

H29-8

129.

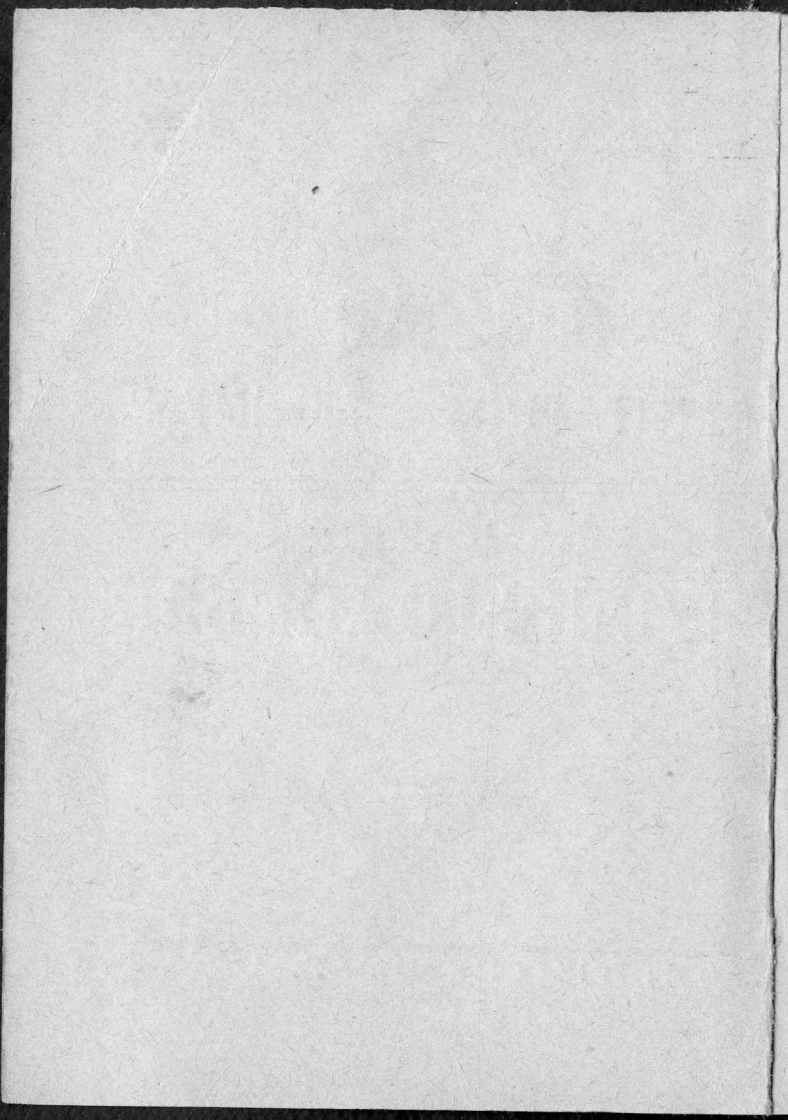
С. А. БАХЛУТСКАЈА

МЫЈ ЛОӨ

САҢИТАРНОЈ МИҢИМУМ
ДА

КЫҢИ СИӨС
НУӨДНЫ ОЛӨМЫН

КОМІ ГІЗ СЫКТЫВКАР 1 9 3 2



Коми-3

1-328

С. А. БАХЛУТСКАЈА

МЫЛ ЛОӦ САӦТАРНӦЈ
МИӦИМУМ ДА
КЫЗИ СИӦӦС НУӦӦНЫ
О ЛӦ М Ы Н

Л.Б. в. ЛНГ
Ц. 1933 г.
Лит № 8

КОМИ ОГІЗ, СЫКТЫВКАР 1 9 3 2 ВО

С. Бахлугекая—Что такое санитарный минимум и как его проводить в личной жизни.

Перевод с русского—
С. Михайлова.

Тираж № 3000 Зак. № 1092

Облит № А—743;

Издания № 102

Сдано в набор 28/VIII-32 г.

Сдано в печать 11/IX-32 г.

Редактор И. В. Пувкоев

Тех. редактор А. Киселев.

* * *

*

Саңитарнөј — мијан ногөн-кө шуны, лоо — җоңвиҗаммөдөм (оздоровительнөј). Миңимум — меҗга ічөт. Саңитарнөј миңимум, жеңыдиҗа-кө шуны — санмиңимум, сижө — меҗга ічет тор, кодөс колө өни-жө быт пөртны олөмө, меҗым җоңвиҗаммөдны мијанлыс олөмнымөс.

