

Vegetarismen i Sverige och övriga världen



En resa genom det
vegetariska "landskapet"
fram till 1970

SVF och vegetarismen i världen 1940-talet

Paret Anna och Edvard Olsson reste runt i Sverige och höll kurser om hur man använde grönsaker i matlagningen under krigsåren. Man beräknar att de varje år nådde närmare 45 000 husmödrar. Svenska Vegetariska Föreningens grundare dog 1935 och då skedde en viss avmattning under några år. Men då framträdde Are Waerland och blåste nytt liv i Hälsorörelsen, vilket även kom SVF tillgodo. Are Waerland var en kraftkarl som entusiastmerade många svenskar men retade ännu fler. Han kom efter några års forskning med sitt budskap att sjukdomar bero på livsföringsfel i en rad böcker och föredrag i hela landet. Många svenskar tände på Are Waerlands idéer och anslöt sig till rörelsen Solvikingen, senare Allnordisk Folkhälsa numera Hälsofrämjandet.

Hälsorörelsen fick alltså vind i seglen under detta årtionde tack vare Are Waerland, som dels deltog i Frisksportförbundet och dels startade tidningarna Solvikingen och Ny Nord- Allnordiska förbundet för folkhälsa, nuvarande Hälsofrämjandet.

På grund av ofreden - andra världskriget, som startade 1939 - så tvingades människor till ett sunt leverne. Man fick cykla och gå mer än tidigare på grund av bensinransoneringen. Även kosthållet påverkades då socker och köttkonsumtionen hölls nere av ransoneringskortens tilldelning. Vegetarianerna fick smör istället för fläsk. Man deltog även i riksmarschern. Även det minskade tobaksbruket och kaffedrickandet hade positiva effekter på det svenska folkets hälsa.

Wilhelm Gedda avled 1944. Han var den av den svenska vegetariska rörelsens



Från Örebrokongressen; fr.v. major Ernst Killander, fru Elsa Stuge, "guldmedaljören" C. Kahlström och Alvar Thunfors.

främsta gynnare. (bland annat i sin donation).

Adda Svennedal överlämnande en donation till föreningen som bland annat innefattade en skola i Järinge i Roslagen.

De tre hälsoförbundens representanter både samarbetade och kivades i debatter. Bland annat förekom meningsutbyte mellan Are Waerland och Frisksportrörelsens representanter avseende kostens del i hälsoarbetet.

Hälsohem startade på flera platser bland

annat Kiholms Hälsohem i Södertälje, där bland annat många sjuka fann vägen till ny hälsa.

Man märker hur sammanflätade hälso- rörelserna varit under åren. T.ex. Gunnar Hedfors som var ordförande i SVF Jönköping och även ordförande i Svenska Frisksportförbundet. Åke Kumlander var med i Svenska Frisksportförbundets styrelse och även mer eller mindre ansvarig för Antroposofernas skolor och sjukhus i Järna.

1940

Ett värdefullt och stimulerande årsmöte å Borgen.

Major Killander ledde entusiastiskt. – D:r Kjellin höll ett uppmärksammat anförande. – Fru Signe Gustavsson blev "silvermedaljör". – Utredning skall ske om ett sjukhem med råkostdiet.

Trots de brydsamma tiderna samlades även i år (1940) en talrik skara meningsfränder till Svenska vegetariska föreningens årliga riksmöte söndagen den 8 september – den internationella vegetariska dagen. Samlingsplatsen var som vanligt det idylliska sommarhemmet Borgen i Danderyd.

"Fred på jorden". En grupp självständiga och reformintresserade kvinnor med godsägaren Elisabeth Tamm och författarinnan Elin Wägner i spetsen har nyligen utgivit en mycket läs- och tänkvärd bok (Fred på jorden, Bonniers förlag; pris 2:25.) Vi måste menar författarna förvärva eller återförvärva en så djup insikt, att vi kunna samarbeta med naturen i stället för att bortarbota den. Den moderna tekniken uppfinningar måste prövas på hur naturen tål dem.

Många länder har haft att dras med utomordentliga svårigheter på grund av okloka ingrepp i naturens hushållning. För långt driven utdikning, sjöreglering m m har skadat vattentillgången, grundvattnet har ofta skattats för hårt genom industriens och tätbebyggelsens krav. Ensidiga, industrialiserade jordbruksmetoder har fått bakslag, t ex i Tyskland och Förenta Staterna. T o m president Roosevelt har varnat för skogsskövlingen, pressningen av jorden, specialiseringen av odlingarna, utrotning av djurvärlden och mekanisering av jordbruksdriften. Naturen har hämnats genom jordstormar, översvämningar och svåra torkperioder.

Vårt land bör ta lärdom av dessa erfarenheter.

Mormonerna föregångsfolk i sunt levnadssätt.

Hälsa och långt liv av ett strängt naturligt levnadssätt. Olika amerikanska livförsäkringsbolag, vilka helt naturligt är intresserade av varje individs livslängd, har åtagit sig uppgiften att jämföra dödligheten bland mormonerna med dödligheten hos andra folk. Genomsnittsamerikaner, engelsmän och fransmän utvaldes. Jämförelsen utföll för de enskilda sjukdomarna helt till mormonernas fördel. Av tusen människor dog i kräfta bland mormonerna 47, bland de andra folken 119; av tuberkulos bland mormonerna 9, bland de övriga 120; av and-

ningsorganens sjukdomar hos mormonerna 70,5 hos de andra 167. Och så fortsätter det. Alltid talade statistiken till mormonernas förmån – med ett undantag de var ledande när det gällde dödsfall till följd av ålderdomssvagheter.

De religiösa föreskrifterna förbjuda alkohol, kaffe och te samt andra rök- och retningsmedel. Kött bör undvikas, om det också icke är förbjudet; människan skall övervägande leva av vegetariska alster. Så står det skrivet i "Vishetens bok". Sannolikt härstammar matföreskrifterna i denna bok från samme Sylvester Graham, vilken uppfunnit det så kända och värdefulla Graham-brödet.

Kriskost å Konserthuset i Stockholm. Många goda vinkar för husmödrarna.

Husmödrarna har fått extra bekymmer genom krigsavsparningen. Det är redan ont om äpplen och päron, för att inte tala om sydfrukter, bananerna kunna inte vidare importeras och inte heller en hel del annat matnyttigt.

Det gäller då att ta vara på det inhemska. Nyligen har det på Konserthuset i Stockholm hållits en hälsoutställning, anordnad av Hushållens kristidskommitté och Allnordiska förbundet för folkhälsa. Där har man lärt ut åtskilliga goda tips för husmödrar i nuvarande kristid.

Inhemska medicinalväxter få ny chans.

Medicinalstyrelsen har uppmanat alla intresserade att börja samla inhemska medicinalväxter, eftersom importen utifrån delvis är stängd och självförsörjning är säkrast även på detta område.

Praktiserande läkaren d:r Signe Danielsson, medlem av Hushållens kristidskommitté, har påpekat att ex. hästhoven kan användas till hostmedicin, maskrosen till magmedicin, enbär och mjölonrisblad mot åkommor i urinvägarna, liljekonvaljen som hjärtmedel, ekollon vid åkommor i tarmkanalen, groblad till sårömslag och styvmorsviolen mot hudåkommor.

Vegetariska föreningen i Wien har upplösts, emedan den av myndigheterna ställdes i valet mellan: 1) att ingå som ortsförening i D G f L (Deutsche Gemeinschaft für Lebensreform), och därvid uppge sitt vegetariska namn, eller 2) att upplösas. Föreningen valde det senare.

Wiens vegetariska förening var över 50 år gammal och hörde till banbrytarna inom den vegetariska rörelsen å kontinenten. Dess plötsliga frånfälle måste djupt beklagas. Den föll offer för likriktningstendenserna inom tyska riket.

1941

Deltag i riks- och skidmarscher!

Vid Stockholmsföreningens senaste möte talade fru Alma Hjort entusiastiskt för att våra föreningsmedlemmar skulle efter tid och lägenhet delta i de "spänstövningar" som anordnas på olika håll. Själv hade hon, fastän 70-årig, varit med ett par gånger i den bekanta "riksmarschen" och fått en ovanligt god placering, liksom även konditionen varit den bästa.

"Vi vegetarianer bör synas litet mer vid sådana tillfällen", sade fru Hjort. "När vi lever förnuftigt kan vi också prestera något". Och även om vi inte lägger an på att vinna pokaler eller medaljer, så kan vi vara med i kyrkmarscher och dylikt och visa att vi uppskattar arbetet för att få fram ett spänstigare folk och enklare levnadsvanor".

Anna Saxon

Redaktör J L Saxons efterlämnade maka, fru Anna Saxon, född Bergström, avled den 5 januari 1941 i sitt hem i Stockholm. Hon var vid sitt frånfälle 75 år gammal.

Frisksportarrörelsen har de senaste åren bestått av två organisationer: Frisksportförbundet och Allnordiska förbundet för folkhälsa.

Nu har ordföranden för den senare organisationen, hr Are Waerland, gått sin väg liksom han förut lämnat det samlade frisksportförbundet. Han skall starta ett nytt samfund, Ledungarna, och utge en ny tidning. Hans efterträdare blev major Ernst Killander. På frisksportfronten skulle det alltså nu vara tre förbund: Frisksportförbundet, Allnordiskan och Ledungarna.

Smör i stället för fläsk.

Livsmedelskommissionens medgivande för vegetarianerna att utbyta fläskkorten mot smör har med tacksamhet mottagits av våra meningsfränder. 125 gram smör fås ut för varje ransoneringsperiod.

Vi har fått rapporter om att en och annan ortskrisnämnd gjort svårigheter ifråga om utbytet, men efter skriftväxling med påpekande av förordningens nr och datum har saken klarats upp.

Näringskursen i Jönköping blev verkligt lyckad.

Den näringsfysiologiska kurs som under tiden 18-24 augusti 1941 anordnats i Jönköping med d:r Ragnar Berg såsom talare blev en stor framgång för arrangörerna, Jönköpings vegetariska förening och Jönköpings friskportklubb.

Riksmöte.

Vegetarianernas årliga riksmöte hölls enligt gammal tradition å semesterhemmet Borgen, Danderyd, söndagen den 7 september 1941. Det vackra vädret var också traditionsenligt likaså den goda avslutningen, ungefär etthundra personer.

Bland de närvarande märktes dagens hedersgäst, näringsforskaren d:r Ragnar Berg, Dresden, folkskoleinspektör Oluf Egerod och operasångaren Arne Ohlson, lektor Johan Dellner från Nyköping (årsmötesveteranen), lektor Gunnar Bohlin, Lidingö, red och fru Rich Schwartz samt representanter för frisksportförbundet.

En dansk meningsfrände, folkskoleinspektör Oluf Egerod, Köpenhamn, framför hälsningar från Danmark och IVU.

Beredning av surkål.

Vi svenskar ha nog aldrig riktigt lärt oss använda och uppskatta surålen, som både i Danmark och Tyskland är en synnerligen allmän och omtyckt rätt. Den har också sitt värde som vitaminleverantör, skriver hemkonsulenten Rut Wallensteen i Ö D och råder till inläggning av surkål.

Odlas nyponbuskar!

D:r N H Ygberg rekommenderar i Socialmedicinsk Tidskrift odling av nypon för deras rikedom på C-vitamin. Han påpekar att läkemedelsfabrikanternas import av nypon från främmande länder är hejrad eller minskad. Därigenom har de inhemska nyponen stigit i värde.

"Det gäller alltså en ökning av nyponarealen", konstaterar d:r Ygberg. "Varför då inte använda våra föga produktiva gärdesbackar till nyponodlingar?"

Restaurang Vegetaria fyller 15 år.

"Restaurang Vegetaria i Stockholm kan se tillbaka på en 15-årig tillvaro i år", upplyste dess innehavare H W Åberg, då vi häromdagen stötte på honom i gatuvimlet. "Inte så mycket kan det tyckas, bara i konfirmationsåldern, men i alla fall".

1943

Arvid Hallström från Hälsingborg heter en ung meningsfrände, som i flera år rest omkring och hållit föredrag i hälsofrågan. I början av mars 1943 reser kamrat Hallström ut på en längre föredragsturné genom Dalarna och Norrland. Härunder ämnar han även göra propaganda för vår förening, värva nya medlemmar och ev nya lokalavdelningar.

Vegetariska föreningen i Hälsingborg har återupptagit arbetet. I Hälsingborg har förut funnits

en lokalavdelning av vårt förbund, men verksamheten har under ett tiotal år legat nere.

Nu meddelar oss en intresserad meningsfrände, ingenjör Alfred Nilsson, Hälsingborg, att arbetet återupptagits med 18 medlemmar från staden och dess omnejd.

Försök med biologisk-dynamisk odling.

Ganska mycket har nu skrivits om biodynamisk odling, varför man skulle kunna anse tiden inne att börja. Jag menar då för dem, som har trädgårdar eller kanske rent av lantgårdar. Den viktigaste faktorn inom biodynamisk odling är kompostberedningen, vilken med fördel kan göras på våren, ty då hinner förmultning ske under sommaren, och komposterna kan komma till användning vid gödsling av åkrar och trädgårdsland på hösten.

Stockholm i februari 1943. Axel Norman

Ny skrift av Hindhede. Reumatismen kan botas med råkost, om den tillgripes i tid.

Med oförtruten iver fortsätter d:r M Hindhede, ledare för danska "Kontoret för Ernæringsundersögelser" att utge skrifter om vad han funnit vid sina näringsförsök. Den senaste handlar om reumatismen. Han konstaterar att den enklaste tänkbara kost (potatis, mjölk, rågbröd och fett) ger utmärkta arbetskrafter och håller kroppen i gott stånd. Det behövs inte alls kött, ägg och finbröd.

Frisksportarna har den 19 – 27 juni 1943 haft ett talrikt besökt riksläger i Arvika. Frisksportförbundets främsta funktionärer medverkade.

Dansk vegetarisk förening, vår broderorganisation, fortsätter alltjämt sin verksamhet och ger ut sin tidning, medan vi icke på flera år hört något från organisationen i Norge.

Vegetarianernas 40-årsmöte den 5 september 1943. Det är i år 40 år sedan Svenska vegetariska föreningen stiftades och årets riksmöte får sin prägel av detta jubileum.

Årets möte hölls på restaurang Foresta å Lidingö. Ovanligt stor tillslutning. – Stimulerande och gedigna föredrag. – Styrelsen återvaldes. – Direktör Edv Olsson, Tyringe, silvermedaljör. – "Kristidens vinster får ej spolieras".

D:r Nolfis råkostbok kommer ut på svenska inom kort!

D:r Kristine Nolfis bok "Råkost förebygger kräfta" – och botar den" har väckt mycken uppmärksamhet bland våra läsare. Brev- och telefonledes har man sport hur man skall få tag i den omtalade boken och många har uttalat önskan, att den måtte översättas till svenska.

Ny skrift av Hinshede

Reumatismen kan botas med råkost, om den tillgripes i tid.

Med oförtruten iver fortsätter dr M. Hinshede, ledare för danska "Kontoret för Ernæringsundersögelser", att utge skrifter om vad han funnit sina näringsförsök. Den senaste handlar om reumatismen.

Krisdieten har folket mått väl av.

Dödligheten har gått ned rekordartat, säger provinsialläkare.

Förste provinsialläkaren i Kronobergs län har i en ämbetsberättelse kommit in på frågan om smålänningens erfarenheter av krisen. Han fastslår vissa fakta, som mer eller mindre torde gälla hela riket.

Smålänningarna ha i allmänhet mått bra av kris-tiden och ransoneringen, konstaterar förste provinsialläkaren. Sälunda har en måttlig avmagring, i synnerhet hos förut feta personer, medfört en känsla av lätthet och välbefinnande. Endast i ett fåtal fall kan man tala om avmagring som tangerar gränsen för det skadliga.

Kvinnorna har i regel hållit sin vikt, ja ökat, vilket torde bero på att kaffemålen ersatts av rejäla måltider.

Minskningen i kaffekonsumtionen har alltså haft nyttiga verkningar, liksom det minskade tobaksbruket. Många som förut vandrade på nikotinförgiftningens gräns har räddats. Och männen som måst arbeta i beredskapstjänst, ha mått övervägande väl av friluftslivet. Den ökade sociala ansvarskänslan har gynnsamt påverkat deras tankeliv.

Förste provinsialläkaren är således belåten med kris-tiden, allra helst som också dödligheten visat en rekordartat låg siffra.

"Brödet vårt värsta gift"

En sensationell men obevisad anklagelse.

I pressen har gjorts reklam för en bok av hr Birger Ledin, betitlad "Fyra vägar föra ut". I reklamannonserna uppgavs, att boken bl.a. skulle bevisa, att "brödet var vårt värsta gift".

Men var finns beviset för att brödet skulle vara "vårt värsta gift"? Ingenstädes. Hr Ledin citerar ett par svenska professorer, men nämna inte ordet gift. De endast varna för ett ensidigt bruk av sådessa lagen.

1944

Stockholms vegetariska förening höll den 26 mars ett givande årsmöte på Gustavsvikshemmet. Till ordförande nyvaldes fru Elsa Stuge, och styrelsen i övrigt fick följande sammansättning: professor Johan Almqvist, fru Emy Gelotte (nyvald), fröken Märta Hedeus (nyvald), och hr Nils Rehn. Sup-

pleanter blev fru Alma Hjort, hr A. E. Norman och fru Ebba Forsell.

Frisksportarna har valt ny ordförande på sitt senaste årsmöte i Höglekardalen.

Till styrelse valdes: Gunnar Hedfors, Jönköping, ordf, Harry Lindgren, Stockholm, sekr., Sam Eriksson, Stockholm, kassör, Sten Schröder, Stockholm, Olle Emerec, Östersund, Maj Pettersson, Filipstad, Gunnar Jansson, Stockholm, Clarence Blomström, Stockholm och Åke Kumlander, Linköping, Studieförbundet blev Elmer Turlock, Linköping, redaktör G. Håkansson.

W.Gedda in memoriam. Vår förbundsordförande sammanfattar i dessa ord sina intryck av den avlidne: "Sveriges vegetarianer böja i vördnad och tacksamhet sina huvuden inför sin bortgångne hövding. Inom loppet av några få år har den vegetariska rörelsen förlorat sina - man gott säga - största historiska gestalter: Saxon och Gedda, dessa väldiga kämpar för rent, sunt och naturenligt levnadssätt".

Wilhelm Gedda - "den svenska vegetariska rörelsens främste gynnare - var i sitt liv och leverne ett föredöme av väldiga mått.

I välsignat minne ska han leva!"

Ernst Killander

Ett givande årsmöte på Bosön. Två intressanta föredrag, styrelsen omvaldes, tvenne uttalanden gjordes med praktisk syftning.

