

## СТОПАНСКИ ПРЕГЛЕДЪ

### ВИРОГЛАВИТЪ

Безразсѣдство и нетактичностъ

Отъ нѣколко дни въ страната зачестиха стачки на работници. Стачките веднага се потушаватъ отъ добре подбраната администрация и полиция на новото правителство.

Кой дига стачка? Кой е она зълъ демонъ, желающъ да изправи предъ барьерата на безумието черноработника, за да бжде пратенъ сетне въ затвора и да окайва живота си? — Обществото знае. Всички добри и съзнателни граждани знаятъ: жалки, продажни орждия, които не довиждатъ нѣщата и сж опити отъ мания за нѣкаква нова власт и за нѣкаква химерно преустройство на държавата. Жалки, подли, зловни и дребни човѣчета, които живѣятъ съ чужди пари за смѣтка на нещастята на работничеството и селчеството.

Тоя зълъ демонъ обаче ще бжде смазанъ. Новата власт има добъръ, но и строгъ представителъ на администрацията. Който не почита закона и не обича родната си земя, който иска въ тия тежки времена да дига бунтъ и да върши безумия, той ще бжде пратенъ тамъ, дето му е мѣстото.

Стачки, безредици, провокации — плодъ на болни мозъци и на чуждо внушение — нѣма да катурнатъ нито властта, нито колата на държавата.

Всѣки опитъ да се създава революционно настроение противъ властта и държавата и да се подведе работничеството ще бжде осуетенъ и ще последватъ само тѣжни резултати. Ще пострада невинни дорн. Ще изгниятъ мнозина по заданитѣ не заради великитѣ идеи на нѣкой философъ, а заради гламавостята, прастацината и безразсѣдството на разни подпалвачи, които не знаятъ какво искатъ.

Стачките идатъ следъ изборитѣ, когато новата власт още не е поела здраво управлението и ще има да се справя съ редица стопански реформи за подобрене на положението.

Очевидно е, че тѣзи, които подканятъ работниците къмъ стачки, сж недобросъвестни, несериозни, недобри българи.

На вироглавитѣ ще бжде достойно отговорено.

Владимиръ Каменовъ.

### Новиятъ плѣвѣнски околийски началникъ

Какво казва той за полицията

На 8 т. м. новиятъ околийски началникъ въ Плѣвѣнъ г. Василь Добриановъ вѣднѣжъ въ длъжностъ. Както е редно, той биде представенъ въ ведомството отъ окръжния управителъ г. Ник. Шумеловъ. Бившиятъ началникъ Кировъ се сбогува съ персонала и пожела на своя приемникъ ползотворна работа.

Заемайки поста на околийски началникъ, г. Добриановъ бѣше любезенъ да приеме нашия редакторъ въ кабинета си, предъ когото е заявилъ следното:

На постътъ, който сега заемамъ, се е гледало, а и сега се гледа отъ мнозина, съ предубеждение. Това обаче не трѣбва да бжде така. Постътъ е твърде отговоренъ. Трѣбва да се съжалева, че съ тоя постъ досега много се е партизанувало. Полицията е на държавата и закона, а не на партиитѣ. Ето защо съ полицията не би трѣбвало да се партизанува. Съ създадената досега традиция у насъ трѣбва да се ликвидира. Ще се подбератъ добри българи, които вѣрно, преданно да служатъ на закона. Винаги ще се старая да пазя престижа на полиция и ще бжда строгъ къмъ ония, които не съблюдаютъ законитѣ и нарушаватъ редътъ и спокойствието въ града и околията. Това се налага именно сега, когато се носи повикътъ за по-голъма човѣщина и по-голъмъ редъ.

### Голѣма юлашка среща

Игри. Състезания. Награди. Голѣмо народно увеселение. Градинско увеселение.