1930-өд во мај 20-д лунга правительственнөј шуөмөн щөктысө саңитарнөј миңимум пөртны олөмөужалыс јөзвынөн да средствојасөн.

Тажө шуөмыс кутө зевыжыд гиҗиеніческөј значењнө. Такөд щөщ імејитө і ыжыд помітческөј значењнө. Саңитарнөј миңимум олөмө пөртөмөн ми нуам чорыд классөвөј тыш, нуөдам социалистическөј наступлењнө классөвөј враҗас вылө, дорам бесклассөвөј социалистическөј **выл** общество.

Мыла колё пёртны олёмö саңитарнөй миңимум

Сар власт чөвтім 15 во сајын. Ужалыг јөз аңывалытом упорствоон да өдөн течө странаын выл олөм. Вежө ужалыг јөзлыг оласногсө, лөгөдө соціалистическөй быт.

Овмөс боксаң, техника боксаң, саңитаріја боксаң-і сар дырса Россіја вөліс медса јона бөрө колөм страна.

Россіјаын ем бырөдны поңтом природнөй озырлун. Тајө озырлунсө сар дырса Россіјаын ез ісползујтлыны. Россіја вөлі шедөма іностраннөй капітал кабырө. Россіја вөліс — візму овмөса страна. Уна му ем, кытчө поңө көңны културајас, пуктыны градвыв пуктасјас. Уна візјас емөс, кытыг поңө бостны бур урожај, чукөртны уна турун. Сөмын візму овмөсыс вөлі сені уна міллон торјын, сіјө вөліс зев жеб. Ез вермыв бостны некор сымында урожај, мыјдта ескөн поңө бостны.

Гөл, дурк да велөдчүтөм уна мил-
лона крестанскөй масса оліс щыг-һисө
пөт ез төдлы сөстөма олом, кулалыны
уна пөлөс вгөмјасыс. Кызі төла дырји
ічетік бікіңыс өзјө пөжар, сіз-жө сар-
дырса Россіјаын паскавлісны епідеміја-
јас, вужан вгөмјас. Тајө вгөмјассө ез
вермывны кутны паскалөмыс, најө һедыр
кадөн паскавлісны, ыжыд пөжар-моз,
став Россіја паста.

Тақі мунлісны епідеміјајас холера-
лөн, кістана да возвратнөј біјавгөмјас-
лөн. Паскавлас өтө пөлөс вгөм, сөгга
мөд, мібө паскавласны щөщкыкнаныс.

Јөз кулөмөн, медга-һін чемад кулө-
мөн, вгөмјас паскавлөмөн, гінтөм јөз
лыдөн да уна мукөд тащөм міча торјасөн
сар дырса Россіја сулаліс медвоzza
местаын. Сарскөј Россіја епідеміјајасөн
вөліс медозыр.

Тащөм һаследство коліс міјан сар
дырса Россіја.

Пролетаріат 15 воөн странаөс вежіс,
өні сөкыд-һін төдны важ Россіја еерті

Сöвет сојузöс. Народнöй овмöслыс омöлт-
чылöмсö бырöдöма. Овмöссö абу сöмын
восстановитöма, эонталöма важ фабрика-
яс, заводяс. Странаöс вевтёсны уна
со выл гигантяс—фабрикаяс, заводяс.
Гигантяслөн лыдыс луныс-лун содö,
быд лун сувтöны стрöйö выл фабрикаяс,
заводяс. Сиктясö котыртчалöны колхоз-
яс, юнмöдöны ассыныс овмöснысö.
Быдмöны совхозяс. Гөряс да плугёс
вежöны комбайн да трактор. Важөн-кö
крестьяна вöли тöдöмны висöмяс пийö,
олисны шыг-һисö-пöт, öни најö — колхоз-
һикяс, дорöны социалистическöй выл
олöм.

Став тајö олöмсö вöлног лöсöдöмын
зев тыдалана места кутö ужалыс јöз
эонвизалун понда тöждысöм. Социализм-
лы фундамент течан уж, завершайтöм
вылö колöны эонвиза јöз. Вот тапонда-и
тащöм јона тöждысö Сöвет власт ужалыс
јöзлыс, медсасö-һин томјöзлыс, эонвиза-
лун бурмöдöм понда.

Ужалыс јöзлыс эонвизалун бурмö-

дöмын та jö дасвіт вонас Сöвет влаот
вöчис унатор. Сöвет влаот медыжыд
внїманьн öсö пунктö оз вїсöмјас вескöдöм
вылö, а вїсмыны вермöмсö предупредїтöм
вылö. Быдөн тöдö, пöжарыс јона кокнїд-
жык вїдчысны, чем öзјöм бöрас сїјöс
кусöдны. Ҕїк ташöм-жö делöыс вїсöм-
јаскöд вермасöмын.

