

didaktike, kar on na veliko veselje Ljud. plem. Geera tudi oblubi. Za bivanje so mu odločili mesto Elbinke, ne daleč od Gdanskega (Danzig) na Pruskem, kamor se Komenski preseli meseca vinotoka leta 1642.; tja je prišla tudi njegova rodbina

iz Lešna. Tukaj je deloval z nekaterimi svojimi tovariši, ki so tudi dobivali podporo od Ljud. plem. Geera, hoteč tako dovršiti svoje delo po osemletnem premišljevanji. (Dalje prih.)

J. Ravnikar — Litija.

Na katerih berilih II. in III. čitanke bi se dalo iz zdravjeslovja (higijene) poučevati in v katerem obsegu?

V tisoč slučajih imajo ljudje kaj napačne nazore o ohranjenju in izboljšanju zdravja; rabijo mnoge praznoverne pripomočke, da bi se ustavljali boleznim. Gotovo je na pravem mestu, da ljudska šola tudi v tej stvari na izboljšanje omenjene nedoslednosti deluje. Ker pa pouk iz zdravjeslovja ne more biti poseben predmet na ljudski šoli in ga učitelj nikakor ne sme v nemar puščati, se najprilicneje združi z čitanjem.

Da bi se v tem ne izgrešila prava mera in da bi se ognili površnosti ali pa preobširnosti, je velike važnosti, ako se tvarina gledé na pouk iz zdravjeslovja pregleda. V sledečem si usojam svoje misli o primernem pouku iz zdravjeslovja objaviti, kakor bi utegnil potrebam ljudskih šol zadoščati. Če se mi vrine kaka napaka ali pomota, naj mi jo cenjeni bralci naznanijo in popravijo. Na ta način nam bo naše šolsko časnikarstvo prineslo oni hasek, zaradi katerega se izdaje, namreč hasek nadaljnega izobraževanja ljudskih učiteljev.

Kakor sem že v napisu povedal, se bodem naslanjal na drugo in tretjo čitanko, ter bodem v berilih, ki so temu namenu najbolj primerna, skušal pokazati, v katerem obsegu bi se moglo s pridom poučevati v zdravjeslovji, ker sta te čitanki na naših slovenskih šolah najbolj razširjeni.

A. Drugo berilo.

31. „Zdravi udje“ str. 27.

Vsebina: Od dolge hoje utrujen čevljarski pomagač Jože, ki se mora samo s

kupico piva in koscem črnega kruha zadovoljiti, zavida nekega v svoji kočiji sedečega gospoda zaradi njegove pečenke in izbranega vina, s kojim se ta, ne da bi stopil iz voza, more okrepčati. To zapazi ptuji gospod ter vpraša pomagača, bi li ne hotel menjati ž njim. Slednji je z veseljem pripravljen, a se takoj skesa, ko se prepriča, da mora gospod po bergljah hoditi.

Obseg pouka: Zdravje je več vredno, kakor vsi zakladi na svetu. Če si zdrav, si bogat in srečen. Ako bi ti kdo tisoče goldinarjev ponujal za roko, nogo ali okó, še pogledal bi jih ne. Bolni ali pohabljeni bogatin je ubožec tudi pri pečenki in najboljšem vinu, zdravi revež je bogat in srečen tudi pri najbolj priprosti jedi in pri vodi. Zahvalite Boga, da imate zdrave ude in skrbite, da jih ne pohabite. Zlasti vas svarim pred skakanjem raz visokih krajev ali pred plezanjem na drevesa, s katerih je že marsikdo padel ter si zlomil nogo ali roko.

32. „Čuti“ str. 28.

Vsebina: Čuti gledé njihovih znakov in opravkov.

