Vegetarisk Tidsskrift

I dette nummer bl. a.:

50. årgang

Resumé al fru Brandt's foredrag

En nytårstale

• En barbarisk fest

Olympisk guld til vegetar

Motorosis

Rygning er en reel last

Vegetar sætter kanalrekord

Køkkenkrogen

Udølv«* •» Dansk
VegeUrlik Fortnlng

50. årgang
nummer 1-2
Jan^Febr- 1957

Ren vegetabilsk margarine

Til underretning for Dansk Vegetarisk Forenings medlemmer skal vi meddele, at Den Sanitære Fodevare fabrik, Baldersgade 14, Kbhvn. N., er den eneste, som har tilladelse til at fremstille margarine, vitaminiseret uden dyriske produkter. Margarinen leveres i pakker å Vs kg (portofrit ved aftagelse af mindst 5 pakker pr. gang) og kan foruden fra fabrikken også fås i forskellige forretninger (se annnocerne). Medlemskort (1957) 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 redaktor af *Vegetarisk Tidsskrift.*

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

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

Dr. Michael *Larsens Vegetariske Børnehjems fond s kasser er:* Oluf Egerod, Bellahøj skole, Brønshøj, postkonto 2 82.

Vegetariske kursteder og restauranter i Danmark.

Vegetarisk Spisesalon, Borgporten 23[2], Århus.
Horseløkke Kurhjem, Fåborg.
Råkostkurstedet »Humlegården«, Humlebæk. København
Skodsborg Restauranten, St. Kongensgade 36—38, mezz.,
Vegetarisk Køkken, Kongensgade 39, Odense.
Skodsborg Badesanatorium, Skodsborg.
..Eckbohus", Bjerre strand pr. St. Fuglede (bommer).
Råstrup Kursted, Christiansminde, Svendborg.

Vegetariske spisesteder i NORGE:

OSLO:

Mensana, Universltetsgt. 20.
B103, Kronprinsensgt. 5.

TRONDHEIM:

Ltonea Hoteils helserestaurant.

50. årgang

Måske opmærksomme læsere allerede har bemærket, at der med dette nummer af VT står 50. årgang på forsiden.

Ganske vist hed bladet til at begynde med noget så forjættende som *Solblink,* men det var ikke altid indlysende, at det var det samme som et medlemsblad for DVF.

VI kunne have onsket, at tidligere redaktører af bladet havde benyttet lejligheden til at fremdrage et elier andet af bladets indhold gennem det halve århundrede, men da dette ikke er sket, bringer vi følgende lovsang fra globetrotteren Henry Andersen, der p. t. opholder sig i USA:

— I henhold til, hvad hr. Nielsen skrev i september-oktober nummeret af bladet om, at Vegetarisk Tidsskrift går ud til fjerne lande, til mennesker, der ikke forstår et ord dansk, kan jeg meddele, al da jeg for nogle år siden tilbragte en vinter på Kuba, kom jeg dér i forbindelse med en hel del vegetarer; nogle var kubanere, andre var fra Spanien. De havde også et vegetarisk magasin, og nu udveksler vi vore magasiner; de sender mig deres, der jo er på spansk (som jeg heldigvis forstar *t i* husbehov), og jeg sender dem Vegetarisk Tidsskrift som de-r voldsomt glade for at få, selv om de ikke forstår et ord af bladets indhold.

Deres leder skriver til mig i højtravende vendinger og ord som kun en spanier kan skrive, om, hvor meget de holder af at få Vegetarisk Tidsskrift, og om, hvor godt de synes om bladets udstyr omslag farver og form — og at de forstår, hvor højt Danmark må stå i den vegetariske bevægelse, og at de har hørt om. hvor vidunderligt et land Danmark er på de sundhedsmæssige, sociale og andre områder - de mener de er en følge af (hor blot!), at så stor en del af Danmarks befolkning må være vegetarer. Jeg ville ønske, det var, som de tror, det er — men desværre kun er det jo ikke sådan.

Med andre ord: de er meget glade for at få vort blad, så der er da et sted fjernt fra Danmark, hvor Vegetarisk Tidsskrift er er velkommen gæst. selv om disse glade og venlige sydlændinge Ikke forstår noget af bladets indhold.

Vi deltager gerne i den utilslørede ros for bladets udseende, der skyldes Folkebladets Bogtrykkeri i Ringsted, men vi er klare over at ^ venlige ord ikke også behøver at gælde for den tekst, som man ikke forstår.

Begejstringen var måske kølnet betydeligt, såfremt der medfulgte en oversættelse.

Trods alt går vi fortrøstningsfulde Ind 1det nye år.

Bartholdy

- -e» skrappe kaldet - har ^ ^ T g n ^ er ikke dans og kirken forbyder indr mer i den fo bindelse, at dans "således r min meget large på sporgsmålet 1 Eng.and, men dér ma de troende til gengæld ikke ryge tobak.

Her ryger som bekendt alle ad h. til.

En nytårstale

holdtes i radioen af Carlsberg Laboratoriets chef, professor, dr. phil. K. Linderstrom-Lang.

Den var bemærkelseesværdig i adskillige henseender, men det forekommer os, at der manglede lidt logik.

Iflg. gengivelsen i Politiken lod et afsnit således:

„At leve et arbejdsomt og frugtbart liv på jorden har altid stået for mig som målet for ethvert rigtigt menneske. Men produktionen af varer som der ikke er behov for — blot for at holde produktionsmaskineriet i gang eller slå konkurrenter ud —, varer, der må sælges til forbrugerne med reklamens kniv på deres struber, afbetalingsvarer, som sælges tilbage til producenten, for de er kobt, for at give plads for nye varer, varer, der går op i rog eller ruster på lossepladsen eller ledes ud i verdenshavene sammen med menneskenes ekskrementer, for deres ejere endnu er blevet fortrolige med dem, en sådan produktion er gået over gevind."

Og professoren gentager: „Jeg vil meget stærkt betone, at det ikke er produktionen i sig selv, jeg har talt imod, kun dens vildskud."

Nu er det jo ikke så let at vide, hvad der skal forstås ved vildskud, men „varer, der går op i rog", må vel være tobak, det er da i hvert fald en vare, for hvilken forbrugerne ikke alene har reklamens kniv på struben, men også tilvænningens djævel i hele kroppen.

Og skal der endelig tales om varer, som der ikke er behov for, så kunne man passende nævne alt det inderligt overflødige oi og onske, at det ville blive ledet ud i verdenshavene, for dets „ejere", dets konsumenter, opnåede nogen fortrolighed med dette vildskud i produktionen, efteisom olbrygning ikke alene repræsenterer en ganske ufattelig ødelæggelse af værdier — noget i retning af destruktion —, men samtidig efterlader stoffer, der aldrig har været til menneskehedens bedste.

Lad oliet, hvis det endelig skal fremstilles, gå. den direkte vej til verdenshavet. Der vil disse gærcelle-ekskrementer kunne mode menneskenes egne.