Кушöм ногөн-жö Сöвет влаот преду-
преждајтö вїсöмјас паскалöмсö?

Тажö могсö олöмö пöртöмыс муно
уна тужöд: олан условїјöјас, оланїн, сојöм
бурмöдöмөн, ужалан условїјöјас бур-
мöдöмөн, велöдчöм лун кыпöдöмөн, пе-
мыдлун бырöдöмөн, јуан ва сöстöм-
мöдöмөн, чемадлы да нöбасыс нывба-
бајаслы консумтацїја нуöдöмөн, дїспан-
серјас, јасмїјас, дөтсадјас да площад-
кајас лөгöдалöмөн.

Та вылö правїтельство лезö уна сöм.
Правїтельствомөн тöждысöмыс тыдовт-
чїс-нїн кулысјас лыд чїнöмын. 1910-
1913-öd војасö-кө Россїјаын быд сурс-
морт вылö куліс 27 морт, 1928-öd воын

быд өтi еурc морт вылö кулис,-нын сомын
21 морт.

Јона бурмис делö вужан висöмјаскөд
вермасöмын. Уна вужан висöмјас Совет
сојузын абуөг-нын. Квајт во-нын ез вöv
холера, кодыр ыжыд култураа Англја
колонјаяасын јона-на свiрепствујтö тајö
висöмыс. Мукöд пöлöс епидемическöј
висöмјас овлöны зев-нын шоча. Јона
чинис пiстивисöмөн висöм пiстiasöм јылыс
закон лезöм бöрын. Гежöда-жö овлöны
кистана да возвратнöј бијависöмјас.

Та вылын лаңтны мiјан некущöм
ногөн оз поз. Ми ег-на вермö достиг-
нитны став сiјö колана торјассö, мыј-
јас мiјанлы колöны.

Быд лун, быд час висöмјас да дој-
мöмјас мiјанлыс бостöны производство
вылыс ужалан кiјас зонь часјас, лунјас,
вежалунјас, тöлыгјас кежлö.

Совет сојузын öнi ыжыд öдөн му-
нö социализм стрöитан уж. Тајö ужас
кыскöма ужавны вермыс став јöзсö. Ми

гордöя öнi вермам быдсөнлы вiставны,
Сöвет сојузын безработца абу.

Ужалан выныс мијан оз тырмы. Ми
старајтчам производство ужö кыскыны
гортса овмöс бердын ужалыс нывбаба-
јасöс, кодјас оз-на быдсөн участвујтны
производственнöј уж вылын.

Ужавны вермыс быд мортлөн быд
час, быд лун вiсöм вайö госуларстволы
ушщерб, назмöдö индöм планјас олöмö
пöртöмсö. Таыс адзанныд, вiсöмјаскöд
вермасын колö, мед воҗ-кö, социалисти-
ческöј иңтересјас понда, социализм те-
чан уж успешнöја завершитöм понда.

**Вiсöмјаскöд тышкасöмын ужалыс јöз-
лөн ас возмöстчöм**

Медвоҗа лунгаңыс-жö Сöвет власт
кыпöдис лузунг: „ужалыс јöзлөн зоң-
вiзалун — ужалыс јöзлөн делö“. Сöвет
сојузын медвоҗа војасö вöлис сöккыд
економическöј олöм, став овмöсыс вöли
кiсгöма. Но зоңвiзалун кутöмын тајö
кадас вöлис перјöма гырыс вермöмјас.

Тайо лоис зик сыпона, мый тайо ужас
щощ участвуйтисны агныс ужалыг жоз,
агныс локтисны медициналы отсөг выло.

Совет власт ас возас сувтөдис мог
суөдны да панжыны техніка да эконо-
мика боксаң возын муныс капита-
лист странајасос. Тайо могсө олөмө
пөртис планөвоја. Та мөгыс вөлис лө-
сөдөма овмөс стрөитан да культурнөј
овмөс нуөдны вөтвога план. Ыжыд
ентузиазмөн да вынөн ужалыг жоз быд
декадаөн, кварталөн, воөн тыртөны
промфинплан, коді лоө вөтвога план
чагтөн.

