

Skrbimo za svoje zdravje!

Brez zdravja so vse druge dobrrote — nič. Zdravje je sreča, bogastvo, blagoslov.

Ali razumete globoko vsebino teh resnic? Kaj je zdravje, boš šele prav vedel, ko boš bolan.

Zato pa glejte, otroci, da boste čuvali svoje zdravje!

Mi, vaši vzgojitelji, vas želimo videti vedno zdrave, čvrste in vesele. Zato se radujemo vaših cvetočih lic, vaše poskočnosti, zato tudi radi poslušamo vaše radosti prekipevajoče vzklike, čeprav nas včasih kar bolé ušesa. Samo, da ste zdravi!

Zdravje pa ima svoje prijatelje (pospeševalce), ima pa tudi svoje sovražnike. »Angelček« vas bo letos na oboje opozoril. Vi pa sklenite s prijatelji svojega zdravja iskreno prijateljstvo, sovražnikov svojega zdravja se pa ogibajte!

Zdaj pa brž: ena — dve — tri! — Prijatelji zdravja, na dan pred naše otroke vi!

A. Prijatelji zdravja.

1. Z r a k.

Spominjate se, kako slednji izmed vas težko čaka tople pomladi. Ali pa si oglejte bolj natanko tiste mlade jokavce in vekavke, ki jih včasih pestujete! Govoriti še ne znajo, a s solzami v očeh in z gibanjem rok in vsega života vam kažejo in dopovedujejo, da hočejo ven, ven, ven... Kam? — Na zrak, na solnce! Tam je prijetno, tam je zdravo. Ven pohitite z otročičem na zrak, pa potihne njegov jok, in solze se posuše.