VEGETARISK FORUM



2

69. årgang

juni 1975

pris: kr. 3,-

VEGETARISK FORUM.

Udgivet af Dansk Vegetar- og Råkostforening.
Tilsluttet Foreningen af danske ugeblade, fagblade og tidsskrifter.
Redaktør Paul Petersen, Bondemærken 14, 2880 Bagsværd.
Kasserer Edith Borg, Bondemærken 14, 2880 Bagsværd
Postgiro 2 56 56.

Aftryk af bladets artikler er tilladt med kildeangivelse.

Annoncepriser:

1/1 side	kr. 220,00
1/2 side	kr. 115,00
1/4 side	kr. 60,00
Bagsiden	kr. 240,00

Rabat ved gentrykninger.
(plus moms).

Foreningen påtager sig intet ansvar for indsendte manuskripter og deler ikke nødvendigvis de i disse fremsatte synspunkter. Ret til afkortning forbeholdes.

Medlemskontingent incl. blad, årligt:

Enkelt medlem	kr. 24,00
Ægtepar	kr. 36,00
Pensionister og medlemmer under 18 år	kr. 18,00
Pensionistægtepar	kr. 24,00

Abonnement: Kr. 20,00 (incl. moms).
Løssalg: Kr. 3,00 (incl. moms).
Oplag: Dette nr. 1200 eksemplarer.

INDHOLD:

Brændenælden. Det nyttige ukrudt ..... side 3
Køkkenhjørnet. ..... side 10
Foreningsnyt .....side 11
Aktion mod Lyreforsøg .....side 14

KONGEMØLLEN

Gl. Kongevej 141
1850 København V
Tlf. (01) 31 69 41

Vi fører biologiske grønsager, brød bagt af biodynamisk mel, alle melsorter, Skodsborg-produkter, alle Lima-varer, urteteer, Weleda kosmetiske præparater og rene natureliksirer samt utallige andre ting i sundhedsfødevarer.

Varerne sendes over hele landet

RELAX - verdens bedste hvilestol -



2 stillinger
Flere modeller

En »drømmestol«!

er konstrueret med bistand af højeste lægeautoriteter og yder støtte overalt, hvor det er tiltrængt. Takket være den fulde afslapning. De øjeblikkelig opnår med benene op, aflastes hjertet og hjernen styrkes, ligesom smerter og ømhed i denne fint afbalancerede stilling som oftest forsvinder af sig selv.

»En helt ny tilværelse!« siger vore kunder.

ERNST LEMVIGH-MÜLLER & CO.
Kvæsthusgade 1, 1251 Kbhvn. K.
Etabl. 1893 - Tlf. (01) 14 33 50 (kl. 10.30–17)

Svendborg helsekost

Aage K. Henriksen
Gerritsgade 7 - Telf. 21 02 99

Fra Skagens top til Bagenkop
vi frugt og grønt Dem sender,
blot vi Deres ønsker kender.
Skriv eller ring efter friske ting.

JYDSK HELSEKOST
8654 Bryrup - Telf. (05) 75 62 00

Vi fører
biodynamisk dyrkede varer

Sundhedsvarer af enhver art:

Skodsborg- og Lima-varer,
Biotta safter, Fini-Müsli,
Drei Paulys sundhedskiks,
Weleda eliksirer og kosmetik.
Dr. Kousas hvede-diæt, urteteer,
Dr. Ritters ædelgær,
TVP sojakød o. s. v.

Forlang vor nye prisliste.

P. E. CHRISTOFFERSEN
Odensegade 12
2100 København Ø
Telefon Øbro 24



SKODSBORG
BADESANATORIUM
2942 Skodsborg - Tlf. (01) 80 32 00

Fysisk diætetisk kuranstalt med medicinsk klinik

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

Forlang prospekt

BUERLECITHIN FLYDENDE

er et aktivt naturprodukt, udvundet af sojabønner med stort indhold af lecithin. 1 spiseskefuld morgen og aften giver kræfter og energi. Dråbevis så hurtigt er man igen «overvåd» efter træthed og overanstrengelse, fordi vor ydeevne er afhængig af stadig lecithintilførsel, mere end vor daglige kost normalt giver. Fås også som tyggetabletter.

FAEXAL GÆRTABLETTER

indeholder naturlige B-vitaminer samt gærens øvrige virksomme stoffer, såsom aminosyrer, mineralsalte, enzymer m. m. Fremstillet af ren tørret algær. Faexal tabletter bør findes i ethvert hjem til daglig brug sammen med vitamintabletter, hvis virkning derved forstærkes. Hjælper også mod uren hud.

MISTELOLIEKAPSLER «PHARMA»

er fremstillet af det urgamle naturmiddel mistel, som er en plante med stort indhold af cholinester, og som anvendes ved træthedsfornemmelser som følge af legemlig og åndelig overanstrengelse og mod «tankeflugt». Det er et værdifuldt kosttilskud for ældre 1-3 stk. dagligt.

