VF VEGETARISK FORUM

3

73. årgang

decb. 1979



VEGETARISK FORUM.

Udgivet af Dansk Vegetar- og Råkostforening.
Tilsluttet Foreningen af danske ugeblade, fagblade og tidsskrifter.
Redaktør Paul Petersen, Bondemarken 14, 2880 Bagsværd.
Kasserer Edith Borg, Bondemarken 14, 2880 Bagsværd.
Postgiro 5 02 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 genindrykninger.
(plus moms).

Abonnement: Kr. 2o,oo (incl. moms). Løssalg: Kr. 3,oo (incl. moms).
Foreningen påtager sig intet ansvar for indsendte manuskripter og deler ikke nødvendigvis de i disse fremsatte synspunkter. Ret til afkortning forbeholdes.

Medlemskontigent incl. blad, årligt:

Enkelt medlem ..... kr. 35,00
Ægtepar ..... kr. 48,00
Pensionister og medlemmer
under 18 år ..... kr. 24,00
Pensionistægtepar ..... kr. 35,00

Oplag: Dette nr. 12oo eksemplarer.
Abonnement: Kr. 20,00 (incl. moms).
Løssalg: Kr. 3,00 (incl moms).
Oplag: Dette nr. 1200 eksemplarer.

I henhold til internationalt gældende fotografiske konventioner og aftaler, er de i bladet gengivne fotografier beskyttet ved copyright, og må ikke benyttes uden redaktionens og authors tilladelse.

BEMÆRK: Vor hyggelige nytårssammenkomst med frokost afholdes søndag den 2o. januar 198o. Telefonisk tilmelding nødvendig. Se nærmere side 6.
I februar og marts arrangerer vi to interessante foredragsaftener. Se nærmere side 7.
Og glem heller ikke vor ordinære generalforsamling der afholdes torsdag den 24. april. Se nærmere side 3.

Forsideillustration: Fotografi og copyright Paul Petersen.

REFORMHUSET
RÅKOSTDEPOTET

Skindergade 14
1159 København K
Tlf. (01) 15 00 62

SKOVSHOVED
MINI FRUGT

v/ K. NIELSEN
Strandvejen 317
Tlf. ORdrup 8659

☆

Biodynamiske grønsager
Skodsborg produkter
Urteteer . Råsafter

☆

Koldpressede olier
samt sundhedsbrød fra
bageriet »Bodil«

SUND KOST - KOLDING
HAR HERLIG HELSEKOST
biodynamisk frugt - grønt
kvan - sundhedsbrød - Skodsborgvarer
alle koldpressede oller
Ring, skriv eller besøg
vort nye moderne Helsekost-magasin
Gråbrødregade 13 - Tlf. (05) 52 71 21
Skriv efter vor omfattende vareliste!

BJURVIKS HÄLSOHEM
i Smålands skønneste natur, direkte ved sø og skov 240 m. o. h. og 240 km fra Hälsingborg indbyder til faste og vitaliseringskure under erfaren ledelse. Nyrepareret hjemlig atmosfære. Afmærkede stier. Træningsredskaber og badstue. Helselitteratur. Vejledning i helsespørgsmål. Forlang brochure fra Else Richter, S-574 00 Vetlanda, Sverige, tlf. 0383/61050.
Helsehjemmet har dansk ledelse.

Kender De bogen "MA VI DRÆBE FOR AT LEVE?" Nu nedsat til 10 kr. portofrit tilsendt fra Hans Friis Møller, Johan Mantziusvej 31, 3460 Birkerød

FERIEOPHOLD

Som meddelt i sidste nummer har vi fra tipstjenesten modtaget kr. 5.000,00 med den klausul, at pengene fortrinsvis skal anvendes til lejrophold for vegetarbørn.

Grundet det fremrykkede tidspunkt var det imidlertid ikke som planlagt muligt at arrangere en sådan lejr i efterårsferien. Derimod påtænkes det at etablere et orhold for vegetarbørn i den kommende skolesommerferie formentlig på Kullerup Højskole ved Nyborg.

Interesserede kan få nærmere oplysninger ved henvendelse til Kirsten Jungeberg, Rådmand Steins Alle 45, 2000 Kbh.F, tlf. 01 74 34 04 eller til Karin Toft-Nielsen, se nedenfor.

Der er også brug for nogle voksne m/k til hjælp enten forældre, pensionister eller unge.