Tillgångar den 31.12.1943:

Kassasaldo	65:04
Ett vandringsbibliotek	10:-
Inventarier	75:-
Böcker och div lagerartiklar	150:-
Hälsöhemsfonden insatt i bank	442:66
Jubileumsfonden insatt i bank	8.605:27
	9.347:97

Till föreningen styrelse under nästa arbetsår omvaldes: major Ernst Killander, ordförande, grosshandlare Conrad Åhlberg, vice ordf, direktör E.Lindström, skattmästare, redaktör Carl Schelin sekr. samtliga i Stockholm, och skolköklärarinnan fru Stina Boström, Jönköping.

Ny vegetarisk restaurang i Stockholm. Det var en älsklingsstanke hos framlidne kapten W.Gedda, att det borde inrättas en vegetarisk restaurang även på Söder i Stockholm. Nu är önskemålet en verklighet. På Folkungagatan 60 har en trappa upp öppnats ett trivsamt vegetariskt matställe, som för-tjänar allt understöd. Restaurangen kallas "City" och är belägen i närheten av Medborgarhuset.

Sex lokalföreningar arbetar nu enligt Svenska vegetariska föreningens program, nämligen i Stockholm, Jönköping, Göteborg, Malmö, Helsingborg och Huskvarna.

Intresset för den biodynamiska odlingen och för naturenlig odling över huvud taget är i stigande.

1945

100-årig vegetarian utan krämpor. I dagarna har en kärnfrisk småländska, änkefru Anna Kristina Andersson i Midingsbråte, Urshult, Kronobergs län fyllt 100 år.

Hon förklarade för en uppvaktande tidningsman att hon varit vegetarian i så gott som hela sitt liv. Aldrig har hon varit sjuk, och alltjämt är hon vid avundsvärd vigör för sin ålder. På sekeldagen gratulerades fru Andersson bl.a. av Svenska vegetariska föreningen.

Starta hälsokostbodar! Äntligen har vi i Sverige fått några välskötta hälsokostaffärer. I Stockholm har vi inte mindre än sex reformbodar samt i städerna Ängelholm, Lund och Malmö en bod på varje plats.

Biodynamikerna håller årsmöte. Starten har varit god och intresset livligt. Svenska föreningen för främjandet av den biologisk-dynamiska odlingen hade på Gustavsvikshemmet i Stockholm fredagen den 13 april sitt första årsmöte under ordförandeskap av köpman P. Waxin, vilken för 20 år sedan införde den biol. Dyn. Odlingen till Sverige.

Skall vi dricka 1,5 liter vatten om dagen? Ingenjör Vincent Dahlgren gör upp med en gammal vilolära. Vid 1938 års internationella vegetariska kongress i Norge infann sig hr Are Waerland och propagerade bl.a. för den åsikten, att man borde dricka ca 2 liter vatten om dagen för att "rensa systemet". Detta var en huvudpunkt i all naturenlig livsföring, förklarade han.

Vi erinrades om denna episod då vi i senaste nummer av "Frisksport" läste en intressant vidräkning med samma vattendrickningshypotes. "Hälsoingenjören" Vincent Dahlgren, Karlskrona framförde en rad argument mot densamma och vi måste till alla delar instämma.

Frisksportarna startar ett semester- och rekreationshem. Nyligen har det pigga Frisksportarförbundet genom insamling åstadkommit medel till inköp av ståtliga slottet Stensund i Vagnhärad.

Konsulent O Estrup Rasmussen, en framstående representant i Danmark för det biologisk-biodynamiska odlingsättet, talar i Stockholm söndagen den 11 november.

Ytterligare "berikning" av mjölet. Kooperativa förbundet kommer att tillföra sin mjölsort Juvelkronan inte bara järn i smältbar form, vitamin B 1 och B 2 utan också helt nyligen det tredje vitaminet i B-vitamingruppen, "niacin".

Ett 10-årsminne. Den 7 november har 10 år flutit, sedan stiftaren av Svenska vegetariska föreningen, redaktör J.L. Saxon lämnade detta jordiska. Som bekant var han även grundare av denna tidskrift.

I Vegetarianens redaktion inträder från och med nästa nummer ingenjör Vincent Dahlgren, Karlskrona, som biträdande redaktör.

Nya sakkunniga medarbetare i Vegetarianen. Den ena är doktor Ragnar Berg i Stockholm. Han har lovat att i korthet besvara frågor som rör det naturenliga kosthållet. Han börjar redan i nästa nummer.

Reformdiétrörelsens yngre krafter, med. stud. Lennart Warodell, har lovat att delge Vegetarianens läsekrets ett och annat om de nyaste forskningarna på näringens geit.

Vår främste tandläkare varnar för "snaskätning". Chefläkare G.Wollin på Eastmaninstitutet i Stockholm har kommenterat en del undersökningar i Köpenhamn som visat att kriskosten under de svåra åren har varit bra för barnens mjölkttänder. Tandrotan har under dessa år haft minskad omfattning bland småbarnen i Danmark, USA, England och Sverige.

Vad frisksport är. En definition med kommentarer. På frågan vad Frisksport är svarar Medicinsk uppslagsbok: "En ny rörelse, som an knyter dels till intresset för kroppsrörelse och idrott och dels till vegetarismen, är den s.k. frisksportrörelsen. Man skall förtära övervägande vegetarisk mat, och i dieten skall ingå utom råkost en särskild maträtt, "kruska". Denna är för personer med god matsmältning ofarlig, men kan vara riskabel för personer med mera ömtåliga matsmältningsorgan. Det kan vara själ att framhålla, att personer med klen hälsa inte alltför ivrigt bör ansluta sig till denna rörelse, och att om man på grund av förtäring av kruska får matsmältningsbesvär, bör man i tid vända sig till läkare.

1947

Ny vegetarisk förening i Örebro. Vi har glädjen att kunna rapportera om en ny lokalföreningsbil-

dande. I Örebro instiftades nämligen en vegetarisk förening den 18 maj.

Falköpings vegetariska förening har mött livligt intresse, ehuru den är rätt nystartad. Medlemsantalet stiger, och det vegetariska levnadssättet praktiseras i mer eller mindre mån även av utomstående.

Nytt vegetariskt vilohem på västkusten.

Vår meningsfrände, dir Filip Odle, "potatisgröten" förespråkare, har i dagarna öppnat ett vegetariskt pensionat i Lysekil på västkusten.

Köttkortet kan alljämt utbytas mot smör- eller brödkuponger.

Kristus var vegetarian!

Om man studerar de ännu tillgängliga heliga skrifterna från de första århundradena efter Kristus, kan man ej undgå att lägga märke till hur konsekvent de äldre kyrkofäderna fördömde djuroffer och all förtäring av kött. Det som bär upp alla deras framställningar är en varm kärlek till allt levande. Det är inte heller svårt att finna belägg för att de första kristna församlingarna strängt avhöll sig från all animalisk föda.

Vegetariska föreningen i Falun lyckades i slutet av juli få dr Ragnar Berg som föredragshållare dels i Falun, dels i Borlänge. Vid båda tillfällena var publiken talrik och goda referat förekom i pressen.

En råkostbar öppnad i Stockholm.

Den 25 augusti invigdes "Herba", en råkostbar och en vegetarisk restaurang i huvudstaden.

Storhöjden i Leksand - ett nytt vegetariskt pensionat.

Dalarna ståtar i sommar med två vegetariska pensionat - ett i Äppelbo och ett i Leksand.

Ett beklagligt återfall i sin gamla övermodiga jargong mot personer som inte i allt tänker lika som han har hr Are Waerland gjort sig skyldig till.

I dagarna har han på Ny Nords förlag gett ut en skrift som han kallar "Våra förkyllningssjukdomar". Den upptages emellertid till stor del av plumpa, obehärskade utfall mot allmänt aktade och värderade banbrytare inom den folkliga hälsorörelsen, bl. a. dr Ragnar Berg och redaktör J. L. Saxon.

De sakliga partierna av boken kan man läsa med nöje och behållning. Bland annat har W en del praktiska råd och förhållningsregler vid "förkyllning".

I Ängelholm har vegetariska föreningen Folkhälsan haft en vegetarisk matlagingskurs den 23-25 oktober.

Hälsocentralen skapar främjandefond för folkhälsan - lovvärt initiativ från Malmö.

För 13 år sedan steg en ung sjöman i land på Helsingborgs redd - efter åtta år på de sju haven, fyllda av äventyr, hårt arbete, försakelser och "sjöslag. "Bölje-Sven" som den glade "sailorn" kallades av kamraterna beslöt att vända i vind.

Just vid den tiden kom frisksporten i hans väg. Den alltid lika energiske och hjälpsamme vegetarianen Arvid Hallström fick syn på den unge eldaren och bjöd honom med till stans frisksportklubb. Från den dagen var det slut på allt vad "halvpanna" och rökverk heter, och skivstängen, "roadwork" och romersk pelare blev istället melodin för vår man. Det dröjde inte länge om, innan Sven Johansson var en av landets mest energiska förkämpar för frisksporten. "Bölje-Sven" har icke nöjt sig med den storartade materiella utvecklingen, Hälsokostcentralen på nio korta år genomgått. Han har ständigt strävat efter att kunna ekonomiskt stödja det ideella arbetet för folkhälsan.

1948

En praktiserande stockholmsläkare har levat som råkostare i fyra år. Den 12 februari höll dr L. William-Olsson i Stockholm, en legitimerad läkare, ett märkligt föredrag i Eriksdalskolan på Söder, huvudstadens vegetarianer och frisksportare. Lokalen var fylld från golv till tak av en ytterst uppmärksam publik, uppgående till 450 å 500 personer. Mötet hade arrangerats av Stockholms vegetariska förening och Söders frisksportarklubb.

Englands finansminister är vegetarian.

Sir Stafford Cripps, den nye finansministern i Storbritannien, är mångårig vegetarian (råkostare) och sticker inte under stol med det.

Vår förening har fått två stora donationer.

Årets riksmöte gick i optimismens tecken. - Hjärtliga hyllningar för donatorerna. - Högre medlemsavgift nästa år. - Nya stadgar preliminärt antagna. - Styrelsen förstärkt med tre nya ledamöter.

Några ord av vår förenings ordförande.

Kära meningsfränder!

Svenska vegetariska föreningen bildades som bekant av redaktör J.L.Saxon den 13 februari 1903. Om jag undantar detta möte, kan man lugnt säga, att det nyligen hållna riksmötet den 5 september 1948 - 45 år efter det stiftade - för alla tider ska stå som en märklig milstolpe i vår förenings historia. På riksmötet tillkännagavs nämligen att en storslagen donation kommit föreningen till del genom

makarna E. och Adda Svennedal, Järinge herrgård, Edebo. Även de djärvaste förväntningar blev där överträffade. Vi alla vegetarianer står i allra största tacksamhetsskuld till dessa donatorer, som på ett så utomordentligt sätt givit oss "luft under vingarna".

Dansk Vegetarisk Forening har haft årsmöte, meddelar våra danska meningsfränder. Föreningen har under arbetsåret ökat med 200 medlemmar.

1949

Vincent Dahlgren berättar.

Vår entusiastiske meningsfrände, ingenjör Vincent Dahlgren i Karlskrona, skildrar i ett brev till redaktionen hur en mycket klen Karlskrona-tös på ca 1 år blev som en omvänd hand sedan hon satts på rationell, naturenlig kost. Det intressanta fallet kan ge anledning till åtskilliga reflektioner.

Svenska vegetariska föreningen uppvaktar regeringen.

Hos Eders Kungl. Maj:t får Svenska vegetariska föreningen därför i underdånighet hemställa, att det täckte Eder Kungl. Maj:t att förkommande höst, vinter och vår medgiva en avsevärt ökad import i förhållande till vad under de senaste åren varit fallet beträffande apelsiner, russin, bananer, dadlar och fikon. Sist men icke minst förordas import av nötkärnor, som äro utomordenligt närande och nyttiga ur hälsosynpunkt.

Frukt över huvud taget måste betraktas som nödvändighetsvara, icke som lyx, och detta vill föreningen särskilt understryka.

För Svenska vegetariska föreningen

Underdånigst

Ernst Killander

Ordf.

Carl Schelin

Sekr.

Sundsvalls vegetariska förening har haft årsmöte på Frisksportrestaurangen under livligt deltagande.

Det var en oförgätlig kongress, den första som hållits sedan 1938; då andra världskriget hade kommit som ett streck i räkningen.

Deltagarna enades om att nästa gång sammankalla ett internationellt stormöte i Holland år 1950. I Holland finnes en mångårig, livskraftig vegetarisk rörelse.

Den vegetariska enhetskongressen i USA är nu förestående.

Som "Vegetarianen" förut omtalat, är de spridda vegetariska föreningarna i Förenta staterna i full färd med att gå tillsammans till en slagkraftig och enhetlig organisation, vilken torde komma att ansluta sig till den Internationella Vegetariska Unionen, dit även Svenska vegetariska föreningen hör.

Föredrag vid Svenska vegetariska föreningens årsmöte i Örebro.

Det är inte att taga miste på, att den mest dominerande tendensen av födoämnesvanornas utveckling under detta århundrade varit den oerhörda ökningen av konsumtionen av frukt, grönsaker och mjölk. Vårt eget land står ingalunda i täten i detta avseende utan har en lång bit kvar.

Alvar Thunfors nyvald studieledare.

Styrelsen för Svenska vegetariska föreningen har vid sammanträde efter kongressen valt förste kon-
torist Alvar Thunfors, Örebro, till vice ordförande, varjämte han enligt årsmötets beslut har att leda studieverksamheten inom SVF. Dessutom är han föreningens ombudsman.



Några vegetariska årsmötesdeltagare å Bosöns idrottsinstitut. Från vänster: Carl O. Bergendahl, Stockholm, Barbro Söderlund, Själevad, Berta Jansson, Gävle, Bertil Östblom, Storvik, Anton Edenholm, Gustafs, ordf. Ernst Killander och Erik Lindahl, Malmö.

Sveriges främste vegetarian har gått ur tiden 25 juli 1944.

Kruskans lov

Melodi: Månen vandrar etc.

*Ja k r u s k a n ändå den bästa är
av alla jordens rätter,
för varje dag blir den mera kär,
och fart på blodet den sätter.
Den gör oss friska, den gör oss unga,
och ger oss mod till att glättigt sjunga
vår k r u s k a sång*

*Om livet nån gång kan verka trist,
då vet jag bot mot detta.
Jag säger åt dem som lustan mist
att ställa allting tillrätta:
Ty k r u s k a n lättar på tankar tunga
Och sorgers mångfald vi alla slunga
för alltid bort.*

*Så ät din k r u s k a och sjung din sång
och tyck att livet är härligt,
och glöm det gamla som var en gång,
ty det var bara besvärligt.
Nu styr vi kosan på nya vägar,
och sjunga alla liksom vi plägar
vår k r u s k a sång*



Wilhelm Göddz.

VEGETARIANEN

SVF och vegetarismen i världen 1950-talet

Vegetarismen stabiliserade sin verksamhet i början av 50-talet då såren efter andra världskriget börjat läkas.

Både inom Sverige och utomlands ökade de vegetariska aktiviteterna. Man fokuserade bland annat på den vegetariska kostens möjligheter att bidra till mänsklighetens livsmedelsförsörjning.

De övriga hälsoförbunden Svenska Frisksportförbundet SFF och Riksförbundet Hälsofrämjandet RHF aktiverades tack vare Are Waerland och Conrad Åhlberg. Bland annat invigdes Stensunds folkhögskola av frisksportarna och Kiholms hälsohem övertogs av Hälsofrämjandet.

SVF var bland annat värd för den 13:e vegetariska världskongressen i Sigtuna och inom SVF firades 50-årsjubileum 1953.

1959 firades minnet av Johan Saxons födelse och Adda Svennedal fyllde 50 år 1952. Ernst Killander ledde SVF med kraft och Carl Schelin avgick som sekreterare i SVF.

SF spelade in några filmer med vegetariskt tema. Skådespelare var bland andra Per Oskarsson, Åke Söderblom och Åke Grönberg.

Oslofrukosten aktualiserades i Sverige genom hälsoförbundens framställan till Regeringen.

Arne Wingqvist speglade vegetarismen i USA genom resebrev.



Svenska Vegetariska Föreningens kursgård, Järinge skola, Edebo socken i Roslagen.

50-årsjubileum firades i Stockholm under ledning av Ernst Killander och en stor träff ordnades i Sigtuna som IVU stog bakom.

Ragnar Berg fyllde 80 år 1953.

Coca-colan lanserades som läskedryck efter att den varit förbjuden på grund av sin skadlighet.

Hälsofilmen "En väg som till hälsa bär" blev en framgång tack vare Rolf Botvids medverkan.

Are Waerland dog 79 år gammal i Allasio, Italien.

1950

Folkhälsorörelserna begär hos regeringen skärpt livsmedelslagstiftning

En skarp kritik av slentrian och tilltagsenhet på livsmedelstillverkningens område.

Inlagan har formulerats av kanslissekreterare Rickard Jobson, och den har underskrivits av utsedda representanter för Svenska vegetariska föreningen, Svenska frisksportförbundet och Förbundet all-nordisk folkhälsa (Waerlandrörelsen).

De viktigaste yrkandena i organisationernas skrivelse:

- Alla giftiga konserveringsmedel bör absolut förbjudas, och även sådana omstridda ämnen som svavelsyrlighet (förbjudna i många länder), myrsyra, bensoesyra och natrium bensoat. Kemiska tillsatser bör anges på varans förpackningar.

- Den statliga myndighet som får kontrollen sig anförtrodd (enligt förslagen Folkhälsoinstitutet) bör låta sina beslut bli offentliga. En besvärinstans bör inrättas.

- Gödsling med människolatin på grönsaks- och jordgubbsodlingar ställer sig de sakkunniga betänksamma mot.

- På livsmedelsförpackningar bör obligatoriskt anges tillverkarens namn eller firma och adress.

Organisationerna vänder sig på det kraftigaste emot att tillverkare av mjöl och bröd fortfarande ska få beröva säden vissa viktiga ämnen.

Svenska vegetariska föreningens styrelse har i samråd med ägarna av Järinge ståtliga herrgård i Edebo socken, Roslagen, beslutat inbjuda till en vegetarisk folkhögskolekurs i sommar på herrgårdens ägor. (2-8 juli).

Nässjö vegetariska förening har haft årsmöte. Till ny ordförande valdes agronom Nath. Anderling, Sörängens folkhögskola.

Filosofen Seneca var vegetarian.

Den klassiske filosofen Seneca (år 4 f. Kr., -65 e. Kr.) var verksam i Rom som författare och moralisator. Han humanitära läggning förde honom till erkännande av de vegetariska grundläggningarna.

Kanadas vegetarianer enas. Anslutning till världssorganisationen väntas.

