

Vegetarier-Bund Deutschland  
BUND FÜR LEBENSERNEUERUNG e.V.  
- BIBLIOTHEK - Az Vege

Zum Wohlwollen willkommen!  
Vegetarier-Bund Deutschland  
BUND FÜR LEBENSERNEUERUNG e.V.  
- BIBLIOTHEK -

# Vegetarische Frauen-Zeitung

## Seelig's kand. Kornkaffee

ist seit über 30 Jahren das unentbehrliche Familiengetränk,  
insbesondere auch in den Kreisen der deutschen Vegetarier

Gesund \* Wohlschmeckend \* Billig

Emil Seelig H.-G. Kornkaffeeabrik Heilbronn a. Neckar

### „Frugola“

Das große Los für die Gesundheit! ges. gesch.

Die Frugola-Kur ist die Kur aller Kuren!

Frugola-Original ist Natur, Leben, Energie, Kraft und Jugend.

Frugola-Original gibt dem Leben neuen Schwung u. erhöht alle Kräfte d. Körpers und Geistes.

Es existiert nichts Gleiches.

Packung M. 2.-



**Natura-Werk**  
Gebr. Hiller  
Hannover  
gegr. 1902

### Sonst. Erzeugnisse

- Brotella (Magen, Darm, Stuhlverstopfung)
- Frikandella
- Haferkraft etc.
- Tafelsalz
- Nährsalze
- Frugola-Malz
- Nuß-Fruchtpasten
- Nuß-Mandelmus
- Bananen-Kakao u. sonst. Spezial-Kakaos
- Dr. Reids Normalkaffee
- Gesundheits- u. Schoko-Medicinal-laden
- Joghurt-Präp. usw.
- Neue Literatur erschiene
- Wo nicht vertreten Lieferung direkt

### Zum Unterschied von Abführmitteln

die eine so ernste Erkrankung wie Verstopfung niemals heilen können, ist

## „Brotella“

nach Professor Dr. Gewecke eine biologisch wirkende Heilkräft, die den Darm erzieht, stärkt und verjüngt, ihn trainiert, reinigt, ernährt und zu neuem Leben bringt. „Brotella“ ist als Heilsuppe das gesündeste, wohlschmeckendste, nahrhafteste, beste, billigste und leichtverdaulichste Frühstück und Abendessen

Wir unterscheiden:

„Brotella - mild“  
(Eine Morgenspeise)  
bei Magen- und Darmleiden, auch leichter Verstopfung.  
Pfund Mk. 1.30,  
9-Pfd.-Postkolli M. 11.50 franko

„Brotella - stark“  
(Eine Abendspeise!)  
bei chronischer Stuhlverstopfung  
Pfund Mk. 1.80,  
9-Pfd.-Postkolli M. 16.- franko

Wo noch keine Niederlage, erfolgt Lieferung direkt ab Fabrik. Literatur kostenfrei!

Wilhelm Hiller, chem. Fabrik, Hannover.

# NUXO

## NUSSNAHRUNG

NUXO-WERKE • ROTHFRITZ & G • HAMBURG

Die wohlschmeckende Edelkost in vielseitiger Form.

Eine Quelle der Kraft, für Alt u. Jung, Gesunde u. Kranke. — Beim Uebergang zur Lebenserneuerung, wie auch zum dauernden Gebrauch gleich wertvoll.

Erhältlich in den bekannten Spezialgeschäften.

Tragt keine Federn, keine Pelze!



### Der Kochtopf birgt den Tod.

Unwissenheit in Ernährungsfragen zeugt die Schreckgespenster Krankheit, Elend, Not und Tod, Licht, Luft, Sonne und natürl. Ernährung bringen dem Menschen dauernde Gesundheit, Lebensfreude, Kraft und Schönheit.

Man lese: Die natürliche Ernährung von Dr. George J. Drews und Walter Sommer

Brosch. Nr. 4.—, geb. Nr. 5.50

Verlag: Walter Sommer, Rendsburg  
Moltkestraße 7 — Postscheckkonto: Hamburg 56 066.





## Koche im Dampf

unter der  
**Columbus-Dampfhaube,**

denn sie allein ist der Weg zur Wiedererlangung reiner Geschmackempfindung und zur Heilung von falschen Ernährungsweisen. Nährsalze, Vitamine und Duftstoffe bleiben voll erhalten. Dabei nur ein Viertel an Gas- oder Kohlenverbrauch, weil der bei anderer Kochart nutzlos entweichende Dampf unter der Isolierhaube festgehalten wird und die Speisen in den oberen Töpfen **umsonst** ebenso schnell wie bisher zum Kochen bringt und im Kochen erhält. 4 Speisen kochen auf **einer** Flamme. Nichts kann anbrennen, nichts überlaufen, selbst die Milch nicht, vorheriges Ankochen ist überflüssig.

Gleichzeitig der **beste Back- und Einkochapparat.** Verlangen Sie kostenfrei Kochbuch der Dampfküche von

**Schell-** Columbus-  
Dampfhauben-Ges.  
Nürnberg, Laufertorgr. 8 F.



## Yadesalb-Öl

DRGM. Nr. 289746

Das vollkommene Hautpflegemittel, schafft Lebensfreude durch Abhärtung, gute Durchblutung von Haut und Muskeln, Entlastung der inneren Organe. Wer kennt es noch nicht? Fordert es in Drogerien, Reform- und Sportgeschäften. Literatur vom Nußhaus frei. Fordert auch die Preisliste F 24. Die große Orig.-Flasche mit 105 gr. Inhalt Mk. 1.80, die Aluminium-Flasche mit 560 gr. Inh. Mk. 10.-.

Das Nußhaus weist Niederlagen des Yadesalb-Oels gern nach. Nur wo wirklich nicht erhältlich, wird vom Nußhaus im Trittau (Hmb) geliefert. Ein Päckchen fast 3 Flaschen oder 1 Ahu-Flasche. Volle Päckchen franko. Vorkasse auf Postkonto Hamburg 202 oder bar im Brief oder Nachnahme plus —.30.

An Wiederverkäufer oder Großverbraucher mit entspr. Rabatt. Es wird nur an den regulären Handel geliefert. Dieser wolle die Liste F 82 fordern. Lieferung gegen offene Rechnung ist ausgeschlossen.



## De-Vau-Ge- Nußmus!

ist eine energiereiche, spannkraftige und dabei leicht verdauliche Nahrung. Es enthält Eiweiß und Fett in natürlicher Emulsion. Als **Brotaufstrich**, in Verbindung mit **Pflanzenmargarine**, **Marmelade** oder **Honig** gegessen, ist es eine **Delikatesse**, und sollte nicht

nur deshalb, sondern auch wegen des **hohen Nährgehaltes** die Beachtung jeder Hausfrau finden. **Abgemagerten**, sowie **bleichsüchtigen** und **blutarmen** Personen wird es bei täglichem Genuß ganz besondere Dienste erweisen.

**De-Vau-Ge-Erdnußmus** . . . . . ½ Dose M. 0.85  
angenehmer Geschmack, 31% Eiweiß, 56% Fett.

**De-Vau-Ge-Kokos- u. Erdnußmus** . . . ½ Dose M. 0.95  
lieblicher und süßer Geschmack.

**De-Vau-Ge-Haselnußmus** . . . . . ½ Dose M. 2.60  
voller u. reiner Nußgeschmack, 17,4% Eiweiß, 62,6% Fett.

**De-Vau-Ge-Honignußmus** . . . . . ½ Dose M. 1.25  
vortreffend im Geschmack und hochnährwertig.

**De-Vau-Ge Indisch. Mandelmus** . . . ½ Dose M. 2.20  
17,85% Eiweiß, 52,5% Fett.

**De-Vau-Ge-Mandelmus** . . . . . ½ Dose M. 2.90  
aus nur feinen, süßen Mandeln hergestellt, sehr zart und mild, 23% Eiweiß, 52,3% Fett.

Erhältlich in fast allen Reformgeschäften, wo nicht, direkt ab Fabrik. Preislisten und Prospekte gratis und franko! **Wiederverkäufer gesucht.**

**Deutscher Verein für Gesundheitspflege**  
Abtlg.: Nahrungsmittelfabrik und Mühlenbetrieb / Hamburg 35.

## A. Schönherr, Seifenfabrik, Dresden 23

empfiehlt wieder in bekannter Güte

**Fiametta** die reine Pflanzenfett-Feinseife  
à Dtzd. 2.80 Mk.

**Vitamella** Borax-Seifenspäne, höchste Reinigungskraft, gr. Schonung d. Wäsche à Pfd. 75 Pf.  
Vertreter und Grossbezug Rabatt.

## Ist reinliches Mehl und Brot

nicht ebenso  
nötig als reine  
Luft und reinliches  
Wasser?  
Darum kaufe  
man nur



## Steinmetz

### Mehl und Brot

aus gewaschenem und enthülstem Getreide. Es ist natürlich und vollwertig und daher überraschend gesund, ohne teuer zu sein.

Bäckereien geben wir kostenlos das Herstellungsrecht und liefern **Steinmetz-Mehl** in 100 kg Säcken überall hin.

**Steinmetz Patent Syndikat G. m. b. H., Berlin N. 39 H.**

### Treibbund für aufsteigendes Leben e. V.

Eine Vereinigung für deutsche Erneuerung in sittlicher, geistiger und rassistischer Beziehung, Lebens- und Kleiderreform, Wandern, Körperkultur und gemeinsame Luftbäder. Satzungen gegen Einsendung von 60 Pfg. von Rich. Ungewitter. Stuttgart, Schottstraße 42.



# Vegetarische Frauen-Zeitung.

Amtsblatt des „Vereins vegetarischer Frauen“.

Herausgeberin und Schriftleiterin:  
Martha Förster, Dresden-N. 6, Helgolandstr. 11, 1.  
Postcheckkonto Leipzig 43 740.  
Die Zeitung erscheint am 1. jeden Monats.



Jahrespreis 3 Mk. 60 Pf.  
Anzeigen:  $\frac{1}{4}$  Seite 15 Mk.  $\frac{1}{8}$  Seite 8 Mk.  
 $\frac{1}{16}$  Seite 4 Mk. 4 gespalt. Kleinzeile — 50 Mk.  
Vorauszahlung. — Chiffre-Anzeigen 1 Mk. Porto.  
Ausnahme vorbehalten. Aufnahmeschluss 22. j. Mts.

Heft 6

Juni — 1925 — Brachet

8. Jahrgang

## \* Ernährung \*

### Die Vorzüge der Fruchtnahrung

Der Fruchtliebhaber ist zur Erkenntnis gelangt, daß die Fruchtnahrung uns von der Natur bestimmt ist und somit die einzig in Betracht kommende Nahrung für uns ist. Sie gibt dem Blut alles zum Aufbau des Körpers und zum Bestand der Gesundheit Erforderliche.