Dansk Vegetar- og Råkostforening ledes af en bestyrelse, der efter generalforsamlingen i maj 1979 har følgende sammensætning:

Eil. Jermiin Frost Ved Fortunen 16, 2800 Lyngby	tlf. 02 873078
Paul Petersen (redaktør) Bondemarken 14, 2880 Bagsværd	tlf. 02 982107
Edith Borg (kasserer) Bondemarken 14, 2880 Bagsværd	tlf. 02 982107
Bjarne Wiehe Egevejen 18, 2850 Nærum	tlf. 02 806267
Else Krause Frederikkevej 22, 2900 Hellerup	tlf. 01 624900
Karin Toft-Nielsen Hovedgaden 10 B, 3520 Farum	tlf. 02 950835 tlf. 02 952328

Suppleanter: Annelise Rubow og Thalia Skousgaard

Godt Nytår

Ved årsskiftet bringer Dansk Vegetar-og Råkostforening alle sine medlemmer, læsere, abonenter og annoncører og alle vi har haft tilknytning til vore bedste ønsker om et godt nytår, idet vi håber på fortsat godt samarbejde i det kommende år.

Det er vort håb, at foreningen med sin virksomhed, og ved udsendelsen af vort medlemsblad Vegetarisk Forum, har været til nytte og glæde.

V.F. bestræber sig på at kunne bringe en bred og fyldestgørende information om alt hvad der rører sig af nyt indenfor vegetarismen. Og her er det at vi har brug for hjælp fra alle vore læsere.

Er De vidende om foredrag eller kursusvirksomheder, har De en god opskrift på en lækker vegetarisk ret, som De gerne vil delagtiggøre andre i, eller har De kendskab til en ny kur eller behandlingsform, så er vi meget glade for at høre et på ord fra Dem herom. Har De lyst til at skrive en artikel på en side eller gerne flere, ja, så er vi i bestyrelsen ekstra glade for Deres medvirken. Vegetarisk Forum bør jo ikke alene skrives for, men også gerne af læserne.

Administrationen af vor forening koster imidlertid en del penge. Alene trykningen af vort medlemsblad tager hver gang et pænt indhug i vor kassebeholdning, og med postvæsenets stadig stigende takster andrager portoen ved udsendelsen af hvert nummer også et ret betragteligt beløb.

Vi håber derfor at man vil tage vel imod de vedlagte girokort og returnere dem snarest belejligt i udfyldt stand.

I håb om at Dansk Vegetar- og Råkostforening atter i det nye år kan virke til gavn for vegetarismens ide ønsker vi et

GODT NYTÅR

Generalforsamling

Foreningens ordinære generalforsamling i henhold til vore love afholdes torsdag den 24. april kl. 2o,oo, Frederikkevej 22. Hellerup. Dagsorden: 1) Valg af dirigent. - 2) Beretning om arbejdet i 1979. - 3) Fremlægning af det reviderede regnskab. - 4) Valg af bestyrelse, suppleanter og revisorer.-5) Beretning fra bestyrelsen for Dr. Michael Larsens Børnehjemsfond samt regnskabsaflæggelse.-6) Valg af to revisorer til børnehjemsfonden.-7) Foreningens fremtidige virksomhed. - 8) Indkomne forslag. - 9) Eventuelt.

Det er bestyrelsens håb at alle medlemmer, der har mulighed herfor, vil møde frem og deltage i en forhåbentlig god og konstruktiv debat om foreningens arbejde fremover.

Reserver allerede straks den 24. april. - Vel mødt. -

VEGETAR — — KONGRES

En af vore deltagere i sommerens store Verdens Vegetar Kongres, Karin Toft-Nielsen, bringer i denne artikel nogle betragtninger over kongreser i dag og i morgen.

Så var vi igen til en dejlig og interessant International Vegetar Kongres, der denne gang blev afholdt i England på den Tekniske Højskole i Loughborough.

Det var som sædvanlig en velorganiseret og festlig Kongres, Ja, festligheden begyndte faktisk allerede i lufthavnen, da vi kom til paskontrollen spurgte de unge kontrollører: " Hvad sker der dog i Loughborough i dag, der kommer mennesker fra hele verden, fra Indien, Japan, Australien, Venezuela, U.S.A., Canada og hele Europa, vi har aldrig oplevet noget lignende." -

Da vi svarede at vi skulde til den internationale Vegetar Kongres udbrød de glædesstralende "Velkommen til England".

Allerede da vi steg på toget på Victoria station traf vi de svenske deltagere.

Der plejede tidligere at være tradition for at skandinavierne fulgtes ad til kongressen, men denne gang var der adskillige af deltagerne der benyttede sig af lejligheden til at se lidt mere af landet.

Der var naturligvis mange interessante foredrag, et af dem hed: "Er det nødvendigt at dræbe for at leve",her var man helt enige om at det i hvert fald ikke er nødvendigt at dræbe dyrene for at spise dem, der er fødemidler nok på jorden foruden.

Hvis det er nødvendigt at dræbe f. eks. myg der stikker os, eller mus og rotter der æder store mængder fødemidler og gnaver huller i vore huse, blev vi enige om, at det kunne være nødvendigt, og at man da må gøre det så humant som muligt.

En dag er reserveret for at alle deltagerlandene kan få mulighed til at give et referat af vegetarbevægelsen i deres eget land.

