

Д'. За ради да излизамы по въз-
 духъ-жътъ, и за ради расме-
 сенъ-тъ топлинъ.

Трѣба да научаваемы себеси за да воспріемамы
 всѣхъ дѣнь чистъ въздухъ, и да го имамы това как-
 во-то еднѣ хранѣ, коѣ-то ни е толко-зи нужна ко-
 ко-то истіе-то и питіе-то. Чистій-жътъ въздухъ ни да-
 ва силъ и ны вѣрди здравѣ, а разбалѣный-жътъ и за-
 твѣренный-жътъ въздухъ е за насъ една тѣнка, и
 страшна, и погубителна отрава. Една отъ причини-
 тѣ кой-то ни оумалѣватъ живѣтъ-жътъ е много-то
 человѣцы въ градовѣ-те. Оу Віенна, оу Берлинъ, Па-
 рижъ, Лондра и Амстердамъ, смѣрътъ-та на человѣ-
 цы-тѣ е тѣжрдѣ много, защо-то са пада на двѣде-
 сатъ, или на двѣдесатъ и три человѣцы едѣнъ да оу-
 міра, а по вѣжъ и по селѣ-та на тридесатъ, или на
 четыридесатъ тѣхъ едѣнъ: отъ това слѣдоватъ слѣ-
 дователни-тѣ прѣвила.

1. Не трѣба да остѣваемы нитѣ едѣнъ дѣнь да са
 мѣни безъ да не излѣзимъ вѣжъ отъ градъ-жътъ въ
 кой-то сѣдимъ, и да идимъ по полѣны-тѣ за да въз-
 дыхамы чистъ въздухъ. Расходъ-жътъ не ни ползѣва
 само чи са мѣрдамы, но и за ради въздухъ-жътъ,
 кой-то ны оунѣждава да дыхамы, на кой те нѣжда-
 тѣ оугаждатъ най много снѣгъ, кой-то живѣжъ-тъ
 затвѣрени въ едно мѣсто. Освѣнь това расходъ-жътъ
 ни спомѣга за да са научаваемы на въздухъ-жътъ, и
 слѣдователно да не смѣ добросѣвствителни на прео-
 вѣртанье-то на време-то, защо едно таково чѣвст во-