet af B1-vitamin (thiamin) i så godt som alle de produkter, som mennesker kan finde på at ernære sig af.

Resultatet angives i mikrogram (= $^1/_{1000}$ milligram) thiaminhydroklorid pr. 100 gram af den spiselige del af de i detailhandelen indkøbte produkter, forinden disse er blevet underkastet køkkenmæssig behandling.

Tallene svinger fra 0 (bl. a. i øl, eddike, æggehvide og tørrede abrikoser) til 3800 i gærekstrakt, men bortset fra dette kunstigt fremstillede produkt ligger paranødder højst med 1130, jordnødder med 910, valnødder og pressegær ligger på 440 og 470. I korngruppen ligger havregryn på 510, boghvedegryn på 390 og halvsigtet rugmel på 370. De produkter, hvori der indgår hvedemel, er efter den 1. april i år kunstigt beriget med B1-vitaminer, hvilket bl. a. får indflydelse på indholdet i kødfars.

Bortset fra tørrede brune bønner og friske grønærter med henholdsvis 350 og 310 samt gule ærter med 820 må det straks erkendes, at grønsagsgruppen ikke er særlig rig på dette vitamin. Til gengæld indgår de — eller de burde indgå — i kosten i så betydelige kvantiteter, at de kan komme til at betyde noget væsentligt i lighed med kornprodukterne, der hidtil har været den største leverandør af dette vitamin.

Såvel grønkål som rosenkål og spinat er ret righoldige, mens indholdet i porrer svinger fra plante til plante. Der er ingen synderlig forskel på samme plantes hvide del og den grønne.

Heller ikke de forskellige frugter kan brillere med særlig stort indhold. Ingen er over 100. Dog er kastanier opført med 240, men de henregnes til grønsager.

Kun myseost kommer over 100, ellers er mælk og mælkeprodukter fattige. Æggeblomme har 220.

Inden for kødgruppen falder det straks i øjnene, at det er svinet, som er hovedleverandøren med tal fra 500 og 600 til 700, mens diverse dele af oksen ligger mellem 20 og 95. Forskellige indvoldsprodukter kan dog ligge ret højt.

Torskerogn har 930, men ellers ligger fiskenes »tal« mellem næsten intet og 200.

Industriel behandlede grønsager og frugter optræder ofte med betydeligt ringere indhold end de friske produkter, og der mangler endnu en del undersøgelser over tabene ved madens tilberedning i køkkenet.

Det påregnes, at hvedemelets »tal« efter berigelsen kan sættes op med ca. 500 pr. 100 g.

Desværre for os er kokosnødder ikke særlig rige; det er så meget mere uheldigt, som det er de eneste nødder, der kan erholdes til nogenlunde rimelige priser.

Vi ser ikke rettere, end at finansministeren må revidere sine toldsatser endnu en gang, specielt hvad paranødder og valnødder angår, for det

kan da ikke være retfærdigt at afskære os fra de specielt rige vitaminkilder, som vi anser for at være mere naturlige end flertallet, der holder sig til svinene.

Som så ofte før må vi fastholde kravet om en skattefri tildeling til os, såfremt der ikke kan gives frit løb til alle.

Den foreliggende analyserække giver os fuld ret til at gentage kravet.

Det kan ikke være lovligt

at lade stærke giftstoffer ligge og flyde overalt, så mindreårige kan få fat i dem og derved lide en kvalfuld død.

Når man tænker på, hvilke lovforanstaltninger der er trådt i kraft og selvfølgelig må håndhæves, når det drejer sig om midler til f. eks. bekæmpelse af skadedyr i land- og havebrug, undrer man sig over, at det fortsat er lovligt at sælge og henstille nikotin i så stærke koncentrationer, at nydelsen af dem betyder død.

Det meddeles således fra Koldingegnen, at en 4-års dreng, der var på besøg hos sine bedsteforældre, fik fat i en cigarstump, der lå i et askebæger. Efter at have spist den mistede han straks bevidstheden, og selv om der hurtigt blev foretaget udpumpning, døde drengen af nikotinforgiftning uden at være kommet til bevidsthed.

Det kan ikke fortsat være rimeligt — eller lovligt — at henvise til, at tobak i alle former har haft fripas overalt — ja, endda har været anset for et lægemiddel, der kunne anvendes mod alle tænkelige onder.

Enten er nikotin i så store koncentrationer, som der her er tale om, gift og som sådan underkastet alle giftlovens sikkerhedsforanstaltninger, eller også må vi indtage det latterlige standpunkt, at selv om der så også skal ryge et barn en gang imellem og en meget stor part af menneskeheden erhverver sig såvel akutte som kroniske sygdomme, der belaster samfundet med kolossale udgifter, så skal denne og lignende gifte fortsat være frit tilgængelige, for det har de været så længe, at de har vundet aldershævd, eller hvad man nu ellers vil kalde det.

De stakkels bedsteforældre er straffet hårdt nok allerede ved denne ulykkelige hændelse, men det er dog et spørgsmål, om ikke der i dette og i lignende tilfælde burde rejses tiltale — om ikke for uagtsomt manddrab, eller hvad jurister nu vil kalde det, så for letsindig omgang med giftstoffer.

Er der ikke i dag en paragraf i en eller anden lov, der kan anvendes i et sådant tilfælde, så må der rejses en stemning for at kræve en sådan. Det andet er værre end slendrian.

Rigtig tobakshandler

En tobakshandler i Rättvik i Sverige har ifl. Volvo-bladet »Ratten« i otte år nøje ført regnskab med, hvor meget en af hans kunder købte tobak for, og hver gang, kunden foretog et indkøb, deponeret et lignende beløb i en særlig sparebøsse. For de opsparede penge — 8000 sv kr. — har han nu kunnet købe en bil.

Sikke tider!

En skoledreng i Esbjerg medbringer — selvfølgelig — sin pibe til undervisningen. Inspektøren, der øjensynlig er af en håbløst forældet skole, konfiskerer redskabet, men den vrede dreng og hans endnu mere opbragte ophav sender bud efter fogden, der under stor opmærksomhed fra såvel skoleinspektørens og skoledirektørens side afsiger højtidelig kendelse om, at piben skal udleveres, idet drengen gør gældende, at han kun er i besiddelse af det ene eksemplar.

Skolen har sandsynligvis et regulativ fra en svunden tid, hvorefter konfiskerede genstande ikke kan udleveres før efter en måneds forløb, men fogden satte fristen betydeligt ned. Drengen kunne dog ikke erklære sig tilfreds hermed og bebuder yderligere retsforfølgning.

