Tululikud õpetused.

Kes aia ehk muud postisi maa sisse panewad ja soowiwad, et nad kauemine mädamise wastu seisaksiwad, pangu ladwa otsad allapoole, siis on nad head küllalt, ilma et neid põletada tarwis oleks.

Kes oma terwist hoida tahab, piab selja sooja hoidma, see on: willast riiet palja ihu peal kandma, isiäranis nõrgemad inimesed; sest külm teeb neerudele ja kopsule wiga, mille läbi ka tiisiku tõbi sündida wõib ja ka inimest, kes enese terwise eest* hoolt ei kanna, enneaegu hauda wiib. Neerud, kops ja süda on need inimese elu ja terwise hoidjad.

Mesilaste, erilaste ja waablaste nõekumise wastu aitab sibulas, mida nuaga katki lõigatakse ja siis, kui nõel wälja tõmmatud on, haawa kohta selle sisuga õerutakse, mis kohe walu ära wõtab ja ülesse ei lase paistetada.

Kange kõha wastu wõtku tsitroni sahwti nii palju kui isi soowib ja segagu peenikest suhkrut sinna sisse, et see nii paksuks ja sitkeks läheb, nagu siirup. Sellest wõtku siis aeg-ajalt üks teelusika täis sisse. Küll siis kõha kaub.

Ernid pehmeks keeta wõib seeläbi, kui pisukese lusika täie soodat erne patta pannakse.

Lutikaid kautada, wõtku rohelist seepi ja sulatagu palawa wee sees ära. Nõndasamuti sulatagu ka puhastatud pansrõmi ja ninatubakast palawa wee sisse ja segagu seebiga ära ning määrigu siis kõik kohad, kus neid aga on, küll nad siis kaduwad.

Leiba hallitamise eest hoida, segagu taigna sisse natukene aniisi ehk ka köömlid, seeläbi seisab leib kauem wärske ja ei lähe ka mitte hallitama.

Wärsket õlut ruttu selgitada, wõtku peu täie soola, põletagu seda raud labida

PÃƒÂ¤rnu Eesti-rahva Kalender 1888, lk. 32