Midt i al denne odslen med værdler lyder det ganske mærkværdigt at hore professoren udtale: „Den dybeste årsag til ojeblikkets alvor er, at menneskeheden som biologisk enhed befinder sig i begyndelsen af krise. Den trænger til ekspansion, både m. h. t. rum, stof og eneig«. °S grænserne er allerede temmelig afstukket. Dens fribytterår er ved ut være omme. Jorden er dens hjem, en henrivende klode, som ved det fines sammenspil imellem tyngdekraft, stråling og fordeling af grundstoffet beboelig for væsener af vor art. Men den er ved at blive for lille, den hastighed, produktionslavinen ruller, må vi tro, at jordens beholdninger af råstoffer vil udtommes i lobet af tidsrum, som er særdeles sm« i sammenligning med den menneskelige kulturs alder. Med den be oningstilvækst, som vi ser i øjeblikket, og som tildels skyldes lægevidenskabens gode ånd, vil det ikke vare længe, kun nogle få århundreder, for ethvert spor af menneskelig egenart og frihed vil være forsvundet trængslen på jorden. — — Vi aner fattigdommens komme, og ingen no

så tojleslos demonstration af odselhed nied, hvad vi ejer, kan bortjage en følelse af utryghed. Vi ser vort bevægelsesområde indskrænkes, cg den første anelse af fængselspsykose melder sig i vore drømme. Her ligger vort problem: At enes om jordens hjælpekilder, hvortil vi alene er henvist; at finde cn fremgangsmåde til deres udnyttelse, som ligger lige langt fra piratagtig udbytning og blank stagnation. Måske er det et umuligt problem, måske er jordens menneskebestand bestemt til at nå rt glorværdig højdepunkt i rigdom og kultur for så at do ud i fattigdom."

Må vi vegetarer i al beskedenhed gøre opmærksom på, at vi kender veje til at skyde den krise, som professoren frygter, ud i en fjernere fremtid- og måske kan menneskeheden benytte denne frist til at betænke sig på sit eget vel og standse produktionens værste vildskud.

Professoren ser som sit mål at leve et arbejdsomt og fragtbart hv på jorden. At den anerkendte videnskabsmand ikke har levet uvirksomt, véd vi. Blot den virksomhed, der giver ham og hans laboratorium det daglige brod ville vise et godt eksempel og forlade den destruktive vej.

Professor K. Linderstrom-Lang slutter med en skål for ^nneskets, vor egen ukuelighed. VI deltager i de gode ønsker, men siger ikke skål.

Benyt venligst den indlagte giroblanket

Når generalforsamlingen det ene år efter det andet kan undlac1c, at. forhoie kontingentet, skyldes det flere årsager: Billigst mulig administrate[n] f al Z Z f d og så de rare gaver, som ofte folger med indbetalingerne af årskontingentet. Uden disse ville vi ikke kunne klare dagen og vejen. Alene trykningen og forsendelsen af VT koster mere end det samlede k o s ^ g o m vi erkender, at vi ikke er nogen stor flok. formår vi dog - ved fælles hjælp — at udsende denne lille gronne hilsen, som *Ifølge* brev f[ra] USA er særdeles velkommen på Kuba til trods for. at de ikke dér kan rstå roget! mod medfølgende giroblanket og benyt den snar.*st;* det J e r ol i bogforingen. De. som allerede A„r betalt, må ikke fole <.g fornærmede. da vi nodvendigvis må indlægge blanketter i piarer.

G a E T & M. Carlsson 8.00: E. Lindorff Larsen 1.00; fru L"f 8/°; Justus von Binzer 3,00; F. Lillelund 76,00; Joh. G. Möller 3,00; Vendelboes sociale fond 25,00; I. Søderlund 3,00; Aage E. Petersen 2,00; Bjørnholt 2.00; fru Margrethe Partum 3.00; Helge Friholm 3.00.

Han vidste

En stakkels ^lagt ^havnen ved „alslngborg. En behjertet mand trak ham op, S • rAri ^Dls aldrig pelser' Jeg er redningsmand folgende mindeværdige r*d. • * ^ £ £ slagter og véd. hvad der er I dem.

Tilbageblik på en barbarisk fest

For kristendommens tid var julen ikke en fest af ånd, men kun af mad og drikke — (Kumbel).

Efterfølgende betragtninger har ikke noget hverken med kristendom eller nogen anden religion at gore, men vi har tidligere her i VT været inde på det bagvendte i, at det var Kains offer, som bestod af markens grode — han var jo agerdyrker —, der blev forsmået, mens hans lioder Abel opnåede den hojestes gunst, selv om offeret stank af det blankede fedt fra hjordens førstefødte.

Der er intet i dette, som blot i mindste måde rimer med påbudet i 1. Mosebog 29, 1: Se, jeg giver eder alle urter, som give sæd, som al jorden, og alle træer, på hvilke der er træfrugt, som giver skulle være eder til fode.

Der er heller intet i ovenomtalte offerscene, der adskillei de levevis i afgørende grad. Det synes, som den ene var mere agei den anden, der var kvægavler — altså landmænd begge to. Det som helst om havedyrkning og frugtspisning. Havde Kain havde vi nok fået ham revet i næsen for længe siden konsorter.

Ikke desto mindre har Kelvin Lindemann startet en ar med følgende: „Kain var verdens forste brodermorder, han hans spisevaner. Herren nægtede at se til offeret på stod af frugt, mens han med velbehag betragtede Abels o

Det er muligt, at Europas spisevaner ville have vor verdensdel var blevet buddhistisk og Ikke kristen. imidlertid, rent historisk, græsk romerske, tillempe c der blandt andet krævede, at alt kod skulle koges og **råt.**

Fra det gamle Rom har vi især heftet os ved hvor der blev serveret retter med to tusinde stiu se med tusinde af indbagte tunger af fugle, der alle monstrøsiteter var ikke hele sandheden: Man sp>s

Efter at have skildret, hvorledes danske dræbte de romerske kokke, inden de formåede at om danske gab, disse ru og rustne, forhærdede og forfinet levemådes blide glæder, foi'tæller Lindt, delig kendt, at kristendommen vel forandrede formåede ikke at forandre bets tid, og jul blev det ved med at hedde. men det krav om nojsomhed og mådehold, som opstillede, blev l juletiden ganske overhort. store gilders tid. og juleøllet blev ved med at kristendommens Indførelse som for. Selv den dag

de særlige nordiske spisevaner. Alle andre steder faster katolikker juleaften til kl. 24, men paven har givet de danske katolikker sarlig tilladelse til at spise den store julemiddag.

Off så folger der en „historisk" opremsning af alle de retter, som blev båret frem for middelalderens trostspisere, men der er ingen sorn helst grund til at antage, at en eneste af de mange oplysninger er mindre forløjede end dem, vi allerede har taget livet af.

Det er således ikke Lindemann og hans let flabede frembringelse . der har interesse, i hvert fald ikke i første række, men de er medvirkende 1. har dermorder? trænger sig frem.

Herodes, at alverden skulle skrives i mandtal, fandtes en asketisk — måske endda vegetarisk — levende sekt i ørkenen nordvest for Det døde Hav, og at mange af dens tanker, omend i stærkt omarbejdet form, indgår i det, vi i dag kalder kristendom.

Det ville være af meget stor værdi, om vi blev holdt underrettet om, hvad der måtte fremkomme af reelt nyt i disse manuskripter, og vi efterlyser her sprogkyndige, som har den fornødne tid og interesse til at

Men indtil da må det måske være tilladt at fremføre nogle meget kætterske bemærkninger til noget af det stof, som Lindemann på absolut

Hvis det af disse bemærkninger skulle fremgå, at der i tidens løb må være vendt grundigt op og ned på forskellige ting, som til at begynde med var absolut

følge disse bemærkninger logiske i al deres enkelhed, så kommer vi ind på spørgsmålet om, hvem der har været interesseret i at vende op og ned

uhæderlig vis benyttede til at smæde vegetarerne.