Вөтвога планө сіз-жө пырө і ужалыг
жөзлыг зөңвөзалун кутөм. Ужалыг жөз-
лыг зөңвөзалун бурмөдөм могыс пра-
вилнөја организуйтөны водоснабжењнө,
шыбласјас весалөм, стрөиталөны об-
щественинөј пывсанјас, песласанинјас,
восталөны јасмјас, детсадјас, площад-
кајас, садиталөны зөмонөј насаждөњ-
нөјас, бурмөдөны общественнөј пі-
тањнө да с. в. Такөд щощ зөңвөзалун

кутан вѣтвоча планѣ пырѣ і јѣзѣс лѣчѣ-
тан уж бурмѣдѣм.

Сѣрт ужалыс јѣз таѣѣ-нѣн прѣнѣ-
мајтлѣсны актѣвнѣј участѣјѣ ѣѣнѣѣѣлун
кутан уж куѣа вѣтвоча план тыртѣмѣн.
Но тајѣ участѣјѣыс вермас лѣны, дај
колѣ, јѣна куѣжыкѣн. Кымын јѣнжыка
пѣндас участѣвѣјтны массаыс, сымѣн
ѣдјѣнжыка кутас мунны странаѣс ѣѣнѣ-
вѣѣаммѣдѣмыс, сыкѣд щѣщ ѣдјѣнжыка
пѣндас мунны соціалѣстѣческѣј стро-
ѣтельство.

Сѣмын колѣ вѣѣѣдлыны, кущѣм нѣ-
гѣн јѣзыс медсасѣ вѣсѣмѣны, поѣѣ ад-
ѣыны, мыј унжыкысѣсѣ вѣсѣмѣны ас пѣн-
даныс, унжыкысѣсѣ мыжанас овлам ас-
ным, мѣјан ковтѣм ногѣн олѣмным, мѣ-
јан вѣтчысны кужѣмлуным, жеѣныд-
жыка-кѣ шуны мѣ вѣсмывлам медсасѣ
санѣтарнѣј културност тырмытѣмлун
пѣнда.

Уна со јѣз вѣсѣмѣны бѣјавѣсѣмѣн ѣк
сы пѣнда, мыј најѣ сојѣны мыссытѣм
кѣјѣн, јуѣны лок ва лѣбѣ пуѣѣдлытѣм

јов. Уна еурс јоз виемөны чахоткаөн да сифілісөн (локвісөмөн) сы понда, мыј најө сојоны өтї тастыс. Зон сем-јаяс виемөны трахомаөн (сінвісөмөн) өтї кічышкөдө чышкысөм понда. Жо-жө сөлалөмөн чахоткаөн виеыјас ра зөдөны туберкулоз (чахотка). Быд мі-нутын, быд шагын мі мынтысам асла-ным зонвізалуннаным асламым да му-көдјас саңитарнөј некультурност понда. Сөстөма олөм боксаң мїјан бөрө колө-мыс — сардырса Россіјалөн наследство, пемыдлунлөн коласјас, мыјын візіс сар-дырса власт ужалыс јөзөс.

Ыжыд достїжеңнөјас мїјан емөс страна індустріалїзїрујтөмын да візму овмөс коллективїзїрујтөмын. Бостны-кө достїжеңнөјас култура кыпөдан фронт вылыс, медса-ңін саңитарнөј култура кыпөдөмын, мїјан вермөмјас ічөтөс-на, абу-на перјөма мукөд фронтјас вылын-коф вермөмјас.

Саңитарнөј култура мїјан паскалө-ма омөла-на. Зев-на тыдаланаа шыбыт-

чө сінмө жөзыелөн дурка олөмыс. Оз-на сөстөма візны улчајас карјасын, сікт-јасын, јона-на дурка візам фабрікајас, заводјас, обшщественнөј столовөјјас да ассыным оланінјас. Дурка олөмыс ве-сіг тыдалө торја јөзлөн-і.

Сөстөма олөмын мјан емөс уна предрассудокјас, көдјас вайөны мјан зоңвізалунлы зев ыжыд вред. Мі полам оланінө сөстөм сынөд вескалөмыс, по-лам көзыд ваыс да зөбсасам шондіыс.

Мі ег-на велалө нуөдны олөмө зоң-візалунлы зев колана навыкјас: сојан во-вылын огө-на мыскалөј кіјаснымөс, огө-на быд вежалунө ветлө пывсанө, вој улө огө-на весалөј піңјас. Мі нуөдам олөмө уна вреднөј торјас, огө пөртөј олөмө зоңвізалунлы уна колана навык-јас.