Den vegetariska världssorganisationens sekreterare, hr Kaj Dessau, meddelar att i Kanada har bildats en sammanslutning vegetarianerna, Canadian Vegetarian Union. Även i Australien och Nya Zeeland arbetas på enande av de spridda vegetariska föreningarna till slagkraftiga sammanslutningar, ev. i samarbete med IVU. Man ämnar även söka kontakt med meningsfränder i Asien och Afrika, så att den vegetariska unionen så småningom kan bli världsomfattande.

En ny vegetarisk förening har bildats i Karlstad

På kallelse av några intresserade personer besökte ombudsman **A. Thunfors Karlstad** och höll ett offentligt föredrag om principerna för ett naturligt levnadssätt. Efteråt bildades en lokalavdelning av Svenska vegetariska föreningen.

Vegetariska världskongressen pekar på en säker väg.

Den internationella vegetariska världskongressen i Holland i somras tog upp till allvarligt dryftande flera viktiga frågor. Den betydelsefullaste var utan tvivel den som rörde mänsklighetens livsmedelsförsörjning.

Resolution:

Då det är ett faktum, att det är möjligt att sammansätta en föda baserad på bröd och grovmalet mjöl, frukt, grönsaker och mjölk och att en sådan föda uppfyller alla fordringar på en fullödlig näring, och då en lång erfarenhet vittnar därom, att en sådan kost kan vara mera naturlig, hälsofrämjande och aptitväckande än någon annan, anholder enträget vegetarianer från tre världsdelar, samlade i Holland till den Internationella Vegetariska Unionens 12:te kongress, att en planmässig näringspolitik efter dess linjer måtte genomföras. Därigenom skulle man förhindra den kolossala förlusten av 9/10 av näringsämnen som kreatursuppfödningen drar med sig.

Kongressen tror att en sådan politik, varigenom varje person skulle kunna livnära sig på mindre än 3/4 tunnland, skulle utgöra det största tänkbara bidrag att ögonblickligt lösa världens livsmedelskris och kunna fördriva det hotande hungerspöket, som framträtt på olika håll i världen.

Konsum har i vissa centrala affärer i Stockholm börjat tillhandahålla "dagsfärs, råpressad morotssaft av utvalda morötter". Reformaffärerna för morotssaft från Råsaftcentralen i Stockholm, Skandinaviens första företag i sitt slag.

Ett vegetariskt informationscentrum i förening med vegetarisk bibliotek har öppnats i Genève, Schweiz.

Ett hem för gamla vegetarianer öppnades i mitten av september i Arnhem i Holland.

Vegetarismen går ånyo framåt i Tyskland

I Tyskland arbetar nu flera organisationer för det naturliga levnadssättet. Trots vissa svårigheter bäres de av entusiasm och en vittomspännande idealitet. Rörelsen lovar gott för framtiden.

Ett gediget och lyckat möte på Stensund

Det traditionella goda höstvädet svek inte Svenska vegetariska föreningen i år heller, då ca 150 personer samlades till årsmöte söndagen den 3 september på frisksportarnas högborg, Stensund vid Vagnhärad i Sörmland.

Frisksportarna inviger folkhögskola

Frisksportarnas beramade folkhögskola på Stensund utanför Trosa invigdes högtidligt den 22 oktober i närvaro av bl. a. landshövding och skolstyrelsens ordförande Ernst Killander.

Bort med kemiska tillsatser i våra livsmedel!

Statens institut för folkhälsa slår larm vid den medicinska riksstämman.

Kemiska tillsatser till livsmedlen har blivit en stor riskfaktor för folkhälsan. Det är ett mycket allvarligt problem då det snart inte finns ett livsmedel, som inte preparerats kemiskt på ett eller annat sätt utan att vederbörande förvissat sig om att verkningarna på lång sikt, förklarar professor **Ernst Abrahamson** vid Statens institut för folkhälsan. Han höll ett anförande om saken vid den nyligen hållna medicinska riksstämman i Stockholm.

Redaktörskifte i "Vegetarianen"

Nästa år ingår denna tidskrift i sin 50:de årgång. Samtidigt har undertecknad i 15 år hedrats med förtroendet att stå som redaktör och ansvarig utgivare. Jag övertog utgivandet omedelbart efter det tidningens grundare, chefredaktör J. L. Saxon, skilts hädan.

Då jag nästa år fyller 67 år och därmed ingår i "pensionsåldern", har jag ansett det lämpligt, att en yngre kraft övertar det redaktionella arbetet. Styrelsen för Svenska vegetariska föreningen har ställt sig förstående till denna önskan och har till efterträdare utsett skriftställaren fil. kand. Sven Johanson, Stockholm

Carl Schelin

I Göteborg finns det nu tre hälsokostbodnar: Gröna Boden på Landsväggsgatan 10, Hälsokostboden på Drottninggatan 28 samt Sund Kost på Friggagatan 13.

I Hofors, Gästrikland har öppnat en naturskönt belägen hälsokuranstalt under vägledning av fru Inger Waerland.

1951

Hälsoförbunden begär bättre skolfrukost.

Som meddelats i dagspressen har de tre hälsoförbunden begärt att Oslofrukosten eller grovgröten skall komma till heders när det gäller barnens skolfrukostar.

Ny kraft i "Vegetarianen"

Till redaktör för "Vegetarianen" utsågs för ett år sedan hr Sven Johnson, Stockholm. Han har emellertid anmält, att han av oförutsedda omständigheter ser sig ur stånd att fullfölja uppdraget. Svenska vegetariska föreningen styrelse har därför utsett sekreteraren **Harry Lindgren** i Stockholm att från och med detta nummer svara för redigeringen av tidskriften.

75 år fyllde den 13 april skriftställaren Are Waerland i Allnordisk Folkhälsa. Waerland är så känd att närmare presentation är överflödigt. Födelsedagen firades med en fest i Berns salonger i Stockholm, då jubilarerna hyllades av 550 meningsfränder från hela landet.

Dr Nolfi 70 år. Den 14 april var en bemerkelsedag för råkostarna i Norden, ja i hela världen. Den dagen nådde doktor Krsitine Nolfi å Humlegården, Humlebaek i Danmark den 70 åren. Dr Nolfi startade hälsohemmet Humlegården. Hon vann lysande resultat ifråga om omsättningssjukdomar, åkommor som kräfta, sockersjuka, envis obstipation, reumatism, för högt blodtryck, gallsten m.m.

Film. Det är inte så ofta som Vegetarianen sysselsätter sig med film. Men nu ska det ske. Anledningen är att den svenska filmen börjat syssla med vegetarismen. Leva på hoppet hette ett verkligt trevligt lustspel med 6 unga svenska skådespelare. Unge **Per Oscarsson** fick tillfälle att lägga ut sina åsikter om grönsakskost både på ett trevligt och riktigt sätt. Och med en smula humor. Biffen och bananen var den andra "propagandafilmen" för den gröna kosten. Pigga **Åke Söderblom** spelade vegetarianen och **Åke Grönberg** var biffälskaren. Även här skildrades den vegetariska kostordningen på ett sympatiskt sätt och Åke klarade sig riktigt hyggligt.

Norges vegetariska landsförbund håller en kongress i Oslo den 23-27 september uppger sek., dr H.J. Rögler.

Amerikas vegetarianer har hos norska stortinget föreslagit Internationella Vegetarisk Unionen - som årets fredspristagare.

Sundsvalls vegetariska förening höll månadsmöte den 8 mars å Frisksportrestaurangen, Storgatan

27. Föreningen har nu cirka 30 medlemmar. Vid marsmötet diskuterades den aktuella frågan om vårbesprutningen av fruktträd och bärbuskar.

Stockholms vegetariska förening hade den 6 april ett välbesökt och givande möte under ordförandeskap av redaktör S. Spring. Ingenjör Anders Kocken inledde frågan om varför vi vegetarianer och "närensreformare" är så relativt få.

Internationell vegetarisk ledare från England besökte vårt årsmöte på Stensund den 2 september. Deltagarna uppgick till ett 100-tal och bland de närvarande märktes den nyvalda sekreteraren i Internationella Vegetariska Unionen, **Mr J. H. Walker** från London, glatt hälsande åt alla håll. Vid framkomsten vandrade allesammans till det nyuppförda minnesmärket över de omkomna på "Ormen Friske". **Major Killander** nedlade blommor och sade några ord, ägnade åt minnet och saknaden. För övrigt medverkade som talare under årsmötet direktör **Olof Thorborg** och **fil. Kand. Nils Linnman** från radiotjänst.

Styrelsevalet togs i år med rätt stor grundlighet. Man yrkade på val med slutna sedlar, sedan ordföranden, major **Ernst Killander**, blivit enhälligt omvald. Valhandlingen gav till slutat, att herr Johan **Pedersén, A. Thunfors, Elsa Stuge** och **Carl Schelin** omvaldes, varjämte direktör **Olof Torborg** och sekr, **Harry Lindgren**, båda i Stockholm, insattes som nya ledamöter i styrelsen.

Folkhälsoföreningarna kräver skärpt livsmedelslag. Enligt vår uppfattning behöver det kungliga förslaget i väsentliga stycken omarbetas och kompletteras. Särskilt angeläget finner vi det vara med en skärpning av de föreslagna bestämmelserna om konserveringsmedel och införande av en reglering av sammansättningen och beskaffenheten av spannmålsprodukter.

*Stockholm den 19 oktober 1951
Svenska Vegetariska Föreningen
Förbundet Allnordisk Folkhälsa
Svenska Frisksportförbundet*

1952

Malmö vegetariska förening hade den 20 juli anordnat en trevlig studieresa till Hornbaeck i Danmark. Målet var inspektör **Elstrup Rasmussens** försöksgård för biodynamisk odling Rödbjergsgård.

Örebro vegetariska förening har hållit årsmöte och firat 5-årsjubileum. Till att leda förhandlingarna valdes A. Thunfors. Styrslesen omvaldes och består av ordf. A. Thunfors, dir B Gilmark, köpman Olle Andersson, hr David Öberg och C. Karlsson.

Skall skolfrukosten vara Oslo-frukost? Som vi tidigare meddelat i Vegetarianen har de tre hälsoförbunden, Allnordisk Folkhälsa, Frisksportförbundet och Vegetariska Föreningen, gjort en framställning till Kungliga skolöverstyrelsen om att skolbarnen skall kunna erhålla grovgröt istället för den nuvarande knappast fullgoda frukosten. Statens Institut för Folkhälsa, som fått förslaget på remiss, har uttalat sig positivt och ansett de föreslagna måltidformerna vara att rekommendera.

Ungdomsledarkursens deltagare från alla Sveriges hörn, har under ledning av **Alvar Thunfors** invigs i den vegetariska rörelsens idéer och praktiskas program. Övriga medverkanden är fru **Elsa Stuge, dr John Thorsson, red. Carl Schelin, med. Harry Lindgren** och red. **Einar Ljungberg**.

Råkostens upphovsman, och den verkliga banbrytare för denna kostreform, är den schweiziske läkare, dr **M. Bircher-Benner, Zürich**. Om hans pionjärsats skriver bl.a. en författare i tidskriften "Der Wendepunkt" "Råkosten är helt och hållet en skapelse av dr **M. Birschers** geni. Före honom har ingen, allraminst läkarna, kommit på den idén att använda rå föda som botemedel eller som förebyggande medel mot sjukdomar".

Swingstjärna vegetarian. I Göteborg har upptäckts en s.k. swingstjärna vid namn **Sonya Hedenbratt**. Hon arbetade förut på en skjortfabrik men befanns ha en mindre vanlig naturröst, och nu sjunger hon alltså swingsånger. Hon är rätt fylig, älskar djur och vegetarisk kost. Hon äter aldrig kött och vill inte ens bära päls, därför att den förutsätter djurets dödande.

Vegetarian i USA. Resebrev från **Arne Wingquist**. I New York, liksom i flertalet städer i de östra staterna, finns det en hel del "hälsokostaffärer", Health Food Stores". Så vitt jag vet finns det för närvarande endast två stycken "vegetariska restauranger", men dessa skiljer sig ganska mycket från vad vi äro vana vid i Sverige. Där serveras t.ex. fisk, fågel, omelett, kaffe, te, choklad etc.

Beträffande "hälsokostaffärerna" så serverar dessa även lunch och de äro alltid överfulla av gäster mellan 11-11.30. Men för mig verkar det som om dessa affärer mera lägger an på preparat och tillverkningar än hälsokost. Här finnes en nystartad vegetarisk förening, "The Vegetarian Society of Minnesota", som är mycket livaktig. Vi ha visserligen bara 40 medlemmar ännu, men intresset är stort och våra sammanträden och möten äro väl besökta. Här finns många utmärkta tidskrifter för

vegetarismen och hälsokost. Litteraturen i ämnet är fantastiskt omfattande. Intresset för biodynamisk odling är relativt stort. Här benämns det "organic farming".

Brev från en svensk vegetarian i Australien. Häl-singborgsflickan *Birgit Nilsson* reste för ett år sedan till Australien och berättar nedanstående om sitt liv där borta. Råkostallrikarna innehöll lika mycket frukt som grönsaker. Brödet var halvbakat och dåligt och den mörka färgen åstadkom man med hjälp av färg. Jag var också med i en hälsoklubb - AustralianVegetarian Club. Det finns en sådan klubb i varje stat här. Det var 200 medlemmar i klubben men aldrig mer än 30 på mötena. Det var mycket kritik det här, men tyvärr har jag kommit mest i kontakt med de mindre bra sakerna. Hälsotidningarna här är dock rätt bra. En av dem - The Australian Vegetarian - utges av en svenska, *Sten von Krusenstjerna*. Eljest finns det ju goda möjligheter att leva friskt i detta land med sitt goda klimat och sin rikedom på frukt (t.ex. ananas och kokosnötter) och grönsaker.

I 14 år har 70-åringen Ernst Killander varit Vegetariska föreningens ordförande. Vår förenings ordförande, den ungdomlige idealisten major *Ernst Killander*, fyllde den 10 mars 70 år. 1935 avled vår förenings stiftare, redaktör *J. L. Saxon*. Det var inte lätt att då få någon man vid rodret, lika känd och uppburd som den hädangångne ledaren. Man samlade sig till en början kring en åldrig skriftställare *G. H. Liander*, mångårig vän till Saxon. Då han år 1938 gick bort stod föreningen inför samma bekymmer igen. Var få tag på en man i sina bästa år, en orädd och samlande gestalt, som kunde föra verket vidare? Man fann honom till sist i Ernst Killander. I 14 år har han nu stått i spetsen för vår organisation. Ernst Killander har omfattande ideella intressen. Han har varit och är en förgrundsmann inom idrottsrörelsen och han innehar en ledande post bland djurskyddsvännerna.

Stensund söndag den 7 september. Programmet upptar trenne föredrag: "Kemiska tillsatser i födan". Anförande av ledaren för Statens institut för folkhälsa, professor *Ernst Abrahamson*. "Nästa års världskongress i Sverige!" Orientering av skatt mästaren i Internationella Vegetariska Unionen, kamrer *J. Pedersén*, Stockholm. "Erfarenheter av bio-dynamisk odling av vegetabilier". Redogörelse av en fackman, föreståndaren *Herman Glaser*, Saltå, Järna.

Blick på utlandet. Den pampiga tidskriften "Helse for alle" i Norge, utgiven av dr *H. J. Rögler*, Norges vegetariska förening kommer från och med hösten att sammanslås med tidskriften "Pioneer"

1953

Årets riksmöte blev sakligt och givande.

Svenska Vegetariska Föreningen höll sitt 50:de årsmöte i Stockholm, söndagen den 6 september med början kl 13.00. Lokal "Norrlandsrummet", Kristliga föreningen av unge män (KFUM), Birger Jarlsg 35. Mötet gick i enkelhetens tecken och ledes av ordföranden, major *Ernst Killander*. Följande lokalavdelningar hade ombud närvarande: Stockholm, Örebro, Sundsvall, Södertälje, Falun, Malmö och Gävle. Riksmötets program upptog ett intressant föredrag om biodynamisk odling av konsulent *Bo Pettersson* i Uppsala. I styrelsens berättelse kan man läsa att en offentlig 50-årsminnesfest hade hållit den 3 februari å HSB-salen i Stockholm med tal av professor *Gunnar Andersson* och sekreteraren, lyckönskningar från sympatiserande föreningar och utdelning av "hederstecken" till dem som varit aktivt arbetat som medlemmar i minst 25 år. Till ordförande återvaldes enhälligt major Ernst Killander, vice ord. Fru *Elsa Stuge*, Stockholm, sekreterare fru *Elisabeth Mellin*, Stockholm (efter *Carl Schelin* som avsade sig av åldersskäl), skatt mästare ing. *Anders Kocken*, Nacka, vice sekr. *Sigfrid Spring*, Spånga, förste kontorist *A. Thunfors*, Örebro, (tillika studieledare och riksbudsman) samt köpman *Hugo Sjögren*, Skövde. Föreningens guldmedalj tilldelades major *Ernst Killander*, bankkamrer *J. Pedersén* och red. *Carl Schelin*. Den senare utsågs även till föreningens hedersledamot på grund av att han i 22 år tjänstgjort som sekreterare och i 15 år som red. För "Vegetarianen".

Till Carl den arbetsamma

Carl Schelin är ett namn från den svenska vegetarismen banbrytartid. Genom att *Carl Schelin* har vi, som tillhör en senare generation, och för vilka Saxon bara varit en legend, dunkelt ihågkommen från dagbladen i våra barndoms hem, lärt känna föreningens grundare. Han har varit Saxons medhjälpare, och han har gjort Saxons arbete levande för oss och låtit oss ta del av levande traditioner från denna tid. Vi får försöka att förstå Schelin påstådda trötthet efter att oegennyttigt ha varit föreningens "klockarfar" som ordförandes högra hand i 22 år, och i år avverkat ett festligt 50-årsjubileum samt tagit del i det myckna arbetet för en synnerligen jobbig kongress.

Den vegetariska världsmönstringen i Sigtuna.

Alla vet att det var *Internationella Vegetariska Unionen*, som stod bakom denna storträff av vegetarier världen runt. Det var den 13:de kongressen av detta slag som hölls, och en och annan svensk

gav kongresskommittén rådet: Tala inte om att kongressen är nr 13 - ifall det skulle gå galet! Det gick inte galet, och kommittén förkunnade högt och ljudligt den ominösa siffran. Gamla märken står sig inte alltid...

Värd var Svenska Vegetariska Föreningen, och vi tyckte alla att det var ett hedrande just under vårt 50-årsjubileum.