Kan man da ikke lære at følge med tiden derovre vesterpå?

At det kan være farligt at »konfiskere« diverse genstande, turde fremgå af følgende: En mand overrasker en samling meget unge skoledrenge i sin frugthave. I stedet for at søge drengene indfanget en for en, bemægtiger han sig deres skolemapper, som de har deponeret ved hullet i hegnet — men det skulle han ikke have gjort, for politiet, hvortil han henvendte sig, gjorde ham opmærksom på, at fremgangsmåden var ulovlig, og det værste kunne befrygtes, såfremt enten drengene eller deres forældre stillede sig på højkant.

Det var en meget bekymret havemand, som skyndte sig at udlevere mapper til alle, som kom og gjorde krav gældende, hvilket ikke foregik uden udfoldelse af stemmepragt og udstedelse af diverse trusler.

Sankt Hans aften

kan være såvel kølig som fugtig, men det hænder, at den danske sommer udfolder alle sine charmerende egenskaber netop denne aften — og den følgende nat.

Mange steder i udlandet benyttes denne nat ikke til at sove i, men til at færdes i naturen, helst ved stranden.

Har De lyst og lejlighed til at se ud til Svaleklint ved Roskilde fjord, er De velkommen.

Selv om det bål, der agtes tændt, ikke hører til de kolossaleste, kan det dog ses fra Roskilde til Frederiksværk. Medbring humør og musik!

Der er god plads til telte og evt. også en smule indendørs plads, såfremt vejret skulle indbyde dertil. I øvrigt er der klart vand i brønden, men derudover må enhver sørge for sig selv — der er 2,6 km til nærmeste nabo! Vejen går ud gennem Lille Rørbæk med gadekæret på venstre hånd.

Nærmere ved henvendelse til formanden.

Formålet nået

For at forbedre sin økonomi foranstaltede dyrebeskyttelsesforeningen i San Sebastian i Spanien for nylig en større tyrefægtning!

Det går den rigtige vej

Bagerne har holdt landsmøde og har måttet erkende, at det går tilbage med faget, idet forbruget af mel er aftaget i den sidste snes år både i Amerika og i Europa. Forbruget af hvedemel her i landet er mindre end før 1939 og andrager nu ca. 45 kg pr. person, mens der kun fortæres 35 kg rugmel.

Bagerne vil nu til at gøre propaganda for et øget forbrug af deres produkter, idet de hævder, at den tilsætning af B-vitaminer, som er blevet påbudt, har indflydelse på kulhydraternes omsætning i legemet, således at disse ikke som forhen afsætter sig som fedt.

Selvfølgelig er det udmærket ved kunstige tilførsler at råde bod på et næringsmiddels skavanker, men samtidig hermed erkender man jo de pågældende produkters underlødighed som ernæring for mennesker.

Vi kan ikke ønske bagerne fremgang i forbruget af deres brød, men glæder os over, at det går den rigtige vej, samtidig med at vi erkender, at det er forbundet med store vanskeligheder helt at eliminere kornprodukterne af vor spiseseddel.

Göteborg distrikt af svenske Frisksportsforbundet

byder hermed danske frisksportere og dermed ligesindede hjertelig velkommen til den årlige rigslejr, i år henlagt til St. Amundön uden for Göteborg fra 10. til 17. juli. Et righoldigt program med foredrag, sport, folkedans, underholdning og uforglemmelige lejrbål-aftener m. m. bidrager til, at vi kan love, at vor rigslejr bliver sommerens store oplevelse for den del af ungdommen, som trives ved et enkelt, naturligt og hærdende liv.

Vi regner med ca. 1000 deltagere, deraf en børnegymnastiktrop fra Norge og et tysk folkedansehold fra Heidelberg.

Vi opfordrer alle, som er interesserede i rigslejren, at komme til os og opleve en herlig tid. Vær med til at styrke venskabsbåndene over grænserne, gør din indsats for fred og mellemfolkelig forståelse, og du rejser hjem igen rigere og stærkere til krop og sjæl.

Særdeles glade bliver vi, om vi kan byde velkommen til en talrig gruppe fra Danmark.

Med frisksport-hilsen!

Storhöjdsgatan 5 b, Göteborg ö.

Else Ehrenberg,

Lejrafgiften er 10 kr., bådudflugt 5 kr. Kruska og kogte kartofler serveres til billige priser, for øvrigt selvhusholdning.

Bådudflugten går til skærgården med besøg i Göteborg med stort propagandamøde på Götapladsen. Skriv efter programhefte og nærmere oplysninger til ovenstående adresse.

— Også DVFs næstformand, DAmsø 8222 y, kan give nærmere oplysninger.

„Dagens Nyheder"

bragte den 8. maj et interview med professor Holger Møllgaard ved Landbohøjskolen i anledning af, at han fylder år og trækker sig tilbage fra sin lærergerning, men dog ikke fra sin virksomhed som leder af bagernes laboratorium og mange andre virksomheder, hvor han har et ord at sige.

Professoren erkender, at han holder af et — helst adskillige — gode glas vin, og advarer i øvrigt imod at leve alt for kedeligt, idet han her hævder at være i overensstemmelse — også hvad spiritus angår — med den udødelige Pasteur.

Blandt meget andet, som den store ernæringsforsker kom ind på i samtalens løb, faldt også en bemærkning om, at hvis mennesker ville leve udelukkende af plantekost, så måtte de i hvert fald have en masse kunstige vitaminer ved siden af, hvilket (i forbindelse med en mindre heldig overskrift) måtte falde os vegetarer for brystet.

I bladet for 19. maj har hr. A. Christensen da også fået optaget en protest mod denne udtalelse, som i hvert fald ikke sanktioneres af prof. Rich. Ege, således som vi vil erindre fra hans udtalelser ved vort nytårsmøde i fjor.

Nærværende blads redaktør henvendte sig også til Dagens Nyheder, hvilket resulterede i et ret fyldigt interview, hvor der blev lejlighed til at fremføre adskillige af de synspunkter, som vi vegetarer gerne vil slå til lyd for. Det må håbes, at der på denne måde er præsteret en smule modvægt mod hr. Møllgaards udtalelser, der i øvrigt ikke var refereret helt efter ønske.