Obseg pouka: Varuj oči! Ne beri o mraku ali pri mesečnem svitu, še manj na solnci! Ne napenjaj predolgo očíj pri branji ali predrobnih ročnih delih, tudi ne drži očíj preblizu, da ne postaneš kratkoviden. Predolga opravila pri luči, zlasti pri slabi, za oči niso dobra. Kadenje je očem tudi kvarljivo, ker z dimom puhtimo sajaste skeleče praščke v oči. Prevelike

vročine in tobakovega prahu se ogibaj, jednako tudi ostrih tekočin n. pr. kisa, ker si s tem lahko nakoplješ osleplenje. Močen odsev od oken, snega in belih sten ali pečin je že velikokrat oči vnel. Prehitra menjava svetlobe in temè je očem jako škodljiva. Silen vdarec ali pritisk na oči jih lahko popolnoma pohabi, ker se utegne očesna tekočina razliti. Pri očesnih boleznih se obrni na zdravnike strokovnjake, nikoli pa ne na mazače. Ne rabi nobenih drugih sredstev zoper očesno bolezen, kakor tisto, katero ti podaja roka spretnega zdravnika. Mračna svetloba, mir in snaženje s čisto vodo je za oči najbolje. Če si hudo segret, ne vmivaj očíj s studeno vodo, kajti prehlajenje očem nič manj ne škoduje, nego drugim udom. Majhno pisavo je težko brati in napenja moč očíj, da ti oslabé. Piši torej veliko. Iz gizdavosti očala nositi je zelo neumno, da kazni vredno, ker človek s tem činom oči razvadi, da ne morejo brez očal nič več razločno videti. Če pa le moraš po očalih seči, pusti si jih od zdravnika izbrati, ki preiskuje tvoje oči. Je li padla kaka stvarica v oči, recimo kaka mušica ali kamenček ali kaj jednacega, ne mani očíj, marveč pusti si ono stvarico od drugih ljudi, najbolje pa od zdravnika ven vzeti. Nekateri imajo navado, da se čez okna spenjajo in vetru nasproti gledajo, kadar se vozijo po železnicah, ter si s tem pripravijo ostre sajaste reči v oči, katere zakopljejo v bolezni ali celo v slepoto. Predolgo buđenje in odtegovanje spanja kakor tudi branje v postelji pri luči, kadar oko od strani v knjigo gleda, je očem zelo na kvar. Če

imajo učenci svoje zvezke preveč na stran obrnjene, da morajo oči vedno le poševno gledati, jim to hudo škoduje. Otroci naj torej knjige in zvezke po konci držé. Okenčasta oblačila in žive barve na njih oškodujejo oči. Otroci naj se ne igrajo z ostrimi rečmi, najmanje pa s smodnikom, naj ne mečejo kamenov, da se ne prigodi nesreča.

Neprecenljiv dar božji je dobro zdravo uho. Skozi uho prihaja glas tvojih roditeljev, prijateljev in učiteljev, ti doide petje ptic in tisočerno zvočenje narave. Varuj torej tudi ušesa z največjo skrbjo, da ti ne pridejo druge reči v nje, da se ne pretrešejo preveč bodi si po hudem vdarcu ali po glasovih, ki se preblizo ali premočno razlegajo.

Skrbi za snažnost tudi pri ušesih in ne dregaj s peresom, iglo, žrebljem in lesom v ušesa, ker bi se lahko pripetilo, da bi te kdo sunil ali trdo zadel in ušesna mrenica, ki je na dnu ušes, bi se predrla, da bi ne slišal več.

Nos je zelo važno orodje med našimi čuti. On nas svari pred spridenimi jedili in nam privodi prijetne vonjave. Ne draži nos s premočnimi dišavami, da ne izgubi občutljaja. Ne spiš sredi hudo dišečih rastlin ali cvetlic, če se hočeš glavobolu izogniti.

Usta so sedež ukusa. Snaži je in izplaknuj po vsaki jedi s čisto vodo, da se ne izcimijo ostudni smradi. Sladkosnedost napravi, da se ukusni čut razhudi. Varuj se posebno prevročih jedil in pijač, ki ti usta ožgó in bolečine naredé. (Dalje pr.)

L. K. — Trb.

Podobice v abecedniku.

XVII. d — dimnik.

1. Pripovedovanje.

Dimnik.

Nekedaj so popravljali streho. Ko so šli krovci h kosilu splazi se Anton na pod-

strešje, spleza skozi strešino okno na streho ter po vrvi celo na dimnik. Vsede se na dimnik ter zavriska. Ko pa pogleda na cesto, se mu zvrtil v glavi. Ves je omoten. Padel bi na cesto, ako bi ne zgrabil k sreči vrv, katero so krovci privezali. Na njegovo