Днесъ, Петровденъ, плѣвѣнското дружество „Юнакъ“ урежда голѣма юлашка среща на гимнастическитѣ дружества отъ: Габрово, Г. Орѣховица, Търново, Лѣсковецъ, Севлиево, Ловечъ, Бѣла Слатина, Луковитъ и с. с. Павлякени, Сухиндолъ, Левски, Махлата, Мъртвица.

Ще има гимнастически игри съ уреди предъ обѣдъ, следъ обѣдъ на стадиума ще има голѣмо народно увеселение. Вечерта въ градската градина сжщо голѣмо увеселение.

На състезателитѣ презъ време на игритѣ ще бждатъ раздадени награди.

До снощи пристигнаха почти всички юнаци.

### Благодарностъ

Съ нотариални актове № 104 и 105 отъ 6 юний 1931 год. сключени между Нако Иончевъ, Василь попъ Христовъ, жители на с. Брусенъ, тетевенска околия, и г-жа Веселина Собаджиева Халачева, директорка на 1-ва Плѣвѣнска прогимназия, първиятъ подарява около 5 декара земя отъ овощна градина и вторитѣ около 5 декара дворно мѣсто, съседно на първото, всичко около 10 декара земя, за постройка лѣтовизище на ученицитѣ отъ сжщата прогимназия.

Учителскиятъ съветъ въ заседанието си на 4 юлий 1931 год. следъ като изслуша доклада на г-жа директорката по горното дарение, остана трогнатъ отъ щедрия даръ и обяви, че съ чувство на голѣма признателностъ го приема.

Учителскиятъ съветъ пожелава радостъ и щастие да озаряватъ живота на дарителитѣ.

Отъ Учителския съветъ при 1-ва Плѣвѣнска прогимназия.

### Европейски каиши

на неимовѣрни ниски цени  
Комерциумъ Акц. Д-во — Плѣвѣнъ — Съръ-пазаръ тел. 172.

### Външенъ пазаръ за овчето сирене

Въпрѣки разработването на голѣма частъ отъ пасищата и суваитѣ, съ каквито разполагахме въ миналото, все пакъ овцевѣдството не е намалено много и е приблизително около деветъ милиона глави.

Ако за въ бждеще се взематъ мѣрки за уреждането и рационалното използване на планинскитѣ пасища, каквито ги има по нашитѣ девствени балкани, броятъ на овцетѣ би се увеличилъ, сжщо и млѣчното производство ще нарастне.

Овцата, това глупаво животно, е едно отъ най-доходнитѣ домашни животни. Всичко се използва; вълна, кожа, месо и млѣкото като най-цененъ продуктъ.

У насъ овчето млѣко се преработва главно въ сирене и кашкавалъ, за вътрешна консумация и износъ.

Въ миналото единъ отъ най-добритѣ външни пазари е била Гърция и за малко количество — Австрия. Че е така, видно е отъ следнитѣ статистически данни:

Обикновено сирене: всичко изнесено презъ 1927 год. 1,357,312 кгр.; презъ 1928 г. 1,25,794 кгр. и презъ 1929 г. 227,690 кгр.

Кашкавалъ: изнесенъ презъ 1927 г. 1,245,874 кгр.; презъ 1928 год. 750,069 кгр. и презъ 1929 г. 968, 111 кгр.

За 1930 г. данни нѣмаме, но сме сигурни, че износътъ е намалѣлъ до минимумъ, поради денонсирането на търговската ни спогодба съ Гърция, която, както казахме и по-горе, е била една отъ най-добритѣ консуматорки на българското овче сирене и кашкавалъ.

Затуй поради липса на износъ, цената на тия продукти е намалѣла почти съ 50%. Ако ний имаме за външни пазари не само Гърция, а и други западни страни, естествено е, че нѣмаме да се почувствува криза и въ млѣчното производство.