Pythagoras fylder 2.500 år

Allerede for lang tid siden kom der til VT indbydelse til at deltage i en Pythagoras-konference i Bruxelles. Denne ville senere tilslutte sig Den internationale Vegetarkongres i Paris for derefter at drage på pilgrimsfærd til øen Samos, hvor den græske filosofis fader oprettede sin »skole« for halvtredje tusinde år siden.

Iflg. dagspressen agter fru A. Engelstoft-Schmidt i Bagsværd at samle interesserede til denne færd, og det håbes, at det græske kongepar vil overvære højtidelighederne.

Berlingskes Susanne

havde som så ofte før inviteret til selskab med stor steg i ovnen, da der pludselig meldes afbud — og så står den formfuldendte værtinde der uden at føle nogen større lyst til blot at skære en skive til fortæring i ensomhed.

Men så bryder der pludselig et ønske frem fra undergrunden, antagelig inspireret af diverse filmshelte, der fremstillede sæd og skik hos Henrik VIII og Robin Hood.

Iklædt sit største køkkenforklæde og bevæbnet med en køkkenkniv af format går hun ombord i sagen. Der gnaves løs på en måde, så hun selv

var klar over, at udenforstående ville have anset hende for sindssyg; tilmed drikker hun øl af flaske! Det var kun beklageligt, at der ikke var nogen til stede, som kunne få den afgnavede knogle i hovedet.

På dette tidspunkt får hun lejlighed til at ordne en besværlig herre på mindre end fire minutter og på en sådan måde, at hun selv kom i tanker om, at når Henrik VIII opførte sig, som han gjorde, imod syv koner, så var det jo ikke umuligt, at det skyldtes den *kost*, han fik, og den *måde*, han indtog den på. —

Hvordan er det: har vi ikke fra vor side en gang imellem sagt sådan noget som: Sig mig, *hvad* du spiser (muligvis også *hvordan*), og jeg skal sige dig, hvem du er....?

Men at det skulle ske for Susanne!

Hvorfor nu det?

En svensk undersøgelse har vist det højst mærkelige resultat, at rygerne vil rejse i ikke-ryger kupeer, men når nikotinhungeren falder over dem, forsvinder de til deres egne appartementer — dem, som Bjørnson (eller var det Ibsen?) kaldte for svinestier.

Af 3842 rejsende ville ikke færre end 2199 helst rejse i ikke-ryger kupé — et resultat, som synes at vise, at det nuværende antal af disse ikke er tilstrækkeligt — hverken i Sverige eller hos os.

Det lykkedes ikke at få opklaret, hvorfor det så ofte sker, at mødre med børn tager plads i rygeafdelingen, selv om der er plads andetsteds: men det er velsagtens, fordi de er så vant til at følge deres gemaler i tykt og tyndt, at de følger vanen, også når de er uden ledsagelse — ganske uden hensyn til de stakkels børn, der må døje den os, rygerne altså ikke selv kan fordrage.

Er tilfældet blindt?

En ung diskenspringer fra Frederikshavn rejser en dag i 1904 til Skodsborg Badesanatorium for at besøge en kammerat. Her træffer han overlæge Ottosen, der beder ham kigge ind på kontoret, hvor han stiller ham det spørgsmål: Kunne De tænke Dem at læse til læge?

Det kunne han, og læge blev han med første karakter i 1914. Den 9. maj i år kunne Anders Andersen fejre sit 40-års jubilæum som overlæge ved Den hvide By i Skodsborg.

Og hvad har Andersen ikke betydet for denne institution og for sundheden i Danmark — for slet ikke at tale om dr. Ottosens indsats.

Jubilæet blev fejret i stilhed, men Ernst Schwencke har i Berlingske Tidende skrevet en meget sympatisk artikel om overlægen og hans virke. Det er fra denne, vi har den lille historie om »tilfældet«, der ændrede en mands bane fra disken til overlægestolen. Først mange år efter mødet med dr. Ottosen fik Andersen at vide, at en 6 år ældre kammerat havde »introduceret« ham — men alligevel!

Vi vegetarer, som står i ubetalelig gæld til »Skodsborg«, bringer vor lykønskning.

Fra „Erhvervsfrugtavleren"

Om afsætningsforholdene skrives den 1. maj, at priserne har været særdeles tilfredsstillende. 1. kvl. Cox orange nåede op over 2 kr. pr. kg. De dårligere kvaliteter og deciderede madæbler har været særdeles vanskelige at afsætte til blot nogle få øre pr. kg. —

Hvor er de fine æbler? spørger bladet. I butikkerne ser man dem sjældent; ser man en frugtbutik her i landet, er det appelsinerne, der er de dominerende, fine og farvestrålende er de; det er klart, at små grønne, nussede og rådplettede æbler ikke kan klare sig i konkurrencen.

Det beklages, at sammenholdet mellem erhvervets udøvere er så dårligt, selv om man dog ikke helt vil skyde skylden for misèren på denne kendsgerning, men minder om alle de æbler af dårlig kvalitet, som blev sendt på markedet.

I samme nr. af »Erhvervsfrugtavleren« refereres et møde, som Dansk Frugtavl havde indbudt til, i følgende vendinger: Efterhånden, som forhandlingen skred frem under mødet, blev det mere og mere indlysende, at på grundlag af de forvirrede synspunkter og det snæversyn, som der på alle måder blev givet udtryk for fra Dansk Frugtavls side, var det umuligt for Danmarks Erhvervsfrugtavlerforening at indgå et samarbejde med Dansk Frugtavl til løsning af opgaverne. .... Det var derfor naturligt, at man fra Danmarks Erhvervsfrugtavlerforenings side ved mødets slutning foreslog, at opgaverne deltes således, at de egentlige erhvervsfrugtavlere samles i een forening og havefrugtavlerne i andre foreninger. — —

Det samme synspunkt gjorde sig stærkt gældende allerede sidst i tyverne, men heroverfor replicerede Dansk Frugtavls ikke altid helt heldige formand, at han var så glad for alle de indmeldelser, som indgik fra dem, som nu kaldes havefrugtavlere, og som nu synes at være blevet en klods om benet. *H. M.*

Fransk køkken

Det er franskmændene, der spiser vore lærker, oplyste en fuglekender i radioen.

Herhjemme plejer vi at sige, at når lærkerne synger, så gror rugen; men de dyrker måske slet ikke den kornsort dernede, så lærkerne slet ikke får lejlighed til at synge, for ellers kan man da ikke tænke sig, at et kulturfolk vil finde på at vride halsen om på disse små sangere blot for at putte dem i gryden.

