

Tammetõrud ja kastanimunad padja täiteks

PILLE HERMANN

Kui töö nõuab päevast päeva ühe koha peal istumist, siis ei ole midagi imestada, kui istuja ühel hetkel kurdab, et istumine on ta ära väsitanud.

Pikast istumisest võivad alguse saada ka tõsised terviseprobleemid, kuna pika päeva jooksul on verevarustus häiritud. Kui võimlemis- ja venitusharjutusteks pole mahti, ei pea pikalt ka seljakangust ootama. Et vaevusi natukene vähendada, õmmelge kergelt masseeriv padi, mis on täidatud kastanimunade ja tammetõrudega. Praegu on veel viimane aeg kastanite ja tamme- de alt nende vilju otsida. Ehk on suures tammeistutamise aktsioonis jäänud mõned tõrud korjama- ta ning jagub ka padja sisse.

PILLE HERMANN

Materjal: tammetõrud, kastanimunad, vana villane ese, juhul kui pole tahtmist ise padjale ümbrist kududa. Aga kui soovite ise kududa, leidke lõngakorvist sobilikud lõngad ning kangast sisemise kate õmblemiseks, samuti nõel ja niit.



Korjake tammetõrusid ja kastanimune, puhastage ning kuivatage need. Kui kastanid veel kesta sees, siis on väga hea need kuivama panna leige puupliidi peale või saunalavale – nii ei pea ise kesta ümbert kangutama hakkama.

Esmalt õmmelge padjale vooder ning täitke need tõrude ja kastanimunadega. Nii ei määri padja pealiskatet ning vajadusel saab ka sisu kergesti vahetada. Juhul kui koduses tagavaras on mõni liigne padjapüür, võib selle käiku võtta – nii ei pea voodri õmblemisega enam vaeva nägema. Kõige lihtsam on teha nelinurkne või ristkülikukujuline kate, selleks õmmelge töö pahemalt poolt neli külge kokku, jätke umbes 10 cm laiune riba õmblemata, sealt saab padja täita tõrude ja munadega. Kui voodriks on väga hargnev materjal, õmmelge servad siksakpistega üle.

Pöörake parem pool peale. Täitke vooder kogutud loodusandidega ning õmmelge jäetud ava käsitsi kinni.