Forsøg at overbevise en kat om, at det er syndigt at spise mus, og lad forbudet ledsages af mystiske forsikringer om, at en ganske bestemt slags mus ikke må nydes. Den vil vende ryggen til de mennesker, der gør sig

så mange tabelige

X'vefmTnfeTorsog pTat overtale dem til kostforandring. Lad også -

keslægten har begået

har forladt æblerne og kastet sig

?Er det ikke

at tingene er blevet stillet

P4 samme m&de er der vendt

var, I hvert fald iflg. Llndemann, ikke frugt, ikke engang markens frugt, men derimod de såkaldt forædlede landbrugsprodukter.

Det må være disse „hyrder", vi må have i kikkerten. De er i den grad gået op i deres rolle, at de anvender talemåden: Den *tjode* hyrde om det allermest ophojede, som om der nogensinde kan eksistere en god hyrde. Ingen hyrde sætter noget ind på at vogte får el. lign. undtagen for at forbeholde det vogtede for sin egen gane. Det er det lumskeste af ult, som mennesker har fundet på, og de overgår derved langt selv de grusomste rovdyr i grusomhed — ikke alene mod dyrene, men, Gud bedre det, mest mod menneskene selv.

Måske vor verdensdel havde haft andre madvaner, såfremt det var cn anden religion, der havde bemægtiget sig den. Det skal dog retfærdigvis indrommes, at der endnu er træk af det, som sandsynligvis var det oprindelige, i flere „kirker" af i dag. Der er således meget af værdi i pavekirkens fasteregler, der ikke dækker over det, vi forstår ved at suite, men blot giver visse diætforskrifter.

Kirken, der har hjemsted i Utah, tæller vegetarer af hoj standard, og det havde været lettere for en vis dr. Poulsen, der i sin tid byggede sin absolut usande statistik på den antagelse, at alle adventister var vegetarer.

Men stort set står den religion, der erobrede så store dele af verden, uhjælpelig tilbage for mange af Østens religioner — i vegetarisk forstand.

Nu mener vi at have givet bolden op til d'herrer pastores i den af græsk-romersk kultur prægede kirke, altså madmæssigt set. Vil de mon vedkende sig vor påstand om at have vendt tingene således, at de er kommet til at passe ind i de madvaner, der passer for prælater?

Og vil man vedkende sig det „brodermord", som hr. Lindemann startede med?

Såfremt samme noget uvederhæftige herre mener sig berettiget til at kalde Kain for „vegetarianer", blot fordi han ofrede af markens grøde, s — cf må konsekvensen heraf være, at samtlige bonder — landbrugere vegetarer — hvad de som bekendt ikke er.

Har han noget at fremføre til alt forsvar, eller bringer han den uf holdne undskyldning, som vi mener at have krav på?

P. s.: Efter at ovenstående er skrevet, erfarer vi, at en kollega til hi K. L. kalder en tredje skribent for en citatfusker og ordbedragcr; m ikke disse betegnelser også passer på K. L.?

At born trods deres forældres uforstand dog soger at bevare noget den oprindelige glæde ved alt levende, beviser hr. K. L.s egen datter, til pressen udtaler, at hun faktisk er ked af, at hendes kæledyr skal slafc, tes til den fest, som Kumbel kalder barbarisk.

Brug — misbrug

Mere end 50 pet. af de antibiotiske midler, lægerne bruger, gives for behage patienterne og er uden behandlingsmæssig betydning, — prof. Knud Moller.

Kan man Bige sådan, uden at lægerne anlægger sag?

Beskæmmende

En plakat med et imponerende antal underskrifter appellerer til pengeinstituttets kunder, som alligevel har tegnebogen fremme, om at putte et bidrag i den fremsatte bosse, for at julens fattige kan få en rigtig glædelig Jul.

Og det ønsker vi selvfølgelig alle.

Men for at gere et rigtigt festligt indtryk har plakaten billeder af de varer som bliver uddelt til de trængende, og interessen synes at samle sig om det imponerende antal flæskesider, der ligger parat til partering og indpakning for at fremkalde „glædelig jul" hos såvel givere som mod-

'TeT'er bekommende, at vi endnu »tir midt i barbariet og tror at kunne tækkes hojere magter ved skånselsløst at nedslagte uskyldige skabninger og nedsvælge deres kroppe, specielt ved samme hojere magters allerhelligste hojUder.

Det er ikke tilfældigt, at jul rimer på sul. _____ , ,

Del er oceaner af biS, der flyder til ære for ja, til ære for hvem 7

I fortsættelse af ovenstående kan det noteres, at også i radloen var der en tiggerpræst, der erindrede om, hvor delikat det var med flæskesteg til jul — og den burde ikke savnes af nogen.

Samme radio bragte i ovrigt de mest hårrejsende og bloddryppende reportager fra gamle dages jul. Selv fortælleren måtte vedgå, at det til tider kvalmede for ham — og det gjorde det for flere.

Det mest usmagelige var dog en „kvinde af folket", der fik overla dt mikrofonen for at tolke de hjemmeværende hustruers ønsker for dem derude: de gik kort og godt ud på, at de måtte få *noget god mad,* hvorv ed der altid forstås sulemad. Det var ophojede juleonsker.

Man ville derimod forsværge, at det værste af alt. '-ad barbariet k^ mode op med til højtiden, skal findes i noget så populært som „Peters jur. Verset om gåsens endeligt er så plat, at nutidens modre burde kunne se deres egen afstumpethed som i et spejl.

Den 15. internationale vegetarkongres

afholdes som tidligere meddelt i Bombay, Indien, I november 1957 under protektion af Indiens præsident, dr. *Rajendra Prasad,* som repræsenterer Indiens dyrebeskyttelsesforening (The All India Animal Welfare Associa- tionale Vegetar- **s . s s s S R g s s i s s n .** Bombays Hu- manltære Samfund. Kongressens generalseketær erfc>nr i *Jayantilal N. Mm,kar,* 149, Shroff Bazar, Bombay, 2 CDOkeKorcnde begivenhed.

Man

« S * - K S æ = r = s :

vest vec arb

menneskeværdig livsførelse.

Nærmere program vil efterhånden fremkomme.

Sandheden om Hunsa

Fra vort udmærkede medlem dr. ph. Henry Andersen, der for tiden opholder sig i Edmonds, Wash., USA, men som ofte er på rejse jorden rundt, har vi modtaget folgende:

Så hrast altså den sæbeboble om det sunde, lykkelige, langtlevende hunsa-folk! Det eventyr, som vi alle troede på — indbefattet dr. Hindhede, AreWaerland og mange andre. Nu er hunsa-folkct blevet undersøgt på det nojeste af dr. Clark fra Princeton Universitetet, der levede længe iblandt hunsas ca. 25.000 indbyggere og behandlede mange tusinde patienter på den frie klinik, han havde oprettet der.

Dr. Clark skriver i sin store, nylig udkomne bog *Hunza — The Lost Kingdom Of The Himalaya,* at hunsa-folket sikkert er et af verdens mest usunde og sygelige folkeslag, og dødeligheden er uhyre stor. Ligeledes er det ikke et vegetarisk levende folk; de spiser alt det fårekød og gedekød, de kan få fat på, og når der ikke er mere kod at opdrive, lever de vegetarisk — ikke af idealisme, men af nødvendighed.