Ganske vist har vi læst om depraverede kejsere i Rom, der delikaterede sig med ragout af fugletunger, men vi troede da, at barbariets tid var forbi — i hvert fald i Frankrig — men det er altså dér, den internationale vegetarkongres skal finde sted til sommer!

Foreløbig har jeg det sådan — og jeg antager flere med mig — at hver gang en sådan lille flyver stiger til vejrs og synger sin glæde ud, fordi den ikke kan lade være, får jeg en ubehagelig tankeforbindelse i stand mellem vor opfattelse af lærken og så den, der hersker dernede.

Af redaktørens post

Fra et af vore nabolande kom der en dag et brev, som øjensynlig havde kostet brevskriveren megen møje, hvilket da også fandt sin forklaring deri, at afsenderen for længe, længe siden havde passeret »støvets år« og kun kunne læse og skrive ved hjælp af lup. Hertil kom adskillige andre genvordigheder, men tanken var klar, og det var mandens håb at kunne virke endnu nogle år — event. ved hjælp af en sekretær.

Brevets hensigt var at bringe en tak til VT, ikke alene for det stof, bladet indeholder, men også for den tone, som har præget bladet i de senere år. »Det har mangen gang været mig til virkelig nytte,« skriver manden, der er kendt i hele Skandinavien som en meget dygtig læge.

Det hænder også, at der er en opmuntrende bemærkning på bagsiden af den kupon, hvorpå der står noget om en gave til foreningen — foruden det skyldige kontingent. Ja, der er sort på hvidt for, at i hvert fald eet medlem glæder sig til, at bladet kommer.

Men det er ikke altid lutter »solstråler«, som man betænker redaktøren — eller altmuligmanden — med.

En aften — efter sengetid for vegetarer — ringer telefonen: Hvordan kan det falde Dem ind at anbefale levertran i VT? Der er jo liggift i dette produkt, og det er absolut overflødigt!

En spagfærdig bemærkning om, at redaktøren ikke erindrede nogen sådan anbefaling, fik manden til at eksplodere og sætte diverse eder på sine argumenter. Åh, Herregud, er De sådan en lille religiøs fanatiker, udbrød han, da han blev anmodet om at forskåne telefonen for den slags.

En nærmere undersøgelse viste, at manden end ikke formåede at læse indenad, idet det pågældende stykke tydeligt var fremført som et citat fra et andet blad, og selv om det så havde været redaktørens egen mening, der var sluppet ud, havde dette ikke ændret sagen, idet han ikke vil tage ansvaret for at fraråde disse vitaminer, specielt til småbørn, der er unddraget den sol, som vi er skabte til at færdes under dagen lang.

Men det var ikke muligt at tale manden til fornuft, idet han øjensynligt gik ud fra, at når han dog endnu var i live uden brug af levertran, var beviset ført, og da han ikke havde børn, interesserede sagen ikke.

Det var en forstemt redaktør, som luskede ind i seng efter at have noteret den udmeldelse, som var sidste trumf i det natlige spil.

Foreningen har i nogle år abonneret på udklip vedrørende vegetarismen, oprindelig i den hensigt at komme i besiddelse af stof til bladet, og der kommer da også meget hyppigt en kuvert fra bureauet med udklip, der viser, at vore egne artikler + formandens optræden både her og der kommenteres rundt i landet, men det er uhyre sjældent, at der derudover forekommer noget, som har interesse for vegetarer.

Hermed et par ord til den mand i en vestlig forstad, der åbenbart er hildet i den misforståelse, at en redaktør er pligtig til at optage alt, hvad der måtte blive ham tilstillet. Han tillader sig endog at slutte sit indlæg med at tilråde eventuelle andre indsendere af ikke optagne artikler at tilstille ham en kopi af disse, for at han ved lejlighed kan møde op med

»beviserne«. Velkommen til næste årsmøde, hvor den slags sager rettelig hører hjemme!

Et meget skattet medlem har forespurgt, om det ikke er noget rent galt at optage annonce fra en solsportsforening. Det synes vi i hvert fald ikke, og da den pågældende annonce er en såkaldt bytter, går vi ud fra, at vor adresse vil være af interesse for disse kredse, der i høj grad interesserer sig for vegetarismens idé. Redaktøren selv glæder sig i hvert fald til igen ude på sin boplads at kunne tage spaden i hånd uden at være besværet af ret mange klude på kroppen. I al stilhed beder han dog Solen undskylde, at den træffer ham i den for de fleste byboere så beklagelige forårshudfarve, der i alt for høj grad minder om den, maddiker har.

De trådte i spinaten

Det tandlægepar, som opskræmte hele det danske folk med advarslen mod at spise spinat, og som derefter rejste udenlands, siges nu ved hjemkomsten at være overrasket over den ravage, de har afstedkommet med deres aldeles upåkrævede snak om »gift« o.s.v.

Resultatet af deres — lidt skødesløse — udtalelser er simpelthen dette, at denne vitaminrige grønsag er usælgelig.

Når der efter en så hård vinter kan »foræres« fin-fin spinat til ca. 33 øre pr. halvkilo, dækker det næppe omkostningerne ved avl, transport og detailavance.

Forbruget var ganske vist ikke stort i forvejen (næppe et kilo pr. person om året), men dog en mundsmag, der nu vrages — måske til fordel for endnu større mængder af nationalretten rabarber, der i modsætning til spinaten ikke indeholder synderligt med værdistoffer, men ofte mere oxalsyre end denne, og det er vel ikke altid, at husmødrene husker at neutralisere med kalciumklorid.

En forfatter udtaler sig

I Skåne er der i de senere år sket begivenheder, som har rystet jordbrugsforskningens mænd, skriver forfatteren *Alf Grostøl i* en kronik i »Husmandshjemmet«. Agermulden eroderer (nedbrydes) med stigende hastighed. Den så lovpriste rationelle drift har vist sig skæbnesvanger urationel.

Der er sket det, at denne så højt roste moderne landmandstype, der driver sit mekaniserede brug rationelt med vågent øje for det allerhøjeste udbytte, er en grum herre over sin jord. Han har solgt sin besætning, fordi kvægløst landbrug ville give højere privatøkonomisk udbytte. Han har rationelt fulgt markedsberetningerne, når han lagde sin afgrødeplan. Han har vekslet mellem korn og industriafgrøder — og ikke mindst de forskellige planteolieafgrøder, der i højeste grad udmatter jorden, eftersom noget aldrig kommer af intet. Nu er mulden træt og ved at sige farvel og tak! Visse steder letter den for det mindste vindpust. Påske-

østen har bragt en del af det tabte land tilbage til Danmark igen! mener Grostøl.