Но задава се въпросътъ, бихме ли могли да имаме другде външни пазари? Отговорътъ е, че НЕ. Защото нашето обикновено сирене и кашкавалъ не сж търсени другде. Тѣ не задоволяватъ вкуса на европейца. Ето защо крупна грѣшка е била въ миналото, че ние не сме проучили какъвъ типъ сирене се иска, а сме се ограничили въ производството само на ориенталското сирене и кашкавалъ, безъ да подозираме, че може би пжтъ имъ за Гърция ще бжде затворенъ.

Нѣщо повече, ний дори не сме

добре организирани и тѣхното производство за да бжде то типово и годно за западно европейски пазари.

Откриха се кооперативни млѣкарници и мандри, но и тѣ сж се ограничили изключително съ производството на обикновеното сирене, безъ да се взема въ предвидъ, че за него нѣма външенъ пазаръ. — Такъвъ обаче бихме могли да имаме, стига да се отърсимъ отъ консерватизма и произведемъ сирене каквото се търси. Че износа е възможенъ ни показватъ даннитѣ на внесеното количество сирене въ Австрия презъ 1929 и 1930 год.

Така презъ 1929 г. е внесено 2,424,600 кгр., а презъ 1930 год. 2,467,700 кгр.

Отъ горнитѣ числа е видно, че Австрия, макаръ и малка, каквато е България, би била една добра консуматорка на сирене, обаче не на обикновеното сирене, а на друго такова, известно съ името *Бринзаво сирене*, добито отъ овче млѣко, млѣко, което имаме сврѣхъ нуждитѣ въ България.

Добиването на Бринзовото сирене става много лесно и за две седмици узрява и готово за консумация и износъ, което е отъ голѣмо значение за производителта.

Чехославия е най-голъмата производителка на тоя типъ сирене, годишно около петъ милиона кгр. и която прави износъ не само за Австрия, но и въ Германия, Польша и Унгария.

Отъ 100 литри млѣко се получаватъ отъ 12—16 кгр. бринзаво, цената на която е отъ 56 до 60 лв. кгр. на ангро. Вносното мито на 100 кгр. за Австрия е около 280 лв.

Отъ дотукъ казаното, е видно, че ще може да се рентири добре, ако ний почнемъ да приготвяваме тоя типъ сирене и го изпращаме на външитѣ пазари.

При днешната вѣроятностъ и за въ бждеще стопанска криза наложително е по голѣма заинтересованостъ, както отъ страна на отговорнитѣ фактори, така сжщо и отъ страна на производителитѣ да проучатъ какво се търси и да намѣрятъ сигуренъ пазаръ.

Време е да нагаждаме нашето производство споредъ търсеното на външитѣ пазари, но не обратното, ако искаме да бждемъ по-добре, т. е. да облекчимъ стопанската криза.

Д-ръ Ст. Ганчевъ  
ветеринаренъ лѣкаръ.

### ЮНАКЪ

Днесъ въ Плѣвѣнъ ще има среща юнацитѣ отъ Северна България. Ще видимъ тѣхнитѣ стройни редици. Ще видимъ тѣхнитѣ игри. Предъ плѣвѣнското гражданство ще бжде манифестирана една голѣма дисциплина, продуктъ на съзнание и родолюбие.

Нѣкога гимнастическитѣ дружества въ България, които образуватъ съюза „ЮНАКЪ“, биваха посрещани отъ народа съ неописуемъ възторгъ и се ползуваха съ добро име. Трѣбва да отбележимъ, че „Юнакъ“ и сега има обичята на народа и че той е най-голъмата истинска спортна родолюбива организация.

„Юнакъ“ е училище. „Юнакъ“ не е организация, въ която младежтѣ на всеуе ще хаби енергия, а ще получи едно възпитание за каляване волята и характера, за създаване култъ къмъ родината. „Юнакъ“ учи къмъ послушностъ, редъ и желѣзна дисциплина. На гимнастика, която закалява мишцитѣ си чрезъ организация „Юнакъ“ не е чужда и оная обща културна подготовка, която се иска въ съвременното общество.