Das Blut des Fruchtliebhabers ist rein und demgemäß sind seine Instinkte unverdorben — auch in sittlicher Hinsicht. Er hat kein Verlangen nach Ueberschreitungen dieser Art; auch die Reizmittel wie Fleisch, Alkohol, Tabak usw. haben keine Anziehung für ihn.

Mäßig und genügsam, wie es ihm seine gesunde Natur eingibt, hat er die Mäßigkeit bald zu heiraten. Der ganze Ballast einer nicht auf Frucht-Diät gegründeten Lebens- und Hausführung fällt für ihn fort. Wohnung, Einrichtung und Kleidung sind auf das zweckmäßige eingestellt; kein dicker Vorhang hindert den Zutritt von Licht und Luft.

Die Frau ist frei von der Küche Tyrannie und dennoch wie einladend ist ihr Tisch mit den Äpfeln, Birnen, Feigen, Nüssen, den Kirichen, Erdbeeren, Johannis- und Heidelbeeren — je nach der Jahreszeit.

Die Kinder gedeihen, ohne Gefahr zu erkranken, besonders wenn ihnen gleich nach der Muttermilch Obstsaft und Beeren gereicht wurden. Eine wohlthuende Gelassenheit und ein frischer fröhlicher Zug geht durch das ganze Haus. Das sind Vorzüge, die jeder Beurteilungslose anerkennen muß.

Drum fort mit aller unnötigen Bürde des Lebens und dem Beispiel des Fruchtliebhabers gefolgt. Und hast Du nicht die Kraft mit dem Altkonsumierten zu brechen, dann gib Deinen Kindern die Früchte als Speise und Trank; sie sind der reinste und edelste Genuß und den Früchten verdanken sie ein Leben voll Gesundheit und beglückender Einfachheit.

Wie die Fruchtnahrung segensreich in der Familie wirkt, so würde sie bei allgemeiner Befolgung Heil und Segen auch jedem Volke bringen. Krankheit und Verderbtheit der Menschen und alle Qualen der Tiere vor und während ihrer Abschachtung hätten ein Ende. Helene Gräfin Zichy-Holzhausen

**Eiweißüberernährung** als Hauptursache der Geschlechtlichen Entartung, des Alkoholbedürfnisses und der meisten Krankheiten lautet der Name einer kleinen Schrift, die ein Schweizer Vegetarier (siehe in 2. Auflage herausgibt. Wir veröffentlichten eine kurze Darstellung unter gleicher Aufschrift aus derselben Feder in Heft 5.

Doch ist dort ein sinnstörender Fehler entstanden. Es soll heißen: Weil die Engländer viel Fleisch und Eier essen (die versäuern), müssen sie auch viel Tee, der entsäuert, trinken. — Die Eiweißüberernährung, deren schlimme Folgen unser Freund U. so anschaulich darlegt, ist ein Gebiet, das vor der breiten Öffentlichkeit nicht oft genug behandelt werden kann. Vor allem den Alkoholgegnern sei es empfohlen. Das Verlangen nach Alkohol entsteht in erster Linie nach dem Genuß von tierischer Eiweißnahrung, also von Fleisch, Käse und Eiern.

## \* Siedlung \*

**Vegetarische Siedlergemeinschaft.** Am 23. Mai fand in Dresden, Waisenhausstr. 15, eine Versammlung statt, an der 13 Genossen, darunter mehrere Frauen, teilnahmen. Der Schatzmeister berichtete und legte Rechnung und Spardbuch vor. Wichtige Beschlüsse wurden nicht gefaßt. Das Vermögen ist auf 262 Mk. gestiegen. Die nächste Versammlung soll am 5. 6. abds. 7 Uhr in Dresden-Löbtau, Poststr. 15, H.-G. 1, stattfinden. Einladung erfolgt durch den Vorsitzenden.

### Angewandter Vegetarismus

2. Bericht vom Sonnenland, 15. Mai 1925.

Sonnenland in Schönwaldau Bez. Liegnitz ist eine Versuchswirtschaft, die in einer 17 Morgen umfassenden Versuchswirtschaft sich die Aufgabe stellt, der andern Welt und auch den Stadtvegetariern nachzuweisen, daß und wie man ein Viehdungloses Gartenleben führen kann.

Sonnenland ist eine Versuchswirtschaft, aber eine mit eigener wirtschaftlicher Tragfläche. Diese sicherzustellen, ist jetzt die emsigste Arbeit der Bewohner. Alle produktiven Anlagen müssen dazu erst geschaffen werden, Werk- und Wohnräume erst brauchbar gemacht werden. Auf verfallenen Schwellen ruhen die durchschnittlich 1,75 m hohen Behausungsräume, die viel zu klein sind für die schaffenden Kräfte, die hier aus dem verfallenen Rest einer überwundenen Zeit, aus Dreck und Jaucheseee etwas neues herrichten. Freilich ist hier auch keine Zeit frei für müßige Besucher, Debatten, Probleme. Hilfsbereite Sommergäste ohne eigenes Wissen und Können finden hier keinen Platz.

Im März 1925 konnte das Anwesen erst bezogen werden, nicht früh genug, um für dieses Jahr die Lebensbasis voll zu sichern. Verlangen doch 17 Morgen schwerer schlesischer Lehmboden ihre Vorbereitungszeit. Aber 16 schaffende Arme mit den Geräten neuzeitlicher Intensivtechnik sind auch am Werke. Große Anstrengungen und Einschränkungen ver-

langt es von den ihm dienenden Menschen. Ihnen allen aber ist es eine Freude, in vegetarischer Gemeinschaft ein schöpferisches Leben zu führen. Man arbeitet in Schwimmhosen. Da erscheint ein Besuch — ein vegetarischer Prinz: Herzog Mar zu Sachsen, unser Gesinnungsfreund, und bringt allen mit freundlichem Händedruck die Grüße unserer schweizerischen Freunde. Er freut sich unter Vegetariern zu sein, die durch ein produktives Gartenleben einen Vegetarismus der Tat lehren. Ja, das ist ein Vegetarismus der Tat: Felber mit verschiedenen Aussaaten, von Weizen, Karotten, Zwiebeln, frühen Erbsen mit Versuchs- und Kontrollbeeten ohne und mit dem Bodenbakterien-Bereicherer „Azatogen“, mit dem auch Bohnen in großen Mengen angebaut werden, um Bargeld zu machen, das auch nötig ist. 200 Obstbäume und 1800 Beerensträucher sind nach der Methode von Rudolf Richter und nach „Sonnenland“-Art nur mit kurzen Ast- und Wurzelstummeln gepflanzt und grünen schon. Dem Obstbau nach Richter und den Mondeinflüssen auf den Saftkreislauf widmet die Versuchs- und Lehrsiedlung Sonnenland besondere Studien, die sich auf mehr als 20jährige Erfahrungen des Leiters Hugo Fridl aufbauen. Obergärtner Uhlenhuts Sondergebiet ist die Rosenveredelungsanlage mit über 2000 Rosenwildlingen und 50 verschiedenen Arten Edelrosen, von denen die Augen zum veredeln geschnitten werden. 2000 Beerensträucherstecklinge melden die Zukunft an. Bienenhäuser für naturgemäße Bienenzucht sind da. Die ersten 600 m Windschutzzaun stehen fertig. 100 Frühbeetfenster ohne Stallmist sind angelegt, in ihnen sämtliche Gemüse, viel Blumen und eine Anzucht von spanischen Zuckermelonen und syrischen Feigenbäumen.

Die Freunde von würzigem, ohne Viehdung gezogenem Gemüse und angepasstem Gemüsesamen mögen uns schon bald ihren Bedarf, den sie aus Sonnenland zu decken gedenken, zur Feststellung unseres Aufgabekreises anmelden.

Große Arbeit ist hier noch zu leisten, und große Mittel sind auch auf sie verwendet worden. Wer sich gleiche Ziele steckt, der bereite sich vor und bereite sich den Weg dazu bei Zeiten. Auskünfte und Berichte ergeben zeitweilig von der Kanzlei, dem Kleinsiedlungsamt in Berlin-Steglitz, Treitschkestraße 15, gegen angemessenen Ersatz der Sach- und Zeitkosten. Frager mögen berücksichtigen, daß wir ihnen keine Zeit opfern können und Portoersatz nicht genügt. Anfragen mit Angaben der eigenen Kenntnisse und Möglichkeiten der Fragesteller beantwortet die Kanzlei in Berlin-Steglitz je nach dem Kostenbeitrag, den dem Frager seine Sache wert erscheint.

## \* Jugendbewegung \*

**Schweine-Verlosung.** Ueber die Thüringer Jugendherbergs-Lotterie berichtet der „Zwiespruch“, Rudolstadt (Blatt 24): „Das böse Schicksal will es, daß eine Vegetarierin außer einem Zentner Mehl ausgerechnet ein fettes Schwein gewinnt. Da die Gewinnerin ein armes Waisenmädchen ist, konnte sie für den Wert der Prämie Garderobe und sonst nützliche Sachen erstehen. Fünf Maurergesellen in Vegefeld, die den Erlös ihrer mittäglichen Stakspiele in Losen angelegt hatten, können Schlachtfest feiern.“ — Ähnliches scheint der Zweigausschuß Mark Brandenburg (Oberbürgermeister Böß) zu beabsichtigen. Er bringt auf seinen Losen das Bild eines fliehenden, an einem der Hinterbeine gefesselten Schweines, das seinen Führer mitreißt. — Schwein und Lebenserneuerung? Eine arge Zerrung! Kann dieses unglückliche Symbol der Unreinheit — das Idol der Bierphilister — Euch nützen? Solches Mittel entheiltigt den Zweck! Meidet Lotterien, die Schweine verlosen! Dafür keinen Groschen!

## \* Wandern \*

**Salzburg—Plattensee.** I. Teil: Wien—Wachau—Pinz—Salzburg—Salzkammergut—Dachsteingebirge. Ab Budapest 2. 7. 6 Uhr n. mit Schiff nach Wien. Ankunft bei der Reichsbrücke 3. 7. ¼4 Uhr n. Strandbad. Am 4. Stadtbefichtigung. Ab Wien am 5. 7. zu Fuß nach N. Lengbach durch die Wachau bis Melk. Weiter mit Schiff bis Pinz, Befichtigung. Sodann mit Bahn nach Salzburg, Befichtigung. Weiter nach dem Seengebiet des Salzkammergutes und zum Dachsteingebirge (Gletscher). Nächtigung meist im Freien, daher vollständige Wanderausrüstung unerlässlich. Verpflegung: Nebensache, da Milcherzeugnisse, Obst usw. überall zu haben. Grundsatz: Kerngesundheit, Optimismus, Frohsinn. Frauen werden gebeten, nur dann mitzugehen, wenn sie den Anstrengungen gewachsen und wetterfest sind. Treffen: in Wien bei Ankunft an der Reichsbrücke oder am 4. mittags im Speisehaus Thalyia. Gegebenenfalls auch Anschluß in Pinz oder Salzburg nach Vereinbarung.

