

Einband der Verlagsbuchhandlung  
Ferdinand Hirt in Breslau.



(Fortsetzung von der vordern Innenseite des Einbands.)

16. Vermeide das Einatmen von staubiger oder übelriechender Luft!
17. Arbeite im Sommer bei offenem Fenster; im Winter erneuere die Stubenluft täglich mehrmals durch gleichzeitiges Öffnen der Türen und Fenster!
18. Wenn du erhitzt bist, so setze dich nicht der Zugluft aus!
19. Lies oder schreibe nie in der Dämmerung! Fertige feine Handarbeiten nicht bei zu schwachem Lichte!
20. Beim Schreiben und Lesen halte den Oberkörper gerade und neige den Kopf nicht mehr, als nötig ist, nach vorn! Die Schrift muß wenigstens 35 cm vom Auge entfernt sein.
21. Bewahre das Auge vor jedem Stoße oder Drucke!
22. Bewahre das Ohr vor starken Erschütterungen!
23. Bohre nicht mit spitzen Gegenständen im Ohre und stecke nicht feste Körper in dasselbe!
24. Wenn du krank bist, so befolge die Anordnungen der Eltern, des Lehrers oder des Arztes!
25. Frühzeitig gewöhne dich, Schmerzen geduldig zu ertragen. „Lerne leiden, ohne zu klagen!“
26. Sprich in Gegenwart Erwachsener nur, wenn du gefragt wirst!
27. Sprich stets die Wahrheit!
28. Sprich immer laut und deutlich, kurz und bestimmt!
29. Benutze treu deine Zeit! Erst die Arbeit, dann die Ruhe! Wohlgeregelte Arbeit erhält gesund an Leib und Seele.

—♦♦♦—  
Nachdruck verboten.