Мі кокңада мјрйтчам лудікјаскөд, төрөканјаскөд, пыщјаскөд, весіг асла-ным вылысын новлам тојјас да такөд сіз-жө зев кокңа мјрйтчам. Тајөн мі ас-сыным олөмнымөс сувтөдам опасностө

еы понда, мыј тајө став насекомјјасыс паскөдөны сөкыд заразнөј вгсөмјас.

Вот тајө омөлтөрјасыс да төдтөм-луныс отсалөны вгсөмјас паскалөмлы. Вот тајө омөлтөрјасыс да саңитарнөј һекултурностыс ородөны мјанлыс про-изводственнөј план.

Ужалыс јөз, предпрјаттөјасын да учрежденьнөјасын ужалыс трудөвөј коллективјас, колхозјас, совхозјас, ка-рың олысјас, школајас, детдомјас, јасм-јас, кооперативјас, вузасыс предпрјат-төјас да весг торја граждана асланыс вынөн да средствојасөн вермасны ну-өдны уна саңитарнөј меропрјаттөјас да тајөн отсавны бырөдны вылын индөм тырмытөмторјассө. Тајө прөстөј меро-прјаттөјасыс, кодјасөс потө да колө нуөдны ужалыс јөз средствојасөн да вынөн, лоө саңитарнөј мнңимум, кодөс олөмө пөртны колөм јылыс шуөма 1930-өд воө мај 20-өд лунга правител-ственнөј шуөмын.

Мыј колө санмиңимум нуөдөм былө

Медым пөртны олөмө саңитарнөј миңимум, өтөк-кө, колө төдны, мыј тајө миңимумас пырө, мөд-кө, пуктыны ас воғө мөг — тајө санмиңимумсө пөртны олөмө кущөмкө определоннөј кадө.

Сөвет сојузса ужалыс јөз петкөдлісны-һін став мірыслы, мыј најө ассыныс індөм торнысө пөртөны олөмө решительнөја. Ассыныс настоячивостнысө ужалыс јөз петкөдлісны вівоса план решительнөја олөмө пөртөмөн, кодөс мі тыртам һол воөн.

Тащөм-жө настоячивөја-кө мі сувтөдам мөг — бырөдны ассыным саңитарнөј һеграмотност, секі мі тајө участкас петам победительясөн. Татөні победа перјөмыс сетас возможность һөшта бура да плодотворнөја нуөдны странаын социализм строитан уж.

Личнөј саңитарнөј миңимум

Санмиңимум быд јөзлы быд местаын оз ков лоны өткодөн. Санмиңимум тор-

жалө, кодлы таяөс лөөдөма. Карса олые-
жаслөн санмиңимум торжалө сиктса олые
жөзлы лөсөдөм санмиңимум дорыс. Пред-
пријаттөјас вылын ковмас бырөдны өтк
пөлөс саңитарнөј тырмытөмторјас, сто-
ловөјјасын — мөд пөлөсөс-ңин, школаја-
сын — којмөдөс. Торја коллективјаслы
кыңғи санмиңимум вермас лоны быд
мортлөн торја, кың шуасны личнөј саңи-
тарнөј миңимум.

Ташөм личнөј санмиңимумсө колө
лөсөдны быд мортлы аслыс.

Колө кутны төдвыв, мыј быд морт
лоө кушөмкө коллектив шленөн. Весиг
оз өтк коллективын, а уна коллективјасын

Кор ме ола өтк комнатан кымын-
кө морткөд, секи ме лоа комнатаса кол-
лектив шленөн, Мукөд комнатајасын
(өтк квартираын) олысјаскөд ми лоам
квартирнөј коллективса шленөн. Став
квартирнөј коллективјасыс артмөны кер-
ка коллективјас. Керка коллективјас ко-
тыртчөны кварталнөј коллективө, најө
рајоннөј коллективө да сиз воғө.

Предпріятѣёын мѣбё учреждѣннёын
ужалігөн мѣ лоам ужалыс коллектѣвса
шленён.

Јасмјасын, детсадјасын, школајасын
ассыным челафнымос воспитаетігөн мѣ
лоам бат-мам коллектѣв шленён.

Тажё коллектѣвјасыслён быдсёнлён,
ем асланыс санітарнёј мѣнмум. Кор мѣ
сулалам кущом-кё коллектѣв шленын, ко-
лё чорыда нуодны да быдногыс отсас-
ны санітарнёј мѣнмум олёмё пёртё-
мын.

Уналы вермас кажитчыны, мыј та-
мында санмѣнмумјассё пёртны олёмё
зев сёкыд. Збылвылас, абу сіз. Санмѣ-
нмумјас пёртны олёмё абу јона сёкыд.