HIRSEFLØCKLI «ZWICKY»

er fuldkornshirseflager stabiliseret efter Kollathmetoden. Hirsefløckli er særlig anbefalelsesværdig til den daglige kost, fordi produktet uforringet indeholder alle hirsens værdifulde bestanddele, ikke alene uundværlige vækststoffer, men også vigtige mineralsalte, fremfor alt kiselsyre og fluor. Anvendes til fremstilling af omeletter, kroketter, suppe, müsli, morgenmad m. m.

HVEDEKIMOLIEKAPSLER «PHARMA»

i praktiske lommeæsker med 50 stk. Indeholder koldudpresset hvedekimolie med 0,20 pct. tokoferol (E-vitamin). Det er et vigtigt kosttilskud af stor næringsmæssig betydning. Der tages 2-3 stk. dagligt.

HVIDLØGOLIEKAPSLER «PHARMA»

Disse kapsler er således fremstillet, at de ikke opløses i maven, men først i tyndtarmen, hvorved generende hvidløgånde undgås. Hvidløgolitens velgørende virkning er velkendt, og den rene olie i kapselform er det ideelle kosttilskud for alle. Hver kapsel indeholder 50 gamma Allicin. 1-3 stk. dagligt før maden. Fås også med vitamin E.

MALTEKSTRAKT «EDME»

Dejlig velsmagende engelsk maltekstrakt af den eftertragtede mørke spiseskvalitet til børn og voksne. Forlang Edmes Maltekstrakt E. M. I økonomidåser à 2 lbs = 0,9 kg til fordelagtig pris.

PO-HO OLIE

den originale fra Sanitäts-Werk siden 1882. I hvide flasker à 12 ml med ægte koncentrat af rene aromatiske oliер.

SOLSIKKEOLIE «FAUSER»

Naturren koldpresset olie, som ikke er raffineret eller tilsat stoffer af nogen art. Stort indhold af linolsyre og vitamin E.

SOJAMEL «VITALIA»

fremstilles af sojabønner således, at det vigtige olieindhold er fuldt bevaret. Mælet indeholder ca. 20 procent umættede fedtsyrer og er derfor et fortrinligt næringsmiddel, der kan erstatte brugen af dyrisk æggehvide. Vitalia Sojamel er stærkt basisk og tåler flere års lagring. Det indeholder ikke kolesterol. Anvendes som tilsætning ved madlavning (opskrifter til disposition).

VIBETA

(dr. Henninga hvedekimolie) er anerkendt som den bedste naturrene hvedekimolie med stort indhold af E-vitamin, såvel alfa- som betatokoferol. Bør anvendes af alle, der har behov for tilskud af dette vigtige vitamin, som ofte mangler i moderne civilisationskost. ½-1 teskefuld dagligt.

Fås på apoteker og i Reformforretninger. Generalagentur: F. F. Ganget & Co., 2770 Kastrup.

3

BRÆNDENÆLDEN



Det i manges øjne kedelige ukrudt brændenælden som man helst undgår indeholder i virkeligheden så mange stoffer af både nærende og lægende kraft, at den fortjener større påskønnelse og opmærksomhed. I tidsskriftet "Antropos" har vi fundet denne interessante artikel af den tyske forsker og forfatter Ragner Wiedersheim-Paul, som vi her bringer. Forfatteren citerer i sidste afsnit af artiklen et foredrag som den store tyske læge Rudolf Steiner har holdt ved et kursus og han beskæftiger sig her en del med jordens beskaffenhed i et lækalt tysk grevskab, men disse forhold kan naturligvis også overføres til andre områder og lande hvor man ønsker at gøde og forbedre jorden med henblik på bio-dynamisk brug.

———0———

B R Æ N D E N Æ L D E N

Ragner Wiedersheim-Paul.

Hvis man vandrer ude på marken om foråret, kan man lægge mærke til, at der hist og her står klynger af tørre, døde stilke, der er hule. Som oftest finder man dem i nærheden af gårde og huse, hvor der ligger gammelt kvas og forrådner eller ved siden af gødningssteder og kompostbunker, men også ved bredden af bække og skyggefuld busk- og løvtrævegetation. Hvis man gør sig den umage at rive

det gamle løv og disse tørre stilke væk, så finder man små, grønne skud af brændenælden, Urtica dioeca. Disse anvendes til brændenældesuppe, forårets virkelige grønsag. De nye årsskud vokser frem fra bladhjørnerne på de liggende gamle stilke, eller direkte fra rodstokkene og disses udløbere. Giv jer tid til at grave en brændnældeplante frem, ryst muldén løs frå rodstokken og se den intensivt gule farve, som den har. Så opdager man den komplementære violette schattering, som de grønne blade har. En meget karakteristisk, krydret, ram duft karakteriserer denne plante.