Till Josef den glade

Scenen är IVU-kongressens avslutning i riksdagshusets vackraste partisal. Med stor värdighet och en under decennier förvärvad rutin av pris- och medaljutdelningar kallar vår värderade ordförande, major Killander, den ena efter den andra av kongressens notabiliteten upp på podiet för att tilldela dem föreningens hederstecken. Ovationerna stegras när man ser *Josef Pedersén*, den spänstige mannen, som med ett par lätta steg hoppar upp på podiet och leende och rörd mottager sitt hederstecken. Men det var nog inte bara Josef Pedersén som var rörd vid det tillfället, då vi sågo och hörde hur kongressens alla deltagare och i synnerhet de utländska gästerna bringade honom sin hyllning och sitt tack för vad han gjort för dem under de oförgätliga Sigtuna-dagarna i sin egen-skap av Kongressbyråns uppoffrande föreståndare.

Dr Ragnar Berg fyllde den 1 september 80 år.

"Vegetarianen" har vid flera tillfällen uttalat sig om dr Bergs beundransvärda livsverk som näringsforskare och vägledare ifråga om det naturenlige levnadssättet. Han har varit ett överdligt stöd för de hälsoreformrörelserna i Europa, inte minst i vårt land.

Hälsöförbundets fickkalender är namnet på en liten trevlig fickalmanacka för 1954, som utgivits av Sv. Vegetariska Föreningen, Allnordisk Folkhälsa och Sv. Frisksportföreningen. Kalenderns redaktörer är *Rickard Jobson* och *Harry Lindgren*.

Våra stora, klassiska föregångare. Det synes vara mindre känt, att en hel rad av mänsklighetens yppersta representanter, både i klassisk och modern tid, varit vegetarianer, ofta av moraliska och religiösa skäl. Namnen på några av de främsta som gått före med sitt liv och sitt exempel ifråga om avhållsamhet från köttföda, sprit och narkotiska gifter upptar bland annat följande:

Ansgar, den förste kristne missionären i Sverige.

Apollonius av Tyana, grekisk filosof. (Första århundradet e. .Kr.)

Frans av Assi, italienska helgon (1181-1226)

Guatama Buddha, religionsstiftare (buddismen)

General William Booth, Frälsningsarméns grundare

Giordano Bruno, italiensk renässansfilosof (1548-1600)

Lord Byron, berömd engelsk skald

Diogenes, grekisk filosof (323 f.Kr.)

Thomas A. Edison, den berömde uppfinnaren i USA

Euklides, grekisk filosof (431-404 f.Kr. ej matematikern)

Benjamin Franklin, amerikansk statsman (1706-1790)

Mahatma Gandhi, Indiens store man

Hesiodus, grekisk skald

Homerus

Hieronymus, kyrkofader (340-420)

Alexander von Humboldt, berömd upptäcktsresande (1759-1859)

Johannes Döparen

Ovidius, romersk skald (43 f.Kr.-18 e. Kr.)

Plato, en av alla tiders störste tänkare (327 -347 f.Kr.)

Porphyrius; platonisk filosof (232-304 e.Kr.)

Pythagoras, stor grekisk filosof (580-500 f.Kr.)

Jean Jacques Rousseau, fransk författare och socialfilosof (1712-1778)

Kryostomus, berömd religiös vältalare (347 407 e. Kr.)

Friedrich von Schiller, betydande tysk skald

Seneca, romersk filosof och författare (4 f. Kr- 65 e. Kr.)

Sokrates, vördnadsvärd grekisk filosof (469-399 f.Kr.)

Tagore, indisk författare (född 1861)

Leo Tolstoj, rysk författare och levnadsreformator (1828-1910)

Leonardo da Vinci, en av alla tiders största konstnärer och vetenskapsmän (1452-1519)

Rickard Wagner, berömd tonsättare (1813-1883)

Mathilda Wede, fångarnas skyddshelgon, Finland
Zarathustra (Zoroaster), religionsstiftare (ca 1000 år f. Kr.)

En vegetarisk samarbetsdelegation bildad i Frankrike. Internationella vegetariska byrån i London (sekreterare *Hanworth Walker*) meddelar att franska vegetariska riksförningar, nu enats om att bilda en nationell topporganisation, vilken anslutit sig till Internationella Vegetariska Unionen (IVU). I ett 30-tal länder finns det nu vegetariska samfund, anslutna till Vegetariska Världsunionen. Senast har sådana bildats i Luxemburg och Italien.

Coca-Cola en onödig och skadlig dryck. Hälsofolket i Jönköping och för övrigt i hela Sverige ser med oro att coc-cola-drycker nu fritt får säljas inom landet. trots sin inom medicinen så välkända myckenhet av gifterna koffein och fosforsyra! Det är också beklämmande att se hur det svenska passiva motståndet från medicinalstyrelsen brutits. Vad är att göra? Vi vegetarianer är skyldiga ungdomen all hjälp dem kan få. Svenska Vegetariska föreningen bör fästa all uppmärksamhet på coca-cola-dryckernas skadliga inverkan på ungdomens hälsa.

1954

Vegetarianen, fru Alma Nissen är en namnkunig danska, som nyligen besökt Sverige. Hon har med framgång behandlat reumatiskt sjuka enbart med diet, bad och utrensning. Fru Nissen kommer nu den 1 februari att i Pershagen utanför Södertälje öppna ett hälsohem.

Julstek av bönor, lutfisk av vitkål, sylta av selleri. Vid den vegetariska utställningen "Julbord duka dig", som ägde rum på Backholms restaurang före jul, fick allmänheten uppleva hur en vegetarian äter på julafton.

Josef Pedersén berättar nytt från IVU. Generalsekreterare Walker har under april besökt Israel på inbjudan av därvarande vegetariska organisationer. Han hade givande konferenser med såväl vegetarianer som framstående representanter för statsmakterna och talade i radion om vegetarismen

Förre presidenten Sibly reser i dagarna till väst- och Sydafrika och skall då kontakta vegetariska organisationer där. Och från Indien och Japan har önskemål om besök framförts. Det senare landet har miljontals buddistiska vegetarianer, som önskar tillgodogöra sig västerländsk vegetarisms erfarenheter på det näringsfysiologiska området.

En vegetarisk förenings historia. Malmö Vegetariska Förenings ordförande under tio år, dr *Eric Lindahl* berättar: Enligt notiser i tidningarna den 6 mars 1944 hade föreningen valt styrelse och i denna ingick *Arne Tammer*, *Sonja Krüger* (numera Redbo), *Sven Johansson* (Bölje-Sven), *Gösta Sjögren*, *Eskil Lindstedt*, *Stig Månsson* (numera Redbo). Den 13 september samma år annonserade föreningen att dr *Kristine Nolfi* inte kunde få utresitillstånd av tyskarna, som ju ockuperat Danmark, och att mötet därför måste inställas. Den 26-29 mars 1945 anordnade föreningen vegetariska matlagningskurser.

I september samma år kom dr *Ragnar Berg* till borgarskolan och talade om näringslärans senaste rön. I november 1945 ordnade föreningen en stor fest på IOGT, där bl.a. bjöds på på stor vegetarisk supé till ett pris av 3 kr. Den 14 jan 1946 hade föreningen lyckats få dr *Nolfi* till Sverige. Dr *Nolfi* har lyckats bota sig själv från bröstkräfta med bl. a. råkost.

1947 hade föreningen inbjudit den över hela världen kände näringsexperten dr *Ralph Bircher* från Zürich i Schweiz till ett föredrag, som hölls på Nya Stadsbiblioteket. Föredraget var mycket lärorikt och välbesökt.

Den 9-12 nov. 1949 hade föreningen anordnat matlagningskurser på Borgaskolan med fru Elsa Stuge som ledare.

Den 9 april 1952 stod föreningen som inbjudare av odlingsintresserade. Konsulent *E. Rasmussen* från Danmark talade om biodynamisk odling.

Den 22 februari 1953 invigdes vårt största arrangemang genom åren: Den stora Hälsokostutställningen på Forum.

Den 21 mars blev den vackra drömmen verklighet, ty då öppnades Malmös genom tiderna största vegetariska restaurang.

Rekordtillslutning vid Järingekursen

Femte årets Järingekurs samlade ett 50-tal både äldre och yngre kursdeltagare. En stor händelse var att skolbyggnaden äntligen fått elektrisk belysning. Årets kurs gick under tiden 11-23 juli. Kursledaren *Alvar Thunfors* medverkade med ett tiotal föreläsningar om kroppsvård, alkoholfrågan och huru vi skall agitera etc. Fil. Dr *Gunnar Bohlin* höll ett tankeväckande föredrag om "Världsfederalisterna". En litterär afton fick vi uppleva då lärarinnan fil. Mag. *Thorborg Thyseius*, Uppsala, på ett mycket fängslande sätt föreläste om "Dan Andersson liv och diktning". Mellan de olika föreläsningarna var god tid anslagen till bad, idrott m.m.

Svenska Vegetariska Föreningens årsmöte hölls även i år på den sedan ett halvt sekel traditionella dagen, 1:a söndagen i september. Margaretaskolans trevliga festvåning på Drottninggatan fick hysa oss. Mötet öppnades för 15:e gången av ordföranden, major Killander.

Hollands vegetariska förening 60 år. Hollands vegetariska förening är ett av de äldsta och största samfundet i världen. Föreningen utger en tidskrift, *Vegetarische Bode*.

Det livaktiga Riksförbundet för Reformkost - sammanslutningen av Sveriges odlare och distributörer inom näringsreformen - har haft stort sammartering på Frisksportarnas Trädgård vid Lysekil. Vi kvällens samkväm visades fragment av den hälsokostfilm, som fotograf Sture Nordh flitigt arbetat med under sommaren och som lovats ligga färdig i höst. Filmen har en både spännande och rörande "röd tråd". Den visar ett ungt frisksportarpars väg längs hälsans "hälsans glömda stigar" - från det biodynamiska jordbruket och till det bästa i reformbranschen. Vi får bl.a. följa fastegångarna på deras heroiska marsch genom landet och vid välkomstfesten på Frisksportrestaurangen.

Hälsofilm succé! Den första provvisningen av den färdiga hälsofilmen "En väg som till hälsa bär", har skett inför styrelsen och de närmast ansvariga. Alla var ense om att filmen verkligen är en verklig framgång för idéerna.

1955

Varning för kli i vår. I dagarna har konstaterats, att på sina håll betat utsäde inmalts bland brödsäden. Då betningsmedlet innehåller kvicksilver förefinnes vissa risker för kronisk förgiftning. Denna risk är störst bland de brödsädeskonsumenter, som föredrar kliet framför det finmalda mjölet. Professor Ernst Abrahamsson vill därför bestämt varna för konsumtion av kruska och dyl. en tid framåt.

Glimtar från Örebro. Före jul hade vi besök av naturläkare Arne Wingqvist, Stockholm, som införde ett stort auditorium talade över ämnet "Fastan och kosten". Vi skapar oss själv sjukdomar genom froseri. Vi äter för mycket. Det är nödvändigt att åstadkomma en radikal väckelse hos svenska folket. Födan skall var av hösta värde och då är vegetarisk kost bäst. Bladgrönt, frukter, nötter, fikon, fröer, mjölk, säd och rotsaker är den föda som bygger friska celler och friska människor

Luciafesten blev som vanligt mycket lyckad. Frisksportklubbens junioravdelning framförde luciatablå och två små pjäser. Maj och Samuel Andersson underhöll med vacker musik.

Stockholms vegetariska förening hade ett lyckat möte den 1 mars i KFUM:s Norrlandssal. "Dragplåstret" var säkerligen i första hand Birger Ledin från Saltsjöbaden, som valt att tala över ämnet "Kropp och själ".

Conrad Åhlberg 75 år. Direktör Conrad Åhlberg i Stockholm fyllde den 15 april 75 år och blev föremål för varma hyllningar. Conrad Åhlberg är en uppbyren veteran inom de olika folkhälsorörelserna i vårt land. Han var samtida med banbrytaren J. L. Saxon, kapten Gedda och socialarbetaren G. H von Koch. Svenska vegetariska föreningen har han länge varit en av de ideella stöttelearna, lika i med- och motgång, ofta medverkar han även på våra möten. Men vännen Åhlberg är lika väl-sedd även inom Frisksportförbundet och Allnordisk Folkhälsa.

Fastpropaganda. Den i USA diplomerade naturläkare Arne Wingqvist från Stockholm berättade om den över hela Sverige så livligt uppmärksammade s.k. fastemarschen, i vilken han själv hade deltagit. Evenemanget belystes fängslande med en av honom själv tagen film.

Jönköpingsföreningen kommer igen. Verksamheten under 1954 har inte varit så livlig, men lus-

ten att ta nya tag inom föreningen för vegetarismens spridande är god. På årsmötet, som besöktes av aderton medlemmar, visades filmen "En väg som till hälsa bär" från Reformkostförbundet".

Vegetariska världskongressen. Den 15:e i ordningen, gick av stapeln i Paris den 1-6 augusti. Den hölls under halvt tropisk hetta och under livlig tillslutning. Ombud och intresserade hade infunnit sig från många länder, bl.a. Skandinavien, Tyskland, England, Holland, Indien, Canada och förensta staterna. Vår svenske delegat, bankkamrer J. Pedersen, meddelade första dagen på ett brevkort till Vegetarianen: God upptakt. Delegater anländer från så gott som hela världen. Kongressen har fått god press här.

Grönsakskosten "matmamma" fru Anna Olsson 70 år. Den 27 juli fyllde fru Anna Olsson, Hotell Breidablick, Tyninge 70 år. Mammans kokkonst har blivit vida berömd. Hushållselever i 100-tal har hos henne lärt sig matlagning under årens lopp. Sedan debuten 1913, då Praktisk Kokbok gick ut med storartad framgång, har hon givit ut ytterligare 2 kokböcker: grönsakers användning i hushållet. Och Vegetarisk Kokbok, vilka samtliga utgätt i 22 upplagor med 104.000 ex.

Årets Riksmöte. Svenska vegetariska föreningen hade traditionell tur med vädret, när den i år den första söndagen i september samlades till riksmöte. Cirka 100 medlemmar kom tillstädes. Mötet hölls i Restaurangholmens ståtliga samlingslokal, Saltsjöbaden. Major Ernst Killander ledde förhandlingarna med sedvanlig geist. Av verksamhetsberättelsen inhämtades bl. a., att en skrivelse avlåtits till regeringen med anhållan om åtgärder för att förhindra att kvicksilverbetad säd utsläpptes till människoföda och att lägre premier för vegetarianer utverkats hos försäkringsbolag. Ett särskilt tack riktades till makarna Svennedal, Järninge, Edebo, för det frikostiga stöd de skänkt föreningen genom sin donation.

Are Waerland har gått hädan. I pressläggningsögonblicket ingår just ett meddelande att Are Waerland helt oväntat avlidit i Alassio, Italien. Han blev 79 år gammal. W. Var finländare till börd, född i Ekenäs, Finland. Han hette ursprungligen Fager. Under studier i Helsingfors, Uppsala och London kom han att intressera sig för näringsfrågorna och började förkunna en laktovegetarisk kostreform med vissa personlig variationer: kruska m.m.

En liten blomma. Agne Windmark, publicist, vegetarian och en av frisksportrörelsens barrikadkämpar, fyller den 10 december 50 år.

"Texas" 75 år. Vår värderade meningsfrände, bokförläggaren, agitatorn och nykterhetsivraren Texas Ljungberg i Stockholm har frisk och kry firat sin

75-årsdag. Vegetarianen ber att få hälsa sin "broder i grönsaklandet". "Texas" är nämligen sedan åtskilliga år vegetarian, och han har vunnit mycket genom detta levnadssätt, säger han själv.

1956

Från vegetariska fronter. Vår broderorganisation i Danmark, Dansk Vegetarisk Forening har hållit årsmöte. Verksamheten har haft åtskilliga svårigheter att övervinna, men ordf. och redaktören för samfundets tidning, konsulent H. Mosegaard, har i samarbete med styrelsen utfört ett duktigt agitationsarbete och bl. a. fått insteg både i radio och den allmänna pressen. Vegetarisk tidskrift har utgivits i sex mångsidiga nummer.

Vår kollega Helmuth Rall i Ebbhausen, Schwarzwald i Tyskland, är en flitig herre som utger en vegetarisk tidskrift, "Vegetariches Universum". Ordnar kongresser för idealister varje sommar och redigerar en årsbok om naturenligt levnadssätt.

I London arbetar sedan många år London Vegetarian Society, med mr Ronald Lightowler som sekreterare. Han utger bl.a. samfundets tidskrift "Vegetarian News". Det är inget småblad - senaste numret innehöll ca 70 sidor med välgående artiklar. På nyåret utsänder föreningen en världskalender för vegetarismen. "The Vegetarian Handbook 1956". Där får man bland annat reda på adresser över hela världen.

Till Australien har nyligen avrest två bemärkta meningsfränder i huvudstaden: tandläkare *Lennart Edrén*, ledare för fastemarschen, och naturläkaren *Arne Wingqvist*. Båda har intresserat deltagit i folkhälsorörelsen och lämnar ett kännbart tomrum efter sig.

Årets riksmöte den 2 september. Mot vanligheten hade Svenska Vegetariska föreningen riksmöte detta år förlagt till Örebro. Ett 70-tal pigga företrädare för den vegetariska rörelsen samlades och utbytte hälsningar. *Ernst Killander* hade denna gång blivit förhindrad genom dödsfall i släkten. Han lät framföra en hjärtlig hälsning till årsmötet. I stället blev vice ordföranden, *dr Bertil Åhnberg* fram och slog klubban i bordet. Uppropet visade, att ombud infunnit sig från lokalavdelningar i Stockholm, Örebro, Jönköping, Gävle, Huskvarna och Nässjö. Styrelsevalet gick raskt undan, ty mötet accepterade i stort sett den lista som valkommittén gjort upp. Valda blev: Ordförande major Ernst Killander, Övriga styrelseledamöter: Dir Ber-

til Åhnberg, Stockholm, fanjunkare Tom Rosén, Södertälje (nyvald), fru Elisabeth Mellin, Stockholm, fru Adda Svennedal, Edebo, förste kansliskrivare Alvar Thunfors, Örebro och dr E. Lindahl, Malmö. Trenne motioner hade inkommit från Stockholmssavdelningen. I den ena yrkades, att undervisningen i näringsfysiologi skulle tas upp vid våra medicinska högskolor. I den andra motionen påpekades att alltför hög skatt f. n. utgår på ideella stiftelser. I en tredje motion begärdes åtgärder mot vixsektionen, särskilt förslaget till ny djurskyddslag.

Nästa kongress i Indien. Enligt senaste uppgifter skall nästa vegetariska världskongress hållas i Indien under mars månad 1957. Det blir den 15:e internationella kongressen av detta slag. De två senaste har hållits i Sigtuna och Paris.

Ordförande Ernst Killander fyller 75 år. Föreningens ordförande Ernst Killander fyller den 10 mars 75 år. - Det är snart tjugo år - , säger major Killander, som - jag haft hedern, äran och glädjen att stå som Svenska Vegetariska Föreningens ordförande.