Inden for agerdyrkningen er det nu engang sådan, at hvis man er vanvittig dygtig og super-rationel, kan man i løbet af 20 år ødelægge det muldlag, som 20 generationer har skabt i løbet af 400 år. »Med held« — altså hvis brugeren har spekuleret rigtigt efter markedslisterne — kan det også give ham en køn klatskilling; men til samfundet kan et sådant dræt kun give tab.

I Frankrig

har man ganske vist væltet mælkemanden Mendès-France, men hans efterfølger fortsætter kampen mod alkoholismen, omend på en noget mildere måde.

Man vil bl. a. give gratis antabus-kure til alkoholister og skattelettelser til de restauranter, som vil koncentrere sig om saftevand o. l. Modsat indrager man bevillinger til de restauranter, der ikke findes tilstrækkeligt pæne.

Afskibning af stærke drikke til kolonierne bliver sat under stærkere kontrol, hvilket kan synes ønskeligt at dømme efter de mange telegrammer om mord og drab.

Som bekendt går vi den modsatte vej, hvad vor »forhenværende koloni« angår — og der indløber da også til stadighed meddelelser om det overhåndtagende drikkeri i Grønland.

I England

er markedet i den grad overfyldt med bacon, at de hjemlige producenter har fundet det opportunt at gå i samarbejde med udenlandske leverandører i et »baconråd«, der skal søge at vende englændernes »vildledte« smag tilbage til de gammelkendte frokostretter.

Sagen er nemlig den, at de vanskelige forhold under rationeringen har lært dem derovre, at der *kan* leves på andre ingredienser, end hvad de nedarvede traditioner påbød. Man spiser nu på mere »amerikansk« maner med flere frugter og grønsager — i det hele taget en lettere og mere vitaminrig kost.

At dette omslag kan få indgribende betydning for vore egne »baconfabriker«, er en sag, som kan give visse mennesker en del at spekulere over.

Samtidig kan der være grund til at standse op ved meddelelsen om, at ældgamle kostvaner *kan* ændres på så gennemgribende måde i løbet af forholdsvis kort tid.

Det siger os, at intet er umuligt, og at vi ikke skal opgive modet, selv om vi må se i øjnene, at Danmark, hvor vi lever i en så svineglad atmosfære, sandsynligvis bliver det sidste land, hvor et sådant »omslag« kan ventes.

Også dyrene lider af vitaminmangel

Dyrlæge Dalgaard, Odense, har bemærket, at også dyrene har lidt under forrige sommers mangel på sol og afvigte vinters halsstarrighed.

Hunde har således haft tilbøjelighed til at få ekzem og tør snude. Køer og heste — især dem, der lige har sat afkom i verden — går selv ned ad bakke, efter at de har afleveret alt, hvad de ejede af livsnødvendige stoffer.

Især på Vestfyn er der fundet et stort antal døde eller døende fugle og andet vildt, som ikke synes at have lidt anden overlast end den, at næringen har været for sløj og vanskeligt tilgængelig.

Kan det således knibe for himmelens frie fugle, der efter sigende ikke behøver at bekymre sig for dagen i morgen eller at sanke i lade, kan det vel betragtes som noget af et held, at vi andre i det hele overlever under vilkår, som må siges at afvige ikke så ganske lidt fra dem, som vi af naturen er indrettede til.

Sukker - og huller i tænderne

Dansk Tandlægeforening har holdt årsmøde i Kolding. Gennem diskussion og forelæsninger belyste tandlægerne bl. a. det meget diskuterede spørgsmål om sukkerets eventuelle fremme af tandsygdommen caries (huller i tænderne).

På mødet kom man til følgende resultat: Tandlægerne vil ikke føre kamp imod sukkeret som sådant, idet forsøg viser, at selv store mængder sukker i maden ikke fremmer huller i tænderne. Derimod fremmes sygdommen ved nydelsen af klæbrige flødekarameller og lignende sukkerprodukter, som spises mellem måltiderne. Tandlægerne understreger, at hvis den øvrige kost er tilstrækkelig alsidig, er der intet at bebrejde et højt sukkerforbrug.

Sukkerets konsistens er af meget større betydning end dets mængde.

Der blev i øvrigt på årsmødet givet den forbavsende oplysning, at halvdelen af Danmarks kvinder over 15 år og tre fjerdedele af kvinderne over 35 år har kunstige tænder. Man véd endnu ikke, hvordan forholdet er hos mænd, da der ikke er lavet en tilsvarende undersøgelse for det stærke køn.

Amerikansk vidundermaskine

Kunsten stiger, har man lov til at sige. »Gartner-Tidende« beretter om en amerikansk vidundermaskine, der rammer pæle i og trækker espalier på både kryds og tværs til stangbønner. Maskinen, der rammer pæle i, er en hydraulisk drevet rambuk monteret bag på en traktor. To øvede mænd kan derefter sætte 15—20 stokke i minuttet. Tidligere krævede arbejdet lige så mange mænd som stokke i minuttet. Maskinen til trækning af espaliertråde kræver tre mand, der udfører det samme arbejde som før 12—15 mand. Herhjemme er der næppe mere end een stangbønne til rådighed for hver dansker — og selv den kan det knibe med at få lagt i jorden ved håndkraft.

Ved Damhussøen

Der er en, der er ude med snøren, bogstavelig talt. Han svinger med den som med en chambrière, over folk og fisk, ruller den straks efter op på en lille tromle og slår igen knald med den. Om igen og om igen, som morede det ham. Der er vistnok endnu aldrig nogen, der har set ham få bid, hverken i søen eller på stien, men han er sikkert mest farlig det sidste sted.

Der er en anden, der fanger skaller. Han tygger lokkemaden for dem, det kan de ikke modstå. »Hvad skal de med alle de småfisk?« spørger en dame blandt tilskuerne. »Det er til gedderne,« forklarer han. »Kan *de* da ikke selv fange dem?« spørger damen videre. Men manden svarer ikke denne gang. Han er begyndt at trække nål og tråd gennem de små fisk og gøre dem fast til en lang line. Han er så nervøs, som var det hans egen bug, det gik ud over, og dog forsikrer han mig, at fiskeri er en dejlig hobby; den virker så afslappende. »Mener De på skallerne?« siger damen og går sin vej. *(Politiken).*

Fra „Produktivitets Nyt"

Sundheden er noget væsentligt. Vil man kunne gå frisk til opgaverne, må man være i form. Både psykisk og fysisk, for det ene er en forudsætning for det andet. I hvert fald er den mentale tilstand næppe god, hvis ikke blodet ruller rask og livligt i årerne.