II. Teil: Plattensee (Balaton). Ab 6. 7. v. 8 Uhr nach Badacsony, wo Schuppen oder Scheune mit Heu gesichert ist. Frauen, Herren und Kinder, die den I. Teil nicht mitmachen, begeben sich unmittelbar zum Plattensee (Ort Badacsony) und erwarten uns dort. Gelegenheit zu See- und Luftbädern. Unsere I. Gruppe kommt am 14. oder 15. von Desterreich zurück. Alsdann beginnt nach einigen Tagen die angenehme, abwechslungsreiche Fußwanderung um den See. Für Nächtigung ist vorgesorgt. Verpflegung überall zu haben.

Fremdländische Vegetarier sind herzlich eingeladen.

Führer: Major Tibor Bicsérdy, Budapest, Márvány utca 35 IV.

## \* Werbung \*

### Sechste Vegetarische Werbewoche

Die für 3 bis 9. Mai angeordnete allgemeine Werbung im deutschen Sprachgebiete hat stattgefunden.

Ueber die Teilnahme an der Werbewoche berichteten die Vereine in Berlin (Veget. Vereinig.), Hannover, München und Pirna, sowie die Vermittlungsstellen in Berlin N., Köpenick, Mannheim und Schleswig.

Die Leiterin des „Vereins vegetarischer Frauen“ und der Obmann der „Deutschen Vegetarischen Gesellschaft“ haben an allen Tagen auf den Straßen in Dresden vegetar. Flugblätter ausgegeben. Der Letzgenannte hat allein täglich 200 Schriften an Jugendliche verteilt.

Einzelstehende haben ebenfalls mitgewirkt. Schriftliche Berichte liegen von diesen nicht vor.

Die Werbung erfolgte fast ausnahmslos durch Flugblätter, deren insgesamt etwa 6000 Stück verteilt, einige Hundert versandt wurden.

Ein Ereignis, das hervorgehoben zu werden verdient, ist die Ausgabe eines eignen Flugblattes zur Vegetarischen Werbewoche durch Alfred Grabe, den Leiter der Vermittlungsstelle Berlin N. Der Verfasser dieser ungewöhnlich wirksamen Schrift hat unserer Sache durch sein opfermutiges Eintreten einen großen Dienst geleistet.

Als Gaben zur Werbewoche gingen bei der Hauptstelle ein: 8 wertvolle Bücher von Dr. med. Möller, Sanatorium Dresden-Lochwitz und 3 Mk. von einem Gesinnungsfreunde in Stettin. Beide Spenden sind sofort für unsere Aufklärungsarbeit nutzbar geworden.

Die allgemeinen Verhältnisse und das Wetter waren günstig. Gute Flugschriften verschiedener Art gab es reichlich. Die Vegetarische Presse hat unseren Werbefeldzug ignoriert. Neun Zehntel aller Vegetarier blieben teilnahmslos.



Das Gesamtergebnis ist ein befriedigendes. Die Mitarbeit läßt einen kleinen Fortschritt erkennen. Verschiedene Erfolge sind nach der Unternehmung bereits wahrnehmbar geworden.

Es muß indessen erneut gesagt werden, das es einer völligen Wandlung unserer Art bedarf, wenn wir künftige Geltung erstreben. Die Reue der Vegetarier ist noch immer fast allgemein und wird von der eignen Presse, die der Bewegung teils scheel, teils verständnislos zusieht, begünstigt.

In erfreulichem Gegensatz hierzu steht die opfermutige entschlossene Tat einzelner Obliegen und Freunde Ihnen — und allen Helfern am Werkwerke, Frauen und Männern, auch jenen zwei, die uns durch Spenden stützten — sei für ihre selbstlose, mühevollen Mitarbeit herzlichst gedankt.

Georg Förster

**Flugblatt.** Zur „Vegetarischen Werbeweche vom 3.—9. Mai 1925“ ist eine Flugchrift „An alle denkenden Menschen“ erschienen, die inhaltlich so vorzüglich ist, daß sie als hervorragend werbefähig bezeichnet werden muß. Sie betont hauptsächlich die gesundheitliche Bedeutung der fleischlosen Ernährung, weist aber auch auf die sittliche Pflicht nachdrücklich hin. Sofortige weitestweite Verbreitung ist dringend ratsam. Verfasser und Herausgeber ist Alfred Grabe, Berlin N 39, Kolberger Straße 8. Es kosten 100 Stk. 80 Pfg., 1000 Stk. 6,50 Mk.

## \* Tagungen \*

**Sachjentreffen im Kloster Alzella.** Die Leute, so am zweiten Sonntag im Maien vor der grauen Südmauer des Klosters Alzella lagerten, waren ganz gewiß Vegetarier. Schon von weitem war das erkennbar. Die unschuldsvolle Dorfjugend, die immer eine kleine Schwäche für das Ungewöhnliche fühlt, hatte sich bald für uns entschieden. In der Tat war es ein munteres Bild und (abgesehen von einer lähmen Ansprache) — lustig war es! Gesang und Lautenspiel. Im alten Kloster, dessen Trümmer, im Grün verborgen, wir dann nachdenklich durchschritten, war es mehr historisch, auch romantisch. Für Einzelne hatte es viel Anziehendes und wir opferten dieser wüsten, einst geweihten Stätte, geraume Zeit. Das westliche Tor, ein seltenes romanisches Baudenkmal, ehrten wir, indem wir es zum Hintergrunde einer Aufnahme würdigten. Dann aber — genug der Weltflucht — ging's nach Süden, über Straßen und Wiesenpfade zum Walde, zum Zellwalde. Hier hielten wir die große Raft. Das physische Leben, die Gegenwart, vom Alp der Vergangenheit befreit trat endgültig wieder in seine Rechte. Runter mit Rock und Kragen, mit Schuhen und Strümpfen. Dort, in der einsamen Waldschneise, war der rechte Platz für unsere Schar. Da war es lustig! Wer wollte sich mit Grillen plagen, solange uns Lenz und Jugend blüht! Bei Scherz und Spiel enteilten allzusehr die Stunden. Bis dann die Chemnitzer mit Gesang und Spiel abzogen, dann die Leipziger und allgemach einzelne Freunde. Ein kleiner Kreis Dresdner blieben bis zum dämmernden Abend. Bis auch uns drohende Wolken und erste Regentropfen zum Ausbruch nach dem Bahnhof mahnten. Die Heimfahrt im überfüllten Wagen war nicht eigentlich berückend. Aber als wir dann in Dresden-Neustadt einander zum Abschied die Hände gaben, da wußten wir uns um eine schöne Erinnerung reicher.

G. F.

**Bad Berka.** Bei der Deutschen Heimatschule Bad Berka findet vom 12. bis 19. 7. ein Lehrgang für Lebensreform statt.

**Prerow.** Im Volkshochschulheim von Dr. Fritz Klatt leitet Johannes Jiten-Herritzberg vom 29. 5. bis 6. 6. einen Lehrgang „Lebenswille und Lebensreform“.

**Mitteldeutschland.** Ein Vegetariertreffen mit Sonnwendfeier erfolgt am 21. 6. 9 Uhr v. am Bahnhof in Dobrilugk-Kirschbain. Berliner und Dresdner erscheinen, andere Freunde willkommen! Lauten mitbringen! Weiterfragen!

**Ostachsen.** Am 5. 7. findet auf der Lausche — Bahnhof Großschönau — ein Treffen der Vegetarier Ostachsens statt. Alle im Gebiete der Kreisbauernschaft Bauzen wohnhaften Freunde werden um ihren Besuch gebeten. Gäste sind willkommen.

**Westachsen.** Vegetarier Westachsens, die mithelfen wollen am Aufbau und Ausbau einer werbefähigen Lebensreformbewegung in Sachsen werden gebeten, Anschriften einzusenden. Gleichzeitig sind Vorschläge für ein Vegetariertreffen am Sonntag, den 26. Juli erwünscht an die Geschäftsstelle des Vereins für naturgemäße Lebensweise (Vegetarismus) Chemnitz, Max Voigt, Jahnstr. 28.

**Leuchtenburg.** Vom 10. bis 13. 4. tagte auf der Leuchtenburg, Thüringen die revolutionäre Jugend (Freiwirtschaftler). Werner Zimmermann und andere Führer sprachen dort. Es war eine gewaltige Kundgebung neuen Lebenswillens — Gegen Tausend — Jungen und Mädchen, unter ihnen sehr viele Vegetarier — nahmen an ihr teil. Deren mehrere sprachen nach Rückkehr von der Ostertagung bei uns vor. Die vom Wandervogel-Lichtbildamt aufgenommenen Bilder haben viele der lebensvollen Augenblicke festgehalten. Die gesamte Tagung vollzog sich in allen ihren Teilen unter freiem Himmel. Nachsportliche Übungen mußten infolge polizeilichen Einschreitens vorzeitig abgebrochen werden. — Ihr hemmt uns, doch Ihr zwingt uns nicht, unser die Welt — trotz alledem!

## \* Küche \*

### Weizenschrotbrot ohne Hefe und ohne Sauerteig.

1½ Pfund Weizen auf sauberes Tuch schütten; Erdklümpchen und Fremdkörper auslesen. Mit dem Tuch bedecken und Weizen reiben, wodurch er gereinigt wird. In Schrotmühle oder Kaffeemühle mahlen. Wenn zu grob, nochmals mahlen. Mehl in irdene Schüssel tun und in der Mitte von etwa der Hälfte des Mehles mit lauwarmem Wasser Vorteig machen. Mehl vom Rande darüber tun, mit dem Tuch bedecken und an mäßig warmem Ort bis zum nächsten Morgen stehen lassen. Am Morgen 1 gefrichenen Kaffeelöffel Kochsalz in wenig warmem Wasser auflösen, an den Teig schütten und den Teig ½ Stunde lang kneten. Der Teig wird allmählich elastisch, porös und zieht beim Herausheben einer Hand Fäden. Gut kneten — wichtig! Den Teig aus der Schüssel sofort in eine gut gefettete Form tun. (Nicht auf den Tisch mit Mehl formen, da die schwammige Masse dadurch leicht fest wird.) 2—3 Stunden an mäßig warmem Ort stehen lassen, dann mit Wasser bestreichen und im heißen Ofen etwa 1 Stde. backen lassen. Beim Herausnehmen nochmals mit Wasser bestreichen und vorsichtig ausstülpen.

### Weizenschrotkuchen.

Teig wie beim Weizenschrotbrot bereiten. Die Hälfte desselben in die Form tun. Dann entweder eine beliebige Fruchtmarmelade oder Mohnfüllung darüber streichen und die zweite Hälfte des Teiges darüber tun. — Anstatt mit Wasser den Teig mit Honigwasser oder Öl bestreichen. 2—3 Stb. stehen lassen, 1 Stb. backen, klein wenig erkalten lassen und besonders vorsichtig ausstülpen, da der Kuchen durch die Füllung weicher ist als das Brot.

### Mohnfüllung:

Mohn auf fein gestellter Kaffeemühle mahlen, nach Belieben Honig und gehackte Nüsse daran tun. Vor dem Ausstreichen etwas erwärmen. (Kochsalz kann bei Brot und Kuchen auch fortbleiben.) R. K.