I nogle år er vi kommet med et meget beskedent indlæg, fordi ingen af vore deltagere talte virkeligt godt engelsk, men i år var vi så heldige, at have en engelsk korespondent med os, hun gjorde det strålende og høstede meget bifald, ikke mindst fordi hun overholdt taletiden hvad andre ikke gjorde.

Hun fortalte blandt andet at interessen for sund levevis vokser meget stærkt i Danmark, hun fortalte om Noah gruppens interesse for bio-dynamisk dyrkning og om ølejrene, hvor halvdelen af deltagerne er vegetarer når de ankommer til øen, men hvor så godt som alle er blevet det inden de rejser hjem.

(forts. næste side)

Men nu lidt kritik: For dem der har råd er disse kongresser fortrinligt organiseret. Vi starter om morgenen med meditation og yoga eller friluftsgymnastik, og maden er pragtfuld, - men,- det er en stor fejl at det er blevet så dyrt at deltage i disse kongresser, at unge familier med børn og helt unge slet ikke har råd til at deltage.

Derfor havde ungdommen i England under protektion af de europæiske ungdomsorganisation for sund levevis arrangeret en lejr på en campingplads få kilometer udenfor Loughborough således at de daglig kunne deltage i kongressen med gode foredrag og med speciel morsom underholdning om aftenen.

Vi besøgte lejren og fik da at vide at dens deltagere hver dag gik ud og propaganderede for sund levevis.

Disse kongresser er for dyre og gammeldags og jeg blev derfor glad for at høre, at ved den næste kongres, der vil blive afholdt i Tyskland om tre år - beliggenheden kendes endnu ikke - vil Tyskerne gøre alt hvad der er muligt for at placere kongressen et sted hvor alle kan være med, både dem der vil bo komfortabelt og gerne vil betale for det og samtidigt med de bedste muligheder for campering for dem der ønsker at bo billigere og gerne selv vil tilberede deres mad.

Jeg tilbragte de sidste 3 dage i England i det danske K.F.U.K., i Hampsteat.

Af de unge vegetarer på campingpladsen købte jeg en knaldrød bluse hvor der foran var malet hovedet af en bedrøvet lille gris. Rundt om hovedet var der malet med store bogstaver: "Kød er ingen nydelse for den du æder". Den bluse gik jeg med på gaden i det dejlige solskinsvejr i London. (Ordene var naturligvis skrevet på engelsk).

Jeg mødte mange mennesker, som gerne vilde tale med mig og som gav mig ret i, at det er synd at dræbe dyrene og æde dem.

Det er nu helt almindeligt at unge i udlandet går med den slags sweatere, men herhjemme mangler vi nok dristighed.

Jeg håber vi til næste kongres vil få rigtig mange unge danskere med til Tyskland, det er en stor oplevelse at være sammen med vegetarvenner fra hele verden.

Karin Toft-Nielsen

Villa til leje

Del af dejligt etplanshus, carport og hyggelig opvokset have til leje for enlig vegetar gerne med hund. Beliggenhed: Naturskønt område ved strand nær Århus. Skriv lidt om jer selv til Bil. mrk. 278 til Vegetarisk Forum.

Nytårs — — frokost

Traditionen tro arrangerer vi atter i begyndelsen af det nye år vor hyggelige nytårssammenkomst og vi håber at Skodsborg Badesanatorium igen kan danne rammen om vor sammenkomst når vi søndag d. 2o. januar kl. 13 samles til den lækre vegetariske lunch hvor intet - bortset fra kød og stærke drikke - mangler.

Af hensyn til det praktiske arrangement og med henblik på en eventuel ændring af mødestedet er tilmelding, der er bindende, absolut nødvendig og kan foretages ved telefonisk henvendelse enten til Else Krause, (o1) 62 49 oo (kl. 9 - 1o), eller til Paul Petersen (o2) 98 21 o7 (bedst eftermiddag og aften).

Sidste frist for tilmelding er 14. januar. - Prisen kendes ikke bestemt ved redaktionens slutning.

Efter frokosten vil et af vore medlemmer Søren Sørensen, der gennem en årrække har været en trofast og flittig deltager i de skiftende kongresser fortælle både om den sidste store kongres i England sidste sommer og om tidligere års vegetarkongresser, og ledsage sin beretning af en serie fine farveoptagelser.

Vel mødt til en fornøjelig nytårssammenkomst.

SOMMERENS TURE.

Foreningen har i sommer under stor tilslutning fra medlemmerne gennemført to vellykkede udflugter.

I august besøgte vi Humlegaarden hvor den nye ejer læge Finn Skøtt Andersen først fortalte lidt om sin forestaende virksomhed hvorefter vi nød Humlegaardens velkendte råkostanretning og senere på dagen hyggede os i den smukke park og omegn.

