

sojaks piddada. Sedda misi jáðb so  
tervis kindlemaks, ning kui sa peak-  
fid haigeks sama, siis sa woid enne-  
minne wasto piddada.

4) Kui többved kárvad siis árra minne  
mitte wägga tóhti sauna wihtlema.  
Se wihtleminne isse on kül hea ning  
ilma fahjota, agga se wägga siur val-  
lawus, ning se kange higgi woivad  
sulle fahjo tehha, fest se läbbi saab so  
werri passlawaks liaste ning vaksuks.  
Sepärrast kui sa lähhåd wihtlema, siis  
árra kitta mitte omnia sauna liaste,  
waid pissut agga, ning árra minne  
ka mitte saunast kohhe wälja külma  
kätte täis higgi olles, waid panne en-  
ne omniaad rided jásse selga ning hoia  
ennast siis külma eest.

Müs nou siis on kui kegi jo tunneb  
sedda többe ennese sees ollewad.

Kui sa tunned et sa jáðb hatgefs,  
se on kui sa tunned passlawat ehk külma,  
pea ehk lu-wasslo, kui sul ep olle issal-  
dust