## E. Bratspeisen

Von Frau Luise Rehse, Hannover

### 50) Reiskuchen mit Rosinen

Reis wird in Wasser gekocht und mit Rosinen oder Korinthnen versehen. Nach dem Erkalten formt man daraus flache Kuchen, die mit Zwiebackskrumen umkrustet werden. Die Kuchen werden auf beiden Seiten in der Pfanne hellbraun gebraten und nachher mit Zucker und Zimt bestreut. Sie eignen sich als Nachspeise, sowie zum Frühstück und Abendessen.

### 51) Linsenbratlinge

100g gemahlene Linsen und 200g Buchweizengrütze oder gemahlene Graupen werden in  $\frac{3}{4}$  l Wasser zu einem steifen Brei gekocht. Dazu einige gebratene Zwiebeln und Küchenkräuter sowie etwas Salz. Aus der durchgemengten erkalteten Masse formt man kleine flache Klöße, die in der Pfanne in Pflanzenfett oder Öl auf beiden Seiten braun gebraten werden.

### 52) Ädelbratlinge

Am Tage vorher gekochte Makkaroni werden durch die Hackmaschine gedreht, mit einem Ei, etwas Salz und so viel Zwiebackskrumen vermengt, bis der Teig nicht mehr klebrig ist. Die flachgeformten Klößchen werden auf beiden Seiten braun gebraten.

### 53) Kartoffelschnitzel

Rohe geschälte Kartoffeln werden in Streifen geschnitten und in schwimmendem Fett hellbraun gebraten. Manstäubt fein gestoßenes Salz darüber und bringt sie schön warm zu Tisch.

### 54) Kohlrollen

Guter Wirsing oder Weißkohl wird 15 Minuten in Salzwasser gekocht. Dann löst man vorsichtig die größeren Blätter ab, hackt die mittleren in kleine Stücke und vermengt diese mit Zwiebackskrumen und 1 Ei. Von dieser Masse rollt man je einen tüchtigen Löffel voll in einige große Kohlblätter, verschürt sie mit einem Faden und schmort sie in dem Kohlwasser mit etwas Fett gar.

### 55) Kürbisschnitten (Empfehlenswert)

Man schneidet von Kürbis dünne Scheiben, bestreut sie mit Salz und läßt sie damit einige Stunden stehen. Dann legt man sie auf ein Tuch zum Austrocknen, bestreicht sie mit geschlagenem Ei, wälzt sie in Zwiebackskrumen und bratet sie langsam in Butter auf beiden Seiten schön braun. Sie schmecken auch kalt gut zu Bratkartoffeln oder zum Butterbrot.

### 56) Pilzbratlinge

Man säubert 250g frische Pilze, wäscht sie und hackt sie fein, dann werden sie mit etwas Butter gargedämpft. Hierzu gibt man in Wasser geweichtes und gut ausgedrücktes Weißbrot, 2 Eier, 1 geriebene Zwiebel, etwas Salz (und nach Belieben Gewürz). Die runden, flachen Klöße werden in Butter schön braun gebraten.

**Haushaltungsmaschinen.** Unsere Bewegung muß bestrebt sein, sich loszulösen von jenen Unternehmern, die für Schlächtereien und ihren Anhang arbeiten und das Geld der Vegetarier nehmen, um damit Werkzeugzeuge noch massenhaft herzustellen. Bisher sind wir beim Einkauf von Hausgerät auf gegnerisch eingestellte Fabriken angewiesen gewesen. Es ist daher erfreulich, daß nunmehr das Versandhaus Walter Sommer in Rendsburg die Lieferung von Haushaltungsmaschinen und Gerätschaften zur Herstellung der Frischkost im Heim aufgenommen hat. Das Verzeichnis 1 ist soeben erschienen. In ihm offenbart sich ein kleiner, doch beachtenswerter Fortschritt unserer Sache auf praktischem Gebiete.



## Sport



**Nurmi Siegeszug.** Nurmi gewann in Minneapolis das Rennen über  $1\frac{1}{2}$  Meilen, Ritola das über zwei Meilen und Plant siegte im 4000-Meter-Geben in der neuen Bestzeit von 17:37,8 (alter Rekord: Frigerio 18:36). In Chicago siegte Nurmi über 3000 Meter vor Ritola in 8:49,8. 25. 4. 25

**Immer neue Bestleistungen Nurmi.** Nurmi lief in Los Angeles  $1\frac{1}{2}$  Meilen (2413,5 Meter) in 6 Minuten 42,5 Sekunden und im gleichen Rennen die 2000 Yards (1828 Meter) in 5:33,5 und die  $1\frac{1}{4}$  Meile (2011,25 Meter) in 5:55. 2. 5.

**Nurmi startete weiter.** Die vor einigen Tagen über den finnischen Meisterläufer Paavo Nurmi seitens des amerikanischen Leichtathletikverbandes verhängte Suspension wegen übertriebener Forderungen für Reisespesen, war nicht von langer Dauer. Die eingeleitete Untersuchung förderte nichts Belastendes zutage, und so mußte sich die Amerikanische Amateur Athletic Union wohl oder übel zu einer Aufhebung ihres Beschlusses bequemen. 14. 5.

**Nurmi Rückkehr nach Europa.** Der finnische Meisterläufer, der sich fast ein halbes Jahr im Dollerlande aufgehalten hat, startete vor seiner Abreise noch zu zwei Bestleistungsversuchen am 22. Mai bei der Veranstaltung der Harvard-Universität und am 26. Mai in Newyork. 19. 5.

**Bürsten gehört keinem Verbands mehr an.** Da über die Verbandszugehörigkeit Bürstens — Berlin oder Mitteldeutschland — Zweifel herrschten, hatte ihn der Berliner Verband von der Liste gestrichen. Nunmehr hat er seine Meldung zu Quer durch den Osten durch den Nichtverbandsverein SV. Astoria Leipzig abgegeben. Der WNV. hat diese Meldung nicht gutgeheißen. 14. 5.



## Presse



**Pflanzenkost.** „Die Landfrau“, Schleswig (Januar 1925) bringt einen Küchenzettel mit acht Vorschriften für „Vegetarische Koteletten“.

**Vegetarismus.** Die „Tageschau“, Berlin SW. 11, bringt unterm 22. 2. 25 einen großen Aufsatz „Vegetarismus“ von Carl Blietz, Weißensfels.



**Biehlose Landwirtschaft.** „Die Deutsche Landwirtschaftliche Tierzucht“, Hannover (2. 5. 25) würdigt das bekannte Buch Sigurd Svendsens einer Besprechung. Die Zeitung gibt zu, daß eine nutzlose Wirtschaftsweise möglich und lohnend ist, warnt aber wegen Dünger- und Milchmanas vor Verallgemeinerung. Selbstverständlich erscheint ihr auch der vegetarische Standpunkt anfechtbar. Trotz dessen wird das Buch als anregend empfohlen.

**Weiblicher Schlächtermeister.** Die „Schleswiger Nachrichten“ bringen in ihrer Frauen-Rundschau vom 20. 10. 24 folgende Mitteilung: „Altona, 19. Oktober. Der erste weibliche Schlächtermeister. Die Meisterprüfung im Schlächtergewerbe abgelegt und mit gut bestanden hat vor der Handwerkskammer zu Altona u. a. Frau Käthe Specht geb. Grothmann aus Mölln in Lauenburg. Frau Käthe Specht ist der erste weibliche Schlächtermeister in Schleswig-Holstein, der die Meisterprüfung gemacht und bestanden hat. Käthe Specht hat auch das Schlachtier geschlagen“. Am Kopfe dieses Blattes prangen Schillers Worte: „Ehret die Frauen! Sie flechten und weben himmlische Rosen ins irdische Leben!“

**Fleischlose Lebensweise.** „Das Bunte Blatt“, eine vorzüglich ausgestattete Stuttgarter Wochenschrift, widmet in ihrer Ausgabe vom 9. 11. 1924 eine volle Seite mit wirksamem Bilder Schmuck und Inhalt dem Vegetarismus. „Eine Woche ohne Fleisch in den Herbst- und Wintermonaten“ lautet die Ueberschrift des von sachkundiger Feder verfaßten Aufsatzes. Zu den Mitarbeitern des Blattes zählt Ludwig Ankenbrand.

## \* Porträge \*

**Biehdunglose Gartenfiedlung.** Ueber diese Ausgabe sprach im März in 2 antbesuchten Versammlungen von Siedlern der Märkischen Scholle Reinhold Hülsen in Berlin. Ein Bericht ist in Heft 4 der Heimatscholle, Berlin G. 2, Breitestr. 36 erschienen. Deren Sprechsaal enthält auch Mitteilungen über Ernten ohne Fauchegifte. Hülsen ist Verfasser einer Schrift „Biehdunglose Gartenfiedlung“.

**Freiwirtschaft.** Die Arbeitsgemeinschaft Dresdner Lebenserneuerungsvereine veranstaltete am 27. 4. in der Winkelmannstraße 4 ein Vortragsabend. Max Voigt, Chemnitz sprach über Freiland — Freigeld. Die Ausführungen waren inhaltreich und überzeugend. Die Aussprache währte bis 11 Uhr. Anwesend waren etwa 70 Frauen und Herren.

## \* Ausstellungen \*

**Hannover.** Vom 18. bis 21. Mai fand in Hannover in sämtlichen Räumen des Arbeitervereins am Hohen Ufer eine Ausstellung für Lebensreform statt.

**Dresden.** Der Sächsische Kunstverein hat am 17. 5. seine neue, etwa 4 Wochen währende Ausstellung eröffnet. Sie enthält auch eine kleine Sammlung Gemälde unseres Gesinnungsreundes Georg Schwenk. Die Ausstellung ist zugänglich werktags von 10—5, Sonntags von 11—2 Uhr.

## \* Anstalten \*

**Kinderheim „Sonnenschein“**, vor 5 Jahren im Odenwald von den Schwestern Rosa und Hildegard Baum gegründet, ist nach Eden bei Dranienburg verlegt worden. Es hat die Heimstätte 103 inne, ist von einem Obstgarten umgeben und gegen die Hauptstraße durch hohe Euzaheden abgegrenzt.

**Reformhaus in Göttingen.** Unser Gesinnungsreund Walter Gyzki hat in Göttingen am Neckar, mittlere Beutau 17, ein Reformhaus vegetarischer Art errichtet. Es stützt sich wesentlich auf den Lebensmittelvertrieb.

**Edelhaus Dresden.** Friedrich Birlich in Dresden, bisher Nieritzstraße 12 III, hat seine Verkaufsstelle nach Bankstraße 17a verlegt. Das Edelhaus ist jetzt ein vornehmes offenes Ladengeschäft.

**Erholungsheim in Hermsdorf.** Erich Treutler hat in Hermsdorf am Kynast, Riesengebirge die 20 preußische Morgen große Bergwald-Siedlung „Lichtland“ errichtet. Mit ihr ist ein Erholungsheim und Kaufhaus vegetarischer Waren verbunden.

