



Чистиятъ въздухъ.

Още щомъ се родимъ, ние почваме да дишаме. Чрезъ въздуха заживяваме.

Чрезъ въздуха, сърцето ни тупти по-пъргаво, нашата кръвь се пречиства, става по-червена, движи се по-бързо.

Чрезъ въздуха, следъ игра на открито, коматътъ хлѣбъ става по-сладкъ.

Чрезъ въздуха, ние подновяваме силитѣ си, мишцитѣ ни ставатъ по-яки, гърдитѣ ни се разширяватъ.

Въздухътъ прави тѣлото ни по-живо, по-бодро. Чрезъ въздуха ние добиваме сили да се боримъ противъ много болести.

Отъ двама души, които заболяватъ въ едно и сѣщо време отъ една и сѣща болестъ, ще победи болестъта онзи, който е живѣлъ най-много на открито, на чистъ въздухъ, който не се е лжчилъ отъ простора, дишалъ е въздуха широко, съ цѣли гърди, ненаситно.

Безъ въздухъ ние не можемъ нито нѣколко мига. А изпаднемъ ли въ лошъ въздухъ, въ затворена, задушена, не провѣтрена стая, ние сигурно чезнемъ, губимъ сили, бавно умираме.

Въздухътъ ни носи и много здраве и много болести. Здраве ни носи чистиятъ, откритиятъ, прѣсенъ въздухъ. Болести ни носи прашния, затворенъ и непровѣтренъ въздухъ.

Който обича да прекарва на открито, той обича здравето си, засилва го, заяква тѣлото си, — той рѣдко боледува. — Чистиятъ въздухъ е здраве.

Д-ръ В. Ив Неновъ.

Съ тая книжка испраащме „Слънчице“ брой 1.

Редактори: Елинъ-Пелинъ и Александъръ Спасовъ.