Съвременниятъ гимнастикъ — юнакъ разбира отъ хигиена, лека и тежка атлетика, отъ сложна сиг-

нализация, отъ елементарна военна стратегия. У насъ, разбира се, още има да се желае, за да бжде организацията „Юнакъ“ на оная завидна висота, на която сж швейцарцитѣ, чехитѣ и баварцитѣ. Но нека не забравяме, че въ голѣмитѣ международни гимнастически събори, българскитѣ юнаци сж имали и иматъ първенство въ известни игри. Този услѣхъ се дължи на вроденитѣ качества на българина: да бжде сърцатъ, подвиженъ, схватливъ, храбъръ, смѣлъ.

И когато всички ще видимъ стройнитѣ редици на юнацитѣ, какъ маршируватъ подъ тържественния ритъмъ на музиката, ние ще изпитаме неописуемиятъ възторгъ, безъ който една здрава и млада нация не може. Стройнитѣ редици на „Юнакъ“ сж авангардъ на младата, обновена България.

Ето защо ние гледаме на юнацитѣ съ добро око и имъ пожелаваме да засиятъ организациятѣ си, да разрастнатъ съюза „Юнакъ“ — нека той стане масова организация.

А днесъ, послучай пребиваването имъ въ нашия градъ, ги приветствуваме съ мощното юнашко „здравѣй“!

Богданъ Стремовъ.

### Конференция по износа на десертни грозда и овощия

По инициатива на всички Търговски камари и Лозаро-овощарското информзционно бюро, свиква се въ гр. Плѣвѣнъ на 19 т. м. 9 часа сутринта въ салона на Популярната банка конференция по износа на десертни грозда, овощия и др.

Ще се четатъ подходящи реферати отъ нашитѣ най-добри специалисти, относно отглеждането, брането и пр. на десертнитѣ грозда и овощията, поукитѣ отъ тѣхния досегашенъ износъ, преработката на грозде и овощия съ огледъ изискванията на европейскитѣ пазари и пр.

На конференцията ще участвуватъ представители на отдѣлнитѣ министерства, Търговскитѣ камари и ще се обмислятъ мѣрки, които държавата трѣбва да вземе за улеснение на износа.

Поканватъ се всички лозари, овощари, експортъри и граждани отъ цѣлия окръгъ да присъствуватъ на тази така важна конференция.

### Вергилъ Димовъ въ Плѣвѣнъ

Публично събрание на земледѣлцитѣ

На 10 т. м. въ Плѣвѣнъ се състоя въ салона „Съгласие“ публично събрание на земледѣлцитѣ.

На събраниято говори върху положението на страната секретаря на Б. Н. З. Съюзъ г. Вергилъ Димовъ.

Говори и секретаря на младежкия земледѣлски съюзъ г. К. Дживановъ.

Събраниято бѣше отлично посетено.

### Околийско събрание на демократитѣ

На 17 т. м. демократитѣ ще иматъ околийско събрание въ клуба на Демократическата партия.

Събраниято ще се занимае съ резултатитѣ отъ изборитѣ, бждещата партийна дейностъ и разни.

ЗЛАТНИЯТЪ АДЪ ТРѢБВА ДА БЖДЕ ВИДЕНЪ ОТЪ ВСѢКИГО.

### Платете си абонамента!

## НОВИЯ ФОРДЗОНЪ 30 К. С.

Увеличена тежестъ, мощенъ и економиченъ.

Съ магнетъ и усилвачъ. Водна и маслени помпи. Моментално пускане въ движение въ всѣко време.

Двоенъ голѣмъ воденъ филтеръ за пречистване на въздуха и филтеръ за маслото.

Работи съ трилемеженъ плугъ.

Демонстрация всѣки моментъ безъ ангажиментъ отъ страна на купувача.