1957

Dr Nolfi död. Strax för pressläggningen når oss budskapet, att den i hela Norden välkände läkaren, dr *Kristine Nolfi* i Danmark, gått hädan, 76 år gammal. Enligt hennes egen önskan har begravningen skett i stillhet. I Sverige har dr Nolfi talat offentligt fler a gånger., senast å Vegetariska Världskongressen i Sigtuna 1953.

Linné vegetarisk sympatisör. Nyligen har 250-årsminnet firats av den store naturforskaren Linnés födelse. Det kan då förtjäna erinras om, att Linné med sin genomträngande skarpsyn och snabba iakttagelseförmåga redan för ett par år hundra år sedan principiellt ställde sig på vegetarianernas sida ifråga om människans naturliga föda.

I Roslagens famn. Ja, naturligtvis gäller det Järningekursen, Vegetariska föreningens årligen återkommande semester- och hälsokurs. Kursen startade den 15 juli och kursledaren, *Alvar Thunfors* höll hälsningstalet. Det hölls många och goda föredrag. Så höll t.ex. tandläkare *Göran Lindström*, Stockholm ett utmärkt föredrag om tänder och tandsjukdomar. Med kand. *Karl-Otto Aly* höll några intressanta föredrag betitlade: råkost och vetenskap, Fasta, naturläkekunst, Vegetarism och etik.

Årsmöte i september. Den 1 september höll Svenska Vegetariska föreningen sitt årsmöte på Grand Hotell, Saltsjöbaden. Det var i allt en lyckad dag. Ett 80-tal deltagare hade mött upp. *Jerker Engborg* höll ett livligt och uppskattat anförande om de biodynamiska odlingsmetodernas fördelar. Major *Ernst Killander* omvaldes enhälligt och med acklamation till ordförande och av den förutvarande styrelsen omvaldes *Alvar Thunfors*, *Tom Rosén*, *Bertil Åhnberg*. Nyvalda blev redaktör *Sigfrid Spring*, ingenjör *Anders Kocken* och redaktör *Theresia Ek*. ett par motioner hade inkommit. Från *Elisabeth Mellin* kom förslag om att till Kungl. Maj:t göra en framställning om spritfri representation inom Staten.

1958

Svenska Vegetariska Föreningen har nyligen flyttat in i en **ny expeditjonslokal** med adress Sveavägen 33. Expeditionsförestånderskan fru *Greta Degermark* svarar på vår förfrågan att hon trivs utmärkt på det nya stället. Här är större , ljusare och rymligare än i den förra lokalen. Och så är det nya läget så idealiskt - i hjärtat av Stockholm.

Ernst Killanders hastiga bortgång är en stor förlust för SVF. I 25 år ledde han SVFs arbete och under hans tid som ordförande blev föreningen känd med respekt ute bland allmänheten och bland myndigheter.

Anders Kocken blev SVFs nye ordförande efter Ernst Killander.

1959

Hem för äldre vegetarianer.

I flera andra länder finns sedan en del år tillbaka ett slags ålderdomshem för vegetarianer. Naturligtvis är de inte statliga. Både i Holland och England lär de ha kommit till genom donationer.

Saxons 100-årsminne firat. Minnet av *J.L Saxons* födelse genljöd bokstavligt talat över hela Sverige. Radion ägnade god tid åt en programpunkt som leddes av fil. Dr Hjalmar Linder, och handlade om Saxon och hans gärning. I detta program medverkade dessutom red. *Carl Schelin*. Och dir. Edvard

Lindström. Dagen började med kransnedläggning ute vid gravplatsen på Danderyds kyrkogård. På kvällen hade omkring 75 deltagare samlats. Det blev en vacker och minnesvärd högtid. Lokalen, Margaretaskolans festvåning, Norrmalmstorg, är i sig själv mycket vacker, och nu var den smyckad till fest. Detsamma kan sägas om dukning och bordarrangemang. Samlingen skedde i den vackra salongen och efter att ha åhört ett musiknummer och ha välkomnats av ordförande, ingenjör Anders Kocken, placerades gästerna i matsalen. Därefter följde omväxlande tal, sång och musik. Bandupptagning hade gjort efter en grammofonskiva, på vilken Saxon talat in en fredsdikt. Det var ganska gripande att lyssna till rösten och den vackra dikten. Många hälsningar och telegram hade inkommit bl. a. från Norges Vegetariska landsförbund och från Danmark och skoleinspektör Egerod. Stockholmssavdelningen svarade för arrangemangen.

Minnesbok kommer om Ernst Killander. Få människor här hemma har väl under flera decennier betytt så mycket för så många som Svenska Vegetariska Föreningens förra året så hastigt bortgångne *Ernst Killander*. Han var känd inte mindre som skolungdomsgeneral än som de gamla och sjukas vän, kungainsamlingarnas och Jerringsfondens organisatör, orienteringens fader, cykelfrämjaren, vegetarianen, vänliga veckans ledare, initiativtagaren till radion morgonandakt - och mycket, mycket annat. Han var ordförande i 26 föreningar och kommittéer samtidigt.

Järinge Hälsoskola jubilerar. Genom tillkomst av donation från fru *Adda Svennedal*, Järinge gård, Edebo, 1949 till Svenska Vegetariska föreningen, bildades *Adda Svennedals* stiftelse. Stiftelsen fick till uppgift att under donatorns levnad förverkliga ett av syftemålen: - främja barn- och ungdomsvård i kristen anda. Den nedlagda skolbyggnaden -"Järinge skola omändrades till en slag hälsofolk-högskola. Sedan 1950 har varje sommar i Järingeskolan hållits hälsokurser. Kurserna har besökts av i medeltal 30 elever årligen och största tillslutningen var år 1954 då eleverna var 46 till antalet. Kursledaren *Alvar Thunfors* har haft på sin lott idrott, gymnastik, alkohol- och tobaksfrågor. Årets kurs öppnades söndag den 19 juli med tal av SVF:s ordf. ingenjör *Anders Kocken*. som betonade betydelsen av dylika kurser och erinrade om de tio åren som Järingeskolan varit verksam. Talaren tackade även husmor fru *Elsa Stuge* och kursledaren *Alvar Thunfors*. Den siste fick i sammanhanget mottaga föreningen stora silvermedalj. Husmor *Elsa Stuge* hyllades med kransar bundna av markens blommor. Kursledare *Alvar Thunfors* fick mottaga ett av sädesax och blommor flätat A från kursdeltagarna.

Fest över Vegetariska föreningens årsmöte på

Skansen. Över 100 personer deltog i lunchen vid Föreningens årsmöte den 6 september och det blev en ovanligt festlig samvaro. Därefter spelades ett litet musikstycke av fröken *Anita Thoor*, och så lämnade ordföranden ordet åt årsmötets föredragshållare med. dr *Ingrid Jonas*. Med gott humor sjöngs några sånger, utförda av *Hasse Skogsberg*, som dessutom själv bidrog med ett par solosånger. Styrelsen fick i stort sett samma sammansättning som tidigare, *Anders Kocken* återvaldes under acklamation som ordförande. Den övriga styrelsen blev oförändrad: *Elsa Stuge*, vice ordf., *Vera Toby*, sekreterare, *Lydia Thunblad*, kassör. Övriga medlemmar: ombudsman *Alvar Thunfors*, *Theresia Ek* och *Tom Rosén*. Ett inslag i förhandlingarna gjordes av dr *Rögler* från Norge som erinrade om ett årsmöte på Skansen för 30 år sedan då *Saxon* var ordförande. (Man blev lite förvånad först - dr *Rögler* ser inte ut att vara mer än 40 år, men lär vara över 60).

Stor succé för hälsoutställning. Man kan verkligen tala om att den utställning som Hälsofrämjandet anordnade i Kungshallen i Stockholm sista veckan i september blev en strålande succé. Ingressen för utställning var större än man vågar vänta. Publikillströmningen var nämligen vissa dar så stor att man helt enkelt måste stänga dörrarna. Efter det att ordföranden i Hälsofrämjandet *Lennart*

Warodell, hälsat de närvarande välkomna öppnades utställningen vars namn då först nämndes - Expo Morot 59 - av *Karl Gerhard*. Som vanligt var denne kvick och elegant i sitt tal. Han förklarade sig inte ha kunnat undgå att ta intryck av allt de nyttiga han sett, hört och provat. Under utställningens gång höll bl. a. "tobaksdoktor" docent *Börje Ejrup*, dr *Ingrid Jonas* och herr *Lennart Warodell* några mycket uppskattade anföranden. Skönhetsexperten *Marja Entrich* samlade också mycket folk liksom avspänningspedagogen *Marianne Plass*.



75-årsfest för Ernst Killander på Skansen. Från vänster Bertil Åhnberg, Ernst Killander och Tom Rosén, ordförande för Stockholmsavdelningen.



SVF och vegetarismen i världen 1960-talet

På sextiotalet vandrade en grupp idealister och vegetarianer från Göteborg till Stockholm med bara vatten som föda. det blev många häftiga rubriker i pressen och tvivlarna undrade hur det gick att leva utan att äta. Svenska Vegetariska Föreningen växte på sitt håll och Hälsofrämjandet på sitt håll.

Vegetariska världskongressen beslutade att den internationella världsdagen skall firas 1:a söndagen i september varje år.

Adda Svnedal fyllde 60 år 1962.

Fluoridering av dricksvattnet i Sverige för att förbättra tandstatusen. Tyvärr är fluor ett avfall från bilindustrin och ett gift. Kampen mellan Hälsoörelsen och tandl. Professor Yngve Ericsson var hård. Lyckligtvis lyckades Hälsoörelsen övertya politiker att det var för stora risker för folkhälsan att sprida fluor o dricksvattnet.

SVFs 60-årsfest firades bland annat med ett fint program på Konserthuset och på Hotell Malmen med en stor hälsosfest. Bland annat talade professor Schweigert och en uppvisning av Sofiaflickorna förekom i programmet.

Tack vare Weimars donation inköptes fastigheten Rådmsgatan 88 i Stockholm.



SVF fick egna lokaler i eget hus.

I mitten, Theresia Ek och Josef Pedersén, på Världskongress i Hannover 1960.

En ny fastemarsch ordnades av tandläkare Lennart Edrén.

1960

Axplock ur Vegetarianen 1960-talet

C. Kahlström, Örebro, avled den 12 december 1959 i en ålder av 92 år

Det var en god och fin man som vårt lands vegetariska vänner känner stor tacksamhetsskuld till. Han räknades med rätta till pionjärerna bland såväl vegetarianerna i landet som förespråkarna för ett naturenligt levnadssätt. Det var han som gav impulsen till att redaktör Saxon och hans fru år 1903 tog initiativet till Svenska Vegetariska Föreningens bildande. År 1913 erhöll K. föreningens silvermedalj följt av guldmedalj 1949 och 1953 hederstecknet i guld. Han kallades 1957 till hedersmedlem i föreningen.

Till Danmark i sommar

Från Dansk Vegetar- och Råkostforening har vi fått inbjudan att delta i ett nordiskt sommarläger. Maten kan man laga själv – tillgång till biodynamiskt odlade grönsaker finns. Sovsäck bör medtagas, eventuellt går det att hyra sängkläder. Tiden torde vara lämplig för dem som har möjlighet att fortsätta resan till den vegetariska kongressen i Hannover. Det kommer att ordnas med föredrag, folkdans, gymnastik etc.

Vegetarisk ABCD-bok

År 1949 utgav Stockholms vegetariska förening en liten handbok i vegetarisk livsföring med ovanstående titel. Den innehåller artiklar om näringslära (doktor *Ragnar Berg*), vegetarisk matlagning med olika recept (*Stina Boström*), andliga kraftkällor (*Birger Ledin*) och råd i odlingsfrågor (*Kaj Sandart* m.fl.).

Ett par förträffliga broschyrer

kan Svenska Vegetariska Föreningens förlag nu tillhandahålla. De är författade av den finske biokemikern, fil.dr. *H. Karström*, vid Åbo universitet i Finland.

Förlaget har lyckats komma över ett par av hans föredrag i särtryck: 1) "Vegetarism, veganism och köttföda" och 2) "År alkoholbegäret en bristsjukdom?" Nyare experiment har visat, att brist på B-vitamin skapar spritbegär men att en vegetabilisk kost kan bota det. Ett nytt, starkt argument för fullvärdig kost!

Rapport från riksombudsmannen

Norrköping besöktes den 10 mars varvid jag talade i det nya fina Folkets hus Per Albinsalen för 50 personer. Intresset var mycket gott och frågestund

den blev lång och givande. Gudmunds Hälsolivs hade utställning och bjöd på avsmakning.

Västerås 16 mars där jag talade för ungefär 100 personer över ämnet "Hjärtöden". Intresset var mycket stort och givande. I tre dagar demonstrerade jag hälsokost i Olle Bergs Hälsolivs.

I **Malmö Vegetariska Förening** den 12 april talade jag för en mycket intresserad menighet över ämnet "Näringsens betydelse för folkhälsan", be-lyst med nya bilder. Slutligen visades ett 70-tal vackra färgbilder från mina resor i olika länder. Efteråt var det en givande frågestund. Hälsokostaffärer bjöd på avsmakning.

Gävle 3 mars. Ordföranden i Gävle Hälsoklubb, fil. dr. Gunnar Bohlin, hälsades välkommen och inbjöd till ett digert avsmakningsbord, där under-tecknad närmare presenterade vad som bjöds. In-för 100 personer höll jag föredrag över det nya ämnet "Näringsens betydelse för folkhälsan" be-lyst med en hel del nya bilder. Intresset var myck-et stort och betyder säkert en hel del för klubbens framtida arbete.

Frisksportförbundet jubilerar

Allt sedan 1934 har Svenska Frisksportförbundet årligen anordnat riksläger på olika platser i lan-det. I år har detta läger varit förlagt till dess folk-högskola Stensund under tiden 17–14 juli och för-bundet har samtidigt firat 25-årsjubileum.

Sveriges Radio hade också uppmärksammat ju-biléeet och ägnade hela 35 minuter åt denna pro-grampunkt, lördagen den 23 juli.

Det var intervjuer med ordföranden *Per Dalenius*, de gamla veteranerna *Harry Lindgren* och *Agne Windmark*, samt glimtar från själva lägret och samtal med flera av deltagarna.

Årsmöte i Svenska Vegetariska Föreningen

Söndagen den 4 september höll Vegetariska För-eningen årsmöte på Solliden, Skansen. Denna dag, första söndagen i september, antogs för övrigt på den nyligen hållna världskongressen i Tyskland som en Vegetarismens dag att firas av alla vegeta-rianer i hela världen.

Till ordförande för årsmötet valdes ingenjör *Kock-en*, som med van och säker hand ledde förhand-lingarna. Fru *Vera Toby* valdes till sekreterare.

Ny styrelse valdes och fick följande utseende: Ord-förande *Anders Kocken*, vice ordförande fru *Elsa Stuge*, hedersledamoten redaktör *Carl Schelin*. Öv-riga medlemmar: byråsekreterare *Richard Jobson* och styckjunkare *Tom Rosén*.

Hälsofrämjandet, som samma dag haft styrelse-sammanträde, hade sänt sin vice ordförande, herr *H. Andersson*, med hälsningar till årsmötet.

Resolutionen till Inrikesdepartementet

Svenska Vegetariska Föreningen, samlad till års-möte i Stockholm, hemställer härmed att reger-ingen snarast vidtager åtgärder för upprättandet av ett hälsovårdsdepartement.

Den 16:e Vegetariska Världskongressen

Att den 16:e Vegetariska Världskongressen blev en stor succé var alla kongressmedlemmar eniga om. Deltagare från 18 länder, inalles över 500 perso-ner, hade infunnit sig när kongressen öppnades i Hannover den 20 augusti.

Till president valdes *Mr Woodland Kahler*, en man med kapacitet, pengar och tid – alltså den verkliga idealordföranden – med fast bostad såväl i Ameri-ka som i Paris.

Det beslöts att nästa vegetariska världskongress skulle hållas i Madrid 1962. Vidare beslöts att en "Vegetarismens dag" skulle firas över hela världen och man enades om att dagen för detta skulle va-ra första söndagen i september.

Gröna Linjen jubilerar

En fest med över 250 gäster, där alla känner alla, och man är som en enda stor familj, det är man inte ofta med om. Men så var det i alla fall på Salt-sjöbaden den 10 september då Gröna Linjen med Anna och Tage Blomberg firade 20-årsjubileum.

Det var många berömmade och uppskattande ord de fick höra, och det som sades var sant och välförtjänt!

Först talade Ebba Waerland. Hon erinrade om ti-den då Are Waerland levde och restaurangen – tillkommen genom hans idéer – var hans högberg. Fru Waerland överlämnade en tavla, ett personligt minne från Are Waerland. Vegetariska föreningen representerades – på styrelsens uppdrag – av re-daktör Theresia Ek och ordföranden Anders Kock-en. Den senare höll ett livligt applåderat tal och sedan överräcktes ett större porträtt av J.L. Saxon samt en rosafärgad kristallvas med skära nejlikor. Direktör Lennart Warodell talade för Hälsofräm-jandet, och överräckte en magnifik kristallvas med blommor, Gösta Eklund förde Stockholms Hälso-klubbs talan och överlämnade en minnestavla.

Vegetarismen ur Martinus synpunkt

Ett intressant föredrag om den etiska vegetaris-men hölls på KFUK torsdagen den 27 oktober av konstnären Mogens Möller. Intressant var att lyss-na till den förklaring, enligt Martinus, som motive-rar vegetarismen med att den är vänlig mot mikro-organismerna och cellerna – de små kropparna i vår kropp.

1961

Järnvägen svarar om rökning på tåg.

På den skrivelse som Vegetariska Föreningen tillställde Järnvägsstyrelsen med krav på att öka antalet platser för icke rökare har nu svar ingått. Det meddelas bland annat:

I sittvagnar är i princip halva antalet platser reserverade för "icke rökare" och halva för "rökare". Om ej lika utrymme går att avdela, skall det större utrymmet avdelas för icke rökare.

Vidare lovar Järnvägsstyrelsen att ånyo framhålla för konduktörspersonalen dess skyldighet att inskrida mot överträdelse av rökförbud.

Sverige hjälper

Vår medlem och förutvarande ordförande, redaktör *Sigfrid Spring*, tjänstgör f.n. som pressombudsman för Sverige hjälper och vid den presskonferens han kallat till, där bl.a. hälsofolkets tidningars representanter var inbjudna, lovade Friskspportförbundet att föranstalta om att medlemmarna inom denna rörelse skulle fasta en dag till förmån för insamlingen.

Vid Svenska Vegetariska Föreningens styrelsesammanträde den 27 januari beslöts att även till föreningens medlemmar skulle utgå en vädjan, att nu när fastetiden snart börjar, anslå en fastedags matutgifter – minst – till förmån för insamlingen Sverige hjälper.