Det er derfor, der står et glas vitaminpiller på frokoststuen til fri afbenyttelse.

Det er derfor, enhver gratis kan lune sig under højfjeldssolen, når han har været i bad.

Det er derfor, der er ovenlys og varme i fabrikshallen, og det er derfor, støvsugeren regelmæssigt kører rundt på den store hals cementgulv.

Naturligvis er det frivilligt, om man vil sluge vitaminer i pilleform, og selvfølgelig er der heller ingen, der tvinger nogen til at blive solbrændt om vinteren. Det er bare et tilbud, virksomhedens ledelse har fremsat, ikke ud fra mere eller mindre verdensfjerne betragtninger om næstekærlighed, men i en ganske enkel erkendelse af, at hvad der medvirker til at skabe tilfredshed hos medarbejderen, vil i den sidste ende være til alles fordel.

Støvsugerens betydning er måske allerlettest at konstatere. De ellers så almindelige småforkølelser, snue eller halskatarr er nærmest ukendte fænomener på motorfabrikken Bukh i Kalundborg. Årsagen er utvivlsomt, at indholdet af støv og snavs i luften på arbejdspladsen er holdt nede på et minimum ved hjælp af den kraftige, hjemmelavede støvsuger, der arbejder med en benzinmotor på 3 hk.

Eet er at starte frisk om morgenen, noget andet at bevare friskheden 8 timer igennem. Men det bliver noget lettere, når man bestræber sig på at begrænse de trættende bevægelser mest muligt. Til den ende er der ved så godt som alle maskiner anbragt små svingkraner, der arbejder ved komprimeret luft, og som sørger for, at ingen skal løfte de tunge

arbejdsemner op på »arbejdsbordet«. Bliver man for træt i dagens løb, synker tempoet — og det kan mærkes både i virksomhedens omsætning og i den enkelte medarbejders lønningspose.

Denne vågne opmærksomhed over for trætheden er så gennemført, at den endog har omfattet indretningen af baderummets fodvaskekumme. Et rør som fodhviler hen langs kummen sørger for, at ingen skal hoppe og danse på venstre fod, mens højre bliver sæbet ind — og omvendt.

Bestemmelserne om halmafbrænding kræves skærpet

Det er et hestearbejde for politiet at få overholdt bestemmelserne om kørsel med traktor i lo og lade, sagde politimester Vagn Bro, Køge, da han talte ved Dansk Brandværns-Komités årsmøde. Han udtalte sig i meget skarpe vendinger mod den omsiggribende afbrænding af halm på markerne. Det er et farligt foretagende, og *et sørgeligt syn at se harer, fasaner og agerhøns blive flammernes bytte.* (Jægerens synspunkt). Det er nødvendigt med en skærpelse af bestemmelserne i den nye bekendtgørelse vedrørende afbrænding af halm, der er under udarbejdelse.

Kiropraktorerne får ingen autorisation

Kiropraktisk Landsforening har anmodet to ministre om at få udvirket, at de kiropraktorer, der er medlemmer af Dansk Kiropraktor-Forening og autoriseret af Dansk Kiropraktorråd, kan få offentlig autorisation. Nu har indenrigsminister Kjærbøl svaret, at han ikke kan gå med til at autorisere kiropraktorerne. Denne afgørelse har indenrigsministeren truffet efter at have rådført sig med Sundhedsstyrelsen og Lægeforeningen.... Socialminister Strøm, som også har fået en henvendelse fra Kiropraktisk Landsforening, har endnu ikke svaret.

Så længe kiropraktorerne ikke er autoriseret, betaler sygekasserne ikke for kiropraktisk behandling af deres medlemmer. Der er imidlertid også en anden grund til, at kiopraktorerne ønsker statsautorisation. De af dem, der er medlemmer af Dansk Kiropraktor-Forening, hævder, at under de nuværende forhold kan enhver nedsætte sig som kiropraktor, uden at man har garanti for, at han har nogen uddannelse. Blev faget autoriseret, ville kun de kiropraktorer, som er godkendt af Kiropraktorrådet, få mulighed for at praktisere.

Som de gamle sjunge

Børge i Holstebro er kun 4 år, men har brugt sine øjne og lært så godt af de store, at han fandt det naturligt ved nattetid at bemægtige sig cigar og tændstikker — med det resultat, at der gik ild i sengen. Og nu ligger Børge på sygehuset. At det ikke endte et helt andet sted, kan Børge takke sin syvårige broder for, idet det var ham, som reddede situationen.

Mod hvem skal man nu rette anklagen?

„Landbrugssiden"

En so drikker op til 25 kg væde om dagen.

Det er vigtigt, at den diegivende so ikke mindst i sommertiden får sit store vædskebehov dækket. Den diegivende so har en større produktion af mælk, end mange regner med, ofte fra 8 til 10 kg daglig. Det er indlysende, at soen har et stort vædskebehov varierende efter kuldets størrelse. En so, der ligger med et stort kuld grise i den varme sommertid, vil ofte drikke 25 kg væde eller mere om dagen — mælk, valle og vand sammenlagt — blot den får lov til det.

Der er alt for mange søer, der ikke malker nok, fordi de mangler vædske til produktion af mælk. Under sådanne forhold har grisene ofte mavepine i lang tid, fordi somælken er forkert sammensat.

(»Lolland-Falsters Landbrugstidende«).

Tankeløshed, der kan lægge mange års arbejde øde.

Det er et almindeligt syn på varme dage at se unge mennesker samlet på de lune skrænter i læ af hegn eller plantager, skriver »Hedeselskabets Tidsskrift«. Sådanne steder er det årgamle græs tørt, og ikke een af dem, der nyder cigaretten eller piben og kammeratskabet, skænker det en tanke, at en efterladt brændende cigaret eller en udkradset pibe er nok til, at græsset kan flamme op. Og så *kan* det være sket. Storbranden er lige i hælene på den uforsigtige.