**Gaststätten.** Neuerdings beobachten wir, daß einzelne Gaststätten, bisher geenerisch eingestellt, auf Wunsch vegetarische Kost verabreichen. Ein Zeichen der allmählichen Wandlung in unserem Sinne. Diese erfreuliche Entwicklung muß dadurch gefördert werden, daß jeder Vegetarier auf Reisen vegetarische Kost fordert und zugleich seine Wirtsleute über deren Herstellung praktisch unterweist. Gaststätten die auf Verlangen vegetarisch kochen, sind: K. Raichle, Urach, Württemberg, Oberes Ermsdal — Otto Ludwig Wolff, Straßmühle bei Babenhausen in Hessen, Odenwald — Gasthaus „Dampfschiff“ von Josefina Freiburg in Lichtowitz an der Elbe in Böhmen, Post Praskowitz.

## \* Bücher \*

**Dr. von Borosini, August: Hygiene des keimenden Lebens.** Winke für werdende Mütter. 47 S., geb. 1.25 M., geb. 1.75 M., Emil Pahl, Dresden 1925. Ratschläge eines erfahrenen Arztes, die hohen praktischen Wert haben. Borosini ist nicht Vegetarier, doch decken sich seine Forderungen nahezu völlig mit den unseren.

**Maul, Fritz: Welt — Mensch — Gott.** 78 Seit., Protens-Verlag Stuttgart 531. Einer, der eigne Wege ging, bietet hier in knappen inhaltvollen Sätzen seine Lebensweisheit: Die Philosophie eines Lebenserneuerers.

# Vegetarier-Bote

Zeitschrift des Verbandes Deutscher Vegetarier-Vereine.

## Verband

### Deutscher Vegetarierversereine

1. Vorsitzender: Georg Förster, Dresden-N., Helgolandstr. 11, I.

**Sprechstunde.** Der Verbandsvorsitzende ist täglich zu sprechen. Rechtzeitige Anmeldung ist zweckmäßig.

### Deutsche Vegetarische Gesellschaft.

Geschäftsstelle: Dresden-N., Helgolandstraße 11 I.

Die Mitgliedschaft und Wirksamkeit der Gesellschaft erstreckt sich auf das gesamte deutsche Sprachgebiet.

Auskunft bereitwillig gegen Kostenersatz (Freimarke).

**Beitrag.** 3.60 M. jährlich.

**Dresden.** Zusammenkunft Dienstag, den 9. 6. 7 Uhr Waisenhausstr. 15, II.

**Wanderung.** Sonntag, 14. 6. Königstein — Pabststein — Sobrischstein — Quirl, ab Hbbf. 6,10, Sonntagst. Königstein. Sonntag, 5. 7. Lausche-Fahrt, ab Hbbf. 6,03, Sonntagst. bis Großschönau (Zittau).

**Berlin.** Bundesvertreter R. A. Buck, Berlin S 14, am Wasser 15

**Oberbayern.** Bundesvertreter Hanns Gräßmann, Pasing bei München, Karl Beckstraße 3/0.



**Hannover.** Bundesvertreter Handelslehrer Adolf Rehse, Karmarschstraße 17, III.

**Leipzig.** Bundesvertreter Hugo Friedrich, städtischer Lehrer, Leipzig-Gohlis, Breitenfelder Str. 66, I. Auskunftsstelle für örtliche Angelegenheiten und Siedlungswesen. Antwort gegen Freimarken.

**Bundesvertreter.** Mitglieder, die bereit sind, eine Ortsvertretung für unsere D. B. G. zu übernehmen, wollen sich alsbald melden!

## Vegetarier-Vereinigung Berlin e. V.

**Geschäftsstelle:** B. Rieger, Berlin C. 25, Gontardstr. 5, I. Fernruf Königstadt 2532.

**Beitrag:** 4.— Mark jährlich. Zahlungen bitten wir auf Postcheckkonto Berlin 3786, Bank Zentrum vorzunehmen.

**Unser Frühlingsfest**, das etwa 120 Teilnehmer zusammenführte, verlief in glänzender Weise. Unter den Gästen sahen wir zu unserer Freude viele Gefinnungsfreunde auch aus der weiteren Umgebung Berlins. Zur Tombola waren reichhaltige Spenden gestiftet worden, und fast alle Festteilnehmer konnten eine nützliche Erinnerung mit nach Hause nehmen. Allen fleißigen Händen und Stiftern herzlichen Dank! Bei frohen Tänzen und guter Unterhaltung verflogen nur allzu rasch die Stunden.

**Monatsversammlung und Vortragsabend:** Montag, den 15. Juni abds. 7½ Uhr bei Homann, Potsdamerstr. 26 a.

**Wanderungen:** Leiter Herr H. Unverhau, W. 15, Uhländstr. 30. Sonntag, den 7. Juni Wanderung an den Havel-Seen, Bade-Gelegenheit, Treffen 9 Uhr in Wannsee, Bahnhofsausgang. Sonntag, den 21. Juni nach Hermsdorf, Treffen 9½ Uhr im Hermsdorf, Bahnhof West-Ausgang.

**Bücherei:** Ausgabe durch Fr. D. Claus am Vereinsabend und Freitags abends 7—8 Uhr durch Herrn Homann, Potsdamerstr. 26 a.

Gäste sind bei allen Veranstaltungen gern gesehen.

Bernhard Rieger, I. Vorsitzender.

## Dreier Vegetarier-Vortrupp Berlin.

Unsere unabhängigen Ausspracheabende sind jeden 1. Montag im Monat 7½—9½ bei Marquardt, Holzmarktstr. 73, I. (Ecke Alexanderstr.) Obmann: Gerhard Hilbrand.

## Vegetarische Gesellschaft, Berlin

Zeller, Berlin NO. 55, Allensteiner Straße 26 IV. I. S.

Sonntag, 14. 6. Ausflug. Treffen pünktlich 9 Uhr in Köpenick am Bahnhof.

„**Vegetarier-Altersheim**“. Gemeinnützige Genossenschaft m. b. H. Geschäftsstelle: Berlin C 25, Gontardstraße 5, I.

## Vegetarier-Berband Sachsen (G. B.)

Vorsitzender: H. Heinicke, Dresden-Löbtau, Wallwitzstr. 20

## Dresdner Vegetarier-Verein

Vors.: Oberlehrer H. Heinicke, Dresden-A., Wallwitzstraße 20

## Vegetarische Gesellschaft zu Breslau.

Anschrift: Walter Barnert, Breslau, Goldene Radegasse 10 II. (Postcheckkonto 422 25 Breslau)

2. Leiter: Ernst Winkler, Breslau, Lebestraße 54  
Zusammenkunft jeden ersten Sonntag im Monat.

## Vegetarier-Vereinigung Hamburg.

Obmann: Schön, Dammtorstraße 11, I.

## Leipziger Vegetarier-Verein. (e. V.)

Leipzig, Zeitzer Straße 13, I. „Ceres“.

Zusammenkunft jeden ersten Mittwoch 8 Uhr.

## Verein für alleseitige Lebensreform Riegnitz

Riegnitz: Jauerstr. 8, Uhrmacher Richard Scholz

Vorsitzender Konrektor Bräuer, Haynau, Schlesien.

Versammlungsstelle Evangel. Vereinshaus, kleiner Saal.

## Verein f. naturgem. Lebensweise (Vegetarismus) Chemnitz.

Gegründet am 18. November 1889

Geschäftsstelle: Jahnstr. 28, W. Voigt.

Versammlung jed. 3. Mittwoch Bernsdorfer Str. 64 bei Familie Eger  
Monatlicher Beitrag 40 Pfg.

Versammlung am 17. 6. fällt aus, dafür findet am 20. 6. (Sonabend) Zusammenkunft bei Mitgliedern Jrmischer und Jöres in Draisdorf statt. Zwecks Bildung einer Gesangsabteilung werden Sangesfreudige besonders aufgerufen. Auch sollen einige Waldläufe, sowie sonstige sportliche Übungen stattfinden. Die letzten Besucher werden abds. 7 Uhr erwartet.  
Der Vorstand

## Vegetarische Gesellschaft zu Hannover.

Vorsitzender Adolf Rehse, Hannover, Karmarschstr. 17.

Sonntag, 21. Juni Johannisfeier auf dem Freihofe.  
Treffpunkt nachm. 4 Uhr bei Gastwirt Stöckmann in Bothfeld.

## Gesellschaft für Vegetarismus, München.

Geschäftsstelle: Math. Buchner, Friseurmstr., Kaufinger Str. 25, Dombfreiheit, b. d. Frauenkirche. Postcheckblatt 18984.

Verkehr: „J d u n a“, veget. Gaststätte, Luitpoldstraße 8, am Hauptbahnhof, hinter Liegpalast

Am 1. Mai starb nach kurzem Krankenlager unser hochverehrter Ehrenvorsitzender und langjähriger Führer Josef Elkan, vereidigter Bücherrevisor, im Alter von 59 Jahren. Seit der Gründung 1897 stand er in unseren Reihen an vorderster Stellung, kämpfte für unsere Ideale und brachte unsere Sache in München zu großem Ansehen. Ein edler, mit großen Tugenden begabter Mensch ist mit ihm dahingegangen. Der härteste Schlag, der diesen Mann getroffen, ist wohl der Tod seiner Gattin gewesen, die ihm in 30 jähriger Ehe eine treue Gefinnungsgenossin war.

Wir Freunde gaben ihm das letzte Geleit zum Flammengrab. Sein Geist wird unter uns fortwirken.

## Wiener Vegetarier-Gruppe.

Obmann: Rudolf Elkan, Wien XV, Robert Hamerling-Gasse 9.

Zwanglose Zusammenkünfte.

Samstag, 6. 6. 6 Uhr abends Terrasse vor der Spielmiese — Livoli.

Samstag, 20. 6. 6 Uhr abends Endstelle der Straßenbahn in Pöckleinsdorf.

## Vegetarische Gesellschaft Stuttgart

Obmann: Ludwig Ankenbrand, Hasenbergsteige 6 III.

## Vegetarische Gesellschaft Zürich.

Obmann: G. König, Zürich, Holbein-Str. 25, Speisehaus Thalytia.

## Vegetarische Wohltätigkeitsstiftung Thalytia.

(Für Waisen und Halbweifen vegetarischer Eltern).

Freiburg-Günterstal (Breisgau), Reutestraße 3.

## Dr. Gustav Rheinstaedtersche Stiftung.

Geschäftsstelle: Pforzheim, Nagoldstr. 9.

**Arbeitsgemeinschaft vegetarisch eingestellter Wehrtempler.**  
Hanni Becker, Jlemsburg, St. Marien-Gemeindehaus.

## Vegetarische Siedlergemeinschaft.

Obmann: Hugo Henschei, Dresden-Cotta, Wartbaer Str. 7 IV



### Arbeitsgemeinschaft für Lebenserneuerung von Pirna und Umgebung.

Geschäftsstelle: Pirna, Dohnasche Str. 18.