Den internationella Vegetariska dagen

När all världens vegetarianer i enlighet med det beslut som fattades vid förra sommarens vegetariska världskongress firar den internationella vegetariska dagen den första söndagen i september, d.v.s i år den 3 september, sker detta inte bara för att manifestera att det i vegetarismen ligger förborgat lösningen på många av de stora problem, som hela mänskligheten dagligen kämpar med.

Gediget och lyckat riksmöte i Jönköping 2-9 september

Det utmärkta sätt på vilket Jönköpings Vegetariska Förening hade arrangerat det hela uppskattades livligt av de närvarande, som inte hade nog med berömmande ord beträffande förarbetet och det lyckliga resultatet.

Det blev en stämningsfylld högtidsstund för de närvarande. Ordföranden, Anders Kocken, höll ett minnes- och tacktal över såväl donatorn W. Weimar som hans fader, den hängivne vegetarianen. Vid riksmötet höll agronom Jerker Engborg, Bodafors, anförande om nya idéer om jordbruk och trädgårdsskötsel.

Erlander tackar

Även Vegetariska föreningen var med bland dem som uppvaktade Statsministern. Ett telegram av följande lydelse avsändes:

Mindre bacon och ägg och mera grönt, på det att Ers Excellens må länge leva och ha det skönt, önskar

Följande tackbrev har ankommit:

Jag tackar hjärtligt för Edra vänliga råd i avsikt att förlänga mitt liv på min 60-årsdag.

Tage Erlander

Sprittfloden stiger.

Den senaste statistiken visar att vinförbrukningen ökar avsevärt, att supvanorna på ett oroväckande sätt trängt in i ungdomsåldrarna och bland kvinnorna, samt att konsumtionen av starksprit är i uppgående. Fylleriet avtar knappast.

Så ser alltså den "nykterhetsreform" ut, som genomdrevs av regering och riksdag från år 1955.

Man har nu efteråt svårt att fatta, att även den svenska nykterhetsrörelsen stod bakom det olyckliga beslutet.

Järingekursen 9 – 18 juli 1961

Årets Järingekurs var mycket lyckad och anslutningen stor i förhållande till kapaciteten. Glädjande nog hade det i år kommit mycket barn och ungdom – grundidén med dessa kurser är ju främst att nå ungdomen.

Som alltid var Alvar Thunfors "far" för kursen, husmor var Elsa Stuge, biträdd av Irma Thoor.

Israel Holmgren död

Professor Israel Holmgren, en av de första läkarna i Sverige som stött de vegetariska idéerna, har nyligen avlidit i en ålder av något över 90 år.

Hans syn på många hälsofrågor överensstämde helt med de vegetariska idéerna. Själv var han sedan lång tid tillbaka vegetarian, och sedan många år tillbaka rökte han ej och inte heller drack han kaffe o.dyl.

Mot tvångsvaccineringen förde H. en mångårig kamp och djurförsök gillade han ej. För övrigt var han av den uppfattningen att utvecklingen måste gå därhän att man upphör med att äta djur.

De var alla vegetarianer!

I en vegetarisk restaurang, Ambrosia House i Milwaukee, finns en förnämlig samling porträtt av många av mänsklighetens stora, som varit vegetarianer. Man finner bland dem: Platon, Pythagoras, Benjamin Franklin, Charles Darwin, Thackeray, Einstein, Tagore, Bernhard Shaw, John Wesley, John Milton, Isaac Newton, Franciskus av Assisi, Rousseau, Shelley, Voltaire, Gandhi, m.fl.

1962

17:e Vegetariska Världskongressen i Barcelona 23–29 juni i år

Den världsomspännande vegetariska rörelsen brukar i regel vartannat eller vart tredje år hålla internationella kongresser i olika länder och världsdelar. De anordnas av huvudorganisationen IVU, International Vegetarian Union, som f.n. har sitt säte i England.

Den senaste världskongressen gick av stapeln i Tyskland 1960. Den näst föregående hölls i Indien. 1953 var samlingsplatsen Sigtuna i Sverige. Deltagare brukar komma från nästan alla världsdelar. Språket är engelska, tyska eller franska.

Tack och lyckönskan

Det hände något verkligt stort och glädjefyllt i Svenska Vegetariska Föreningens tillvaro året 1948. Då gav ägarna Adda och Eugén Svennedal sin fina herrgård i Roslagen till oss. Den första och största gåva och som skulle förvaltas under namnet "Adda Svennedals Stiftelse".

ADDA SVENNEDAL 60-år den 20 februari 1962.

O, lyssna på vår stora jubelkör för den som denna dagen hyllas bör: Vi tackar Adda och vi önskar Dig allt gott som tänkas kan på Livets stig!

Alvar Thunfors

Stockholms vegetariska förening

höll den 24 januari ett välbesökt årsmöte å restaurang Gröna Linjen, Mäster Samuelsgatan 10.

Efter ett värtaligt hälsningsanförande av ordföranden Anders Kocken utsågs Olof Thorborg att leda förhandlingarna. Av de avgivna rapporterna framgick bl.a., att föreningen har cirka 250 medlemmar och att möten hållits minst en gång i månaden.

Vegetariska världskongressen i år inställd!

Internationella Vegetariska Unionens styrelse har sett sig nödsakad inställa årets kongress i Barcelona, då de spanska myndigheterna, liksom ansvariga i andra länder, icke kan medgiva befrielse från smittkoppsympning för kongressdeltagarna.

I förhoppning om att läget skall bli gynnsammare längre fram har de spanska vegetarianerna gått med på att uppskjuta kongressen till 1963.

Även medicinalstyrelsen förordar fortsatt fri fluoridering

Medicinalstyrelsen vill att regeringen skall ge Norrköpings stad tillstånd att fluoridera dricksvattnet. Försöken är unika, värdefullt och internationellt

mycket uppmärksammade, och styrelsen tillstyrker därför att försöken får fortsätta.

En läkemedelsskandal

Pressen har för en tid sedan sysslat med en hart när otrolig historia om en läkemedelsfirma, som släppt ut ett sömnmedel, **Neurosedyn**, som haft ruskiga biverkningar å gravida kvinnor – många nyfödda barn har blivit obotligt missbildade.

Jönköpings vegetariska förening har nyligen hållit årsmöte.

Föreningen har bl.a. sökt göra propaganda bland de allra yngsta genom att ordna med föredrag och avsmakningar av vegetarisk kost å ett par barnträdgårdar. Tal har hållits över ämnet: "Hur grundlägges barnens sunda kostvanor?".

En matlagningskurs har hållits av skolkökslärarynnan Gun Skoog, Tullinge, och vegetariskt föredrag av FA-kapten Lindberg i Gränna.

Årets Järingekurs 15 – 24 juli

Docenten i biokemi, fil. dr. Henning Karström vid Ekebyholmsskolan, Rimbo, håller föreläsningar i näringsfrågor.

Med. lic. Karl-Otto Aly är känd som en helgjuten förespråkare för sund livsföring och behandlar vid kursen ämnen som "Kroppens organ och verkningssätt", "Livsstandard i stället för hög levnadsstandard" samt "Friluftsliv som medicin".

Uppsala Vegetariska Förening

höll sammanträde den 10 maj 1962, varvid med. lic. Karl-Otto Aly utan kostnad för föreningen höll ett föredrag över ämnet "Hög standard i stället för hög levnadsstandard".

Stockholms Vegetariska Förening

anordnade den 25 april en Yoga-afton i Medborgarhusets lilla sal, dit ca 90 personer infunnit sig. De närvarande fick först lyssna till tre sommarsånger av Gun-Britt Lindestål, som ackompanjerades av kapellmästare Willner.

Sin traditionella vårfest höll Stockholmsavdelningen lördagen den 12 maj i Sollidens festvåning på Skansen, dit ett 40-tal medlemmar anmält sig, men som vanligt kom det betydligt fler.

Särskilt lekarna, ledda av ordföranden, ingenjör Kocken, väckte stor munterhet och bidrog till en glad och hjärtlig stämning.

En praktisk idealist – dr Mikkel Hindhede – föddes för 100 år sedan

Helt nyligen inföll 100-årsdagen av den danske dr Mikkel Hindhedes födelsedag. Han var en världsberömd föregångsman ifråga om ett sunt, naturligt levnadssätt.

I Dansk Vegetarisk Tidsskrift ägnas minnet en utförlig artikel.

Dr Hindhede bekämpade med kraft bland annat

vetenskapens påståenden i början av 1900-talet att människan har ett äggvitebehov av 118 gram per dag. Och denna äggvita borde tillföras köttvägen, eftersom äggvita från växtvärlden ansågs värdelös.

Hindhede påvisade att denna lära var falsk. *Det räckte med 1/4 av äggvitekvantiteten!* Vegetabilisk äggvita passade gott till detta. Han fann också att folk åt alldeles för mycket fett.

1963

Cecilia Bruce till SVF:s 60-årsfest

Cecilia Bruce, det välsjungande TV-fyndet från Häl-singseskogarna, som är tvättakta vegetarian och TTT-are, har lovat Svenska Vegetariska Föreningen att sjunga sina egna trolska melodier vid SVF:s planerade stora 60-årsfest i Konserthuset söndagen den 10 februari 1963! Vid samma tillfälle kommer också vegetarianen-storsångaren Per Lindkvist samt Maja Carlquist med sina Sofior.

Cecilia Bruce och hennes mamma, Torborg, är "gamla" medlemmar i Svenska Vegetariska Föreningen.

Are Waerland

25 år har nu förflutit sedan Are Waerland började sin stora föredragskampanj för folkhälsan i Norden.

Efter Are Waerlands första framträdande i Stockholms överfyllda Konserthus kunde jag inte undgå att fråga mig hur det kom sig att detta föredrag kunde samla så stor publik. I trängseln nedför Konserthusets trappa hörde jag en äldre herre säga: "Visst är han en stor predikare och nog är det tur att han inte gått till de frireligiösa, för då skulle han kunnat vända upp och ned på hela landet!"

Särskilt minns jag hans föreläsningsserie i Musikaliska Akademin, vilken han fyllde tre kvällar efter varandra. Då framträdde den verkliga Waerland, den stora konstnären Are Waerland. Ordkonstnären och ekvilibristen i talteknik höll timma efter timma hela auditoriet i andlös spänning. Orden flödade tveklöst och rytmiskt som pärlor på en glittrande silvertråd. Och i ordflödets suggestiva kraftström förtrollade han hela sitt auditorium.

Anders Kocken.

Jubileum i Örebro

Söndagen den 18 november firade i Örebro konserthus stadens vegetariska förening sitt 15-årsjubileum med ett stort offentligt möte, anordnat av alltid aktive Alvar Thunfors i god samverkan med hälsokostgrossisten OlleAndersson. Mötet, som var mycket välbesökt – ca 400 deltagare – blev en

stor succé och torde kraftigt ha bidragit till att föra ut hälsoidéerna till en större allmänhet.

Svenska Vegetariska Föreningens 60-årsdag Program

Välkomstanförande av SVF:s ordförande, ingenjör Anders Kocken.

Cecilia Bruce sjunger egna visor till gitarr på egna melodier.

Huvudanförande av professor H. A. Schweigart om Hälsokost och Hälsokonst. (Tolk: Biol. lic. R. Gieser, medl. av Vitalforskarna.)

Uppvisning av Maja Carlquist med Sofiaflickorna.

Festligt sångprogram av en av huvudstadens främsta sångkörer. Musik.

Svenska Vegetariska Föreningens 60-årsjubileum firades på Gula Salongen, Hotell Malmen, i Stockholm, lördagen den 9 februari – i trängsel, feststämning och glatt gemyt. Höjdpunkter blev ordföranden Anders Kockens prolog och anförande om pionjärären samt professor H. A. Schweigarts kraftfulla tal som gav en försmak av vad han på söndagen skulle prestera i Konserthusets aula. Hyllningstelegram och välgångsönsknningar hade ingått från Internationella Vegetariska Unionen och från föreningar och enskilda i Norge, Danmark, Tyskland, Schweiz, Holland, England och vårt eget land. I sin egenskap av vice president i världens äldsta vegetariska förening, The Vegetarian Society i England, framförde Josef Pedersén en hälsning från detta vördnadsvärda men allttjämt ungdomligt verksamma sällskap, som den 13 oktober 1962 högtidlighöll sin 115-åriga tillvaro.

Carl Schelin kåserade trevligt om skämtteckningarnas vegetarianer, redaktör Texas Ljungberg berättade om sin "bananmarsch" Göteborg – Stockholm för tio år sen och Alvar Thunfors roade med frågesport. Bland gratulanter och vältalare märktes stadsfogde B. Björnsten som talade för Nako, Martin Skoog för Hälsöfrämjandet, Clas Lindh för Frisksportförbundet och Gösta Eklund för Stockholms Hälsoklubb.

Bland gratulanterna vid SVF:s 60-årsjubileum var också Niels Nielsen från Danmark, vicepresident i Internationella Vegetariska Unionen och i 13 år ordförande i Dansk Vegetarisk Förening, nu bosatt i Norge. Vid sitt korta och märgfulla tal på Malmen berättade han om hur han redan som pojke blev vegetarian och om sina erfarenheter från 58 år "på de gröna fälten".

Livfullt Riksmöte

Det låg kanske något i detta att Svenska Vegetariska Föreningens riksmöte utspelades i Fabiansalen i ABF-huset i Stockholm. Atmosfären var stundtals ganska laddad, för att inte säga explosiv, mer än en gång vid den stora diskussionen om förbunds-sammanslagningen.

SVF-riksmötets viktigaste fråga var den om eventuell sammanslagning, respektive effektivare sa-

1964

marbete, mellan Svenska Vegetariska Föreningen och Hälsofrämjandet. Riksmötesdiskussionen baserade sig på en motion från Martin Skogh och Richard Jobson till SVF om sammanslagning av de båda hälsoförbunden, vilken avslagits av styrelsen – dock med en rekommendation om ett bättre och effektivare samarbete. Diskussionens vågor gick som sagt höga – och stundtals vreda. Motionärerna, som båda var närvarande, behöll emellertid lugn och sans och skildes med heder från sitt uppdrag, sedan riksmötet enats om en effektivisering av samarbetet.

Bland övriga viktigare inlägg märktes ett från jönköpingsombudet Oscar Thoor, som sade beska ord om tobaksmisshuset. "Sätt döds-kalle på cigarrerna!" sa han.

Japan får hälsoråd

Japanska regeringen, som nu följer med sin tid, har startat en stor kampanj via alla moderna massmedia Tv, radio och press, till värn för folkhälsan. När får Sverige en Hälsovårdsminister med fullmakt – och förmåga! – att på liknande sätt upplysa allmänheten?

Japanska regeringen har beviljat ansenliga summor till en omfattande hälsokampanj, som enligt planerna skall nå hela folket och på kort tid förbättra japanernas livsföring.

Dricksvattenfluorideringen

Även Frankrike tycks ta avstånd från fluorideringen. M. Dechaume i "La presse médicale" 70/38, 1771, 15.8.62 sammanfattar alla risker och rekommenderar i stället en mera intensiv fostran till hälsosam, tandstärkande föda.

Spanien - en vädjan!

Med anledning av att Vegetariska världskongressen denna gång är förlagd till Spanien, känt för sina tjuvfäktningar, vill vi i Nordiska Samfundet rikta en innerlig vädjan till deltagarna i denna kongress att ej under någon förevändning besöka dylika.

Sommarens kurser på Varnhem

I ett flertal år har Sigbritt Terner anordnat sommarkurser i Martinus kosmologi och andra värdefulla teoretiska och praktiska ämnen på Kosmos Feriekoloni i Varnhem. Tusentals sökande människor har fått vackra minnen för livet och vunnit vänner på dessa kurser.

Kostföredrag av Lennart Warodell

Fredagen den 26 april höll Lennart Warodell i KFUK:s hörsal inför fullsatt salong ett kostföredrag, där han speciellt tog upp Ohsawa-kosten till kritisk granskning. Efter föredraget vidtog en stundtals ganska hård debatt mellan företrädarna för Ohsawa-rörelsen och talaren.

Kongressproblem

Det ena, som väl delvis hänger ihop med det spanska kynnet, var svårigheten att börja förhandlingar och föredrag på fastställda tider. Här var inte fråga om "akademiska kvarter", det gällde minst halvtimmar upp till 45 – 50 minuter.

Det andra och verkligen stora problemet var den byloniska språkförbistring. Ett halvtimmis föredrag på engelska skulle översättas till spanska, franska och tyska, varför ett enda föredrag kom att ta 2 timmar.

Ny Göteborgsavdelning

Föreningen Folkhälsan – ett 70-tal medlemmar – har i dagarna anslutits till Svenska Vegetariska Föreningen.

Hälsopionjär för 100 år sedan

När man talar om kostreformatorer och speciellt om råkostens pionjärer finns det ett namn, som man inte kan komma förbi. Det är *Gustav Schlickeyesen*.

I sin bok "Obst und Brot" (Frukt och bröd), som skrev 1875 – således 25 år före Bircher-Benner – talar Schlickeyesen om "solljusnäring" och om solkraftens potens, som i de råa frukterna når sitt högsta värde.

Lillys egen hälsohistoria

kan berättas i få drag. Hon är av bondestam från hjärtat av Jämtland. Vilde bli sjukköterska och kom som elev till lasarettet i Östersund. Hade fina tänder ända fram till dess, säger hon. När jag levde en tid på den urkokta sjukmaten, började allt att krångla. Hjärtat, huden – jag fick ett envist eksem – lederna – ledgångsreumatism! Och så måste jag sluta. Dög bestämt inte till det yrket.

Det var svåra år som kom och gick, innan hon för 19 år sedan – hon är 43 vid det här laget – kom in på hälsokosten. Sedan gick det fort framåt.

Vaccination

Medicinalstyrelsen lät varna sig av många misslyckanden, sade nej till massvaccination vid smittkopps-psykos i somras.

Trots en påträngande kritik för tvekan att sätta in massvaccination, har Medicinalstyrelsen bevarat sitt lugn och uttalat riskerna med en massvaccination.

Vegetarian och livskonstnär

Som den andens storman han var kom Leonardo da Vinci genom eget tänkande tidigt fram till en vegetarisk livsföring. Där om vittnar bl.a. den danske författaren Aage Marcus i sin biografi "Leonardo da Vinci" (Bonniers 1944).

Vi har fått eget hus

Svenska Vegetariska Föreningen har genom i dagarna avslutat köp blivit ägare till det vackra femvåningshuset Rådmanngatan 88 i Stockholm, nära Sabbatsberg. Priset var 520.000 kr., varav ca hälften erlades kontant; det betyder att den weimarska donationen nu är väl placerad samt att föreningen har egna, rymliga expeditionslokaler och stora möjligheter till framtida utvidgning.