Уна санітарно-гігіеніческёј навук-
јас, кодјас пырёны мѣннёј санмѣнмумё,
отсалёны коллектѣвнёј санмѣнмум олёмё
пёртёмын. Бостам тащомтор. Учреж-
дѣннёјасын да предпріятѣёјасын пле-
вателнїцајас лёсёдалём сетас бурсё сём-
мын секі, кор тајё коллектѣвса шленјас

велаласны сөлавны не жождө, а сөласан дозјасө.

Мыј пырө личнөј санмиңимүмө

Личнөј санмиңимүмө колө пыртны ташом санитарно-гигиеническөј навык-јас:

1. Быд вежалунө пывсыны, мыссыны да пывсөм бөрын вежны улыс дөрөм-гач. Тажө колө тојсалөмыс видчысөм понда. Пывсаныскө абу, колө гортад јайтө мыскавны шоныд ваөн да мајтөгөн. Пывсанө ветлыны лібө гортад мыссыны колө лөсөдны определеннөј лун да час.

2. Быт мыскавны кјјастө сојөм возвылын да асмогасөм бөрын. Кјјасө зев кокнја көласөны сінмөн адзытөм зараза — висөмјас. Кјјас мыскалөмөн ми визам аснымөс быдсама пөлөс висөмјасөн висмөмыс.

3. Быд вежалунө өтчыд щөщөдавны гыжјас да пыр визөдны медым најтыс сетчө ез чукөрмы. Гыжјас

костö кокһиа чукöрмö һајт, накöд щöщ
і вiгöмјас, ков колкјас, кодјас зев кок-
һиа вермасны сурны мiјан пыщкö.

4. Быд лун весавны пiңјас мел-
јөн да шщöткаöн Пiңјасв есавны мед
бур уһны водiгөн. Щöткаöн весалöны
пiңјас костјасö öшјöм сојан. Он-кö ве-
сав тајö сојансö, сојаныс пондö сiсмыны,
пондöны щыкны пiңјас. Таыс кыңзi,
пiңјас весалöмөн мi сег весалам став
микробјассö, кодјас пöвсын унаыс ов-
лöны вужан вiгöмјаслөн зараза. Пiңјас
весалöм вылö быд мортлы колö торја
шщöтка. Мөд морт щöткаöн пiңјас ве-
савны оз поһ, öпаснö ҳоңвиһалунлы.

5. Комнататö колö проветри-
вајтны быд лун еща вылö кыкыс.
Асылын — уһаниныс четчöм бöрын да
рыгнас — уһны водiгөн. Форточка колö
востлыны еща вылö 15 мiнута кежлö.
Комнатаас-кö олöны унаöн, проветри-
вајтны колö унжыкыс. Гожöмын öшиң-
тö колö виһны вoссаöн лун і вој. Ком-
натаад-кö форточкаыс абу, колö быт

вöчны. Та вылö ыжыд рöскод оз ков,
а зöнвiзаланулы пöмзавыс лöö зев ыжыд.

6. Оз поѣ куритчыны комна-
таын. Табак шын локсö вайö оз сöмын
куритчысјаслы, локсö вайö став јöзыс-
лы, кодјас лолалöны тајö шынсö. Торја-
нын ыжыд локвайö табак шын челады.

7. Ен сöлав да ен зырымаг
жожö. Дулмын да зырымын унаыс
овлöны вужан висöмајаслөн мiкробјас.
Космöм бöрын мiкробјас кајöны сынöдö
да лолалiгөн пырöны зöнвiза јöз тыјасö.

8. Ен весав да ен пыркöд пас-
кöмтö комнатаын. Бусыд сiз-нын зев
ыжыд лок вайö зöнвiзаланулы. Тајö бу-
сас таыс кыңҗi емöс мiкробјас, кодјас
вермасны вескавны зöнвiза јöз пыщкö
да висмöдны најöс.

9. Керкаö пырiгөн чышкы кок-
јастö. Медым ен вермы пыртны ком-
натаад һајт да бус, колö комнатаад
пыранiнö пуктыны кок чышкöдјас. Та-
јөн мi пельмöдам ассыным оланiнны-
мöс.

10. Сојны колө торја тастыс,
торја паһөн да вилкаөн.

Оҕи тастыс сојгөн кокһида верман
вигмыны локвигөмөн (сигимсөн), чахот-
каөн, дифтеритөн да уна мукөд пөлөс
вигөмјасөн.

11. Кызигөн да һесјалигөн
вомтө тупкы кинад.