De syge strømmede i store skarer til dr. Clarks klinik, lidende af utallige sygdomme: ojonsygdomme (Tracoma), malaria, dysenteri (uhyre udbredt), tuberkulose. Alle mulige ormesygdomme og frygtelige hudsygdomme fremkaldt bl. a. af svampe. Spedalskhed, ernæringssygdomme, hjerte-, nyre- og leversygdomme etc,, etc. Hunsa er et sygdomsland uden ende. Sådan er det Utopa, vi var blevet informeret om af nogle rejsende, der ville vække sensation, og en engelsk læge, der måske kun var i nærheden af landet, fortalte os om det sunde, lykkelige hunsa for nogle år tilbage. Det er nu for *all time* afsløret af dr. Clark.

Intet under, at forfatteren i sit forord går strengt 1 rette med de rejsende, som har bibragt verden et så misvisende billede af dette folk, hvor der hverken skulle findes fattigdom eller sygdom. Sandheden, selv om ^ er aldrig så bitter, kan kun bringes efter et langt ophold på stedet, og har dr. Clark haft lejlighed til.

I en artikel for år tilbage spurgte vi, om der blev drevet afgudei i rnc^ hunsa. Det synes nu at være en kendsgerning, selv om nogle af de ..avis staterede sygdomme og andre ulykker, der nu råder i hunsa, mu o^ kan tilskrives den såkaldte civilisation, der vel også har strakt s£ ^ disse egne. I hvert fald omspændes landet da af telefontråde. v°d ^ hjælp fyrsten kan kontrollere alt, hvad der foregår 1 hans land. Og er der Ikke fulgt efter!

Men vi takker hr. Andersen for det tilsendte.

Sport

The Vegetarian bringer billeder af to drabelige sportsmænd. Bill Pickering har sat verdensrekord i kanalsvømning: 14 timer og 6 min endda under særdeles ugunstige forhold. John Yearsley er indehaver britisk weight-lifting records. Selvfølgelig er de begge vegetarer, og er ganske usandsynlige muskler, der præsenteres af de gæve briter.

Resumé af foredraget:

„Kan man ændre andres spisevaner?"

Hvis man Ikke selv tror på, at det er muligt at ændre andres spise vaner så ville der slet ikke være noget at holde foredrag om. Forudsætningen for, at man kan ændre andres spisevaner, er, at man:

1. Véd en hel del om, *hvordan* spisevanerne *er;*
2 Har grundig viden om. *hvordan de bor være,* og dermed
3' Finder frem til. «*hvilken retning* og *på lwtlken måde* de kan ændres.

Man må på forhånd gore sig klart, at man * 1—pe mod *floder af konservatisme,* derfor skal man være i besiddelse af.

' a> Grænselos tålmodighed, da resultater ofte forst viser sig I næste generation:
b) Humor til at bære skuffelser;
c) Psykologiske evner og pædagogisk smile;
d) Grundig viden om tingene. — og dette er maske gt g
Om dette sidste punkt skal der derfor siges noget mere.

VIDEN OM TINGENE

Viden er e s m af Erfaringer"er"gode 'nTS'" ikke „ok, når mar.effektivt vllplvirke andres spisevaner. En agitation, der alen. bygger på erfaringer, bliver meget let følelsesbetonet og uprøcis og derfor ineffektiv.

Moderne mennesker vil have grundig besked og præcise oplysninger. Det er dem ikke nok at fa at vide. at den eller den kos,er og så sund. n, *hvorfor* denne bestemte kost er sund,

rir^=e^s°s' å rf bade pa fremstillingspris og fremstllllngstid) og *kulinaris k i orden,* velsmagende.

Moderne ernæringseksperter, læger og tandlæger er klar over betydningen af en mere grønsagsrig kost. Dette er blandt andet dikteret af den større viden om vitaminer og salte og forståelsen af, at en mindre kalorierig kost, som samtidig er rig på specialnæringsstoffer, vil være heldig i de fleste danske hjem. I henhold til FAOs forbrugsstatistik ligger Dan- k som de and der næst efter Irland har det største kalorieforbrug pTi—Naget' Isammenligning med en række andre ve.teurop.lske

""Agitationen for brng af flere gronsager og mere frugt 1 kosten har af disse grunde faktisk en del medvind nu. ,nr t^rdehz medfet

Noget helt andet er, at det foreloblg Ikke viser sig si forfærdelig meget i nraksis, i de enkelte hjem.

Men forståelse og Interesse for sagen er der ulv, lsoTnL *Husholdningsrådets* arbejde. Den spores blandt andet meget tydeligt . ennem Her tænkes ikke blot på Husholdningsrådets oplysningsa j « pjecer, radioforedrag og udstllllngsmateriale m v" men også på forsøgslængere årrække foretaget arbejdet. Husholdningsrådet har l^c C 1° bt.Jde af kokkcnurtsorter <* -. omfattende og værdifuldt kokken-

urter og Statens forsøgsvirksomhed i plantekultur. Man soger derved at finde frem til sorter og stammer, der ikke bare er gode i dykningsmæssig henseende (yderige, sygdomsmodstandsdygtige o. s. v.), men som også er første klasses hvad angår de ernæringsmæssige og husholdnlngstekniske egenskaber.

Når Interessen for brug af flere grønsager i kosten foreløbig ikke spores tydeligere i danske kogeboger og vist heller ikke i landets praktiske husholdningsundervisning, end den gør, er forklaringen vel nok blandt andet den, at der er meget storre vanskeligheder og problemer i forbindelse med tilberedningen af animalske produkter end med tilberedningen af vegetabilske produkter. I den forbindelse kunne man for øvrigt ønske, at der i dansk husholdningsundervisning ville blive gjort en virkelig indsats for en mere *omhyggelig og nænsom tilberedning netop af gronsagsretter.* Der skal „kæles" for gronsagsretter mere end for noget andet.

HVORDAN KAN MAN SA ÆNDRE ANDRES SPISEVANER?

Forst må. man gore sig klart, at Indsatsen kan gøres

A. På forskellige fronter;

B. Ved brug af forskellige argumenter; og

C. Ad forskellige kanaler og på forskellig måde.

A. Hvor skal agitationen sætte Ind?

Både over for *born, unge, voksne, mænd* og *kvinder,* kort sagt over for alle — men mest sikkert over for born. De er modtagelige, har ingen fordomme, og hvad de lærer af nyt, fortæller de hjemme og tål måske derved Indflydelse på hjemmets kostvaner.

Mænd får altid skyld for at være konservative, hvad kost angår, derfoi må man heller ikke glemme drengene; sa gor man aet nemmere for deres fremtidige koner. Ved et nylig afholdt Interskandinavisk husholdningsmøde 1 Sønderborg blev der fra flere landes repræsentanter givet udtryk for, at det var svært at få mændene bort fra de gamle kostvaner.

Man siger så tit, at det er husmoderen, der skal vide besked om sund kost og „undervise" familien, men de fleste husmødre — navnlig de unge og forelskede — laver den kost, manden kan 11' og be'r om; først mec årene bliver hun mere dristig, og så kan tiden være forpasset.

B. Hvilke argumenter skal bruges 1 arbejdet på at modernisere kosten.

1. Kosten skal være „sund", d. v. s. ernæringsmæssigt værdifuld. En got kost skal Indeholde ca. 45 forskellige vitaminer og andre livsnødvendlge stoffer. Det er et stort arbejde at sætte sig Ind 1 moderne ernæringslære, men for den, der effektivt vil påvirke andres spisevaner, lønner det sig at gore det. Man skal vide besked med tingene — uden dog at holde alt for lange „foredrag" om det.
2. Kosten skal være økonomisk. Hermed menes ikke, at den med vo og magt skal gøres så billig som muligt, men der skal 1 den dagltø kost være et rimeligt forhold mellem pris og næringsindhold. Det kan blive en sport for en husmoder at sammensætte en kost, der På een gang er billig og alligevel Indeholder, hvad den skal af de nødvendige næringsstoffer — gerne også et vist overskud. Det kan blive

en sport for en mere regnekyndig husmoder at finde ud af de forskellige levnedsmiddelgTuppers procentiske andel i kostudgifterne og i kostens kalorieindhold.

