Мордовиядә 2026 ел Сәламәтлек елы дип игълан ителде, дип хәбәр итте Республика Главасы Артём Алексеевич Здунов РМ Дәvләт Жыенына Юлламасын игълан итv барышында. Анын сvзләренчә, стратегик бурыч - тобәктә гомер озынлыгын арттыру. Тобәк башлыгы халыкнын 100% медицина тикшерvе оештырырга, Республика онкология диспансерын модернизацияләvнен сыйфатын һәм срокларын жентеклəп кvзәтергә, шулай ук медицина бел гечләренен «вахта методы» практикасын куллануны дәвам итәргә кушты.   «Бу эре стационарлардан квалификацияле персоналны район хастаханәләренә вакытында жибәрергә момкинлек бирә, медицина ярдәме кирәк булган урыннарда момкин булсын очен», - диде Артём Алексеевич Здунов. Анын сvзләренчә, киләсе елда Мордовиядә сәламәт озын гомер Үзәге ачарга планлаштыралар. «Бу масштаблы федераль проект, без анда беренчеләрдән булып керәбез. Анын структурасында тикшерv, сәламәт туклану, спорт, когнитив кvнекмәләрне саклау, психоэмоциональ тотрыклылык vзәкләре булачак, алар һәр кешенен индивидуаль vзенчәлекләрен исәпкә алып биологик яшен билгеләv жайланмаларын да кертеп, заманча жиһазландырылган. Үзәкне булдыру ха-лыкнын медицина белеме дәрәжәсен кvтәрvгә юнәлдерелгән, кешеләр vз сәламәтлекләренә жаваплы якын кил сеннәр, авыруларнын симптомнарын вакытында танысыннар һәм аларны профилактикалау һәм дәвалау буенча чаралар кvрсеннәр очен», - дип анлатты регион житәкчесе Артём Алексеевич.

Ул шулай ук халыкны сәламәт яшәv рәвеше алып барырга һәм балалар бакчаларыннан, мәктәпләрдән һәм предприятиеләрдән башлап спорт белән шогыльләнергә ондәде. Оешма житәкчеләренә Артём Алексеевич Здунов кондәлек житештерv гимнастикасын кертергә тәкъдим итте.

Шулай, «Сәламәт яшәv рәвеше очен» айлыгы   кысаларында Ләмберә районы Пензятка балалар бакчасында тәрбияләнvчеләргә генә тvгел, хезмәткәрләргә дә тиешле игътибар бирәләр. Торкемнәрдәге атмосфера әйләнә-тирәдәге олыларнын сә-ламәтлегенә, энергиясенә һәм унай кәе фенә бәйле. Шуна бакча хезмәткәрләре очен фитнес-зарядка оештырылды.

- Бу чара безнен конебезне vзенчәлек-ле итте. Тренер берничә кvнегv тәкъдим итте, аларны һәркем vз практикасында мостәкыйль куллана алачак: сулыш системасын ныгытудан алып буыннарнын сәламәтлеген саклау очен гимнастикага кадәр һәм арка мускулларын ныгыту очен кvнегvләр. Болар барысы да һонәри ялыктыруны кисәтv очен моһим! – ди бакча жи-тәкчесе Наталья Ивановна Живайкина. – Сәламәт булыйк!

Фотолар Пензятка балалар бакчасынын,

Наилә НАСЫРОВА