Кызигөн резсан дулын да каше-
лын унаыс овлөны насморклөн, грип-
плөн, чахоткалөн да мукөд вигөмјаслөн
микробјас. Сынөдө сурөмөн тајө микроб-
јасыс вермөны вигөмөдны зоһвија мор-
төс.

Уборнөјтө вијөј сөстөма
Һекор оз ковтыртны уборнөјыс роҕја-
Һеисправнөј уборнөј торкө сынөдсө
став керкасыс.

Кушөм ногөн бостны зоһвијалуны
бур навикјас

Пыртны ас пышқад зоһвијалуны
бур навикјас — прөстөј уҕ, сөмын ас-

лым колө сөлөмгәһ кутчигһы-а. Морт-
лөн ем сешөм својство — кушөм-кө тор
вөчны велавны. Тајө својствоыс му-
көд дырјыс вајө бур, мукөд дырјыс лок.
Тајө својствонас јөзыс бостөны аслы-
ныс кызі лок прывычкајас, сіз-жө і бур
прывычкајас. Мі төдам чуһ гыж курт-
чавны велалөм јөз агһыс оз төд-
лыны, куртчалөны чуһ гыжһысө, гудјө-
ны нырпышкөснысө, дөрөм сосһаныс
чышкалөны нырувсө. Нһнөм і шуны, та-
јө омоһ прывычкајас.

Но тајө велавны вермөмсө морт
вермө іспользујтһы і зоһвизалуһы бур
прывычкајас усвоітөм вылө.

Мортлы колө сөмын мыјкө дыра
помһитһы сојан возвылын кі мыскалөм
јылыс і сіјө тајөс регыд кадөн пон-
дас вөчны зев кокһда, весіг ачыс оз
кут төдһы, мыј сіјө вөчө. Тазі-жө по-
чө велавны быдлун весавһы пһнјас,
сөлаһны плевательһцаө да с. в.

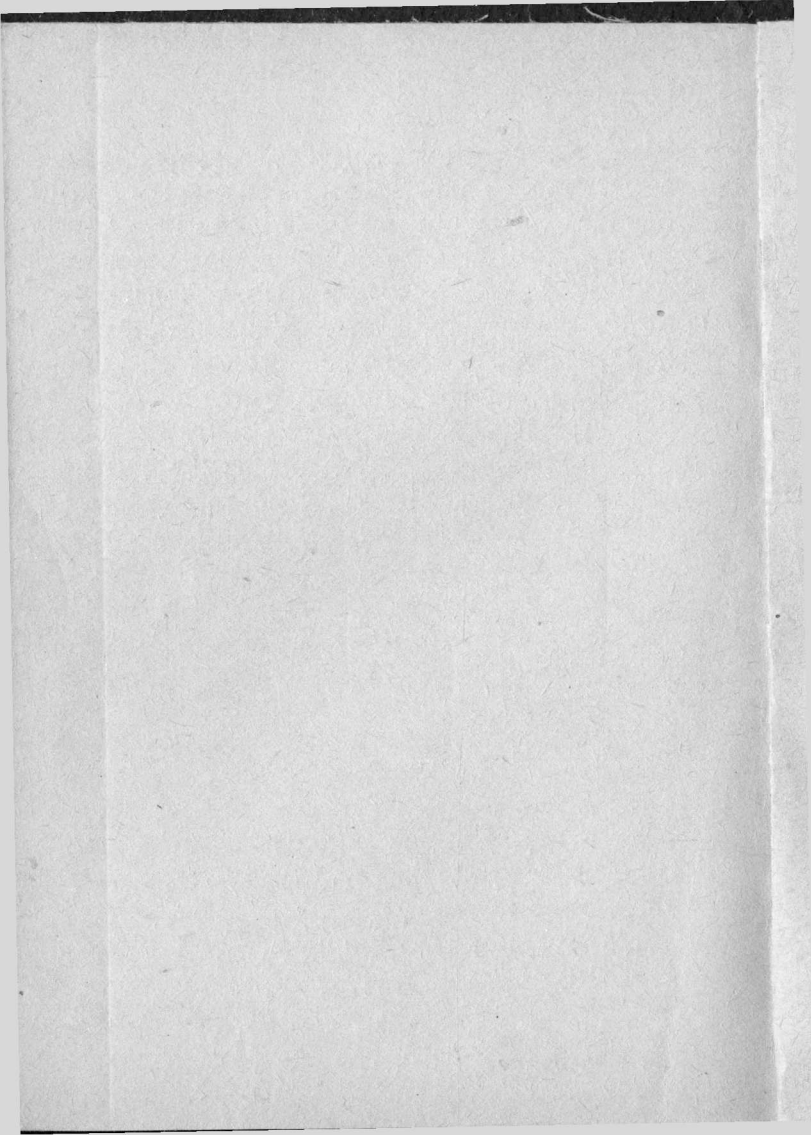
Тащөм ногөн почө усвоітһы зоһви-
залуһы колана став саһтарһо-гігіе-