Så snart varmen sætter ind vokser brændenælden hurtigt i vejret. Den kan blive op til 2 meter høj. Stilken er karakteristisk for denne plante. Den har fire kantlister med furer imellem. Det indre af den firkantede stilk er hul. Kantlisterne har fine, men stærke bastfibre, der tidligere blev anvendt til fremstilling af netteldug, battist. Bladene sidder parvis modsat ud fra kantlisterne, rytmisk knude efter knude langs med stilken. Ved stilkenes fæste kommer de små sideskud og der vokser også 2 blomsterøks ud. Bladparrene står over for hverandre i en ret vinkel til hinanden. Bladene er spidse og hjerteformede og er takkede. Bladenes over- ogunderside samt stilken er beklædt med hår og mellem disse sidder brændenældehårene. Disse består af en lang spids af kisel- og kalksubstans. Yderst er den kugleformet og denne kugle brydes af ved berøring. Spidsen kan derved trænge ind i huden og nældegiften udpresses. Giften indeholder virksomme stoffer bl. a. histamin og acetylcholin, der sammen udløser den kendte smertereaktion.

Ingen vild plante overgår brændenælden i rigdom på næringssalte og vitaminer. Blandt de dyrkede planter overgås den kun af ærter og stikkelsbær. Nælden indeholder 2,3 % næringssalte og løvetand kom-

mer ikke langt bagefter med 1,9 %. Man forstår, at dette tal er højt, når man sammenligne disse værdier med modermælkens værdi, hvor næringssaltene udgør 0,45 %. De stoffer, som man har fundet i brændenælden er følgende: i asken finder man 32 % kalium, 3 % natrium, 29 % kalk, 7 % magnesium, 5 % jern, 8 % fosfor, 4 % kisel, 4 % klorid, og af de øvrige stoffer finder man udover det rige klorofylindhold, A- og C-vitaminer, noget B-vitamin, karotin, lecitin, garvestoffer, voksarter, slim, 5 % æggehvide, 0,6 % fedt og 15 % kulhydrater, hvoraf 8 % druesukker. Som sammenligning kan nævnes, at guleroden kun har halvt så stor næringsværdi. Man tørrede planten i mørke og anvendte den året rundt i supper f. eks. som spinat. Også dyrene fodredesmed dette. Hønseæggenes blomme blev kraftigere farvet ved tilsætning til hønsefoderet.

Brændenælden, besunget og lovprist for sin lægende kraft allerede 100-året efter Kr. sættes i forbindelse med jernet og jernprocesserne. Som billede herpå, når disse processer forbinder sig med dyrenes æggehvide kan man tage de larver, der spiser de mørkegrønne blade og siden forvandles til de smukke rustrøde sommerfugle. Hvis man studerer de kemiske processer, finder man, at nælden har en stærk æggehvideproces. Presser man saft af nælden, falder den hurtigt sammen, "radner", hvorved svovl og kvælstof afgår som brune dampe. Hos andre planter med stærk æggehvideproces, fører denne til giftdannelse (alkaloider m. m.), men derved at nælden har en stærk og særegen jernproces forbundet med denne, "afgifter" planten sig og dette resulterer i nældegiftdannelsen.

Når en plante, som f. eks. brændenælden, betragtes som lægeplante, er det ikke så meget spørgsmålet om , hvilke substanser, der forekommer, men meget mere om hvorledes de forekommer, i hvilken proces de er virksomme, der er det afgørende. I sine medicinske foredrag

fra 1922 henviser Rudolf Steiner til, hvorledes bestemte processer i planten har et sidestykke i den menneskelige organisme. Er en ligevægt i mennesket forstyrret, kan en lægeplante gennem de processer, planten repræsenterer i sin substanssammensætning virke regulerende på denne ligevægt og genoprette den. Ved en ødelagt balance mellem f. eks. lunge-hjerte systemet og nyresystemet anbefales urtica-præparatet, fordi planten har processer i sig, hvor kisel- og alkalisalte står i modsætning til svovlsubstanserne og disse reguleres af de rene metaller, her frem for alt sfjernet, til en ligevægt mellem dem.

Processerne i brændenælden fører til saltdannelse, en slags mineralisering - en opløsning af levende substans. Når brændenælden kommer ind i den menneskelige organisme som lægemiddel, så må den menneskelige organisme uvilkårligt tage fat på de stoffer, som kommer ind formidlet gennem lægemidlet, forvandle dem og føje dem ind i sin egen opbyggende virksomhed. Derved at legemet selv aktiveres, bliver planten til et virkeligt lægemiddel for mennesket.

Brændenældens særlige forhold til jernet og jernprocesserne gør det muligt at bruge brændenælden til at potensere jernet på tilsvarende måde, som jeg tidligere har beskrevet løvetandens potensering af tinnet. Dette præparat kaldes Ferrum per Urticam.

Rudolf Steiner papeger i nævnte medicinske kursus,at man ikke behøver at nøjes med planten som lægemiddel, men når man f. eks. ved, hvorledes brændenælden danner de overvejende indholdsstoffer jern, svovl og alkali salte og efterligner disse processer gennem en syntetisk proces, så får man et præparat, der har samme terapeutiske effekt som nælden. Dette præparat er desuden stærkere og har en mere langvarig effekt, end det tilsvarende lægemiddel af nælden. Et sådant syntetisk lægemiddel, som fremstilles efter brændenældens model, er præparatet Solutio Ferri compositum. Heri ligger

den afgørende forskel fra den slags syntetiske fremstillinger, som sker i den sædvanlige lægemiddelindustri. Denne går ud fra analysen af den færdige substans, men ikke fra den proces, som har ført frem til denne substans.