3. Kosten skal være kulinarisk, d. v. s. velsmagende. Det er vigtigt at have nøje kendskab til rigtig tilberedning, og det er allerede nævnt, at særlig gronsagsretter skal tillaves med omhu.

C. Ad hvilke kanaler og på hvilken måde?

1. Forst må man se kritisk på sine egne spisevaner. Eksemplets magt er stor.
2. Gennem samtaler, foredrag, radioforedrag etc. (det talte ord).
3. Publikationer, pjecer, avisartikler etc. (det skrevne ord).
4. Film *og* andre visuelle hjælpemidler. Hvad der ses *og* hores mmtldig. sidder godt fast.
5. Gennem institutionskost. Her tænkes bl. a. på skoler, kaserner og hospitaler. Økonomaer har et stort ansvar for udbredelse af bedre kostvaner. Der ligger en meget stor chance her, som sikkert ikke udnyttes tilstrækkeligt.

Elsebeth Brandt.

c 2 5 k a ^ s e ^ e s på mange måder. Et kendt spritfirma har inviteret 1000 bartendere i 11 forskellige lande til at konkurrere om en ny cocktail, der skal drikkes ved åbningen af Tokio-ruten.

Den afsluttende runde foregår 1 København, hvor en repræsentant for hvert land kan nyde tre dages ophold + fri rejse og den endeUgevinderkan opleve selve Tokio - såfremt da ikke piloten gor så kraftig brug af nyskabelsen, at han og maskinen dratter ned på Nordpolen eller et det pass d sted.

^For sdvTm^pritrcklamemagerne gor aldrig så mange k r U " " p r ^ ^ kommer de dog ikke uden om den kendsgerning, at den kemiske formel for det virksomme stof i samtlige „nyskabelser" stadig er den samme og den lader sig Ikke ændre, selv om der heftes aldrig så mange hanehalc/jer

På Når de dcr derfor angles med slagordet: Skænk vin. skænk glæde, så identificerer man åbenbart glæde med kemisk frembragt „humor . En undervurdering af tænkende mennesker.

Lidt om livsvisdom

Når cn dr. med. begynder at skrive under denne overskrift. venter man sig noget andet, end den for tilfældet fremstillede vignet synes at antyde

rit t k.

""mkfdesCmlndre «r man at vide, at der i en af de boger »om kronikken er bygget over (den hedder „De gode Glæder" *og* koster 15 kr). har en af de mange forfattere udtalt sin glæde ved — cigarrygning!

Kronikøren Hj. Helweg er den samme, som engang udtalte, at tobaks-„nydelse" ikke forårsagede tilvænning i lighed med andre narkotica. Ved et uheld var artiklen forsynet med portræt og — cigar.

Gå forsigtigt med dørene

I sin tid, da også katteværnerne skrev højtideligt under på henvendelser til offentligheden om indforelse af såkaldte „humane" slagtemetoder, var der tillige en længere liste over diverse organisationer, som støttede disse efter vor opfattelse temmelig ulogiske bestræbelser; men nu, da der er dannet et fællesråd, kan Hans Hvass handle på alles vegne og protestere bl. a. mod fremforing af en bloddryppende film fra tyrefægtningerne.

Programchef Hans Rude synes, filmen har sin berettigelse, så længe der bl. a. også i fjernsynet ses lignende scener fra jagten på mennesker og andre grusomheder.

Ganske bortset fra, at man ikke kan forsvare den ene utilbørlighed med den anden, er der noget ulogisk i de sikkert velmente protester mod dyredrabene — men også her gælder det, at hvis man vil forsøge på cn eller anden måde at veje eller måle smerter og lidelser, som påføres dyrene, så vil de forholdsvis få tyres selv nok så pinefulde dod dog kun være brokdele af den sum af lidelser, som utallige dyr udsættes for f. eks. under jagt. Mens tyren får dødsstødet inden for et begrænset tidsrum af femten minutter, må anskudte dyr afvente feberdøden eller slæbe sig til døde på tre ben.

Og kommer vi forst dertil, at vi vil forsøge at gøre regnskabet op over de lidelser, samtlige tamdyr er ude for fra fødsel og til den dod, der vækker så megen medfølelse hos mange velmenende mennesker, så bliver det til kæmpekolonner l forhold til den enkelte tyr.

Så længe vi Ikke selv afstår fra at fortsætte denne ophobning af skyld over for dyrene, bor vi gå forsigtigt med dorene og i hvert fald ikke laste et folkeslag for dettes specielle folkeforlystelser, så længe vore egne turister betragter det som forpligtende at have overværet disse forestillinger. endog i så stort tal, at det får indflydelse på arrangørernes økonomi.

Når overlæge Geert Jørgensen tvivler på, at råhed under nogen form kan have heldig afreageren hos de unge til folge, kan vi slutte os til bans tankegang og beder derfor også om at få filmen standset

P. s.: Nej, vi tog fejl; der er alligevel endnu en sammenslutning af dyre værnsforeninger uden for fællesrådet, repræsenteret ved *Hundejouruah»*

Alle protesterer de mod filmen.

Endvidere er der dyreværnene af forskellig art såvel 1 Jylland som andre steder, der meget fornuftigt protesterer bl. a. mod nytårsskyderi.

Men ligesom der er forskelligt andet skyderi, det var ulige vigtigere a protestere Imod og helst også få afskaffet, således er der som ant> andre og storre opgaver at arbejde for end forbud mod en bloddryppe film og virkeligheden bag denne; men her står Dansk vegetarisk Fon nu så temmelig alene.

Haleløse heste

mente vi ikke kunne forekomme, efter at dyrlægerne nægtede at me virke ved operationerne. Ikke desto mindre ses sådanne skamferede på et billede i *Moderne Landbrug,* vinter 56—57, som man næppe toi ni tænke for at bruge gamle klicheer.

Bjergestore overskudslagre af fødevarer — og de sultende millioner!

Den bedste måde at blive af med overskudsprodukter af fødevarer er at spise dem. Men alligevel giver Amerikas hjælpeprogram med overskudslagre problemer ved sprængning af normale handelsforhold Nationerne arbejder nu sammen for at finde mere ordnede metoder for fordeltogen. Denne artikel - der er oversat fra *National Agriculture* af konsulent Asger Klougart og skrevet af Knowton Nash som er ansat i IFAB (International Federation of Agricultural Producers) - soger at vise, *hvordan* interessen hos forbnigere og konsumenter kan bilægges.

Liget af Bihar Sen blev samlet op af rendestenen i Bangalore 1 Indien forleden. Han var landarbejder og husmand; nu har sulten sat en slopp for hans iv.

Samme dag er Bill Wesson 8000 km vestpå som lagerarbejder i USAs landbrugsdepartement i gang med at skovle hvede fra overskudslagrene ombord i et „mølpose-krigsskib" i flådehavnen i Seattle.

Mr Sen og mr Wesson er symboler pa det nutidens paradoks: at millioner dor sultende et sted. mens der er bjerge af Svarer pa et andet I Indien er der 60 millioner mennesker som mr. Sen, der lider p sultegrænsen. For eller senere dor de direkte eller indirekte, fordi de 1 en periode får for lidt at spise.