I september gik turen til Helenekilde Badepension i Tisvildeleje der er skønt beliggende ved Kattegat. Her tilbragte deltagerne ligeledes en hyggelig dag medens Grethe Schmidt assisteret af døtrene Rie og Gitte serverede en fin frokost og senere på dagen te med hjemmebagt kage. - Vi sender vore bedste hilsener og tak til værterne ved de to udflugter.

Foredrag

Sne, is og kulde, eller sjap og søle er hvad vi kan vente på denne årstid, men prøv alligevel at trodse elementernes eventuelle mindre gode luner og mød talstærkt op til vore to kommende mødeaftner hvor vi kan byde på to foredrag af en virkelig fin kvalitet.
Programmet for februar og marts ser således ud.

Torsdag den 21. februar gæstes vi af læge Finn Skøtt Andersen der, som det vil vides, i sommer har købt Humlegaarden som han agter at videreføre efter Kirstine Nolfis ide, samtidig med at han vil foretage forskning med henblik på at finde nye behandlingsformer indenfor naturmedicinen. Finn Skøtt Andersen har kaldt sit foredrag "HUMLEGAARDENS KOSTBEHANDLING AF FORSKELLIGE SYGDOMME".

Torsdag den 27. marts kan vi vente en anden interessant aften hvor vort medlem Gudrun Rasmussen vil tale om MOTHER TERESA og hendes store humanitære arbejde blandt Indiens syge og fattige. Et emne der jo er aktuelt idet Mother Teresa netop har modtaget Nobels Fredspris. Gudrun Rasmussen vil tillige fortælle lidt om sin rejse i INDIEN og berette om S.O.S. TØRMÆLK, der er Mother Teresas kontaktforening her i Danmark, og foredraget underbygges af en række smukke farvedias.

Møderne afholdes hos Else Krause, Frederikkevel 22, Hellerup (lige ved Strandvejen) og vi begynder pr. kl. 2o,oo.

Entre: Kr. 7.-. for medlemmer og kr. lo.-. for gæster og interesserede som er velkomne.

HT buslinierne 1 - 26 - 27 -og 165- kører så at sige lige til Frederikkevej, der støder ud til Strandvejen i Hellerups bymidte. Tager man linie 21 er der fra Tuborgvej omstigningsmulighed eller kun et par minutters gang til Frederikkevej. -

Før begge foredragene ca. kl. 18, serveres der Middag bestående af tre retter god veltillavet vegetarisk mad. Pris kr. 6o. Hvis man ønsker at deltage i spisningen bedes middagen venligst bestilt i god tid, senest dagen før mellem kl 9 og lo på tlf. (o1) 62 49 oo.

Efter foredraget samles vi gerne til en kop kaffe eller te hvorved der er lejlighed til nærmere at drøfte aftenens emner igennem, og det skal bemærkes at enhver er velkommen til at deltage her hvadenten man nyder kaffe og te eller ej.

INTERNATIONAL VEGETARIAN UNION

President: Dr Gordon Latto. M.B. Ch.B.

Regional Secretary for Europe: Christopher Fettes. M.A.
St Columba's College Rathfarnham Dublin 16 Ireland

Til Dansk Vegetar- og Rakostforening.

Pa sidste verdenskongres, som Internationale Vegetar Union, I.V.U. afholdt, blev jeg valgt til at indkalde den nye komite for den europæiske region. Derfor beder jeg Dem alvorligt overveje følgende forslag, som kunne give den europæiske vegetarisme mulighed for at gøre et stort skridt fremad.
Jeg skriver til alle vegetariske foreninger i Europa og indbyder dem til at vælge en begejstret repræsentant.

1) som vil forblive medlem af Europa-komiteen indtil I.V.U.s kommende verdenskongres, der vil finde sted i Vesttyskland i 1982.

2) som vil være tilstede ved komiteens sammenkomst i Luxemburg den sidste week-end i marts 1980 og ved næste møde i Tyskland i april 1981.

3) som vil være parat til at tale ved Luxemburg-mødet enten på engelsk, fransk, tysk eller Esperanto, for at vi på en eller anden måde vil kunne forstå hinanden ved hjælp af en blanding af kun fire sprog.

4) som alvorligt vil undersøge muligheden for at fjerne den sproglige barriere (som ellers vil bortødsle komiteens tid, skabe ulighed og misforstaelser blandt medlemmerne) ved at lære Esperanto, således at det kunne være komiteens eneste skriftlige sprog fra oktober 1980 og det eneste talte sprog fra april 1981.

(forts. næste side)

ESPERANTO - VEGETARERNES VERDENSSPROG.

Mr. Christopher Fettes, M.A., der er sproglærer i Dublin og en ivrig og inspirerende forkæmper for Esperanto, er netop blevet valgt til sekretær og organisator for I.V.U.s europæiske region.
Mr. C. Fettes har derfor udsendt en skrivelse til alle vegetariske foreninger og sammenslutninger her i Europa hvori han slår til lyd for, at Esperanto fremover bliver det sprog hvori vegetarer overalt i verden kan meddele sig til hverandre.
Det vil være en fortrinlig ide hvis den kan gennemføres. Vi bringer her mr. Fettes budskab til alle vegetarer, idet vi gerne her i bestyrelsen hører nærmere fra eventuelle Esperanto interesserede medlemmer.