Til afslutning vil jeg gerne lade Rudolf Steiner selv udtale den lovsang over brændenælden, som bl. andet er gengivet i landbrugskurser og foredrag.

En vældig god indvirkning pa gødning har også denne plante, som som vi ellers ikke er sa glade for, i det mindste ikke så meget, at vi kærtegner den, som man kærtegner ting, som man synes om. Man rører ikke så gerne brændenælden, men den er i virkeligheden den største velgører for plantevæksten. Den kan næppe erstattes af nogen anden plante men man kan erstatte den med drogen, hvis man ikke kan få den et eller andet sted.

Brændenælden er i virkeligheden en tusindkunstner. Den kan uhyre meget. Brændenælden har også det i sig, som indordner og indforliver det åndelige overalt, svovl, hvis betydning jeg allerede har gjort rede for. Men udover det, at brændenælden transporterer kalium og kalcium i sine strålinger og strømninger, har den også en slags jernstrålinger, der næsten er lige sa gunstige for naturens forløb, som vore egne jernstrålinger i blodet. Brændenælden har så gode egenskaber, at den ikke burde foragtes. Mennesket burde egentlig give den en stor plads i sit hjerte, eftersom den i den ydre natur gennem sine virkninger, sin indre organisation er noget lig hjertet i den menneskelige organisme. Brændenælden er en stor velgører. Hvis det skulde blive nødvendigt at befri jorden for jern, ville det være godt at plante nælder pa steder, hvor de ikke gør nogen skade. Det ville befri jordens øverste lag fra jernets virkninger, eftersom nælderne gerne vil have dem og trækker dem til sig. Og

selv om de ikke borttager jernet i og for sig, så eliminerer de jernets virkninger på planterne. Det skulle derfor være af særlig stor betydning at plante brændenælder i sådanne egne. Men det vil jeg blot nævne i forbigående for at gøre opmærksom på, at brændenældens blotte tilstedeværelse kan være af stor betydning for plantevæksten i de pågældende områder.

For nu at forbedre gødningen endnu mere, så samler man alle de brændenælder, man kan få fat i og når de har nået en noget vissen tilstand, så presser man dem lidt sammen. Nu anvender man hverken hjorteblære eller kotarme, men graver blot nælderne ned i jorden og omgiver dem med et tyndt lag af f. eks. tørvesmuld, så at de er lidt skilte fra jorden. Man graver dem direkte ned i jorden og afmærker stedet nøje, så man ikke kun graver jord op, når man senere vil grave dem op. De skal ligge nedgravede vinteren og sommeren over - et helt år skal de ligge.

Den substans, som man får, har en uhyre stor virkning. Man blander den med gødning på samme måde, som man blander de andre præparater. Den almindelige virkning bliver sådan, at gødningen bliver sensitiv, virkelig får evne til at fornemme, den bliver næsten fornuftig. Den tåler ikke, at noget opløses på urigtig måde, at kvælstof afgives på urigtig måde eller lignende.

Ved at tilsætte dette brændenældepræparat til gødning, giver man altså denne en slags fornuft og giver den mulighed for, at gøre jorden fornuftig, når den indarbejdes i denne. Jorden tilpasser sig siden på individuel måde til de planter, man vil dyrke. Det er virkelig som en fornuftiggørelse af jorden ved denne tilsætning af urtica dioeca.

De moderne metoder til at forbedre gødningen på, giver til at begynde med overraskende resultater, men fører til slut til, at

man lidt efter lidt forvandler fortræffelige landbrugsprodukter til blot bugfyld for menneskeme. De vil ikke mere have den rette næringskraft i sig. Man skal ikke lade sig narre af, at de produkter, man avler, bliver store og oppustede. Det vigtigste er konsistensen i produkterne og at de har virkelig næringskraft i sig.

(Fra "Antropos" maj 1973)

Oversat af C.-M. Alsted Pedersen.

RÅSTRUP KURSTED.

På Råstrup Kursted i Svendborg er der endnu plads til gæster i juni måned og den første uge i juli ved hurtig tilmelding på tlf. 09 - 21 07 55 (ikke mellem 13. og 15.30).

Her kan man tilbringe en dejlig og sund ferie og spise efter helsekolens kostplan. Endvidere forefindes opvarmet swimmingpool.

Ny veg. Restaurant.

Adventistsamfundet har åbnet en ny vegetarisk restaurant i København under navnet SKODSBORG VEGETAR, Cafeteria og Restaurant. Den er beliggende i Linnesgade 14 (hj. af Vendersgade lige ved Nørreport station) - - Der er åbent mandag - torsdag kl. 11 - 20, fredag kl. 11 - 15. Lørdag holdes lukket, men søndag er der åben fra kl. 11 - 17.

Her kan man nyde et veltillavet måltid til en rimelig pris og vælge mellem dagens ret til kr. 9.75, råkost til kr. 2.50 og kr. 5.00. Suppe og dessert til hendholdsvis kr. 4.00 og kr. 4.50. Smørrebrød fra kr. 3.00. - Desuden serveres der forskellige a la carte retter.