Tidsskriftet advarer også mod den alt for almindelige fremgangsmåde at kaste cigaret- eller cigarstumpen ud ad bilvinduet og skriver:

— Det virker så meningsløst, at mange, mange års arbejde med en plantage skal lægges øde, blot fordi en tilfældig forbipasserende er tankeløs.

I øvrigt er det i tiden 1. marts til 1. september totalt forbudt at omgås med ild i moser, heder og plantager og altså også at ryge disse steder.

Værdien af antibiotika som tilskud til svinefoderet.

Et antibiotika-tilskud er ikke noget vidundermiddel, der løser alle fodringsproblemer i svinestaldene, udtalte professor *Hj. Clausen,* da han på andelssvineslagteriernes delegeretmøde redegjorde for værdien af de forskellige antibiotika, der har været anvendt i forsøgsfodringen.

Penicillin-forsøgene, der omfattede 1464 grise, viste, at disse blev 6 dage før færdige til slagtning end de grise, der ikke havde fået penicillin. Der blev opnået en foderbesparelse på 4 pct., og det svarer til ca. 10 foderenheder pr. gris for vækstperioden 20—90 kg.

Det har imidlertid i forsøgene været påfaldende, at virkningen af penicillin-tilskuddet synes at være faldende, hvor forsøgene gennemføres på de samme forsøgsgårde år efter år. Selv om materialet endnu ikke er sikkert nok som bevis, er der absolut grund til at have opmærksomheden rettet mod spørgsmålet, mente professor Clausen.

Udslaget for antibiotika-tilskud er stærkest ved forkert fodring og under ugunstige ydre kår; men man bør ikke derfor sløse med foderets sammensætning og så bare give et antibiotika-tilskud. Et tilskud af anti-

biotika har ingen indflydelse på slagtekvaliteten, hvis der gives de samme daglige fodermængder.

Et antibiotika-tilskud har en vis tendens til at forøge grisenes appetit, i hvert fald hvor der gives aureomycin. Hvis så landmændene fodrer efter grisenes appetit, får man den stærke fodring og den stærke fedtaflejring, og så kan der risikeres ugunstig indflydelse på slagtekvaliteten.

Græsforgiftning skyldes mineralstofmangel.

Græsforgiftning blandt køer plejer ikke at være noget problem her i landet. Men det har det i allerhøjeste grad været i år. Særlig i Syd- og Sønderjylland er mange dyr døde, *hvor* mange er det endnu ikke muligt at sige bestemt.

Hvad er grunden til de mange græsforgiftninger? Dyrlæge *P. Schambye*, der er laborator ved afdelingen for special patologi på Veterinær- og Landbohøjskolen, har været en tur i de ramte egne af Jylland, og han mener, at sygdommen skyldes flere sammenstødende omstændigheder. Græsset har ikke været særlig rigeligt, det har været koldt, og der har ikke været tilstrækkeligt med tilskudsfoder, således at overgangen fra staldfodring til græsning har været for brat. Dertil kommer, at køerne ikke er kommet på græs i den bedste kondition. Det er meget muligt, at den dårligt bjergede høst sidste år ikke har indeholdt de nødvendige mineralstoffer, og at køerne derfor har opbrugt alle reserver. I hvert tilfælde har blodprøver fra syge dyr vist et for lille indhold af magnium, kalk og fosfor.

Der er ingen tvivl om, at mange af græsforgiftnings-dødsfaldene kunne have været forhindret, dersom køerne den første tid på græs havde haft lejlighed til et mineralstoftilskud større end normalt. Først og fremmest magnium, fosfor og kalk. Kalk må dog ikke gives i form af kridt. Dyrlæge Schambye henleder også opmærksomheden på det forhold, at det kun er almindeligt at give mineralstoffer i kraftfoderblandingen, og da de lavtydende køer ikke altid får kraftfoder, kan der godt blive tale om et udækket behov hos disse køer.

Mens græsforgiftninger ikke er almindelige herhjemme, er det en velkendt sygdom i England. Der har man forsøgt helbredelse med tilskud af brændt magnesium. Det er først og fremmest mangel på magnium, der fremkalder græsforgiftning, så også i den anledning kunne der være grund til at udlægge slikkesten. Kreaturerne vil da selv kunne holde den rigtige mineralstofbalance.

Fedtstoffer og åreforkalkning

Dr. med. E. Andersson fra Finseninstitutet er vendt hjem fra Amerika med nye oplysninger om bl. a. cortisoner og antibiotika. Endvidere kan han berette om et betydeligt arbejde, som videnskabsmændene derovre har haft gående vedrørende årsagerne til åreforkalkning.

Resultatet af dette arbejde går ud på, at det er kostens fedtindhold, der er årsag til arteriosklerose eller åreforkalkning. En storstilet sammenligning mellem materiale fra USA, England, Sverige, Sydafrika og

bantunegrene tyder på, at colesterol- og fedtindholdet er afhængigt af den mængde dyrisk fedtstof, der indtages. Derimod har det overraskende nok vist sig, at plantefedtstoffer synes sundere at spise end dyrefedtstoffer.

— På os virker det ikke særligt overraskende, at plantefedt skulle være sundere end dyrisk fedt — tværtimod finder vi det modsatte som fuldstændig naturstridigt.

Det virker heller ikke som en nyhed, da VT gentagne gange har været inde på dette problem.

Landophold søges

Ældre herre søger landophold hos vegetarer i juni måned. Oplysninger om beliggenhed og pris pr. dag bedes venligst tilsendt pens. postbud *E. Solkær*, Birkegade 28, 3., København N.

Kokkepige

som selvstændig kan forestå madlavning på et børnehjem med ca. 20 personer, søges snarest. Nærmere opl. v. henv. til børnnehj. Marjatta, Rudegaards Allé 39, Holte, tlf. HOlte 442.

Kun for de få

De, som endnu ikke har indsendt kontingent — enten på den i bladet indlagte giroblanket eller på anden måde — bedes venligst gøre dette nu, både for at spare os for arbejdet med at udsende opkrævninger og for at spare Dem selv for den højere porto.

Jo flere gaver vi modtager, des mere kan der udrettes — i hvert fald på de fronter, hvor penge spiller en rolle, og det er desværre mange.

Kassereren.