I USA har regeringen nu rådighed over en dollarværd på 9000 null. af overskudslagre. Regeringsen,bedsmænd. bondetorere og kloge naUonalokonomer spekulerer sig trætte for at finde iudveje for de te ° v ^

Svaret nå dette paradoks synes så let: Hvorfor ikke give dette overskud væk til sultende folk? S4 simpelt er det blot Ikke! Det er » e nutte en krone eller en dollar i Frelsens Hærs julegryde, men det betydeligt vanskeligere, nSr der skal realiseres en uddeling af fode til millioner. for Amerika med dets overtake venner, og der er vanskeligheder i modtagerlandet. Se pa Indien som eksempel: Hungersnod har altid plaget Indien, det er ikke noget nyt. Hvis altså L^A beslutter sig U, at give 100 mUl. bushels til Indien - hvordan reagere, Indien selv?

Dersom USA giver 100 mill, bushels 1 4r. vil Indien onske en lignende gave året efter, og for de næste fem eller ti ar Indien er ikke begejstr.. for et enkelt års gavebombe.

ANCER

R^mg\fo™keMk at folk skal spise godt dette ene " og derefter „nde Cen taget fra dem igen *ret etter. Derfor onsker de et Ung varigt hjælpepro USA-overskud de hungrende millioner i et enkelt dlm'igT-d^gen^le — LgLlnde Kun«

han derimod beholde krykkerne nogle år og komme i gang med at bruge sine ben, behovede han dem måske mindre og mindre for til sidst at kunne gå uden krykker.

Indien onsker at kunne klare sig selv uden krykker, uden at få gaver, men landet onsker en stotte i nogle år og derefter gradvis mindre, så det til sidst kan gå ved egen hjælp. Dette er tankegangen bag Indiens onske om langtids-hjælp. Denne forsikring er svær for USA at yde, som de store debatter i Washington om de langvarige hjælpeprogrammer er vidne om.

TRUSLEN FOR HJEMMEMARKEDET

Dersom dette program alligevel blev gennemfort, ville den indiske regering derefter blive stillet over for protester fra de indiske hvededyrkere. De frygter, at de store mængder frit hvede ville odelægge markedet og priserne. De små butikshandlende har også en stemme. De sælger mad til de myldrende millioner i Indiens byer. Kunne folk få gratis amerikansk mad fra overskudslagrene, vil de ikke kobe i butikkerne.

Et andet problem ligger i måden, hvorpå gaven gives. Inderne er sorn de fleste asiatiske folk folsomme af sind. Hvis de 100 mill, bushels hvede ankom til Indien indpakket i emballage med stærktfarvede tekster: „Amerikas gave til Indiens folk" — en politisk kold krig mod gavegiveren ville være tabt.

Hvis de var nodt til at modtage gaver, vil de foretrække den *uden* /or øjensynlig identifikation af den ædle giver, eller fra et ellei internationalt organ.

En anden vejspærring er, at de fleste af de mægtige ikke har fordelingsapparatet til at fordele store gaver.

Selv det nuværende amerikanske hjælpeprogram bliver betragte mistænksomme ojne fra udlandet. Kanadieme er ængstelige for de amerikanske hvedeoverskudslagre.

Det er australierne og argentinerne også. Brasilien, Mexiko og ten er ulykkelige over de amerikanske bomuklsforæringer. New Danmark og Holland frygter USAs mejeriprodukters overflod.

Hvis De forenede Stater lod et stort „give-væk" program len, ville næsten hver ven af USA rundt i verden være på Onkel Sam. Lande, som tidligere fik deres forsyninger fra eller Kanada, vil måske skifte og få det frit fra USA. Gaverne v turllgvis tage sigte på at være *over* det nuværende forbrug. er blot helt umuligt at fastsætte.

Det nuværende program for overskudslager-fordelingen i USA i ment til at være over og foruden det normale forbrug; men de Onkel Sams venner i udlandet påstår, at overskudslagrene som normale handelsforbindelser. Et fast gaveprogram kan blive, gå

hun^oJ i onkel Sams venner har dog noget imod en afhj-

Saveprogram er at knytte overskudslagerets forde

men med okonomlsk hjælp til landene. USA gav f. eks. for nylig Jordan 10.000 tons hvede. Jordan tog de 1500 tons og solgte dem ved offentlig auktion for at dække, hvad transport, fordeling og lagring kostede. Derefter gav man 2500 tons til de værst hungerramte tilfælde i landet, særlig til tørkeramte områder. De 6000 tons, der var tilbage, solgtes, og pengene blev brugt til at beskæftige de arbejdslose ved opgaver, der ville udvikle landets økonomi.

På et langvarigt program — strækkende sig over 50 eller 100 år — ville jordbrugsoverskudet i de mest veludviklede lande benyttet på denne måde i begyndelsen hjælpe til at bygge økonomien op i underskudslandene, men i det lange løb ville det være med til at afslutte den hungersnød og ulykke, der har plaget de underudviklede nationer i århundreder.

Ved at understotte økonomien i disse lande ville de lære at tjene penge nok gennem deres egen eksport til eventuelt selv at købe sig overskudsvarer i stedet for at få dem forærende.

For USA ville et samarbejde med andre overskudslande i problemet om hjælp til sultende millioner være et stort skridt fremad.

Vore venner i udlandet ville blive mindre opbragte, dersom de forskellige lagre blev internationalt koordinerede, og vigtigst af alt: der ville blive færre mr. Sens, der ligger døde af sult i Indiens rendestene.

Denne interessante artikel viser med stor tydelighed, hvad vi ofte har forfægtet her i VT: at det *ikke* er ved hjælp af overskudsproduktion 1 et^Herandet Ld, sulten ska, afhjælpes i c. andet - måske . cn helt anden verdensdel.

Nej, maden skal gro dér. hvor de millioner af munde, som skal mættes, findes, og det sker ikke ved at sende kom el. lign. over lange afstande. Foden skal dyrkes, hvor den skal spises, så lidt „industrialiseret s muligt - allerhelst ved at de pågældende dyrker den væsentligste del TcJe haver - som rekreation. Her er vi altså ikke helt på linje med konsulent Klougart. men han har Jo også sit virke i – og det er straks noget andet, hvilket dog ikke forhindrer os I at takke hjerteligt for den tilsendte artikel.

H. M.

Statens Husholdningsråd

flytter nu sine 2 minutter til efter radioavisen, så de morgensure lyttere ikke behover at fole sig tvangsindlagte.

Oplysningscentralen l Lyrskovgade 12 har meget orte ting af apeciel interesse for vegetarer på programmet, endog „middagsmad uden k Flere dagblade bringer oversigter over, hvad der bringes.

Telefonen er Eva 8819.

Skaberen var gavmild,

da han uddelte væv til menneskene, siger Ekstrabladet e ter a normale arbejde, efter 2 i måttet fjerne så meget nyrevæv. at der kun er 16.6 pet. tilbage.

90 millioner kroner

investerede Melbourne i det, som i dag kaldes for leg, men som næppe giver de gamle ridderturneringer ret meget efter i retning af krig — også nervekrig — på kniven.

Komiteen sorgede „godt" for de 6200 sportsmænd, idet der var indkaldt en beromt kok, der har haft to år til at sætte sig ind i de forskellige nationers madvaner, der kan være yderst forskellige og gjordes endnu besværligere for kokken, fordi der skulle disponeres efter, hvilken tro der modtes op med, således at ritualerne for slagtning kunne blive ret vanskelige at overholde.