PaulP

Hvis De undrer Dem over, at jeg foreslår Esperanto og ikke engelsk som komiteens eneste sprog, er det i ønsket om, at de bedst egnede mennesker bliver medlemmer af komiteen, og ikke kun de som tilfældigvis havde mulighed for at lære det smukke men vanskelige, engelske sprog. Og det er en kendsgerning, at næsten ingen af de tilstedeværende fra andre nationer pa IVU-verdenskongressen i England talte engelsk så godt, som en og anden begejstret person er i stand til at tale Esperanto efter kun et års studium.

Fordi jeg som lærer i sprog tidligere tvivlede på værdien af det internationale sprog, og altså forstar en mulig nølen hos Dem, vil jeg arrangere, at De snart vil modtage information om det i Deres eget sprog.

Angaende Luxemburg-mødet søger jeg allerede et ikke for dyrt hotel, som vil forsyne os med vegetarisk mad.

Oprigtigt Deres C Fallé-S

FRITAGELSE FOR SKAT -

Næh, det kan vi desværre ikke love, men vi kan glæde alle foreningens medlemmer og venner med at skattedirektoratet efter ansøgning fra vort medlem Kaj Holst har meddelt os,at de gaver som skænkes foreningen har giverne ret til at fratrække på deres skattepligtige indkomst indenfor de i lovbestemmelserne fastsatte grænser, idet vor forening anses for at udøve en gavnlig virksomhed.

Det skal tilføjes at dette ikke gælder selve kontingentet men alle gaver her udover.

Nok værd at erindre når selvangivelsen snart skal udfyldes.

Gesundheitskongreß »Kneipp-Frühling in Wien«

Med ovennævnte devise har også Kneipp-Bevægelsen under ledelse af dens Internationale Konföderation afholdt en stor og velbesøgt kongres i Wien i det tidlige forår.

Rammen om kongressen var den skønne Wiener Hofburg, hvor de mange deltagere med interesse fulgte de skiftende foredrag af læger, professorer og kyndige på Kneipp-Kurernes område.

Afvekslende med foredragene var der arrangeret flere ture igennem Wien og den smukke omegn.

Desværre har vi modtaget informationen om denne kongres i et interval hvor vi ikke udgav noget nummer af Vegetarisk Forum og har derfor ikke kunnet viderebringe oplysninger om kongressen til vore medlemmer.

DANSK KNEIPP-FORBUND´s Lokalforening er imidlertid altid gerne til disposition med yderligere oplysninger om Bevægelsen.

Adressen er: Kastanievej 25, 3480 Fredensborg. (03) 28 12 83.

Tilbud om vegetarisk spiseklub i København

Sundhed er flere ting. Der er kroppens sundhed; der er psykisk sundhed; og så er der etisk sundhed - sjælens velbefindende. Sidstnævnte er oftest overset, dog er den nok den der er allervigtigst. At fokusere på kroppens sundhed nytter ikke stort, hvis du forsømmer sjælens velbefindende.

Din sjæl kan ikke være tilfreds, hvis du lever i disharmoni med de åndelige love. De hedder love, fordi de har en virkning, og det har en virkning at negligere dem. Det er mere end en talemåde, at der ikke er lykke ved penge, man ikke er kommet retmæssigt til. På lignende måde forholder det sig med føde, der ikke er erhvervet på lovmæssig vis (efter åndelig lov). Den er ikke velsignet, og giver derfor ikke den rette næring og sundhed til kroppen, selv om næringen er vitamin- og mineralrig efter forskrifterne.

Åndelig lov foreskriver bl.a. »du må ikke ihjelslå«. Og desuden: Vi er alle brødre; hvad du under dig selv, bør du også unde din broder. Din sjæl kan ikke befinde sig vel, hvis du må ihjelslå for at spise (eller andre må ihjelslå, for at du kan spise). Din sjæl kan heller ikke være tilfreds, hvis din krops sundhed erhverves på bekostning af andres afsavn; hvis du lever i overflod (sådan som den normale danske levestandard), mens andre lever i nød (som det er tilfældet i dag med over halvdelen af verdensbefolkningen), uden du gør noget for at dele.

Enkel og billig vegetarisk kost tilfredsstiller alle tre slags sundhed, hvad spisning angår – især hvis det overskud, der bliver ved at leve enkelt og billigt, gives til at lindre nøden andre steder.