I kælderen forefindes butik med et righoldigt udvalg af helsekostvarer og biodynamiske grøntsager.



-Køkken hjørnet-

ved Anneline Rubow.

"GRÆSK GRYDE"

3 kopper ris - 1 aubergine - 3 løg - 2 spskf. olie - 3 tomater 2 - 3 grønne peber - 1 dl. hvidvin - 4 spskf. rasp - 2 spskf. margarine.

Læg halvdelen af risene i et ildfast fad der er smurt. Skær aubergine og løg i skiver, rist det let i olie læg det i fadet og dæk med resten af risene. - Derpå et lag tykke tomatskiver og ituskaret peber, kom salt og peber på, hæld hvidvin i olien fra panden og hæld det over i fadet, dryss med rasp og margarine og sæt det i ovnen i 20 - 30 min. - Fluté serveres til.

Prøv og dem om det er godt. -

FREDERIKKESBORG
Hellerup vegetariske spisested,
Else Krause, Frederikkevej 22,
tlf Hellerup 4900

holder sommerferie fra 15. juni til 15. august og vil efter den tid kun være åben for møder og selskaber fra ca. 8 til 25 personer.

Dansk Vegetar- og Råkostforening vil også fortsat holde sine møder og foredrag her.

FORENINGS NYT

~ Tur til Humlegården ~

I anledning af råkostkurstedet "Humlegården"s jubilæumssæson arrangerer vi lørdag den 21. juni en sammenkomst på kurstedet i Humlebæk. Vi mødes her kl. 12,15 til frokost og bagefter samles vi i dagligstuen, hvor en af Humlegårdens venner vil fortælle os lidt om kurstedets virksomhed i de år der er gået. - Pris for frokost, kr. 15,00. - Man tilmelder sig ved at indsende beløbet til giro 2 56 56, Edith Borg, Bondemærken 14, 2880 Bagsværd.

Efter samværet på Humlegården har vi tænkt os at aflægge besøg på "Louisiana" for til slut at samles til en kop the eller anden forfriskning et sted i nærheden.

Befordringen derop sørger vi selv for. - Det bliver det billigste. Man kan enten tage toget direkte fra hovedbanegården kl. 11,23 med ankomst til Humlebæk kl. 11,58, eller, hvad der måske er nok så smart, tage S-tog med afgang fra Københvn. hbg. kl. 10,54 med ankomst til Klampenborg kl. 11,17. - Herfra afgår bus linie 188 kl. 11,20 ad Strandvejen og ankommer til Humlebæk kl. 12,00. - Denne bus holder ved Klampenborg stations østlige side. - Vi håber at se så mange som muligt af vore medlemmer til denne udflugt. - Vel mødt.

HUSK: Tilmeldelse ved indsendelse af beløbet, kr. 15.00 til giro 2 56 56 Edith Borg, Bondemærken 14, 2880 Bagsværd, senest 17. juni.

12

Næste Sæson -

I den nu afsluttede sæson har vi regelmæssigt afholdt møder den første tirsdag i hver måned, hvor forskellige kendte foredragholdere har behandlet emner om vegetarisme eller med tilknytning hertil.

Disse aftener har været yderst vellykkede og hyggelige og haft stor tilslutning fra medlemmerne, der her har hentet nye inspirationer. Til næste sæson vil vi naturligvis fortsætte denne linie, idet vi dog forsøgsvis vil ændre mødeaftnerne til torsdag.

Altså den første torsdag i hver måned fra oktober og fremover, undtagen i januar, afholder vi vore møder hos fru Krause, Frederikkevej 22, Hellerup.

Ved disse møder vil vi byde på foredrag med afvekslende emner og vi håber at kunne formå foredragsholdere som Julia Vøldan, læge Jens Møller, Lis Andersen, læge Torben Dahl, Johs. Dragsdahl og Ib Schleicher til at gæste os og behandle de emner som de særligt helliger sig. Hvis der er medlemmer der har særlige ønsker eller måske har gode ideer og forslag til disse møder hører bestyrelsen meget gerne herom. Ring eller send et par ord til et af bestyrelsens medlemmer. -

---

REFERAT FRA GENERALFORSAMLINGEN

Tirsdag den 29. april afholdt D.V.F. sin ordinære generalforsamling. Til dirigent valgtes Ejnar Thrane-Hansen, og efter at mødets lovlige indvarsling var konstateret aflagde Karen Vinding beretning om foreningens virksomhed i det forløbne år. Hun fortalte om den både lærerige og fornøjelige udflugt, der sidste sommer var

arrangeret til gårdejer Eriksens biodynamiske landbrug og om et andet vellykket arrangement, vor nytårsfest på Skodsborg, hvor der efter frokosten blev budt på underholdning af Janne Krause og Ingeborg Brams. Vore månedlige møder med foredrag, der har givet medlemmerne mange nye impulser blev ligeledes nævnt. Til slut i beretningen blev omtalt at VF. som man har bemærket, i vinterens løb har ændret udseende og derved blevet mere end halvt så billigt at fremstille som det "gamle". - Regnskabet blev derefter fremlagt og godkendt. Til et spørgsmål angående obligationsbeløbet på kr. 470.- som i regnskabet både figurerer blandt aktiver og passiver blev det oplyst, at vi ikke ejer de pågældende obligationer, men modtager renten herfra. Obligationen er testamenteret til foreningen og tilfalder denne efter donators død.