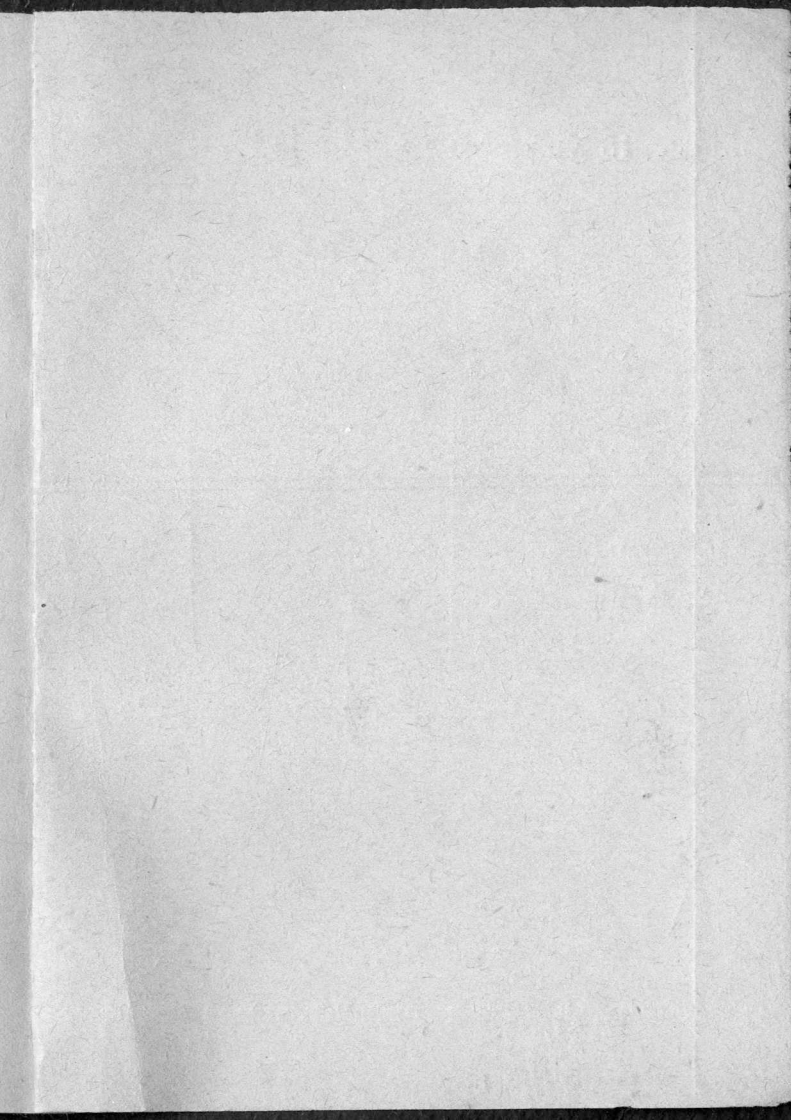
һическөй навықјассө. Тајө навықјасыс абу і уна. Таыс кыңзә, өткымын навықјас мијан емөг быдсөнлөн. Өти морт—быд лун весалө пиқјас, мөд—быд һеделө ветлө пывсыны, којмөд—сојан возвылын мыскалө кјјас. Сіз-кө, саңитарнөй миңимумыс, кодөс ми өни видлалім, нөшта-на лоас ічөт.

Кор ми велалам олөмө нуөдны тајө бур навықјассө секі ми пондам тајө навықјассө пыртны сіјө коллективө, көні ми олғм, ужалам. Тазікөн ми отсалам қоңвізаммөдны уж да быт.

Ми өни төдам, саңитарнөй миңимум олөмө пөртөмөн ми візам аснымөс уна висөмјасыс да сіјөн ми вермам өдјөн-жыка тыртны промфинплан. Тајө өвик торјыс понда став ужалыс јөзлы колө, усвојитны санмиңимумө пыран гігіені-ческөй навықјас да сіјөн візны ассыным вын висөмјас кјјө шедөмыс, ме-дым тајө став вынсө пуктыны соціалізм течан ужө

Саңитарнөй култура пыр — соціалізмө!





донис 15 ур.

40961 =

Коми-3

1-328