Sonntag, 14. 6. Königstein—Hirschlengrund—Gohrißch—  
Kleinhennerst. oder Steine—Pabststein—(Nachzügler bis 11 Uhr  
Pabststein)—Gohrißstein—Quirl. Besuch einiger Höhlen,  
daher Taschenlampen mitbringen. Mundvorrat und Zupfägen  
nicht vergessen! Eingefahrt wird nicht! Ab 6.24 Uhr. Sonntagskarte Königstein

### Verein vegetarischer Frauen.

Mitgliedschaft und Wirksamkeit des Frauenbundes erfassen  
das gesamte deutsche Sprachgebiet.

Alle für den Bund bestimmten Schreiben und Geld-  
sendungen sind zu richten an Frau Martha Förster, Dresden-  
Neustadt, Helgolandstraße 11 I.

**Sprechstunde.** Die Vorsitzende ist täglich zu sprechen.  
Besuche von Mitgliedern sind willkommen. Rechtzeitige An-  
meldung ist zweckmäßig.

**Auskunft** gegen Kostenersatz (Freimarkte).

**Beitrag** 3,60 Mk. jährl. für Zeitung u. Mitgliedssteuer.

**Stellenvermittlung.** Meldungen freier Kräfte u. Stellen  
erbeten. Auskunft gegen 1.20 Mk. Kostenersatz. Jede Förderung  
dieser für unsere Bewegung notwendigen und wertvollen Ein-  
richtung dringend erwünscht. Weitersagen!

**Abzeichen in Silber** (900), zum Anhängen, Größe fast  
wie 3 Markstück, Stärke wie 1 Markstück, emailliert, 5 Mk.

#### Ortsvereine.

**Berlin N. O. 55.** Leiterin: Frau Ida Zeller, Allen-  
steiner Str. 26.

**Beratungsabend:** Jeden ersten Freitag im Monat  
abds. 1/8 Uhr bei Zeller.

Es wäre wünschenswert, wenn die Leserinnen der „Veget.  
Frauenzeitung“ sich als Mitglieder des Vereins vegetarischer  
Frauen anmelden. Der Beitrag ist der gleiche: monatlich  
30 Pfg. Dafür wird die „Veget. Frauen-Zeitung“ geliefert.  
Anmeldungen bei Frau Ida Zeller, Berlin N. O. 55, Allen-  
steiner Straße 26.

**Dresden.** Leiterin: Emma Merten.

#### Bundesvertreterinnen.

**Berlin N. W. 87,** Waldstr. 38, IV. Frä. Ottilie Claus.

**Berlin-Friedenau.** Frau B. Borsdorff, Rheingaustr. 16.

**Hannover.** Frau Luise Rehse, Karmarschstr. 17, III.

**Mannheim.** Frä. Martha Stelter, Rheinbammstr. 3, V, I.

**Stralsund** Postschließfach Schwester Jesurun.

Mitglieder, die bereit sind, das Amt einer Bundesver-  
treterin zu übernehmen, wollen sich melden.

### Vermittlungsstellen für Lebenserneuerung.

Berichte der örtlichen Vertreter, Mitteilungen, Anfragen  
oder Anregungen allgemeiner Art und Beschwerden empfängt  
die **Hauptstelle für das deutsche Sprachgebiet, Dresden-N. 6,**  
Helgolandstraße 11, I.

**Anschriften.** Die Sammlung der **Anschriften** aller  
Vegetarier im Bereiche jeder Ortsvertretung ist Erfordernis.  
Alle Gesinnungsverwandten werden ersucht, den Vermittlungs-  
stellen ihres Gebietes Namen und Wohnung bekanntzugeben.

Die Nennung weiterer freiwilliger Helfer — auch Frauen  
— ist dringend erwünscht. Weite und wichtige Gebiete ent-  
behren jeder Vermittlungsstelle.

#### Ortsvertretungen:

**Adlersleben** am Harz, Fr. v. Steinstr. 5b, Karl Reil.

**Berlin N. 39,** Kolberger Straße 8, Alfred Grabe.

**Berlin S. 42,** Brandenburgstr. 80, Hans Drews. Auskunft  
über Lebenserneuerung, Wandervogelwesen u. Körperkultur.

**Bielefeld.** Lessingstr. 21, Frau Eva Mackensen.

**Blumenthal,** Hannover. Langestraße 90. Karl Blank.

**Breslau 1,** Goldene Radegasse 10, II. Verbandsleiter Walter  
Barnert. Postfachblatt 74001, Breslau.

**Bublis** in Pommern, Langestr. 304, Paul Reinke.

**Essen** (Ruhr), Fr. C. Heide, Beginentkamp 3.

**Frankfurt a. M.,** Schäfergasse 25. Reformhaus „Freya“.

**Freiburg,** Baden, Belfortstr. 2. Fr. Paul Lorenz.

**Halle** (Saale). Leipzigerstr. 37. Architekt Adolf Fricke.

**Sameln,** Deisterstr. (neben d. Einhorn-Apothek). E. H. Oberbed.

**Hildesheim.** Kreuzstr. 11, I. (Gold. Engel). Postf., Johannes Bach  
Auskunft über Fragen der Lebensreform, Jugendbewegung  
und Körperkultur.

**Lößnitz** (Erzg.), Marktstr. 65, Schuhmachermstr. Gustav Ehrler

**Lübeck-Niendorf,** Mittelschullehrer W. Hertel.

**Mannheim.** Rheinbammstr. 3, V. St. Iks. Frä. Martha Stelter  
(Pflanzenzettelfeisen, Schriften).

**Meran** (Ital.). Plankenstein 1, M. Apfel.

**München,** Kaufingerstr. 25, Domsfreiheit. Friseurmstr. M. Buchner.

**Nordhausen,** Johannisgasse 8 I. I., Waldemar Gänserich.

**Nürnberg.** Sternengasse 1, H. Albus, Jungbrunnen.

**Oslutter** bei Lutter, Kreis Goslar (Harz), Haus Flötheberg.  
Emil Berthoff.

**Pirna,** Sachsen, Dohnasche Str. 18. Buchhändl. Otto Reinhold.

**Positano** bei Salerno (Ital.) Casa Auletta, Frau Helen,  
Gräfin Zichy-Holzhausen.

**Schleswig,** Friedrichstr. 10. Ludwig Brinkmann.

**Schönwaldau** 80, Kreis Schönau, Bez. Liegnitz, Siedlung  
„Sonnenland“, Georg Weidner.

**Schweinfurt.** Hauptbahnhof 28. Edmund Müller.

**St. Gallen,** Schweiz, Säntisstr. 9, Sepp Boffart Bihler.

**Striegau,** Wilhelmstr. 4, I., Strafanstaltsinspektor W. Heerde

**Struppen** (Amstb. Pirna) Schafferheim, Max Reklaff.

**Weinbösla,** Sachsen, Weißner Str. 39. Reinhold Thierfelder.

**Wien** 13/4. Baumgartnerstr. 28, 5. Ingenieur Richard Sopya

**Wiesbaden.** Bierstadter Str. 3, H. Böe.

**Würzburg.** Büttnerstraße 58. Familie Scheimer.

**Wittau.** Markt 3, I. Frau Anna Springer.

## Wandervogel vegetarischer Art

Führer: Richard Richter, Zehdenick a. d. Havel, Dammhaststr.

Jungen u. Mädels im deutschen Sprachgebiet m e l d e t  
Euch zwecks Anschluß! Rückmarke beilegen! Weitersagen!

### Arbeitsgemeinschaft junger Lebensreformer Dresden

Anschrift: Hans Pape, Dresden-N. 28, Gohliser Straße 28 II.

### Junger vegetarischer Kreis Hildesheim

Karl Kaufhold, Langerbagen 43.

Restabend: Sonnabend 8 Uhr altes Nest Dammtor.

### Lichtwanderer.

Bund für naturgemäße Lebensweise (Vegetarismus), Körper-  
kultur, Wandern und Naturschutz. Anschrift: Hans Drews,  
Berlin S: 42, Brandenburgstr. 80.

Fahrten: 6./7. Juni Blumenthal. 13./14. Juni Na-  
turschutztag in Rotterdam. 20./21. Juni Mitteldeutsches Treffen  
mit Sonnwendfeier. 27./28. Juni Schorsheide.

Nest- u. Spielabende jeden Donnerstag Tempel-  
hofer Feld. — Lichtfrohe Jungen und Mädels sind uns stets  
herzlich willkommen!



# Vorgeburtliche Erziehung

und die Pflege  
des Kleinkindes  
behandelt das hilfr-  
reiche Buch von  
Rosel Kohler,



Ratgeber für Müt-  
ter u. Schwestern.  
Obwohl volle  
Kenntnis aller  
wissenschaftlichen

Forschungsergebnisse vorhanden, doch nicht die  
üblichen medizinischen Ratschläge. Aus neuer  
Lebenseinstellung und reicher Erfahrung erfolgt  
einzelhafte und umfassende Anleitung. Umfang-  
reiches Stichwortverzeichnis. Geh. 1,50, gbd. 2.—.

Zu beziehen durch jede gute Buchhandlung, wo  
☐ ☐ nicht vom Verlag ☐ ☐

## Die neue Zeit Jena-Zwätzen

### Wandervogel. Lies.

1000 Stück 3,50 Mk. portofrei, bei Aufdruck von  
4 Zeilen am Schlusse 4,75 Mk. — Wirksamste veget.  
Werbeschrift! — Bereits 40000 Auflage!

### Verjüngungskuren

Im  
Hochharz

Kuranstalt Erholungsheim Ebert  
für naturgemäße Lebensweise.  
Bennedensstein (bei Braunlage u.  
Schierke) Natürl. Höhensonne, Hö-  
henluft. Ausged. herrl. Lufthütten-  
parks. Familienparks. Waldr. Um-  
gebung. Vorzügl. veget. Verpflegung.  
Auf Wunsch Rohkost nach Pastor  
Felke u. Felke-Bäder. Prospekt frei.

### Luff- und Sonnenbäder

### Getr. Südfrüchte

Versand in kl. Säcken à 10 Pfd. br., verbürgt gesund!

|                 |        |             |        |              |        |
|-----------------|--------|-------------|--------|--------------|--------|
| Smyrna-Feigen   | à 3,30 | Pflaumen    | à 4,—  | Haselnüsse   | à 7,50 |
| Sevilla-        | à 2,80 | Mischobst   | à 5,50 | Erdnüsse     | à 4,—  |
| Bari            | à 2,80 | Walnüsse I. | à 4,—  | Krachmandeln | à 7,—  |
| Datteln (Block) | à 6,—  | „ II.       | à 3,—  | Pfirsiche    | à 6,—  |
| Traubenrosinen  | à 4,—  | Paranüsse   | à 5,—  |              |        |

Preise fest zuzügl. Porto, Nachn. oder Postscheckk. Hbg. 32117.