ВИНАГИ НА СКЛАДЪ ПРИ:

## КОМЕРЦИУМЪ

АКЦ. Д-ВО

Плѣвѣнъ, Съръ-Пазаръ. Тел. 172.



# Посещавайте БЮФЕТА на градската градина!

Тамъ винаги има прѣсни закуски, отлични напитки и багатски сладоледъ.

## Цени обикновени. Процентъ нѣма.

### МОДЕРЕНЪ ТЕАТЪРЪ

ОТЪ ПОНЕДѢЛНИКЪ

## ЗЛАТНИЯТЪ АДЪ

съ прелестната мексиканка  
**ДОЛОРЕСЪ ДЕЛЪ РИО,**  
РАЛФЪ ФОРБЕСЪ,  
КАРЛЪ ДЕЙНЪ  
отъ „Парада на смъртта“ и др.

Една грандиозна милионна постановка. Една суперпродукция на МЕТРО-ГОЛДУИНЪ МА-ЕРЪ. Единъ филмъ, въ който живота на повече отъ 5000 души артисти и фигуранти е билъ изложенъ на опасностъ.

Тежката епопея на търсачитѣ на злато.  
„Пжтеката 98“ — пжтека на смъртта или на богатство и щастие. НЕОБИКНОВЕННА ИНТРИГА.  
Чудни пейзажи. Музика — ефекти.  
Салона приятно охладенъ.

### ЮНАЦИ!

НАЙ-ЧИСТА, НАЙ-ХУБАВА ХРАНА ЩЕ НАМѢ-РИТЕ ВЪ ПЪРВОКЛАСНИЯ РЕСТОРАНТЪ

## ЕЛИТЪ

СВИРИ ОТЛИЧЕНЪ ОРКЕСТЪРЪ.

### Юнаци на щрекъ!

## ХАНЪ Б-ҚО

НА

## ТОМА Т. КИРОВЪ

въ улицата за Стадиума презъ Табашкия мостъ, е приготвилъ прѣсни закуски и студена бира, червени и бѣли вина, отлична кухня. Отбий се, провѣри и тогава баира поеми!

### Ромънска каменна соль „Сланикъ“

франко вагонъ гара СОМОВИТЪ,

упълномощенъ да продава

Елия Хаимовъ — Плѣвенъ

Телефонъ № 189.

### ЗДРАВНА ПРОСВѢТА

## Ползата и вредата отъ колоезденето

Колоезденето у насъ въ последно време се разпространи твърде много, както въ градоветѣ, тъй и въ селата. То вече е необходимостъ и се налага постепенно.

Умѣреното и вешо колоездене е добъръ спортъ. То е полезно за здравето и указва понѣкога често лѣчебно действие. Като добро гимнастическо упражнение, което е свързано съ поглъщане на по-голямъ количество въздухъ, особено когато той е чистъ, колоездача чувства приятни външни впечатления. Страстнитѣ колоездачи намиратъ голѣмо развлѣчение, духътъ имъ се повдига и на тѣхъ никога не досажда колоезденето.

Страдащи отъ общо затлъстяване, пикочно-кисела диатеза, набиране на пикочно-кисели соли въ хрущелитѣ на ставитѣ (подагра), образуване пѣсъкъ или камѣкъ въ бѣбрецитѣ и др., на такива е препоръчително колоезденето и има най-хубавитѣ лѣковити ефекти. Благоотворно действува, както и при всичкитѣ видове на малокръвие, ако причината не бжде отъ нѣкое вътрешно заболѣване. При разстройство на обмѣната на веществата въ човѣка или недо-

статъчно хранене на тъканитѣ, колоезденето действува твърде благоотворно. Чистиятъ въздухъ, поглъщанъ, закрѣпва дробоветѣ и сърдцето, тъй като най-голямъ и пълно влияние се оказва на дишателнитѣ органи и сърдцето. Като се знае горното, трѣбва голѣмо благодарумие въ колоезденето.