Med det formål at udbrede kendskabet til enkel vegetarisk kost og demonstrere, at den kan være ikke blot sund og billig, men også velsmagende, vil undertegnede gerne tage initiativet til en vegetarisk spiseklub, foreløbig på følgende grundlag:

1. Jeg giver arbejdet og stiller mit eget køkken og min spiseplads til rådighed een dag om ugen (mandag eller onsdag). Sted: Worsåesvej 4, 5. sal, København V. Tlf. (01) 39 82 19.

2. Deltagerne betaler for de rene indkøbs-udgifter. I tenhold til min bog »Forenkling af kosten, din vej til sundhed« kan man lave en sund og velsmagende vegetarret for 5 kr. pr. næse. Tilføjer vi te med brød og smør, så lad os sige 10 kr. pr. næse. Naturligvis på betingelse af, at man tilmelder sig dagen i forvejen.

3. Vi enes om et kontingent, som går ubeskåret til u-landsstøtte. Skulle der blive overskud af de 10 kr., går det til samme formål.

4. Ethvert klubmedlem er velkommen til at være med i køkkenet for at lære, henholdsvis bidrage med sine erfaringer.

5. Efterhånden kan det jo være, at andre får lyst til at være vært, så at vi kan udvide med flere aftener.

6. Det forannævnte formål kunne kombineres med kreativt samvær, hvor vi samtaler og udveksler ideer om veje til et bedre liv og en bedre verden.

Vil du være med, så ring snarest til (01) 39 82 19, eller skriv til den under l nævnte adresse. *Gerda Hinrichsen*

Snart blod i føde- varer

(ifølge Sjællands Tidende den 9/10-1979)

Den dag, hvor tilsætning af blod fra svin kan gøre læskedrikke og brødprodukter mere ernæringsrige, er ikke fjern.

I øjeblikket anvendes det meste af de ca. tre liter blod, som udtages fra et svin, til foder eller til teknisk brug. Men da blodet fra svinene indeholder en lang række proteiner, som indgår i menneskets ernæringsbehov, er det på længere sigt relevant at anvende blodet som menneskeføde.

Allerede i dag bruges den del af blodet fra svin, som udgøres af blodplasmaet, i en vis udstrækning i fødevareproduktionen hernjemme. Den røde og mest proteinholdige del af blodet har man dog ikke hidtil kunnet finde anvendelse for i fødevareproduktionen, fordi den først skal affarves.

Forskning, som bl.a. er udført på Slagteriernes Forskningsinstitut i Roskilde, har imidlertid nu gjort det muligt at affarve den røde del af blodet, så den bliver anvendelig som tilsætning i læskedrikke og brød. Tilbage står kun at finde frem til en metode, der gør det affarvede blods smag mere attraktiv.

Direktør Andreas Toft Fensvig, Slagteriernes Forskningsinstitut, oplyser, at flere danske producenter af læskedrikke og brød har vist interesse for at udnytte svineblodet.

En sådan anvendelse vil desuden være en fordel for landmændene, der på den måde sikres, at endnu en bestanddel i de ca. 15 millioner svin, der slagtes årligt herhjemme, kan ydes rentabelt.

Brug af blodet til menneskeføde forudsætter installering af blodudtagningsanlæg på slagterierne. Disse anlæg, som indtil nu kun findes på to danske slagterier, koster ca. een mill. kr.

Flere slagtere har imidlertid truffet forberedelser til at etablere disse anlæg på baggrund af de gode forskningsresultater med anvendelse af blod som menneskefødevare.

Direktør Fensvig anslår, at brugen af den »røde del« af blodet kan blive økonomisk rentabel i løbet af et par år.

"VEGETARERNES OMSORGS- & STØTTEFORENING"
(Vegetarernes Helse Forbund)
Ahlmanns Allé 5 - 2900 Hellerup.
Giro: 3 17 17 01.

Til "V.O.S."s medlemmer - og andre helseinteresserede.

31. maj 1980 har "V.O.S." eksisteret i 10 år, og inden denne dato skulle "V.O.S." da gerne have realiseret den egentlige første fase i vort mål, at vi på en eller anden måde får erhvervet en ejendom, så vore planer: "ET HELSE CENTER", et sted, hvor vegetarer i alle aldre kan mødes i friluftsanlæg, bl.a. med nyttehaver, men det vigtigste skulle måske have været omtalt allerførst: "ET HJEM for ældre vegetarer", et sted, hvor de kan få pleje og omsorg i lighed med det, samfundet tilbyder ældre ikke-vegetarer i dag.

Vi vegetarer må også have krav på et sted, hvor vi kan mødes og opholde os i røgfri omgivelser.

Vi har påtalt det - og bliver aldrig trætte af at råbe det til os selv og ikke mindst overfor bestemmende myndigheder.

Staten godkender, at dyrkbare jorde bliver anvendte til sportsflyvepladser, knallert-, ride-, golfbaner m.m. og millioner til havneanlæg for fritidssejlere. Det er også helt i sin orden, hvis STATEN har penge til det. Vi vegetarer forlanger ikke, at uinteresserede skal betale til vore interesser, men vi spørger: Hvor og hvornår vil myndighederne godkende et røg- og støjfrit sted, hvor vi vegetarer kan få lov til at dyrke vor persille?