Til medlemmer af bestyrelsen valgtes: Edith Borg, Else Krause, Lilli Lolle (nyvalg), Paul Petersen (nyvalg), Annelise Rubow og Karen Vinding. Det blev vedtaget at bestyrelsen selv kan supplere sig med det 7. medlem. Til suppleanter valgtes: Gunnar Strøm (nyvalg) og Karin Toft-Nielsen. Til revisorer: Thalia Skousgård og Jens Frederiksen. Else Krause valgtes til at repræsentere vor forening som medlem af Michael Larsens Børnehjemsfond.

Punkt 6 på dagsordenen om valg af bestyrelsesmedlemmer til "Udvalget for hjem for ældre vegetarer", blev det besluttet at lade udgå for fremtiden.

Det blev endeligt vedtaget at lade VF. fortsætte som ofsetblad.

Under punktet eventuelt foreslog Poul Olesen bl. a., at beretninger fra beslægtede foreninger ville være oplysende for medlemmerne og burde bringes i VF. Lette ønske imødegår bestyrelsen gerne for så vidt det vil være muligt at indhente de fornødne oplysninger fra de forskellige foreninger.

14

„DYREFORSØG"

Laborstorieforsøg med levende dyr, der udsættes for en behandling der ofte er både smertefuld og skadevoldende har altid virket usympatisk på alle sande dyrevenner. Så meget des mere som disse forsøg ofte, ja vel i de fleste tilfælde, er uden praktisk værdi, da de erfaringer man herigennem kan høste, ikke direkte kan overføres til den menneskelige organisme, hvis reaktion og mekanisme ofte vil være væsentlig forskellig fra dyrenes. Der har da også i tidens løb været foretaget mange forsøg på at få disse forsøg underkastet tilsyn af en uvildig kommission eller udvalg.

Den nystiftede "KOMITEEN MOD DYREFORSØG" en organisation der i sin bestyrelse tæller mange kendte folk, har sat sig som mål at søge at lindre eller helst helt afværge disse forsøgsdyrs lidelser bl. a. ved at frikøbe sådanne dyr samt ved uddeling af kontant støtte til forskere der arbejder uden anvendelse af forsøgsdyr. - Komiteen fortjener al mulig opmærksomhed og støtte i sit arbejde og vi bringer på de følgende sider den pjece som komiteen har udsendt.

15

Til - mindst - 1.000 dyrevenner her i Danmark

— men lige nu først og sidst til Dem!



Eksperimentel hjernerystelse

I forsøgsrækken anvendtes 34 hunde, hvoraf 12 hunde under let bedøvelse blev slået med hovedet frit bevægeligt, medens 13 hunde blev slået med hovedet fastgjort. Der anvendtes en 2,45 pound roterende hammer med en diameter på 3 tommer. Hundene blev aflivet på den 7. dag.

(Journal of Trauma 1966, s. 767)

Med denne henvendelse vil vi først sige Dem tak, fordi De for en tid siden reflekterede på vort opråb i dagspressen om nødvendigheden af at samle landets dyrevenner til værn om de dyr, der i stadig større tal anvendes som forsøgsdyr inden for mange kategorier af den videnskabelige forskning. Vi har haft også Deres navn som støtte bag os ved vore seneste forhandlinger med en række politikere og med justitsministeren om den forestående revision af forsøgsdyrsloven.

16

Da De besvarede vor henvendelse, var vi en fraktion indenfor Landsforeningen Forsøgsdyrenes Værn. Da det har vist sig, at fraktionens ønsker og hele virke ligger så langt fra den linie for arbejdet, Landsforeningens nuværende ledelse har afstukket, at et positivt samarbejde er udelukket, har fraktionen brudt med LFV og etableret sig selvstændigt som

Komiteen mod dyreforsøg

Paul Agerstad
redaktør

Lene Bentzen
TV-producer

K. E. Benfils
læge

Henrik Juul Hansen
forfatter

Catherine Roberts
dr. phil.

J. Skovgaard-Hansen
kontorchef, cand. jur.

Vi vil gerne straks understrege, at der med denne komité ikke er dannet endnu en dyreværnsforening. Komiteen hviler på et samarbejde mellem en gruppe mennesker, der selvstændigt ønsker at gøre — og allerede gennem år har været aktivt involveret i — et arbejde for, at dyrene ikke fortsat skal udsættes for lidelser under forskernes udnyttelse.

Arbejdsgrupper på 5—7 medlemmer til fremme af sagen kan oprettes overalt i landet ved tilmeldelse til Komiteen.
Følgende arbejdsgrupper er allerede oprettet:

Korsør: **Georg Clausen**, Tyrsengen 24, 4220 Korsør
Holbæk: fru **Eva Sander Jensen**, Bakkekammen 12, 4300 Holbæk
Esbjerg: lærer, fru **Else Marie Kofoed**, Grønningen 32, 6700 Esbjerg

Samtidig med Komiteen mod Dyreforsøg er stiftet

Fonden til sygdomsbekæmpelse uden dyreforsøg

der har følgende bestyrelse:

Carl Hazthausen
baron

H. Hjorthalt
kontorchef, cand. jur.

Paul Moefelt
sognepræst

Annelise Rubow
frue

Richard Thorne
dr. phil. et scient.