Sommerferier i Sverige

I *Lysekil* (nord for Göteborg) er rekordsalt vand, klipper og sandstrand. Spadsereture og bådture i smuk natur. Første klasses vegetarisk kost. Gode værelser. Forlang prospekt fra *Odles Pensionat, Lysekil.*

Søger De hvile

og afspænding under rolige forhold, da er KOSMOS FERIEHJEM på Billingen i Sydsverige det rette sted for Deres ferie. Biologisk vegetarkost. Rytmisk gymnastik. Foredrag over Martinus' åndsvidenskab. Pensionspris 10—13 svenske kroner. Adresse: Varnhem.

Køb og anvend foreningens mærkater. De sælges i pakker à 30 stk. for 1 kr. portofrit. Foreningens emblem („Vegetarnålen") kan igen købes à 2,50 kr. Frimærker kan modtages som betaling.

Dansk råkostskole

Kongevejen 76, Helsingør

FORLANG PROSPEKT

Cirkulin hvidløgperler

Et ægte råkostprodukt —

indeholder *kun* råt hvidløg med alle dettes egenskaber usvækkede i behold. Anvendes som permanent kosttilskud: 3 × 2 perler indtages daglig ved måltiderne.

Pris for en pakning med ca. 180 perler: kr. 3,00
= en måneds forbrug.

Forhandles af Råkostdepotet, apoteker, materialister o.s.v.
Nærmere oplysning hos importøren:

Dr. HANS LÜTZHÖFT
Zeuthens Allé 14, Hellerup. HE 4219.



Man kan leve af grønsager - men ikke uden!

Børnepensionen „Solhaven"

Telefon Espergærde 262

modtager børn fra 3—10 år

Gør Deres indkøb i „KONSUM"

Alt for vegetarer, specielt råkost.

Altid friske grøntsager og udsøgte frugter til billigste priser.

Endvidere alt i kolonial, kaffe, konserves, smør og æg direkte fra landet.

Aflæg forretningen et besøg - ingen købetvang - eller ring til os.

Vi sender varer over hele byen, og vi garanterer Dem hurtig og høflig ekspedition.

„KONSUM"
v CHR. PEDERSEN

Telf. Luna 2502 . Rolighedsvej 9 . København . Telf. Luna 2502

Vegetarer paa Fyn!

De går aldrig forgæves efter Skodsborgs produkter i

TORVEGADES OSTEHUS

ODENSE :: Tlf. 883



Fås også i Råkostdepotet

»VEGETARISK KØKKEN«

ODENSE — Kongensgade 39²

Byens sundeste mad

OVE JACOBSEN

PROVINSENS

største specialforretning for *RÅKOST, VEGETARKOST, REFORMKOST, URTETHE* m. m. klarer Deres indkøbsproblem ved vore daglige forsendelser over hele landet.

Franco bestillingskort og gratis opskrifter og brochurer tilsendes gerne på forlangende.

Ernst Hansen

etabl. 1877

Nørregade 28 . ODENSE . Tlf. 242

RÅSTRUP KURSTED

(ved Christiansminde, Svendborg)

Modtager gæster til ferie, hvile og behandling

Anna Ullerup Haahr - Svendb. 755

Giv mig en blomst, mens jeg lever,
at øjet kan frydes derved!
Mit øje ej skuer de blomster,
der lægges på kisten ned.
Giv mig et smil, mens jeg lever,
kom mod mig forstående, mild!
Når først man har lagt mig i graven,
så trænger jeg ikke dertil.

Hvornår fik din kone blomster sidst?

Skodsborg Restauranten

er stedet, hvor Deres sundhed opbygges gennem

vegetarisk mad
råkost — diæter

Frokost - middag - å la carte
Åben mandag—torsdag incl.
kl. 11—19
Lukket lørdag
Telef. PAlæ 8855
St. Kongensgade 36-38, mezz.

Dansk Vegetarisk Forening's

litteratur

C. V. Pink: „Hvad moder og barn bør spise" 0,50

Kostplan for en uge med opskrifter 0,50

Portofrit — betaling kan sendes i frimærker.

10 ekspl. af Michael Larsen: »Naturhelbredelse« sælges til fordel for foreningen for 10 kr. pr. stk.

Foreningen til Værn for Værgeløse Dyr

opretholder i samarbejde med politimyndighederne et dyreinternat for hjemløse dyr. Modtager og undersøger dyrplagerianmeldelser. Årskontingent 5 kr., medlemsbladet »Dyrets Værn« tilsendes medlemmerne gratis.

Indmeldelser modtages af internatet, Peter Bangsvej 32, Go.4329

Lær esperanto,

det andet sprog for alle. Let at lære, udbredt over hele jorden. I Danmark afdelinger i de fleste byer. Komplet korrespondancekursus 10 kr. Nærmere oplysninger hos

Esperantistforeningen for Danmark

Knud Aa. Andersen, Onsild.

Det ny

»Sol og Sundhed«

Det kendte danske nudistblad er nu betydeligt forbedret, og De bør sikre Dem et prøvenummer. Kr. 1,50 (frimærker).

SOL OG SUNDHED,
Dynkarken 2 . Arhus

Maanedens fagbog:

Reinh. Kristensen: DYRKNING af Køkkenurter.

424 sider, pris kr. 33,50.

Suppler Deres bibliotek med denne fortrinlige vejledning.

Alm. dansk Gartnerforenings Bogforlag,

Anker Heegaardsgade 2,
København V.

Skodsborg produkter!

De kan altid være sikker på de bedste varer, når De vælger Skodsborg produkter.

De anbefales: Skodsborg corn flakes - granola - Skodsborg kaffeerstatning - æbleblade-te - glutenola - carno - bønnesteg - linsepostej - veg. leverpostej - veg. fiskebudding - linser i brun sauce - sojabønner i bouillon - nuttolene - protose. Kiks: Grahams, havre, vanille og nødde. Skodsborg lyn sauce pulver: På to minutter kan man fremstille en sundhedsmæssig, delikat brun sauce. Skriv efter vareliste! Spørg efter vore varer hos Deres handlende!

Den Sanitære Fødevarefabrik,
Baldersgade 14, Kbhv. N., Taga 289

ALT TIL

råkost - vegetarkost - Waerlandkost

Kompostdyrket frugt og grønt

Central 62

Råkostdepotet

Gothersgade 129
København K.

SKODSBORG
BADESANATORIUM

Fysisk-diætetisk kuranstalt med medicinsk klinik.

Behandling af reumatiske lidelser, sygdomme i mave og tarm, stofskifte, hjerte og nervesystem m. m.

Forl. prospekt. Tlf. Skodsb. 200

FOLKEBLADETS BOGTRYKKERI - RINGSTED