

Такъви спавалища не сж скжпи и може да ги има всѣки който си има своя кжщица.

Да работимъ на отворено, въ чистъ въздухъ. — Голѣма полза бихми докарали за своето тѣлесно и умствено здраве, ако бихми могли да изпълнями колко-годѣ това хигиеническо прѣдписаніе.

И при днешната уредба на обществото, могли бихми да вършимъ много и много работи домашни, просвѣтни и полски въ отворена природа, на чистъ въздухъ. само ако сми свѣстни и имамъ воля.

Токо-рѣчи всичкитѣ женски работи: шевъ, плетене, пране и др. могатъ, отъ началото на пролѣтѣта, на дори до края на есенѣта, да се вършжтъ вѣнъ отъ живелището. Дойката съ дѣтето тжй-сжщо може да прѣкарва врѣмето и своята работа вѣнъ отъ стаята.

Умний и честний учитель може чудесно да прѣдава на всичкитѣ ученици на двора, въ градината, въ полето на хладина, подъ сѣнката на клонѣсто дърво, въ гората, нѣ само всичкитѣ природни науки и земеописане, нѣ и история и други прѣдмѣти, на дори и граматиката и математика, защото най-вечето материялъ за изучаване языка и природата и обществото го има въ поменжтитѣ мѣста, въ отворената природа.

Сжщо и занаятитѣ: обучаарски, шивашки, држндарски, каменодѣлски, рогозарски, кавашки и др. могатъ се нагласи да се работжтъ подъ нѣкоя хладина въ отворенъ въздухъ. Учений, писателъ на книги и вѣстници, сжщо тжй могатъ работи своята работа въ градината и въ отворена хладина, или поне въ стая гдѣто сж отворени прозорцитѣ, а при тихо врѣме, и вратата.

И друго много работи могатъ да се вършжтъ вѣнъ отъ статитѣ. свѣрталищата, нѣ незнанието и нехайството не дава на хората да излѣзжтъ отъ отровнитѣ мѣста и сгради, отъ болѣстѣта и смѣртѣта, въ здраве, животъ и напроѣдкъ. Тѣ виждатъ, а не знажтъ че хиляди, хиледи градски жени и мжже страдатъ отъ разни болѣсти, губжтъ умствената си сила и ставатъ жертва прѣди врѣме само за туй, че най-многого врѣме прѣкарватъ въ затворени стаи, работилни и училища, а могли бихж да избѣгнатъ всичко това, ако да работѣхж всичкитѣ си работи, които позволяватъ това, вѣнъ, на отворенъ