

### Правила за предпазване.

1. Внимавай винаги, дрехитѣ ти да бждатъ чисти. Да не сж замърсени съ помии, мърсотии, мършии, киръ, потъ, прахъ и т. н. Носи винаги опрани, чисти дрехи и носни кърпички.
2. Храни се винаги съ чиста, прѣсна и здрава храна.
3. Живѣй въ суха и слънчева стая, винаги чиста и провѣтрена.
4. Всѣки пжтъ гледай да стоишъ на чистъ въздухъ, изложенъ на слънцето. Отбѣгвай влажни, студени, миризливи и задушни мѣста.
5. Кжи се често и въ чиста вода, зиме на баня, а лѣте въ рѣката, но съ сапунъ.
6. Следъ голѣмъ трудъ, почивай на слънце.
7. Пази се отъ настинка.
8. Не пий спиртни пиццета и не пуши тютюнъ. И дветѣ отварятъ пжтъ за туберкулозата.
9. Пази се отъ боленъ човѣкъ. Дето хората хрчатъ, не доближавай. И не хрочи по пода.
10. Бжди винаги веселъ. Не оставай безъ работа. Трудътъ е здраве, сила и радостъ.