Sälja grönt på sagornas ö...

Visste ni att "landet som födde en ö" har en stark och välorganiserad hälsorörelse, mer ursprunglig och renodlad än kanske i något annat land i Norden?

Den obestridliga hövding är den nu mer än 90-åriga läkaren dr Jonas Kristjansen, 100-procentig vegetarian. Kristjansen organiserade Are Waerlands banbrytarkampanj på Island 1944. Vid den tiden bildades föreningen Hälsovärnet – på isländska Heilsuvernd – som nu omfattar inte mindre än 1.800 personer och sedan 1945 har en egen, välskött tidskrift (med samma namn) som utkommer 6 gånger om året.

De Kristjansen leder ett stort hälsohem, beläget ca 50 km från Reykjavik, där man tar emot inte mindre än 90 gäster på biodynamiskt odlad vegetarisk kost.

Vegetarismen i TV

TV-programmet "Att vara vegetarian" kom på bästa sändningstid fredagen den 10 januari och sågs av praktiskt taget "hela landet", insprängt som det var mellan popsångerskan Sarah Vaughan och populära Fokus. Det skrevs mycket om det, både före och efter – en del rentav vänligt! Brevskörden från lyssnarkretsen är stor och positiv. Så har en tjock och seg is blivit bruten. Vegetarismens idévärld har kommit in i de svenska hemmen.

Stora gulkstriden i Göteborg

Undertecknade har av Göteborgs Vegetariska Förenings ordinarie möte den 14 november 1963 utsetts att utreda huruvida de av reformhandeln försålda grönsakerna varit odlade enligt handlarnas uppgifter. Efter verkställd utredning kan följande kommunicera avges:

Det får anses klarlagt att konsumenter, som i flera av Göteborgs reformkostbutiker trott sig köpa grönsaker av hög hälsomässig kvalitet under flera år och i betydande omfattning erhållit helt vanliga grönsaker som odlats på konventionellt sätt med normal konstgödselmängd och eventuella gängse giftbesprutningar.

Stockholmsavdelningens årsmöte

hölls den 22 januari på Gröna Linjen. Till ny ordförande efter Anders Kocken, som avsat sig efter 5 slitsamma år, valdes David Svensson.

Peter Madsén på ny turné

Den danske pionjären för biodynamisk odling, Peter Madsen från Oldhögård, som blev så populär vid sin föredragsresa i Sverige i höstas, återkommer hit i april. Söndagen den 5 april talar han i Malmö vid en offentlig debatt om giftfri odling.

Örebro Vegetariska förenings julsamkväm på restaurang Stortorget tjugondedag Knut hade samlat 60 deltagare. Ordföranden Alvar Thunfors hälsade välkommen och höll i trådarna kvällen igenom. Fru Maj och herr Samuel Andersson utförde musik för piano och fiol; detta har de gjort varje år i 12 års tid vid denna sedvanliga julfest. Kyrkoherde Kuno Åberg, som själv är helhjärtad vegetarian, berättade om sitt arbete som själasörjare uppe i Tornedalen.

Riksmöte 1964

Docent Henning Karström blev vid SVF:s riksmöte invald i styrelsen – den mest positiva behållningen av ett eljest ganska negativt möte.

Svenska Vegetariska Föreningens riksmöte, som programenligt ägde rum på Turkiska Salongen, Wallingatan 3 b i Stockholm söndagen den 15 mars, fick mycket riktigt något av kalabaliken i Bender över sig.

Det stormigaste riksmöte jag varit med om på tio år, sade SVF:s ordförande, Anders Kocken, när han efter 9-timmarsdagen bärgade föreningens fana och i spridd ordning drog sig upp till Rådmansgatan för att i kvällens tysta timma överlämna den i expeditionens säkra förvar.

Till ordförande omvaldes enhälligt Anders Kocken, och styrelsen i övrigt fick följande sammansättning: Elsa Stuge, Allan Dennevi, Lydia Thunblad, Alvar Thunfors, Tom Rosén och Henning Karström. Den senare ingår i stället för Richard Johnson.

Ragnar Harlington, populär ordförande vid Svenska Vegetariska Föreningens riksmöte i Stockholm den 15 mars, är idealist och vegetarian av gammal god årgång. Som ung nykterhetsvän i USA i detta sekels början blev han god vän med vegetarianen doktor Carl Elion, en av Saxons närmas- te medhjälpare vid SVF:s start 1903.

Så har vi det i klubbarna

Jönköping...

Torsdagen den 14 mars hade vi besök av konsulent Alvar Thunfors, vilken i ett offentligt föredrag i Folkets Hus talade över ämnet "Varför är vi sjuka?" Detta blev ett mycket givande föredrag och många utnyttjade tillfället att ställa frågor om hälsolivsföring. I anslutning till detta hälsomöte hade Åke Josefsson ordnat med en intressant utställning

av grönsaker och fullvärdiga näringsmedel. Jönköpingsposten och Smålands Folkbland, vilka tidningar välvilligt refererade vad som sagts, beledsagat av bilder från demonstrationen.

Gävle...

Grundad år 1945 har Gävle Hälsoklubb i nu snart tjugo år sökt bekämpa den grundmurade likgiltigheten för ett så självklart livsbehov som den ena hälsan.

Det gångna året har emellertid erbjudit gävleborna förmånen av ett förnämligt besök av en vetenskapligt starkt rustad talare, biokemisten, fil.dr. Henning Karström.

Som huvudorsak till det bland oss, oaktat medicinens alla storartade framsteg, blott alltmer växande sjukdomseländet, fastslog sedan kvällens huvudtalare dr Karström vår måttlösa förbrukning av fett och socker.

Alvar i österled

På inbjudan av Marthaföreningar, Vasa Hälsoklubb och Jakobstadsnejdens Hälsoklubb företog jag en turné längs Finska Österbottenskusten där befolkningen är svensktalande. Före avfärden hann jag avverka ett föredrag och en matdemonstration i Kramfors där vår medlem Inga Sandqvist mycket energiskt förspiran för våra idéer. I stadens eleganta Folkets hus hölls mötet och pressen var mycket välvillig.

Rachel Carson död

Dr Rachel Carson avled i cancer i New York i mitten av april vid 57 års ålder. Hennes nyss nämnda bok – Tyst vår – kom att betyda vändpunkten för biocidernas härjningar. Kanske blev hon själv ett av de många mänskliga offren för giftkriget? Hennes bortgång uppfordrar oss till nya ansträngningar att lösa kräftans gåta.

Till våra bevingade vänners försvar

Ornitologerna i Sverige har rapporterat, att gulsparven praktiskt taget har tagit slut i landet, och man undrar, om inte detta beror på **betat utsäde**. Säkerligen har vi en betydande hemlig död, därför att vi aldrig får syn på de mängder av enstaka småfåglar, som dött.

Ge lite tid

Låt inte TV:n hindra dig från att ge barnen stöd vid läxplugget. De behöver ibland känna en lugn och välvillig mor eller far vid sin sida – lika väl som du en gång gjorde det. TV kan ge r e p r i s – men stöd som svikit i barndomen kan aldrig ges i efterhand...

Göteborgs Vegetariska Förening

Hur har ni det på den vegetariska fronten nere i Götet? Jo, vi propagerar hårt för den enkla och smakliga grönsakslinjen. Först genom en välbesökt utställning, "Ät grönt – må skönt", där vi ock-

så bevisade hur väl man kan leva på "bara grönt".

Stockholms Vegetariska Förening

höll den 9 april ett talrikt besökt möte å restaurang Gröna Linjen.

Som bekant har regering och riksdag nyligen beslutat att homeopatiska läkemedel, som innehåller verksamt ämne i en myckenhet av högst en miljondel av medlets vikt, från och med i år skall få fritt försäljas – i regel å apotek.

Stockholmsvegetarianer gästas Västerås

Stockholms Vegetariska förening, som nyligen firat minnet av sin 60-åriga tillvaro, har det gångna arbetsåret utvecklat en lovande aktivitet. I allmänhet har man hållit till på restaurang Gröna Linjen. Där har det bjudits på föredrag. Utflykt har företagits till Kiholms Hälsohem (ledare Ebba Ericsson). Söndagen den 14 juni blev det en heldagstripp till Västerås med abonnerad buss. Vid starten räknade ledarna, ordföranden David Svensson och fru Eva Lindestål, in drygt 30-talet morgonpigga deltagare.

"20 män trotsade snusförnufts regler"

Under årets fastemarsch, i ännu högre grad än vid den förra för 10 år sedan, visade Lennart Edrén att han är fastemarschens kraftkarl och levande stöttepelare. Att som han gå i mål oberörd av de 50 milens vandring är en prestation som ställer de flesta andra idrottsprov i skuggan.

En prestation i det tysta gjorde södertäljeläkaren Karl-Otto Aly vid fastemarschen. Denne försynte forskare gjorde inget väsen av att han egentligen startat med det största handikappet av dem alla, en fot med mycket försvagad cirkulation. Förhistorien är denna: I 17-årsåldern råkade den unge studeranden barfotad trampa igenom en vass glasski- va med resultat att praktiskt taget hela vänstra foten skars av. Den hängde ledlös ned, med alla större blodkärl och senor avslitna. Läkarna ville amputera, men ynglingen fick efter många böner chansen att behålla sin fot. Kirurgerna lappade ihop senor, muskler och blodkärl så gott dåtidens läkekonst medgav, men riktigt fullgod cirkulation i blodkärlen har det inte blivit. Genom ett välavvägt hälsoliv med dagliga promenader och löpturer i skog och mark har han år för år stärkt foten, men eftersom han måste stödja mer på högerfoten blev denna under långmarschen småningom överansträngd.

1965

Stockholms vegetariska förening

höll den 20 januari sitt årsmöte på Gröna Linjen. Rapporterna från styrelsen gav vid handen, att medlemsantalet ökat med 79 personer till 398 – ett glädjande resultat.

Till ordförande nyvaldes Anders Kocken, sedan David Svensson på grund av bristande tid avsåg sig återval. Återvalda blev därpå Carl Schelin, vice ordförande, och fru Ek, skattmästare.

Referat från Riksmötet

I likhet med föregående år avhöll Svenska Vegetariska Föreningen sitt riksmöte i Margarethaskolans lokaler, Wallingatan 3. Ett 80-tal personer var närvarande.

Ordföranden, ingenjör Anders Kocken, höll ett entusiasmerande och väl formulerat hälsningsanförande, och därefter spelade en musikbegåvning inom de egna leden, fru Anita Thoor Lindroth, ett par pianostycken.

Styrelsen framlade en omfattande verksamhetsberättelse, som visade att föreningen varit mycket aktiv och haft många järn i elden.

Förlagsverksamheten, som ledes av Agne Windmark, har bedrivits med stor energi och framgång, främst bland de sålda publikationerna är Gröna Årsboken. Kost mot Kräfta och Gröna Matboken. Hälsonytt kom under 1964 ut med sitt andra nummer. Det trycktes i 330.000 ex. och slutsåldes.

Det framgick också att medlemsantalet ökat och därmed Vegetarianens upplaga. Dessutom hade antalet lösnummer och prenumerantexemplar ökat avsevärt.

Anders Kocken återvaldes med acklamation till ordförande. Vidare återvaldes Elsa Stuge, Allan Dennevi och Alvar Thunfors. Nya inom styrelsen blev direktör Gunnar Hedfors, Jönköping, direktör Per-Erik Pärpe, Stockholm och ingenjör Evald Lindqvist, Göteborg. Dr Henning Karström adjungerades till styrelsen i egenskap av sakkunnig i näringsfrågor.

Nytt från lokalavdelningarna

Göteborgs vegetariska förening höll årsmöte den 2 februari. Det öppnades av ordföranden E. Lindqvist, som hälsade välkommen. Till föreningens ordförande för det nya arbetsåret valdes E. Lindqvist. Den övriga styrelsen blev: Georg Johansson, Inger Hjort, K.-E. Larsson och Agda Karlsson. David Kopp visade filmer från föreningens Luciafirande och Oslo-resa.

Örebro vegetariska förening har avhållit sitt årsmöte. Ordföranden, Alvar Thunfors, hälsade välkommen och utsågs att leda förhandlingarna. Sty-

relsen beviljades ansvarsfrihet och omvaldes senare. Den består av: ordförande Alvar Thunfors, kassör David Öberg, sekreterare fru Maj Andersson samt Olle Andersson och Hugo Josefsson.

Uppsala vegetariska förening höll den 23 mars årsmöte på Domtrappkällaren under ordförandeskap av fru Emy Lisa Moberg. Val av styrelse skedde och styrelsen fick följande sammansättning: ordförande fru Emy Lisa Moberg, vice ordförande fru Ingegärd Hermodsson, sekreterare fru Kjersti Ryténberg, kassör fru Nadja Backman.

Jordbruket och människan

Sekreteraren i Nordiska Forskningsringen, lantbrukaren och farm. kand. Kjell Arman, varnar för de risker vi löper genom den intensiva giftbehandlingen av växterna – och varnar med rätta för "livsfarlig föda"!

Fyra vägar föra ut....

Den biologiska läkekonst, som den legendariske naturläkaren *Birger Ledin* praktiserat, har alltid stått i skarp kontrast till den vedertagna medicinen.

Som hälsopedagog och naturläkare har Birger Ledin alltid varit en klok och försiktig general. Hållit sig i bakgrunden när "de stora" slagits, levt och lärt och uppnått resultat. Inte mer än en gång har han fått medicinalstyrelsen riktigt rejält på sig. Det var när han 1936 fick stå till svars för den "kolorifattiga, vegetabiliska kost" han ordinerat, som alltså – enligt den högsta medicinska sakkunskapen – "kan medföra direkt skada och fara för individens liv och hälsa". Det sakkunnigutlåtande över Ledinkosten, som den världsberömda danske näringsfysiologen dr Mikkel Hindhede då utfärdade, var ord och inga visor och stoppade definitivt våra medicinska auktoriteter. Det finns återgivet i Birger Ledins grundläggande hälsobok "Fyra vägar föra ut", som hittills gått ut i nära 20.000 exemplar.

Den vänliga kongressen

24 övertygade vegetarianer lyfte morgonen den 26 augusti från Bulltofta flygfält vid Malmö med SVF:s chartrade, rökfria plan i riktning mot London. Bland dem befann sig två så kongressvana och rutinerade ledare som SVF:s ordförande, ingenjör Anders Kocken, och vice ordföranden, direktör Gunnar Hedfors.

I sitt välkomstanförande betonade Woodland Kahler i vilken stor tacksamhetsskuld vi västerlänningar står till Indien och dess folk. Själva hade han och hans hustru blivit vegetarianer, sedan de läst Gandhis bok "Mina experiment med sanningen". Det var först när frågan om platsen för nästa världskongress kom upp på dagordningen, som motsättningarna kom fram. Till slut enades man om en världskongress i Indien 1967 och en i Holland 1968, under det att man skall undersöka möjligheterna att under 1967 eventuellt även ordna ett sommarseminarium i Portugal.

En mycket levande rapport om förhållandena i Kanada gav detta lands delegat. Hon redogjorde för deras arbete, deras föreningar och deras tidning och om hur detta arbete stöds av landets 170 hälsokostaffärer.

Den holländska delegaten berättade om den holländska föreningen, som föregående år fyllde 70 år, om deras tidning, deras ålderdomshem och deras årligen återkommande familjemiddag.

Israels delegat rapporterade om ett stigande intresse för den vegetariska livsföringen.

Från Indien rapporterades om organisationen Bombay Humanitarian League, som arbetar dels bland ungdomen, dels för att genom praktiska åtgärder förbättra förhållandena för djuren.

Från Ungern rapporterades om vissa försök att reorganisera den tidigare sönderslagna organisationen, och företrädare för Östtyskland, berättade om de svårigheter som vegetarianerna i Dresden hade att kämpa emot.

Av de skandinaviska länderna var det egentligen endast från Sverige, som man kunde rapportera om någon nämnvärd aktivitet.

Från USA rapporterades om veganrörelsens arbete. Man utger en tidning, som heter "Ahimsa" – Icke våld – genom vilken man söker vinna förståelse för vegetarismens etiska motiv, som enligt rapportören tidigare fullständigt försumrats i det vegetariska arbetet i USA.

Den intressantaste rapporten stod emellertid värdfolket själva för. Man har i dag i England 66 stora, mycket livaktiga föreningar och en ungdomsrörelse, som står stadigt på egna ben. Dessutom har man en vegetarisk cykel- och idrottsförening, vars medlemmar hävdar sig väl på tävlingsbanorna. För de gamla har man sört genom att upprätta ett ålderdomshem i Hastings.

Den allmänna inställningen till vegetarismen har under de senaste åren undergått en radikal omvärdering i hela England. Vegetarianerna betraktas inte längre som sjuka, excentriska varelser utan accepteras (faktiskt!) som normala människor.

Albert Schweitzer

Fredspristagaren, musikgeniet, urskogsläkaren, avled stilla natten till den 5 september. Vår jord är därmed en av sina ädlaste söner fattigare. Men hans arv lever.

Anders Kocken i radiointervju

Tisdagen den 12 oktober kl. 15.40 -16.00 – tyvärr på obekvämtid för många – framfördes i radions program 1 ett samtal mellan (intervjuaren) Åke Uhlén och SVF:s ordförande, ingenjör Anders Kocken, med programtiteln "Gräsätare och djurvänner". Det blev en alldeles utmärkt upplysning om framför allt vegetarismens etiska sida. Intervjuaren kom med välfunna frågor och visade sig ha en sympatisk inställning till ämnet. Anders Kocken svarade som vanligt klart, koncist och välöverlagt.

1966

Ett tack och ett välkommen

Då redaktör Agne Windmark med föregående nummer av Vegetarianen lämnade sin tjänst efter 25 år i vår förening, önskar jag härmed framföra allas vårt varma tack för den helhjärtade insats som han gjort för våra tidningar och våra andra publikationer under de nära fyra år han varit vår redaktör och förlagschef.

Vid riksföreningens senaste styrelsesammanträde utsågs redaktör Ernst Juneby, Jönköping, till Vegetarianens nya redaktör. Vi hälsar honom varmt välkommen och önskar honom framgång i arbetet, vilket redaktör Juneby har alla förutsättningar att få, då han dels är mångårig vegetarian och medlem av vår organisation, dels är en erfaren och rutinerad tidningsman

Banbrytaren J.L. Saxon fick i stort sett rätt

Den kristna rikstidningen *Dagen* i Stockholm har i en ledande artikel gett ett oförbehållsamt erkännande åt publicisten J. L. Saxons insatser för en förnuftigare svensk folkkost – den vegetariska.