Колоездачи въ време на надбѣгвания, ако има да сж падали отъ умора, това се дължи на многото ускорено и повърхностно дишане при колоезденето. За да се избѣгне подобно нѣщо, колоездача трѣбва да се старее да диша колкото е възможно по-дълбоко и по-рѣдко. По никакъвъ начинъ не трѣбва колоездача да диша съ отворени уста при ускореното дишане. Обикновено това го правятъ нѣкои за полесно вкарване на въздуха въ бѣлитѣ дробове, обаче това не помага и доста лошо се отразява на здравето. Затова всѣки трѣбва да се научи въ време на колоездене да диша презъ носа си, а не презъ устата. Хора, които не могатъ да дишатъ свободно съ носа, било поради изкривявания на носовитѣ проходи или преградата, било отъ

разни катарити или нараствания (полипи), колоезденето трѣбва да бжде съвсемъ изоставено.

Петъръ Ивановъ  
шивачъ  
нѣма да приема на именния си день.

Петъръ Василевъ  
адвокатъ  
нѣма да приема на именния си день.

Петъръ Флоровъ  
училищенъ инспекторъ  
нѣма да приема на именния си день.

## ХРОНИКА

Награденъ българинъ. — Г-нъ Константинъ Трънка — управляващъ българската легация въ Парижъ и главенъ секретаръ на международния институтъ за виши земеделѣтски науки, е награденъ съ ордена на почетния французки легионъ заради заслужена дейностъ.

ЗЛАТНИЯТЪ АДЪ НЕ Е ОБИКНОВЕНЪ ФИЛМЪ.

Приятно ни е да съобщимъ, че нашия младъ съгражданинъ Величко Георгиевъ — данъченъ агентъ, е завършилъ съ успѣхъ финансовия отдѣлъ при Свободния университетъ.

ЕВРОПЕЙСКИ КАИШИ на неимовѣрни ниски цени Комерциумъ Акц. Д во — Плѣвенъ — Съръ-пазаръ тел. 172.

Веселяцитѣ съобщаватъ на г. г. гражданитѣ, че буфета при Туристическия домъ е наетъ отъ новъ, добъръ и опитенъ буфетчикъ. Тамъ ще намѣрите презъ горещитѣ дни винаги студени напитки, хубава прохлада и отлични закуски.

Дирекцията на първа Плѣвенска прогимназия съобщава на плѣвенскитѣ граждани, че за колонията въ с. Брусенъ, Тетевенско, която заминава на 15 того, има още нѣколко вакантни платени мѣста.

Прозорци употребявани се продаватъ на износна цена. Споразумение чрезъ театръ „Одеонъ“.

Получи се въ редакцията кн. VI — VII на най-разпространеното илюстрирано списание „Свѣтлина“. Редакторъ г. Юр. Михайловъ. Абонаментъ 120 лв. Адресъ: ул. „Ген. Паренсовъ“ 18 — София.

При магазинъ „ПРАГА“ ГОЛѢМЪ ИЗБОРЪ отъ ризи готови и по поржчка. ЧОРАПИ дамски и мжжки на фабрични цени. НОВА ПАРТИДА вратовръзки за народа. ХАВЛИИ за банитѣ. КУФАРИ ЗА БАГАЖЪ, гумени обувки. БАКИШЪ, сиви и бѣли всички номера. ИЗБОРЪ ОТЪ МЖЖКИ ШАПКИ.

Бричове за колоездачи формени, по случай събора, при Б. Топкаровъ & Ив. Семковъ О. О. д-во.

### ВНИМАНИЕ!

ЗА ЕЛЕГАНТНИЯ СВѢТЪ

16 вида одеколони отъ различни парфюми.  
30 вида I-во качествени парфюмни есенции.  
12 вида ликьорни есенции.  
Голѣмъ изборъ пудри, помади, кремове, сапуни, красиви пулверизатори и всички други тоалетни нужди за елегантния свѣтъ и широката публика, ще намѣрите съ намалени цени само въ санитарния магазинъ БИЛКА на Н. Кочемитовъ.