Renterne uddeles een gang årligt som støtte til

lægevidenskabelige forskere, som arbejder *uden* dyreforsøg, mennesker med fortjenstfuld indsats til forebyggelse af sygdom, frikøb af dyr, som ellers ville være havnet i forsøgslaboratorier, agitation for fonden.

17

Vi sigter mod inden for det første år at tilvejebringe en kapital på kr. 100.000 ved en appel til 1000 danske dyrevenner — heraf overskriften på denne henvendelse til Dem — om hver, én gang for alle, at støtte Fonden med et beløb pr. kr. 100, der evt. kan indbetales à 2 eller 4 gange, på Komiteens girokonto nr. 427 40 40, der ubeskåret vil tilgå Fonden.

Med Deres indbetaling på 100 kr. betragter vi Dem også som tilknyttet Komiteen, sålænge De måtte ønske det.

Komiteen, hvis arbejde i følge sagens natur i overvejende grad vil være informerende og propaganderende, skulle således med Fonden få et umiddelbart supplement til en stadig kraftigere ansporing mod en mere dyrevenlig og menneskeværdig forskning.

Revision: kontorchef, cand. jur. **Svend Larsen**

Fælles sekretariat for Komité og Fond:

Karen Skovgaard-Hansen
Malmegade 2, 2100 København Ø
Telf. 01-[illegible] 7886

Pressetjeneste og agitation:

Ulla Kaalund **Tove Madsen** **May Rasmussen**

Konsulenter for aktuelt nødhjælpsarbejde: **Lene Bentzen**
Elsebeth Friderichsen

Internationale relationer: **Wilhelmina Westergaard-Sikken**

Een gang årligt vil vi til bidragyderne udsende meddelelse om Komiteens arbejde og tilgang til Fonden, hvis regnskab iøvrigt vil blive offentliggjort i Berlingske Tidende og Jyllands-Posten den 1. april hvert år.



Englands største industriforetagende Imperial Chemical Industries ICI har satset 150 millioner kroner i forsøget på at «bevise» en syntetisk cigaret «uskadelighed». I set år har 50 hunde været tvangsindlagt til kæderygning, for at ICI i 1978 kan lancere den nyudviklede syntetiske cigaret.

Vi vil ansøge Skattedepartementet om tilladelse til i h. t. ligningslovens § 8 A på selvangivelsen at fradrage de beløb, der tilgår fonden.

Vi håber, at vi hermed har kunnet give Dem en første orientering om vore bestræbelser og om den måde, hvorpå vi vil gribe opgaverne an. På dyrenes vegne skulle det glæde os, om vi måtte have også Dem med os i Komiteen og Fonden.



Dansk hund eksporteret til forsøg i Sverige

Hjælp til bedre viden uden dyreforsøg

Giro 427 40 40

Komiteen mod Dyreforsøg
Malmøgade 2'
2100 Ø

Lad venligst denne tryksag gå videre til andre interesserede

REFORMHUSET RÅKOSTDEPOTET

Skindergade 14 . København K
Telefon (01) 15 00 62

I Storkøbenhavn samt på strækningen Skodsborg–Helsingør bringer vi varer nedenstående dage:

Tirsdag: Skodsborg – Helsingør – Søllerød – Holte og Virum.

Onsdag: Indre by – Amager – Vesterbro og Frederiksberg.

Torsdag: Valby – Hvidovre – Rødovre – Glostrup – Herlev – Husum – Vanløse – Brønshøj og Nørrebro.

Fredag: Østerbro – Hellerup – Charlottenlund – Gentofte – Lyngby – Bagsværd – Buddinge – Søborg og Bispebjerg.

De bedes venligst bestille varerne dagen før udbringningen (telefonordre mellem kl. 9–15, undtagen lørdag).

SUND KOST · KOLDING

HAR HERLIG HELSEKOST

biodynamisk frugt · grønt
kvan · sundhedsbrød · Skodsborgvarer
alle koldpressede olier
Ring, skriv eller besøg
vort nye moderne Helsekost-magasin

Gråbrødregade 13 · Tlf. (05) 52 71 21

Skriv efter vor omfattende vareliste!

SKOVSHOVED MINI FRUGT

v/ K. NIELSEN
Strandvejen 317
Tlf. ORdrup 8659

☆

Biodynamiske grønsager
Skodsborg produkter
Urteteer . Råsafter

☆

Koldpressede olier
samt sundhedsbrød fra
bageriet »Bodil«

KEND DET PÅ SMAGEN

Biogrøntsager sendes over alt. Ligeledes et begrænset lager af urtefrø samt te. Fortrinsvis salg til private.

