

korno vodo in je k temu kruh. Ako se rabi to sredstvo več časa, se gotovo bledica odpravi, kri se redi in človek dobi zdrava, rudeča lica.

— **Kako se mora dihati?** Sedaj v mrzlem pomladnem času je posebno paziti vsakomur na to, da se ne prehladi, kajti po zimi smo večidel oboroženi z dobro obleko proti mrazu, spomladi pa, zaupajoč solncu, često pustimo v nemar previdnost glede zdravja. Najvažnejše je, da pazimo na svoje dihanje in to s tem, da dihamo z zaprtimi ustmi, samo skozi nosnice. Kajti uže v naravi je, da se zrak, prihajajoč skozi nosnice na pljuča deloma segreje in združi s toploto telesa, kar je za zdravje pljuč velike važnosti. Nasprotno pa je zrak, prihajajoč skozi odprta usta na pljuča mrzel in rezek in ne redkokedaj prvi provzročitelj prehlajenja pljuč, kar se vidi že iz tega, ker se vsakokrat pri nastopajočem mrzlejem času podvoji število pljučnih katarov in enakih lahkih boleznij. In ako vpliva to že pri popolnoma zdravih ljudeh, toliko bolj še pri slabotnih in na pljučih bolnih. To čisto priprosto in lahko sredstvo, posebno proti vetru dihati samo z nosnicami, ohranilo bode marsikateremu zdravje in dobro voljo.

— 60.000 kron je glavni dobitek „Invalidendank loterije“, kateri znesek se po odbitku 20 % v gotovini izplača. Mi opozorimo naše častite bralce, da bode srečkanje nepreklicno dne 23. marca 1901.

Loterijske srečke

V Brnu dne 6. marcija t. l.: 8, 40, 44, 87, 5.
Na Dunaji dne 2. marcija t. l.: 81, 71, 35, 43, 7.
V Gradci dne 2. marcija t. l.: 67, 49, 83, 14, 16.

Tržne cene.

V Ljubljani dne 8. marcija 1901. Pšenica K 8.— h, rž K 7.— h, ječmen K 7.— h, oves K 6 50 h, ajda 6.— h, proso K 7.— h, turšičica nova K 6.40 h, stara K 7.20 h, fižol K 10.— h. Vse cene veljajo za 50 kilogramov.

➔ Predzadnji teden. ➔

Srečkanje nepreklicno
23. marcija 1901.

Glavni dobitek

60.000 K

v gotovini 20 % odbitka.

Invalidne srečke po 1 krono

priporoča **J. C. Mayer**, menjalnica v Ljubljani.

Tiskarna in kamenotiskarna

J. Blasnika nasledniki

v Ljubljani, Breg št. 12

izdeluje vsa tiskarska dela v najkrajšem času in po jako nizkih cenah.

Posebno se priporoča za tisek knjig, brošur, diplomov, trgovskih pisem, računov, kuvertov, raznih tabelaričnih del itd. itd.

Tiskarna je z najnovejšimi črkami, okraski in stroji preskrbljena ter za more vsem zahtevam popolnoma ustreči.