Først og fremmest må vi skaffe den nødvendige kapital, for med de ca. kr. 70.000,00, vi råder over, kan vort fulde mål ikke realiseres.

Bestyrelsen har ikke magtet opgaven, vil nogle sige, og det indrømmer vi blankt - men alle ved sikkert, hvor vanskeligt det er at råbe en minoritetsgruppe op, og specielt når det drejer sig om at skaffe penge. - Nogle siger: Det vil ikke lykkes til gavn for mig - andre siger: Jeg har ikke kræfter og lyst til at deltage. - Men kan vi kun gøre noget, der er til gavn for os selv? - Det er da en kendsgerning, at der kommer mange vegetarer efter os, så lad os da ofre det, hver især kan magte. Medlemskab til kr. 10,00 om året kan enhver da klare, og ethvert medlem er i sig selv en støtte.

Nogle medlemmer siger: Forhøj kontingentet, - men det er ikke løsningen, for det vil resultere i mange udmeldelser, men med vedlagte indbetalingskort gør vi opmærksom på, at "V.O.S." pr. 1. juni er gået ind i et nyt regnskabsår, og mange har i årenes løb sendt gaver, og det takkes der hermed for, og vore nye girokort skulle gerne appellere til en god portion gaver til HELSESTØTTE. Et ekstra indbetalingskort er vedlagt - giv det venligst til en, som sympatiserer med "V.O.S." - og vær med til at skaffe nye medlemmer.

- Send venligst bud efter flere girokort: Adr. Box 101, 3520 FARUM.

De store testamentariske gaver venter foreningen stadig på. Man læser ofte om den slags i andre kredse - hvornår bliver det vegetarernes tur til at modtage sådanne testamentariske gaver? - Et medlem har allerede sendt os pantebreve, bl.a. for at undgå at skulle huske at sende kontingent hvert år. Alt er velkommen, stort eller småt. På forhånd TAK!

På vor generalforsamling fremkom et medlem med en ide om, at "V.O.S." skulle give sig i kast med at indsamle brugte frimærker, for det ved vi jo, at det har der været store penge i. - Men kan vi magte det? Er der medlemmer, som vil ofre tid til at være med til at sortere?

Bestyrelsen sender de venligste hilsner - og beder om støtte fra medlemmerne.

VEGETARISKE RESTAURANTER OG KURSTEDER

København:
Skodsborg cafeteria/restaurant, Linnesgade 14,(01) 14 87 84
"Det grønne køkken", Larsbjørnsstræde 10, 3.sal, 12 70 68
Hellerup Vegetariske Spisested "Frederikkesborg"
Frederikkevej 22, 2900 Hellerup, (01) HE 4900

Skodsborg 2942
Skodsborg Badesanatorium, Skodsborg Strandvej,(02) 80 32 00

Humlebæk 3050
Råkostkurstedet Humlegården, Ny Strandvej 11, (03) 23 24 65

Svendborg 5700
Råstrup Kursted, Fruerstuevej 88, (09) 21 07 55

Nyborg 5800
Kullerup Højskole, Ferritslevvej 49, (09) 31 54 31
(tidl. Stavrby Bondehave v/Jens og Ragni Kristensen)

Arhus C 8000
Restaurant Sattva, Rosensgade 23, (06) 19 85 08

HELSEKOSTFORRETNINGER

København:
Aage Andersens eftf.Amagercent.149, 2300 S
Butik Bartof, reformkost, Ndr.Fasanvv.46 2000F,GO 811
P.E.Christoffersen, Odensegade 12, 2100 Ø (01) ØB 24
City Helsecenter, Linnesgade 14, 1361 K, (01) 14 08 92
Helsecentret, Vesterbrogade 75, 1620 V, (01) 31 86 96
Helsekost, Blågårdsgade 33, 2200 N, (01) 39 53 11
Helsekost, Gasværksvej 13, 1656 V, (01) 31 21 74
Helsekost, Gothersgade 29, 1123 K, (01) 12 21 74
Helsekost, St.Kongensg.36, 1264 K, (01) 13 19 92
Helsekost, H.C.Ørstedsvej 41C, 1879 V (01) 35 35 85
Helsekost, Frederikssundsvej 68, 2400 NV (01) 10 18 25
Helsekost, Jernbane Allé97, 2720 Vanløse (01) 79 08 83
Kongemøllen, Gl.Kongevej 141, 1850 V, (01) 31 69 41
Frederiksberg Helsek.Grundtvv.35, 1864 V (01) 31 99 21
Chr.V.Mende & Co.Kronprinsensg.9, 1114 K (01) 14 84 18
Reformkost, Godthåbsvej 5, 2000 F (01) GO 44 66
Reformkost, Viborggade 1, 2100 Ø (01) ØB 40 12
Urtekræmmeren,Larsbjørnstr.20, 1454 K, (01) 15 03 52
Urtethehuset, St.Kongensg. 20, 1264 K (01) 11 81 71
Vitalkost, Gothersgade 3-5, 1123 K (01) 15 62 75
Øbro Helsekost, Østerbrog.238, 2100 Ø (01) 29 85 22
Helios Amba, Aabenraa 31, 1124 K (01) 12 79 99