Jens og Kristiane
Sivesgård
Jelstrup Skovhus
Løkken
tlf. (08) 999120



MORGENDAGENS MAD I DAG

WORTHINGTON FOODS I DANMARK

De berømte sojaprotein fødevarer, som Worthington Foods har pioneret, fremstilles på licens af NUTANA I Bjæverskov efter **originale opskrifter.**

SOYAPRO	DYBFROST	KONSERVES
— med bøfsmag	×	×
— med kalvekødsmag	×	×
— med kyllingesmag	×	×
— med skinkesmag	×	×
— med røget smag	×	×

SOJA-WIENERS
SANISOY
KARRYSOY
SOJA-SYLTE
SOJA-GULLASCH
QUICK RET

Se efter mærket Skodsborg produkt **NUTANA, 4632 Bjæverskov . Tlf. (03) 67 00 19**

Dersom De ikke finder disse varer hos Deres leverandør, så er De velkommen til at skrive eller ringe til os.

VEGETARISKE RESTAURANTER OG KURSTEDER I DANMARK.

3050 Humlebæk:
Råkostkurstedet Humlegården, Ny Strandvej, tlf. (03) 232465.
København:
SKÓLSBORG VEGETAR, Linnesgade 14, K. (01) 14 87 84
Frederikkesborg, Frederikkevej 22, 2900 Hellerup, tlf. HE 4900.
5500 Middelfart:
Stavrby Bondehave. Også campingplads og vandrehjem.
2942 Skodsborg:
Skodsborg Badesanatorium, tlf. (02) 803200.
4172 Sneslev:
Helsehjemmet, Hjælmsemaglevej 65, tlf. (03) 641077.
5700 Svendborg:
Råstrup kursted, tlf. (09) 210755. (Lukket vinter).

HELSEKOSTFORRETNINGER.

København:
Butik BARTOF, Reformkost, Ndr. Fasanvej 46, tlf. GO 811.
P.E. Christoffersen, Odensegade 12, tlf. ØB 24.
Helsecentret, Vesterbrogade 75, København V.
Helsekost, Ellegårdsvej 81, tlf. 691015.
Helseteket, Blågårdsgade 35.
Helseteket, Gasværksvej 13.
Helseteket, Gothersgade 29.
Kongemøllen, Gl. Kongevej 141, København F.
Michaels Butik, Østerbrogade 35, K. København K.
Reformhuset Råkostdepotet, Skindergade 14, tlf. 150062.
Reformkost, Godthåbsvej 5, GO 4466.
Reformkost, Viborggade 1.
Helsekost, St. Kongensgade 36 - 38.
City Helsecenter, Linnesgade 14. (01) 140892
Vital-kost, Gothersgade 5, K, tlf. 156275.
6200 Åbenrå:
Sundheds- og Helsecentret, Ramsherred 13-15, tlf. (046) 22727.
9000 Ålborg:
Naturkost, Nørregade 12, tlf. (08) 131318.
8000 Århus:
Reformkost, Mejlgade 69, tlf. (06) 126618.
Sundhedskost, Banegårdsgade 4, tlf. (06) 127776.
6000 Kolding:
Sund Kost, Gråbrødregade 13, tlf. (05) 527121.
5500 Middelfart:
Middelfart Materialhandel, Algade 37, tlf. (09) 410116.
5000 Odense:
Barkholt, Læssegade 60, tlf. (09) 124401.
Ernst Hansen, Nedergade 9, tlf. (09) 120242.
Natur-kost, Nørregade 75.
Butik Solvognen, Sdr. Boulevard 36.
5700 Svendborg:
Helse Kost i Svendborg, v/ Åge K. Henriksen, Gerritsgade 7,
tlf. (09) 210299.
8654 Bryrup:
Jydsk Helsekost, Privat forsendelse: tlf. (05) 756200.
Udsalg: Herning, Vejle og Viborg.
4700 Næstved:
Toftehøj, tlf. (03) 722641.
4760 Vordingborg:
Toftehøj, Boulevarden 13, tlf. (03) 770178.

vital-kost

SPECIALBUTIK FOR HELSE-KOST

v/ AXEL E. HANSEN

GOTHERSGADE 3 og 5 (lige ved Kgs. Nytorv)
1123 KØBENHAVN K – TELEFON (01) 15 62 75

AUTORISERET DEMETER FORHANDLER

Stort udvalg i bio-dyrkede naturalier og Helse-kost fremstillet deraf

Nu med mandler

FRUTIFORT

- den ægte schweiziske

FULDKORNS-BIRCHERMÜSLI

Den mest ideelle blanding af velsmagende mineral- og proteinrige næringsmidler. Kan tilsættes enhver af årstidens frugter og giver straks en herlig Birchermüsli.

Frutifort består af fyldgyldig, naturren hvede, havre og hirse samt nødder, mandler og sultaniner m. m.

Frutifort er en tiltalende, nærende spise, som er letfordøjelig og energigivende.

Kartoner à 400 g med dansk brugsanvisning.
Økonomipakker à 1 kg med god rabat.

Forlang FRUTIFORT i Deres helsekost forretning.

Gratis smagsprøver fås hos forhandlerne eller fra Generalagentur: F. F. Gerget & Co., 2770 Kastrup



TRYK: SANBO OFFSET