Malmö vegetariska förening

rapporterar genom vår entusiastiske meningsfrände, direktör Erik Lindahl, att föreningen nu har en fulltalig styrelse med suppleanter, vilket man inte haft på många år. Den började sin verksamhet (officiellt) den 1 januari. Det är unga kända viljor i styrelsen, skriver vännen Erik.

Karlstad får vegetarisk förening.

En vegetarisk förening har bildats i Karlstad med konsulent Elsa Stuge som mest drivande kraft, rapporterar signaturen AI i Värmlands Folkblad. Närmare ett 30-tal medlemmar anmälde sig vid starten. En interimstyrelse på tre personer tillsattes, bestående av Elsa Stuge, Stavnäs, Skattkärr, B Johansson, Kil, och A Ingman, Karlstad, med A Ingman som kontaktman.

Tjuugoårsjubileum i det glada göteborgsgemytets tecken

Det är inte så ofta GVF samlas till fest, eftersom föreningen genom en aktiv kamp för vegetarismen i regel inte haft tid för fester. Men när man nu hade fest, så festades det om ordentligt – och så det gjorde man så taket gungade den 21 januari, då tjuugoaringen hyllades i fullsatt hus med gäster från när och fjärran.

Efter välkomsthälsning av ordföranden Lindqvist framfördes moderföreningens hälsningar av SVF:s vice ordförande Gunnar Hedfors, som i sitt tal lovordade den "ibland lite bråkige jubilaren".

Stockholmsföreningen

Stockholms vegetariska förening har hållit årsmöte på Gröna Linjen. Till styrelse valdes Anders Kocken, ordförande, Arne Wingqvist, vice ordförande (nyval efter Carl Schelin, som avsåg sig återval), Theresia Ek, kassör, Monica Fjellander, sekreterare.

Föreningens medlemsantal har stigit ytterligare under året och uppgår nu till 405 personer.

SVF:s årsmöte

Det rådande livsmedelsläget i världen gör, att intresset för de vegetariska idéerna är i starkt stigande. Den biologiska tryggheten har även till sist kommit upp på regeringsplanet och statsmakterna har tillsatt kommittéer för att utreda, hur man skall komma till rätta med och begränsa föroreningarna av jord, vatten och luft. Dessutom är en särskild nämnd tillsatt, som skall utreda frågan om gifterna i vår föda.

Dessa ord i Svenska Vegetariska Föreningens verksamhetsberättelse för 1965 ger en god bild av det aktuella läget på hälsofronten..

Medlemsantalet hade ökat med 93 personer. Tidsskriften Vegetarianen hade under året utkommit med tio nummer, därav två dubbelnummer. Redaktör och ansvarig utgivare hade varit Agne Windmark.

Anders Kocken omvaldes med acklamation till ordförande. Vice ordförande blev Gunnar Hedfors. I stället för Allan Dennevi, som undanbett sig återval, utsågs fru Theresia Ek till sekreterare. Kassaförvaltare blev Per-Erik Pärpe och övriga i styrelsen Ewald Lindqvist, Elsa Stuge, konsulent, och Alvar Thunfors, ombudsman.

Vår honnör för dr *Lars-Erik Essén*, som kunnigt och talangfullt för de biologiskt inriktade läkarnas talan och som vid Kuranstalten Vita Nova genom biologiska behandlingsmetoder och en vegetarisk kostregim blivit en av hälsofolkets förkämpar.

Ät grönt - må skönt

Göteborgsvegetarianernas utställning på Dagens Hushåll blev en publiksuccé av stora mått. Det kom fem gånger så många besökare till Vegetariska Föreningens monter som man räknat med.

Järna ett centrum

I Svenska Vegetariska Föreningens arbete för att utbreda sundare kostvanor intar den giftfria odlingen en nyckelposition. SVF anser det vara organisationens plikt att stödja och uppmuntra odlarna. Vårt lands viktigaste samlingspunkt för biodynamiskt jordbruk finns i Järna i Södermanland. Den som kanske har den bästa översikten över den vittförgrenade verksamheten i Järna är Biodynamiska Föreningens konsulent, apotekare Kjell Arman.

1967

Stockholms vegetariska förening

har haft årsmöte på restaurang Gröna Linjen. Till styrelse valdes: Anders Kocken, ordförande, Arne Wingqvist, vice ordförande, Theresia Ek, kassör, Monica Fjellander, sekreterare, Eva Ljungkvist, ledamot.

Efter förhandlingarna visades ljusbilder från Kanarieöarna av entusiastiske Gunnar Hagelin, som försökte sälja tomter till oss.

Hälsorörelsen i samverkan

När vi i dag åter samlats till ett riksmöte, vilket jag härmed förklarar öppnat och till vilket jag på riksföreningens vägnar hälsar er varmt välkomna. Tack för vänlig inbjudan att hålla riksmötet i Göteborg.

Till Svenska Vegetariska Föreningens styrelse valdes: Anders Kocken (ordf), G Hedfors, T Ek, P-E Pärpe, A Thunfors, E Lindqvist, A Karlsson (nyvald) med H Karström och G Helgesson som adjungerande ledamöter. Suppleanter blev L Thunblad, A Dennevi och K E Larsson (nyvald).

Ät grönt - må skönt för 2.85 kr om dagen

Svenska Vegetariska Föreningens nya propagandagiv hade premiär på frisksportarnas riksläger i Norrahammar med ombudsman David Kopp som primus motor. Utställningen var inrymd i lägerbutiken.

Hälsorörelsen – vad är det?

Under många år har begreppet Hälsorörelsen använts av både Hälsofrämjandet och Vegetariska Föreningen – och ibland om båda i förening. Allvarliga ansatser till samarbete har förekommit i flera sammanhang men tyvärr har dessa runnit ut i sanden. Det har nu utformats program för samgående mellan hälsoförbunden, d v s Hälsofrämjandet, Svenska Vegetariska Föreningen och Svenska Frisksportförbundet. Detta samverkansprogram skall lämna de tre förbundens särart fri.

Internationella vegetariska dagen

Traditionenligt firar Stockholms Vegetariska Förening även i år Internationella Vegetariska Dagen genom en sammankomst på Grand Hotell, Saltsjöbaden. Med hänsyn till dagen H-Högertrafik, firas emellertid den internationella dagen detta år den andra söndagen i september, d v s söndagen den 10.

Turnén norröver

med utställningen "Ät grönt – må skönt" gjorde sin första anhalt i Karlstad den 2 – 3 november.

I Falun på trivsamma Strandgårdens vegetariska gästhem.

Gävle visade sitt allra bästa ansikte under utställningen och förtjänsten därav tillkommer till stor del fil. dr. Gunnar Bohlin med fru, som trots sina 80 fyllda var trogna hela tiden från ankomst till avresa.

Uppsalabesöket blev, publikt sett, något magert. Slutmålet för denna nordligare eriksgata blev Stockholm, där våra vänner mött upp på vår förnämliga vegetariska restaurang Gröna Linjen för att ha en trivsam kväll tillsammans.

Örebro vegetariska förening 20 år

Under dagarna 27 – 29 oktober firade föreningen tillsammans med Hälsolivs 20-årsjubileum i Medborgarhuset. Det var i maj 1947 som hälsohemsföreståndaren C. Kahlström, Örebro – pionjär inom den vegetariska rörelsen i landet – tog initiativet till en lokalförening i Örebro. Ordförande under alla åren har varit Alvar Thunfors.

Under sina 20 år har föreningen hållit 150 offentliga sammankomster, som samlat 15.960 åhörare.

1968

Hälsohörna i svensk turistradio

Skandinaviska turister på Kanarieöarna och i Västafrika kan fr.o.m. nyåret 1968 varje måndagsmorgon kl. 9.00 höra hälsoinformation över RADIO ATLANTICO, förmedlad av apotekare Louis Lindhe, Saltsjöbaden – svärson till naturläkaren Birger Ledin. Programmen behandlar hudvård, magvård, semesterhygien, hälsoervice m.m.

Kongressen i Indien blev en publiksuccé

”Till Österland vill jag fara” blev en verklighet för fyra medlemmar av Svenska Vegetariska Föreningen med anledning av den 19:e vegetariska världskongressen 1967 i Indien.

Kongressen hölls i New Delhi, Madras och Bombay. Deltagarantalet uppgick till ca 300 personer, varav ett 90-tal kom från andra länder än Indien. Ibland var deltagarantalet omkring 500. Utom från Europa deltog inte mindre än 14 personer.

Ny ordförande i Stockholmsföreningen

Stockholms Vegetariska Förenings årsmöte ägde rum på restaurang ”Gröna Linjen”. Mötet hade en hel del av intresse att bjuda på och var välbesökt. Den nya styrelsen fick följande sammansättning: Ordförande Carl Meurk, vice ordförande Arne Wingqvist, sekreterare Monica Fjellander, kassör Rut Hellsten, ledamot Bertil Åhnberg.

Göteborgs vegetariska förening

har haft årsmöte med omval på alla poster, så när som kassörens.

Ordföranden Evald Lindqvist kunde vidare glädja sig åt att träsnidaren Tage Axelsson skänkt föreningen en ny ordförandeklubba med handtaget utformat som en morot och med huvudet i kålrotsform.

Henry Torehall död

Svenska Frisksportförbundets ordförande och eldsjäl Henry Torehall har hastigt ryckts bort i en ålder av endast 46 år.

Arbetsgrupp för hälsoforskning tillsatt

Hälsoförbundens Samarbetkommitté höll den 16 februari sitt första möte för året. Däri deltog Nils Östby och Tage Olsson från Frisksportförbundet, Richard Jobson och Harry Andersson från Hälsofrämjandet samt Gunnar Hedfors, Alvar Thunfors, Per-Erik Pärpe, David Kopp och Sune Lindström från Vegetariska Föreningen.

Kommittén tänker sig att själv bli en ”Hälso-rörelsens Informationstjänst” för utvidgad PR-verksamhet beträffande Hälsoförbundens målsättning och aktuella aktiviteter.

Riksmöte 1968

Ett ökat medlemsantal - vi är på frammarsch
Åter har ett riksmöte lyckligt avverkat i Stockholm under weekenden 17 mars, där våra ”vegetariska intressen idisslats” i en behaglig atmosfär. Stockholms Vegetariska Förening har lyckats väl med värdskapet. Arrangemanget att förlägga såväl dagenförefesten, inkvartering och riksmötesförhandlingar under samma tak i hotell Malmen var omtänksamt välordnat.

Förhandlingarna avverkades snabbt och säkert under Evald Lindqvists ordförandeskap. Till riksförande återvaldes Anders Kocken med acklamation.

För 1969 beslutade riksmötet om en blygsam höjning av medlemsavgiften med 3:- (och 1:50:- för maka), vilket betyder att Din organisation erbjuder både tidning och tjänster för bara 1:50:- per månad! = 18 kr per år.

Motionsfloden var i år ymnigare än vanligt, göteborgarna talade för möjligheten för dem att erhålla mera pengar.

Stockholmsavdelningen föreslog att en del ungdomsverksamhet skulle försökas.

Våra malmöiter talade väl för ett samgående av hälsoförbunden.

Gävle lokalförening motionerade om att förmå skolmyndigheterna tillse att motionen inte glömdes!

Vandringsutställningen har varit sydostvart

Så har då åter en turné avverkats med SVF:s vandringsutställning ”Åt grönt – må skönt”, denna gång i sydostlig riktning från Göteborg räknat. Första

anhalt var Borås, där Hälsoklubben och ABF var medarrangörer – och så var ju Borås utställningsort nummer 13!

Onsdagen den 27 mars var det Kalmar Hälsoklubbs tur att få visa utställningen.

Efter genomresa i Blekinge kom utställningen till Hässleholm.

Fluorprofessorn till reträtt

Som något av en bomb framstår professor Yngve Ericssons i Tidskrift för Sveriges sjuksköterskor publicerade uttalande.

”Professor Ericsson visade en del belysande bilder på hur fluor inverkar på skelettet. *Det är inte så praktiskt att blanda fluor i vattenledningsvattnet*, sade professorn. Överdoser kan försäkra scleros i skelettet, något som vi fick se ett par verkligt alarmerande bilder av. Man bör propagera för bättre kostvanor redan hos barn i skolåldern.

En pionjär har lämnat oss

I en ålder av nära 91 år har direktör Edvard Lindström för alltid lämnat oss. Han var den siste av de framsynta tappra män och kvinnor, som tillsammans med sin äldre broder J L Saxon 1903 grundade Svenska Vegetariska Föreningen.

I främsta ledet

Det är en lång rad hängivna idealister som under SVF:s 65-åriga historia stått i främsta ledet i hälso-rörelsens tjänst. Fem av dem är Carl Schelin, Elsa Stuge, Alvar Thunfors, Josef Pedersén och Bertil Åhnberg.

Fluoridering kan orsaka ny neurosedynkatastrof

Richard Jobson slår ånyo larm om fluorideringen och dess risker och den inverkan det har i samband med bl a spädbarnsdödligheten. Redan för länge sedan har uttryckts förhågor för att fluoridering skulle kunna ge bakslag av än värre slag än neurosedynkatastrofen.

1969

Nordiska samfundet

Över 750 000 djur används enbart i Sverige till vetenskapliga försök varje år. Många av dessa djurförsök är plågsamma, säger Johan Börtz, ordförande för ”Nordiska samfundet till bekämpande av plågsamma djurförsök”, som har 5000 medlemmar.

SVF:s hälsoexpo till Skåne och Danmark

Efter finlandsturnén med SVF:s hälsoexpo hade

den danska vegetariska föreningen uttryckt önskemål om att få expon till Köpenhamn. Det träffades avtal om att David Kopp skulle resa ner med en mindre avdelning av hälsoexpon till föreningens nyårsfest i Köpenhamn lördagen den 25 januari.

Optimism och debattglädje präglade årets Riksmöte

– När vi vegetarianer samlas till ett riksmöte innebär detta inte bara att vi samlas för en angelägen samvaro med meningsfränder utan också – och kanske i första hand – för att gemensamt lösa en stor tredelad arbetsuppgift.

Med de orden inledde riksordföranden Anders Kocken sitt hälsningsanförande vid Svenska Vegetariska Föreningens årsmöte i Margaretas festvåning i Stockholm.

Riksmötet präglades av optimism och debattglädje. Högtidstalare var docent Henning Karström, som hade valt till ämne "Är råkostens hemlighet redan löst?"

Riksmötet präglades av livliga debatter, främst föranledda av motioner som inkommit från föreningarna i Stockholm, Malmö och Jönköping.

Stockholmsföreningens motion, gällde skolmåltiderna. Förhandlingar borde upptas med skolöverstyrelsen om åtgärder för att göra det lättare för barn att erhålla fullgod vegetarisk kost i skolan.

I malmöföreningens motion hette det bland annat: Nu måste något göras åt den alltmer tilltagande föroreningen av luft, vatten och livsmedel.

Anders Kocken omvaldes med acklamation till styrelsens ordförande. Omvalda blev också Gunnar Hedfors, Alvar Thunfors, Agda Karlsson och Evald Lindqvist.

Varför slås inte HF och SVF samman?

En fråga som länge diskuterats medlemmar emellan i de båda förbunden är varför inte HF och SVF, som har samma kostprogram och även i övrigt har i stort sett samma målsättning, inte sammanslås till ett förbund.

Malmö vegetariska förening 25 år

Den 12 februari 1944 träffades några personer på ett kontor i Malmö. De var alla intresserade av den vegetariska livsföringen. Det beslöts att ett nytt möte skulle hållas senare. Detta kom till stånd den 2 mars och då valdes en interimstyrelse på sju per-

soner, som skulle organisera en vegetarisk förening.

1958 blev ett kritiskt år för Malmö Vegetariska Förening. Medlemmarna hade totalt tappat intresset och kom ej på några möten. Under åren 1958 till 1965 arbetade så föreningen i stiltje, ty ingen medlem ville ingå i styrelsen.

Året 1966 tillkom en ny styrelse av helt ungt folk och stora förväntningar ställdes på dem.

Under år 1969 har föreningen haft en hel del interna möten, som konsoliderat stabiliteten och åstadkommit ett bra samarbete med huvudorganisationen i Stockholm.

Cola-förbud tandläkarekrav

Coca-Cola bör förbjudas, anser professor Göte Nyquist vid Tandläkarhögskolan i Malmö. Försäljningen är ett sabotage mot munvårdskampanjerna. Professor Nyquist säger i Arbetet:

– I stället för att upplysa om dryckens skadlighet för tänderna låter man skolbarnen till och med köpa Coca-Cola i automater på skolorna. Drycken fräter sönder tändernas emalj. Sedan är tandrotan där med en gång.

ÄT GRÖNT – MÅ SKÖNT...



... FÖR 2.85 OM DAGEN

Ny propagandagiv med David Kopp i SVFs montor.



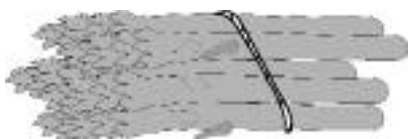
Expeditionens arbetsmyra och allt i allo Greta Degermark mottar som bevis på uppskattning blommor ur Anders Kockens hand.



David Kopp reste med sin "Vandringsutställning" runt om i Norden.

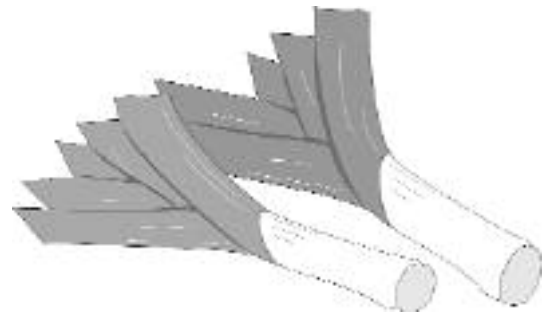


David Kopp talar.





SVFs styrelse och Greta Degermark ca 1960 framför vårt hus på Rådmansg 88. Från vänster K-E Larsson, Göteborg, Agda Karlsson, Göteborg, David Svensson, Stockholm, Alvar Thunfors, Örebro, Greta Degermark, Stockholm (expeditionen), Bertil Hjelmroth, Jönköping, Adda Svennedal, Stockholm, Anders Kocken, Stockholm (ordförande).



SVFs styrelse samlad på expeditionen på Rådmansg. 88, mitten av 50-talet. Från vänster Sune Lindström, Köpenhamn (ombudsman), K-E Larsson, Göteborg, Ernst Juneby, Jönköping, Allan Dennevi, Stockholm, Theresia Ek, Stockholm, Agda Karlsson, Göteborg, Anders Kocken, Stockholm (ordförande), Gunnar Hagfors, Jönköping, Lydia Tunblad, Stockholm, Alvar Thunfors, Örebro, P-E Pärpe, Stockholm. David Kopp tog bilden.



Vegetarismen i Sverige och övriga världen



Del III
kommer att redovisa åren 1970-2003
Utkommer hösten 2005