Arthur Rolfs, Hamburg 1, Schleusenstr. F 31

### Geschenkwerte.

Lichtwärts von Werner Zimmermann „ 2,50  
Der Mensch und die Sonne v. Surén Hbl. 4.—  
Handbuch für deutsche Frauenkleidung geb. 2.—  
Verlag der Vegetarischen Frauen-Zeitung.

## Haus Kruse Privat-Kurhaus

Kurort Weißer Hirsch bei Dresden

Leitender Arzt: Dr. Friedrich Kraeger.

Behagliches Haus für Erholung u. Genesung Suchende.  
In ruhiger Lage, nahe Wald, Luftpark, Drahtseilbahn.  
Jede Bequemlichkeit. Frischluftheizung. Sonnenbad.  
Sorgfältig ausgewählte veget. Küche Diätikuren zu  
jeder Jahreszeit. Erfolgreiche natürliche Heilkuren.  
Praktische Belehrung über die wichtigsten Gebiete  
der Ernährung, Atmung, Verjüngung, Lebenskunst.

## Oberbayrischer Gesundbrunnen Teisendorf b. Reichenhall

☐☐ für Frauen-, Nieren-, Nervenleiden ☐☐

ärztl. Leitung nach den Reformideen von

☐☐ Dr. med. H. Lemke ☐☐

— Fasten-, Diät-, Reformkuren —

Im Gesundbrunnen-Verlage erschien  
von Dr. med. H. Lemke

1. Gedankenmacht im Mutterleib ☐☐
2. Warum unsere Frauen so schnell ver-  
blühen ☐☐
3. Der Säugling u. seine naturgem. Pflege
4. Für und wieder die Operation der Frau
5. Glückliche und unglückliche Ehen ☐☐

:: Preis je 1 G.-M und Porto ::

### Fastenkuren,

Regenerationskuren, Schulung und Führung. Preiswerte  
Unterkunft. Gute Pflege und Verpflegung. — Auch im  
Winter in Betrieb. — Bei Anfragen Rückporto erbeten.

Witzenhausen (Werra) Dr. med. O. Buchinger  
zwischen Nordhausen und Cassel Arzt für Homöopathie und Natur-  
heilverfahren

Satin-Schürzen, einseitig gummiert. Gummi-Schürzen,  
Gummi-Tischdecken, Lampen-Schirme, Hofenträger, Bade-  
hauben, Regentappen, Monats-Binden mit Schwamm-  
gummi-Einlage, Unterlagen, Clyjos, Frauenbüschen, Ver-  
bandsfäden usw. engros — en detail. Vertreter  
gesucht! — G. Mittag, Nordhausen am Harz.



## Darmstählung und Selbstentgiftung garantiert!

**Verstopfte!** „Diese beiden Erfindungen sind das hygien. Vollendetste, was mir bis heute bekannt geworden. Es ist Tatsache, daß die AM den Darm, seine Muskulatur, seine Nerven derart kräftigt, daß der Stuhl pünktlich, gründlich und beschwerdelos erfolgt. Es ist kein Wort zuviel gesagt, daß die DM den Gesamtkörper ganz und gar ändert, die Harnsäure restlos ausscheidet, ihre Neubildung verhindert, den Menchen verjüngt, die Lebensenergie anfaßt, somit auf Geist und Gemüt wunderbar wohltuend wirkt. Das Vollendetste dabei ist die Natürlichkeit Ihrer Mittel und Wege. Ohne Medizin, ohne Gwaltkur erzielen sich Erfolge, die Sie zum Wohltäter der Menschen stempeln. A. Herold, Treibiermentabrik, Westerhausen, H.“ — „Ihre Ap-Methode, die ich Ende 1921 begonnen und auch jetzt noch ausübe — ich bin 71 2/3 J. alt. — hat eine erwünschte Besserung meiner Verdauung zur Folge gehabt. Da ich bei Beginn und schon seit Jahren Vegetarier, Abstinenter und Nichtraucher war, habe ich den Erfolg den mir empfohlenen . . . zu verdanken. Der Gebrauch irgendeiner Arznei kam nicht in Frage. Ihr ergebener Geheimrat Dr. jur. Max Graf Pilati, Verwalt.-Gerichtsdirektor, Schlegel.“ — Aertzegutachten: Die Heilmethode zur Kräftigung der Darmperistaltik und Reinigung des Darmes wie des gesamten Stoffwechsels entspricht durchaus dem angekündigten Zwecke, die Darmstählung und die Selbstentgiftung bei Steinleiden, Verkalkungsprozessen, Verfestigung, sowie jeder Art von Folgeerscheinungen chronischer Darmträgheit herbeizuführen, damit die Patienten wieder gesund und lebensfreudig zu machen. Den klaren Beweis für die einwirkende Ursache aller der genannten Leiden liefert der Erfolg, nämlich die Heilung, die eintritt, sobald das gemeinsame Grundprinzip durch das in Rede stehende Heilverfahren behoben ist. Dr. med. Gustav Sells, Arzt, Leipzig, Simsonstraße 2 IV. — „Es handelt sich bei AM, DM und RM nicht um Geheimmittel irgendwelcher Art, und man muß auf Grund ärztlicher Erfahrungssagen, daß sie den in den Annoncen angegebenen Erfolg haben können. Dr. med. Wilh. W., prakt. Arzt, Bln.-Halensee.“ — Einführungsmaterial: Preis 20 Pfg. — Ausld. 1 Schw. Fr. — a. Postscheckkonto Berlin Nr. 92696, Zürich VIII 10287, Prag 78051. — Unsere Erfolge sind auf Veranlassung des Leipziger Gesundheitsamtes durch Gerichtsurtell Leipzig 6 III. 24 als gut festgestellt und hervorgehoben. — Anfragen sind nur zu richten an

**Brüder Verlag, Letschin (Mark) 341**

## Fräulein

wirtsch. sol., naturliebend, wünscht aufrichtig, strebs. Herrn kennen zu lernen zw. Heirat. Angeb. unt. R. L. 12 an B. Fr. Z.

## Einfacher

## Landaufenthalt

(n. Erholungsh.) f. erfolgsh. bed. Frauen u. j. Mädchen, Gymn.-Unterr. Anfr. mit Rückp. erb. a. Renate Keußler Hasloch a. M., Speßart

**Vegetarier** verwenden z. öfteren Oelung für die Körperkultur während des Luftbades nach dem Wasserbade

## „Hautnahrung Venusal“

Seit vielen Jahren erprobt und von Freundinnen und Freunden der Lebenserneuerung gelobt. Sonnenreich und Kraft spendend! Gr. Flasche Mk. 2.—, 6 Fl. Mk. 10.— postfrei. Sonderzeugnis gegen Insekten, „Hautöl Erika“, Flasche Mk. 1.— postfrei bei Vorauszahlung auf Postscheck Breslau 23100.

**„Venusal“ Fabrik und Versand Liegnitz.**

Wiederverkäufer überall gesucht!

## Paul Herrmann, Dresden - A. 10

Fernruf 20778 Rietschelstr. 4 Postscheck 113522

### Erste Reformbäckerei am Platz

**Brot.** Herrmann's Vollkornbrot, Vollkornbrot n. Professor Finkler, Hersteller des **Steinmetz Kraft-Brot**, Weizenschrotbrot und Rosinenschrotbrötchen.

Nährwieback u. Tafelwieback

### Mehl-Verkauf

Alle anderen Backwaren in bekannter Güte auch zum Wiederverkauf.

Wer Mahr's poröse Wäsche trägt, den Grundstein zur Gesundheit legt.

gef. gesch.



Fordern Sie noch heute in ihrem allereigensten Interesse Gratisprospekt Nr. 30, Stoffmuster und Angabe von Verkaufsstellen von den alleinigen Fabrikanten

**Mahr & Haake, Hamburg 23**

Hammersteindamm 52/54

## Sesam- oder Erdnußöl

Das Beste zu Salaten aller Art, zum Braten und Kochen, besonders für Gemüse, sowie zum Backen

Garantiert naturreine feinste Qualität. Postkanne GM 9.50 Preise frei Haus gegen Nachnahme oder Vorkasse

**Hermann Richter, Hamburg F 23, Fichtestraße 30**

Postscheckkonto Hamburg Nr. 4068

## Aufruf: Rohköstler

oder die Ihr es werden wollt, schreibt zwecks Zusammenschluß an O. Hansen, Berlin-Wilmersdorf, Berlinerstr. 161 b. W. Koppe

## Erholungsaufenthalt

für 4 Wochen im Juli oder August suche ich für 53 jähr. Herrn. Zahlung befond. Verhältnisse halber in monatl. Raten v. je 30 M. Ang. erb. Schwester Jesurun, Stralsund, Postschlieffack

Wo an der Nordsee befindet sich Naturheilstalt (ob. veget. Erholungsheim)? Zuschr. a. A. Lux, Elmshorn Holtz, Marktstr. 12

Zwei gebild. Vegetarierinnen finden bei früh. Arztfrau herzl. Aufnahme zur Erlernung der Reformküche, Gartenkulturen, Photographie. Anschrift. mit kleinem Lebenslauf an Erholungsheim Tannenfried, Baden-Baden.

Alleinstehende Frau, **Reformküche** hat, gesucht. Nach die Luft für die Unternehmung soll ihr die Leitung ganz oder teilweise übertragen werden. Selbstgesch. Angebote mit Schilderung der Verhältnisse und Ansprüche an Schützlerheim zu Ellrich (Südharz)

**Vegetarierin**, die mit einer zweiten alle Haus- u. Gartenarbeiten gern verrichtet, halb evtl. auch später aufs Land Nähe Sera Thür. gesucht. 3 Kinder 8-10 jähr. Kochkenntniffe erwünscht, doch nicht Bedingung. Ausführl. Angeb. m. Bild unter v. S. an die Veget. Frauen-Zeitung.

## Kinderheim „Sonnenschein“

Oranienburg-Eden 103 i. d. Mark nimmt Kinder jeden Alters, auch Säuglinge, auf.

Lebensreformer, 24 Jahre, Rohköstler, Abstinenter, Freiwirt, der das Ideal der natur. Ernährung im Anbau auf eigen. Scholle durch eigene Kraft erblickt, wünscht in Siedlung od. dergl. m. g. n. z. brüderl. gesonn. v. Gemeinschaftsgeist erfüllten Menschen zu leben u. zu arb. Angeb. unt. W. G. 165.

Ich wünsche mir eine Vegetarierin als **Lebensgefährtin** u. suche deshalb in Verbindung zu treten m. schlichtem, gesundem Mädchen vegetar. u. auch sonst fortschritt. Gesinnung, das Freude an Natur, Wandern u. Musik hat. Ich bin 32 J. alt. Zuschrift. m. Bild unt. „Harmonie“ an B. Fr. Z.

Streng. Lebensreformer, 24 J., Rohköstler, Freiwirt, der das Ideal d. natürl. Ernähr. im Anbau auf eigen. Scholle durch eigene Kraft erblickt, sucht tiefernste, überz. **Gesinnungsgefährtin**, die von demselben, mit eisern. Willen zu ertreb. Ziele durchdrungen ist, zwecks idealer Ehe. Briefe unt. L. 25.