At menuen ikke var særlig kodlos, ses af, at der leveredes 120 tons kod og fisk, herunder 14 tons kalkuner, 6 tons kyllinger, 12 tons lam og 20 tons svineprodukter.

Forhåbentlig altsammen uden trikiner og salmonella.

• **erover*or syner de 76 tons friske grønsager ikke ret meget. Det var i hvert fald ikke dem, der leverede de 5000 daglige kalorier, man sogte at proppe i deltagerne, selv om man regnede med, at de kun er vant til 3000.

At Australien producerer såvel æbler som appelsiner, bananer og ananas, har ikke givet sig udslag i menuen — i hvert fald opgives der ikke mængde, hverken i tons eller i stk. Derimod blev der spist % mill, æg.

Hvilke mængder af sageslose dyr der blev nedsvælget af tilskuerne ved disse lege, fåi man lige så lidt at vide om som om de mængder af alkohol, de blev skyllet ned med.

Sandsynligvis har der også bolget en tåge af tobak over idrætspladserne — i hvert fald er der fortilfælde fra vore egne 6 dages „cyklelege".

Tacitus

skriver i sin bog om germanerne, at de levede sundt af enkle og usammensatte fodemidler, men den drik, de fremstillede af diverse kornsorte, måtte kaldes noget 1 retning af „forfusket" vin.

Mon der 1 dette udtryk skjuler sig noget i retning af fusel - produkt ved alkoholgæring af bl. a. kornprodukter, som udgor en bestanddel af den simplere brændevin?

Men ganske bortset herfra gentager vi — og agter at fortsætte dermea at alkohol er alkohol, ligegyldigt om den fremstilles af "ruer eller „forfuskes" med korn som grundlag.

Det er fortsat „fint"

årw Hn (iværkere bruger en del af tiden til at klunse, og den scks*on roeden ^ hGnte hvorfor han selvfølgelig bliver belønne

o . f r n langt over 1 promille, styrt med knallerten, kranier"

Hve &rtge"T bUrdc have bøden + en større straf for „misbrug af "un dre-

Og det anses fortsat for „fint" at drikke

Motorosis

er en slags motoriseret sjællandsk syge, der skal være mere udbredt I Amerika end her, I hvert fald har det vist sig, at europæiske bom klarer en række legemlige præstationer med en dumpcprocent på ca. S, hvor de af motorosis lidende på den anden side Dammen dumper med over 70 pet.

Selvfølgelig kan de unge mennesker slippe lettere om ved plæneklipning blot ved at trykke på en knap, og den ældre kommer lettere fra hul til hul ved at betjene sig af et golfmobil med rigelig plads til kollerae. men begge må de bode med den svagere fysik, der er en uomgænge g

relle - S E s s s s

det er et spørgsmål, om det i

rede i radioen, at mennesket ikke har fået sin oprejste gang forærende. Vi har fået færre ryghvirvler, og de har ligesom de indskudte „pakninger" fået en anden form end de „lavere y men ryggen er fortsat kultur- man^e andre menneskets svage punkt, og svagheden breder sig

organer, ligesom forkert brug og holdning af disse

hvirvelsøjle, der burde være det faste holdepunkt i r i r - - -

Mon ikke tiden er inde til, at vi bogstavelig talt rejser os — rejser os op mod siddealderens motorosis?

En have er ikke blot en opvisningsbane for en fjernstyret plæneklipper; den er andet og mere: et produktionssted ikke alene for blomster, urter og frugt, men et sted, hvor mennesket kan vokse og træne sin krop og alle sine sanser.

Lad traktorer o. l. tage det *slid*, som gjorde vore fædre krumryggede før tiden, men lad os beholde vore hænders virke med småt og stort — allerhelst med det levende, der gror under vore hænders pleje.

Lad os bevare kontakten med naturen og ikke nogensinde glemme, at vi trods al motorisering isering er en levende organisme, der skal trænes og plejes på helt a må(,cr cnd mekaniske foreteelser, og forstand *ogs&* til at »pille en r ærin probleme

"ærTe ntir-ne g8 end vi i vor industrialiserede tidsalder mener at nne tildele d m.

U Væk med den'uproduktive motion og *søg* Ind Ul samarbejde — til samfund - med det lev^de'ly me p an dyr. Brug mekanikken, ja, sågar atomkrafte ti det, som den ^ ^ ^ ^ ikke tfl&e magten fra os, i'arbejde eller i - i d .

En sund sjæl i et sundt legeme

Rygning er en reel last

„Man prover fra visse sider, og ff der des værre kun midlertidig med at ryge, men advarselskampag ^ ^ ^ er bJevet sagt, at nedgang i cigaretforbruget. W * « at være forfalden til drik end det sådan set ikke er mer, derangeret, -om dnrnken« til tobak. Rygeren bliver bare ikke socialt gør det."

Det er prof., dr. med. J. Engelbreth-Holm, som er leder af Fibiger-laboratoriet, der udtaler sig, og som svar på et spørgsmål, om han selv ryger, må han erkende, at han i modsætning til mange amerikanske læger ikke selv er holdt op med „lasten", „men jeg vil oprigtigt onske, at den næste generation helt vil holde sig fri fra tobakken".

Derefter folger en opremsning af alle de måder, hvorpå tobaksindustrien soger at stotte videnskaben, så den hurtigere kan finde frem til, hvad det er i cigaretterne, der fremkalder kræft. Det er vist det, man kalder for „parallelle interesser".

I ovrigt virker skrækkampagner jo kun kort.

Fra *Alt for Damerne.*

Født vegetar vinder olympisk guld

The "V *egetarian* gratulerer på det hjerteligste den unge Murray Rose, som vant sine to 400 m fri svømning ved OL i Melbourne. I 400 m fri svømning var hans tid 4 min. 27 sek., hvilket er olympisk rekord, og på 1500 m var tiden 17 min. 58,9 sek.

Iflg. Racaoavisen den 13. januar har han siden yderligere forbedret sine tider.

Det engelske magasin bringer et fortræffeligt billede af den unge og sympatiske sportsmand, hvilket dementerer, hvad et tysk magasin mener at vide, at medaljevinderen, oven i kobet tredobbelt, skulle være en pige med samme navn, og at verdenspressen ikke kunne blive træt af at fremhæve hendes sejghed og udholdenhed, hvormed hun slog sine konkurrenter, Disse egenskaber beroede på streng vegetarisk levevis.

Yderligere skal der være en hr. Henrichs, som vandt sig guld på 3000 m fri svømning, som også er vegetar og ikke-ryger.

Når vi ikke er i stand til at bringe mere samstemmende meddelelser, hænger det sammen med, at vi ikke en eneste gang har hort Gunnar Nu bekræfte for alverden, at det er de asketisk levende sportsmænd, der har de største chancer for at erobre guldet.

Sæt nu, det havde været en dansker, der var vendt hjem med medaljerne og blev bespist på det hjemlige Prytaneion med en banan!

r.s.: Det synes nu fastslået, at Murray Rose erobrede tre og ikke to guldmedaljer i Melbourne og har senere præsteret to nye verdensrekorder. Han er Ikke til at stoppe.

Nu ville vi gerne vide, om den pige, der også erobrede tre guldmedaljer. som heder Betty Cothbert og er „noget af det mest kvindelige og graciøse. der findes, er identisk med hende, som tyskerne berommcr for sin vegetariske levevis.

Karen Blixen

havde radiosamtale med en hertugelig orkenlæge. der iflg- Politiken sluttorte: I cthvert af os civiliserede mennesker er der blevet noeot »hn af vore ældste forfædre, noget af menneskets primitive a <- jer«, som v? at der findes vildc folk. men der findes primitive folk.