## Опитайте сега новитѣ харманци ТРЕТО БАКАЛОВЪ ЯВАШЪ БѢЛИ КУТНИ ЯВАШЪ

### Винаги на складъ

разни бои и бизири, гвоздей и джамове — всички размѣри

при БРАТЯ ПЕТРОВИ

ПЛѢВЕНЪ, телефонъ 178.

### ПОДЪ ХОТЕЛЪ „ВИКТОРИЯ“

се откри отъ

## ТОДОРЪ МАРИНОВЪ НОВА ПИВНИЦА И ГОСТИЛНИЦА

Винаги всѣкакви прѣсни закуски и напитки. Всички пжтници за Балкана се събиратъ въ тая гостилница и намиратъ отлична почивка.

## СЕНТЮРИ И СУТНЕНИ

необходима принадлежностъ къмъ тоалета на елегантната дама по мѣрка и напълно хигиенични само въ магазинъ „ИТАЛИЯ“.

Кооперативна печатница „Изгрѣвъ“, — Плѣвенъ № 140.

ватъ инстинктивния контролъ върху уморяването. Трѣба да бждемъ твърде внимателни къмъ малкитѣ деца, които каратъ велосипедчета. Да не се пресилватъ, защото у тѣхъ коститѣ сж меки, вътрешнитѣ органи не сж достигнали достатъчната устойчивостъ и работоспособностъ. Трѣбва да каратъ умѣрено — може да имъ се причини въ противенъ случай изкривяване на гръбначния стълбъ и други тѣлесни повреди.

Колоезденето у старитѣ хора не е препоръчително. Освенъ всевъзможнитѣ по-раншни прекарани болести и упадъка на жизнеспособността на организмъ, иматъ голѣма наклонностъ къмъ затвърдяване на артеритѣ (артериосклероза).

Отъ опитъ бихъ препоръчалъ следнитѣ мѣрки и граници за здрави хора, разбира се, които безъ никаква опитностъ и вреда за здравето си могатъ да упражняватъ колоездачния спортъ. Скоростта да не надминава 15—20 км. въ часъ, а изминатото разстояние да не бжде повече отъ 50 км. въ 24 часа. Дишането да не става по-често отъ 25 пъти въ минута, пулса 80 до 100 най-много.

Въ никой случай да не се упражнява колоезденето, когато човѣкъ е съ непълно здраве или се

подозира за боленъ. Само следъ като бжде изследванъ всестранно отъ лѣкарь, последния ще се произнесе позволено ли е или не.

Колоезденето е забранено на хора съ болно сърдце, затвърдяване на артеритѣ, недостатъчна свободна проходимостъ на носовитѣ отвѣрстия, съ болести на бѣбрецитѣ, пикочно-половитѣ органи (венерически и невенерически), съ стари ревматически възпаления на ставитѣ и др.

Колоезденето у начинающитѣ да бжде постепенно, а не изведнажъ съ бързо каране. Не бива да се засилва веднага при тръгване, защото още въ началото се изтощаватъ силитѣ на колоездача. Държането на тѣлото трѣбва да бжде по възможностъ право. Дишането да бжде дълбоко и рѣдко и то само презъ носа. Да не се яди съ препълненъ стомахъ веднага следъ хранене. Въ случай, че се налага, да се кара много бавно. Възъ баиритѣ да се ходи е по-добре, отколкото да се пресилва колоездача.

Дрехитѣ да сж свободни, за да не прелятстватъ на свободното каране. Да сж отъ лошъ проводникъ на топлината, за да запазватъ кожата отъ много бързо охлаждаване.

Петко Ц. Петковъ.  
Медиц. фелдшеръ.