Penj. evang. **Lehrerin** (Reformerin) biete idyll. Heim m. Sonnend. auf Obstgüthen im bad. Schwarzwald f. Erziehung m. 10 jähr. Töchterchens. Auch Einbeirat f. i. Betr. kommen. Ziel: „Der sonnige Mensch“. Angeb. m. Bild. unt. F. 225.



# Künstlerisch und dauerhaft

daher sehr zu empfehlen

## Klappholttaler Beiderwand

Mk. 8.— p. m.

Große reinwollne

## Sylter Umschlagetücher

1 m breit, Länge von 1,50 m an nach Wunsch

Mk. 25.— bis Mk. 35.—

Man verlange Muster

Handweberei Klappholtal/Sylt

### Buchhandlungen.

**Berlin G. 2.** Neue Promenade 6  
Max Breitkreuz.

**Berlin W 9.** Joseph Pelzer,  
Köthener Str. 45.

**Breslau.** Goldene Radegasse  
10, H. Verlag „Das natürl.  
Leben“.

**Chemnitz.** Zahnstr. 28. Max  
Voigt. Postsch. Leipzig 117189

**Dresden.** Blochhausgasse 1.  
Mondo-Verlag.

**Dresden-N. 6.** Frey-Haus.  
Mezer Straße 6.

**Dresden.** Hedwig Härtel, Frei-  
berger Platz Ecke Stiftstraße,  
Papier- und Schreibwaren.

**Frauentdorf** Bez. Spz. „Erdeng-  
glück“. Verlag für div. Lebens-  
reform. Druck. frei. B. Winkler.

**Freiburg** Breisgau. Fr. Paul  
Lorenz. Postsch. Karlsruhe  
7183. Leipzig 48147. Basel  
6306. Wien 156731. Prag  
79926.

**Hemfurth** in Waldeck. Kuon-  
rat-Bücherklausse Kurt Schön-  
brod. Postsch. Berlin 97811

**Leipzig.** Königsstraße 11, Land-  
fahrerbund.

**Liegnitz.** Versandbuchhandlg.  
„Benujal“. Liste wichtiger  
Schriften kostenlos.

**München.** Ottostraße 1. Fort-  
schrittl. Buchhandl. J. Steos  
und O. Lechler.

**Neufölln.** Karlsgartenstr. 14.  
Richard Neumann.

**Nürnberg.** Sternstraße 1. Jung-  
brunnen-Buchhdlg. H. Albus.

**Oranienburg.** (Markt) Wilhelm  
Möller. Buchhdlg. u. Verlag.

**Pirna.** Georg Stöckner (Otto  
Reinhold) Dobnaische Str. 18.

**Stuttgart.** Mimir, Versand-  
buchhandlung und Verlag für  
deutsche Erneuerung. Sene-  
felder Str. 13. Postsch. 3184

**Reichenberg, Böhmen.** Leip-  
ziger Platz 1. Neulandhaus  
Wilhelm Glaser.

**Teisendorf** bei Reichenhall.  
Gesundbrunnen-Verlag.

**Wien I.** Hofburg, Kanzler-  
trakt II/5. Deutsche Gemein-  
schafts-Buchhandlung.

### Reformhäuser.

**Berlin.** Thalyja Wilhelmstr. 37

**Berlin W 9.** Linstr. 40. Ge-  
sundheit-Zentrale.

**Wien.** R. & A. Adorno, Köpenicker  
Str. 96 rechts, Keller.

**Berlin = Tempelhof,** Drei-  
bundstr. 45. Reformhaus Bio,  
Eugen Kraus.

**Chemnitz.** Zahnstr. 28. „Freya“  
Fab. W. Voigt.

**Dresden.** Thalyja, Schloßstr.  
**Frankfurt a. M.** Schäfer-  
gasse 25. „Freya“ Groy & Co.

**Erfurt.** Moltkestr. 26 III. Re-  
formwaren-Vertrieb Randt.

**Hannover.** Gustav Adolfsstr. 10.  
Georg Schröder.

**Hannover.** Ostara-Haus Herm  
Hahnwald. Fachgesch. f. gesunde  
Nahrung u. Kleid. Herrenstr. 7.

**Leipzig.** Thalyja, Neumarkt 40.

**München.** Thalyja, Marien-  
platz 29.

**Neufölln.** Karlsgartenstr. 14  
(5 Wein. v. Hermannpl.)

**Räbnitz-Sellerau,** am Markt  
2. Rudolf Stephan.

**Reichenberg** Böhmen, Leipziger  
Platz 1. Glaser.

**Schönebeck** Elbe. Markt 22.  
Olga Gerding. Reformfortsetz,  
Büstenhalter, Frauengurt.

**Wien VI.** Linieng. 33. „Waren-  
vertrieb Wohlfahrt“ der österr.  
Naturheilk. (auch Wander- u.  
Sportausrüstung).

Zeile bei Jahresauftrag  
je 25 Pfg.

### Obstpasten

unentbehrlich für Wanderungen u. Reisen. Hergestellt aus Obst  
und Zucker ohne jede Beigabe fremder oder schädlicher Stoffe  
bezw. aus Mandeln u. Nüssen. Mit Ehrenpreisen ausgezeichnet.  
Reinste Kräuternahrung. Vitaminreich. Obstpasten sind belebend,  
erfrischend, nährsalzreich und lange haltbar.

Musterfundungen von je 1 Mark an mit Nachnahme oder  
Postcheckkonto Stuttgart 5778

**Walthar Gyzki, Göttingen a. N.**

Herstellung und Reformhaus für gesunde Nahrung.

### Spesehäuser — Erholungsheime

Zeile bei Jahresauftrag je 25 Pfg.

**Alsbach** a. d. Bergstraße. Er-  
holungsheim Haus Brünig  
Feuerbach.

**Baden-Baden,** Pension  
Tannenfried, A. Selz-Glaff.  
langj. Lebensreformerin.

**Bad Sachsa.** Haus Bergfried.

**Berlin.** Potsdamer Str. 26a  
Homann.

**Wauerstr.** 66-67, Weber  
Prinz Louis Ferdinandstr. 2

**Kronberg**  
Moabit, Paulstr. 2, Schmelz

**Holzmarktstr.** 73  
Marquardt

**Alexanderstr.** 50, Steinhoff

**Neue Schönhauser Str.** 10  
Meinung

**Friedrichstr.** 151, l. Veget.  
Speisehaus Carl Behnke.

**Breslau.** Martinistr. 7. Al-  
toholstr. Gasth. Veget. Küche

**Brünn.** Wäbren, Johannes-  
gasse 9. J. Richter.

**Budapest.** Ruzeum Ring 17.

**Cassel.** Veget. Speiseh. Pomona,  
Hobenzollernstr. 171.

**Chemnitz,** Poststr. 18. Freya.

**Dresden = A.,** Waisenhaus-  
straße 15, l. Fr. Haß.

**Dresden-Loschwitz,**  
Dr. Möllers Sanatorium.

**Dresden-Weißer Hirsch,**  
Kurhaus Kruse, Marienstr. 7

**Embsen.** Kreis Lüneburg. Er-  
holungsheim Marie Emme.

**Erfurt.** Moltkestr. 26 III. Veget.  
Mittagstisch.

**Frankfurt a. M.,** Gr. Bocken-  
heimer Str. 35, l. „Freya“.

**Frauentdorf** Bez. Leipzig. Er-  
holungsheim „Erdenglück“.

**Freiburg-Günterstal.** Rebhag-  
weg 40. Erholungsgh. „Heil“.

**Freienwalde** Ober, Mt. Schwz.  
Seidemann Frankfurterstr. 97

**Godsberg.** Pension Rosen-  
burg. Hindenburgstr. 24.

**Halle Saale,** Gr. Ulrichstr. 25,  
II. Veg. Speiseh. Jungbrun-  
nen. Ernst u. Lina Bauer.

### Mandel-Nußpasten

unentbehrlich für Wanderungen u. Reisen. Hergestellt aus Obst  
und Zucker ohne jede Beigabe fremder oder schädlicher Stoffe  
bezw. aus Mandeln u. Nüssen. Mit Ehrenpreisen ausgezeichnet.  
Reinste Kräuternahrung. Vitaminreich. Obstpasten sind belebend,  
erfrischend, nährsalzreich und lange haltbar.

Musterfundungen von je 1 Mark an mit Nachnahme oder  
Postcheckkonto Stuttgart 5778

**Walthar Gyzki, Göttingen a. N.**

Herstellung und Reformhaus für gesunde Nahrung.

### Spesehäuser — Erholungsheime

Zeile bei Jahresauftrag je 25 Pfg.

**Hamburg.** Neuerwall 13,  
Gebr. Schubarth.

**Hannover.** „Mimirs Quell“.  
Regidientor Ecke Kümmlerstr.  
Frau Schellwald.

**Bahnhostr.** 13a, Ruffs veg.  
Speisehaus.

**Lehrrade** b. Mölln in Lauen-  
burg. Sanator. Diätreform.

**Leipzig.** Zeiger Str. 13, Ceres.

**Italien:**

**Bedrengo** b. Bergamo. Bahn-  
hof, Villa Beatrice. Natur-  
heim m. veget. Lebensm. Gr.  
Gärten. Sonnenbäder.

**Locarno-Monti** b. Engel-  
mann, möbl. Zmr. m. Kochg.

**Locarno-Monti** (Südschweiz)  
Pension Lotos.

**Locarno-Orselina** Pension  
Fragola (Reichsdeutsch)

**Lunzemühle** bei Brennstadt,  
Kreis Sagan, Schlesien.

**Lübeck.** An der Mauer 7, Ergo.  
(Nbh. Warmbadeanst. Hufeistr.)

**München.** Luitpoldstr. 8 (am  
Hauptbbf, hinter Treppalast)  
„Zeuna“.

**Nürnberg.** Vord. Sternstraße 1,  
„Gesundheit“ (nahe Bbf.)

**Plauen i. V.,** Altmarkt 8.  
Veget. Speisehaus u. Cafe.

Verkauf v. Reform-Lebensm.  
u. Artikeln zur Körperpflege.

**Räbnitz-Sellerau,** am Markt  
2, l. Rudolf Stephan.

**Saalfeld** (Saale). Wald-Sanat.  
Sommerstein. Naturkuren.

**Sarnen** a. S. Obwalden Schweiz  
Erholungsheim Friedensfels.

**Teisendorf** bei Reichenhall.  
Oberbayr. Gesundbrunnen.

nach Dr. Lemke, Reformideen

**Wedel** bei Hamburg. Sana-  
torium „Heilborn“.

**Würzburg.** Gerberstraße 14.  
„Eben“. Marie Eitenhorst.

**Zittau,** Sachsen, Markt 3, l.  
Frau Anna Springer.

**Zürich.** Speisehaus Thalyja,  
G. König, Holbeinstr. 25.