Karon I T™ Vor ældSamle arv er i slægt med.

—xen. De vilde dyr har en direkte tilknytning til Gud.

Hun vilde være lykkelig, hvis hun vidste, at menneskene ikke ville *efterstræbe* dyrene.

Der *er* da vel ikke dele af dode dyr på forfatterindens spisebord?

Køkkenkrogen

Middag i februar.

Råkost- 1) Lige dele hvidkål og velsmagende æble, lidt rosiner og lidt revet peberrod; 2) Reven gulerod med citron og hybensaft; paneret pastinak, hvide kartofler og legeret citronsovs; æbler og nødder.

Billigt?

Det koster kun 12,85 kr. at blive tobakslasten kvit.

Man sætter sig blot i sin stol og lader grammofonen spille en plade, som også har et middel mod søvnløshed på sin anden side.

Hr. Brinkfort tilføjer dog, at man selv skal være ædsti,ået en-

Burde f. eks. statsradiofonien ikke spille den plade en gang imellem.

Fin delikat hyfoenniarmelade

5 kg kr. 24,00 frit tilsendt. *»Sandhuset<s Frugtplantage,* Kassemose. Fyn.

CIFF¥SRAD IN
HVIDLØGPERLER
Et vigtigt Næringsmiddel

NB!
Cfrkufin Hvidlogperler indregistreret.

Ekstra stærke
Indhold kun rent ***Hvidløg***
(ca. 1 Gram pro ***Perle)***

- dat ULe&Ue Køottildku/t

Eneste standardiserede faste Hvidlogpræparat med Allicin (50 Gamma pr. Perle) Allicin dræber Bakterier og indeholder desuden de vigtigste Vitaminer -- a. b, c «e d. Et vigtigt Næringsmiddel, der anbefales Gamle og Unge som dagligt Kosttilskud middel, der styrkende og forebyggende paa hele Organismen, ogsaa naar Aaret rundt! Det virker paa Galden og Leveren af radiogivende Resultater.

NB! Ingen Lugt — Ingen Forbrug

Vor Pakning med ca. 180 Perler, Raakostforretaler"

Forhandles kun af: Kjøbmænd, Farverier, Slagterier, Importører.

Nærmere Oplysninger om Sygdomme sørger for omgaaende som ogsaa gerne modtager Forespørgsler ved Indsendelse af Levering^-^røvepakninger Postkonto.

GROSSERER, DR- HANS Kontortid 10—4 (Lørdag 10—1)

Frederikkevej 0 - Hellerup — Tlf. Hellerup — Postkonto 1014

Foreningen til Værn for Værgeløse Dyr

opretholder i samarbejde med politimyndighederne et dyre-internat for hjemløse dyr. Modtager og undersøger dyr-plagerianmeldelser. Årskontingent 5 kr., medlems-bladet »Dyrets Værne tilsendes medlemmerne gratis.

Indmeldelser modtages af inter-natet, Islevdalvej 85, Brh., Isle-bro 695.

LYNG OG BLOMSTER HONNING

Honning-depotet

Nr. Sosrade [illegible], København

Teleion Ctr. 8176

Man kan leve af grønsager

- men *ikke uden!*

Skodsborg produkter!

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

De anbefales: Skodsborg corn flakes - granola - Skodsborg kaffeerstat-ning - 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 minuter kan man fremstille en sundhedsmæssig, delikat brun sauce. Skriv efter vareliste! Spørg efter vore varer hos Deres handlende.

Den Sanitære Fødevarefabrik
Baldersgade 14, Kbhvn. N., TAga 28[9]

---

s§-0t Detas indkøb i **„KONSUM"**

Alt for vegetarer, specielt råkost.

Altid friske grøntsager og udsøgte frugter til bil-ligste priser.

Endvidere alt i kolonial, kaffe, konserves, srT1o[r] og aeg direkte fra landet.

Aflæg forretningen et besøg - ingen kobe-tvang - eller ring til os.

V: »ender varer over hele byen, og vi ga[ra]nterer Dem hurtig og hoflig ekspedition.

..KONSUM"

Telf. Luna 2502 . * CH«. PEDERSEN ;02
Rolighedsvej 9 . København . Telf. Luna 21

Afholdshotellet • Vegetarisk kokken

Værelser, enk. 6 kr., dobb. 12 kr. Ingen drikkepenge. Telefon 2 77 25. Nørre Allé 30, Århus.

Maanedens fagbog:

H. Paludan: *Blomsterdyrkning.*

kr. 14,75.

kan bestilles i enhver boghandel

Aim. dansk Gartnerforenings **Bogforlag,**
Anker Heegaardsgade 2,
København V.

PROVINSENS

største specialforretning for *RÅ-KOST, VEGETARKOST, REFORM-KOST, URTETHE* m.m. klarer De-res indkøbsproblem ved vore daglige forsendelser over hele landet.

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

Ernst Hanson
ctabl. 1877

Nørregade 28 . ODENSE . Tlf. 242

RÅSTRUP KURSTED
(ved Christiansminde, Svendborg)

modtager gæster til ferie, hvile og behandling

Anna *Ullerup Haahr - Svendbff. 755*

VIVITA

det koncentrerede bladgrønt, dyr-ket på tangholdig jordbund i Nordnorge, indeholder foruden jern, kalcium, fosfor, jod og man-ge mikrosalte tillige kloryfyl og vitaminerne A B C og E alt i 100 pet. naturlig form.
Begynd i dag med VIVITA, som er nødvendig for trivselens og humørets skyld. Det er sikrings-stofferne fra naturen selv.
VIVITA fås som pulver, granu-[at eller tabletter på apotekerne Dg hos materialister.



i de grønne daaser med danseparret.

Seneralagentur:
F.F. GONGET & CO..
Evanstonevej 12, Hellerup.


UVOL
Hvidløgs-bær
river sundhed og »elbefindende In-deholder det friske hvldleis bett'"*-dele. Uden iiM« o* lu«t. -- 59
180 sek.— nok til en mineds ^ forbrug
Kurpikning med 5*0 sek *kr.* 6.50
Fis hos købmænd *og* mccrialisccr

Fis også i Råko»tdepot»t

SKODSBORG BADESANATORIUM

Fysisk-diætetisk kuranstalt med medicinsk klinik.

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

Fori, prospekt. TIf. Skodsb. 200

Dansk Vegetarisk Forenings litteratur

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

Kostplan for en uge med opskrifter 0,50

Portofrit — betaling kan sendes i frimærker.

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.

Skodsborg Restauranten

er stedet, hvor Deres sundhed opbygges gennem

vegetarisk mad

råkost — diæter

Frokost - middag - å la carte

Aben mandag—torsdag incl. kl. 11—19

Lukket lørdag.

Telefon PAlce 8855

St. *Kongensgade 36—38, mezz.*

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 . Århus

ALT TiL

råkost - vegetarkost - Waerlandkos t

Kompostdyrket frugt og 0ron t

Central 62

Råkostdepotet

Gothersgade 129
København K.

Vegetarer på Fyn!

TORVEGADES OSTEHUS

flyttet til OVERGADE 22.

Husk venligst

OVERGADES OSTEHUS

tlf. Odense 883

Kob og anvend foreningens mærkater. De sælges i pakker å [illegible] stk. for 1 kr. portofrit. Foreningens emblem („Vegetarnålen") kan igc" købes k 2,50 kr. Frimærker kan modtages som betaling.

FOLKEBLADETS BOGTRYKKERI – RINGST.D