Københavns omegn:
Lyngby Helios, Gl.Jernbanev.7, 2800Lyngby (02) 88 10 88
"Kamille" Jernbanevej 10, " " (02) 88 53 53
Gentofte Helsekost, Vangedevej 142, Søborg
Skin Alley, Søborg Hovg.142, 2860 Søborg (01) 56 11 07
Hellerup Helsekost, Strandv.157, (01) HE 53
Skovshoved Mini Frugt,Strandv.317 (01) OR 86 59
Vedbæk Naturkost, Stationsvej 19,
Helsehuset, Hovedgaden 33, 2970 Hørsholm (03) 41 51 61
Helsingør Helsekost,Fiolgade 11, (03) 21 60 45

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

Biologisk rug, hvede,
gulerødder,
kål, løg, mv.

Alle forsendelser
over 50 kg.
en gros pris.

VEGETARISK KOLLEKTIV

BioKol

KRAGNÆS
5960 Marstal.
Tlf. (09) 53 18 12.

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. (02) 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

Indmeld dig i »V.O.S.«, Vegetarernes Omsorgs- og Støtteforening (Vegetarernes Helseforbund), Ahlmanns Allé 5, 2900 Hellerup. Årskontingent kr. 10,00, giro 3 17 17 01.

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 -et 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.

Provinsen:

4000 Roskilde:
"Sund mad", Ringstedgade 25,
4600 Køge:
Køge Helsekost, Storemøllevej 11,
4700 Næstved:
Scheibels Helsekost, Sankt Mortens gade 4,
4720 Præstø:
Villy Ølting, Skolevej 3,
4760 Vordingborg:
Egetræet, Algade 84
Vordingborg Helsekost, Boulevarden 13, (03) 77 01 78
4900 Nakskov:
Landhandelen, Havnegade 89
5000 Odense:
Købmand Ernst Hansen, Nedergade 9-11, (09) 12 02 42
Naturkost, Gravene 8,
Odense Helsekost, Vesterbro 5, (09) 14 07 14
Hos Ole, Munkerisvej 17
5500 Middelfart:
Middelfart materialhandel, Algade 37, (09) 41 01 16
(alle Marcussens urteteer)
5600 Faaborg:
Kost og Køkken, Klostergade 42, (09) 61 28 00
5620 Glamsbjerg:
Ellegårds Selvbetjening, Sønderga. 21 (09) 72 10 85
5700 Svendborg:
Helsekost, Gerritsgade 7, (09) 21 02 99
Tåsingestuen, Gyden 1, Troense
6000 Kolding:
Sund Kost, Gråbrødregade 13, (05) 52 71 21
6200 Åbenrå:
Ludwig von Münchow, Ramsherred 13-15
7700 Thisted:
Mælkebøtten, Ll.Torv 4, (07) 92 45 75
7800 Skive:
Skive Reformkost, Vindevej 27,
7900 Nykøbing M:
Helsekost, Havnegade 10, (07) 72 12 40
8000 Århus C:
Sundhedskost, Banegårdsgade 4, (06) 12 77 76
8200 Århus N:
Århus Mineralkost, Brendstrupvej 8, (06) 15 33 55
8230 Åbyhøj:
Drogeriet aps. Chr.Winthers vej 102-104
8600 Silkeborg:
Hans Kvolsbæk, Skoletorvet, (06) 82 01 35
8654 Bryrup:
Jydsk Helsekost, (05) 75 62 00
8700 Horsens:
Frugtimporten, Torvet 2,
8900 Randers:
Helsekost, Slotscentret,
Kærne Kost, Østergade 6,
9000 Ålborg:
Biokost, Frederikstorv 3,
Luytkis, Vesterbro 57,
Naturkost, Nørregade 12,



EXCLUSIVT VEGETARISK SPISESTED.

Prøv den lækre vegetariske mad, der er tilberedt af biodynamiske grøntsager. Serveres i exclusive omgivelser med ild i pejsen og dæmpet musik hver fredag ca. kl. 18 og lørdag ca. kl. 13 til lunch.

Ring venligst (01) HE 4900 dagen før mellem kl. 16 - 18.

Åbent alle dage for selskaber, foreninger, kurser o. l. fra ca. 8 - 25 personer.

FREDERIKKESBORG

Hellerup vegetariske spisested,

Else Krause, Frederikkevej 22,

tlf. (01) 62 4900