

618A
RS6

A. I. Dobrohotova

4627

КЪЗ BEREGITNЬ
KAGAEZSƏ
gozsa mьtteziş

Кудьмак

1934

Okrizdat

UNIVERSITY OF
TORONTO
LIBRARY

6184
A 56

A. I. Dobroxotova

4627

Къз верегитнь кага-
ezsə gozşa mьtteziş



Кудьткаг

1934

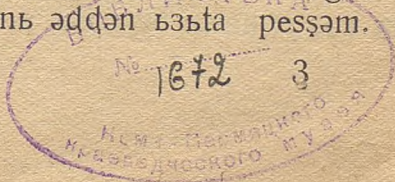
Okrizdat

Gozğa myttezən peşşəmys vajətas ozlaŋ çinəmə kuləmsə kaga ez ko- lasyn

Carskəj Roşšiaas vəli pərvojša məstaən mi-
ras kaga sogaləməni i kaga kuləm şərti: 100 sog-
məni kagaiş vəd voə kuvlisə 30 kənym. Sovet-
skəj vlašys vermis voşnə ызт doştizənnə peş-
şəmyŋ kaga soggezkət i kaga kuləmkət. Kaga
kuləmys vojnaəz kad şərti çinis SSSR-yn çuŋ
ne kəkiş.

Komunis partiaən i sovet vlašən stranənym
industrializacia şəlskəj xəzəjstvoən kollektiviza-
cia nuətəmyŋ, luniş lunə burşaləm maferialnəj
vətovəj polozeŋoəys uzalişəslən i nə çəladlən—ni-
ja puktisə kolən uslovjoez, medvə ozlaŋ ešə
burzəka çintnə kaga sogaləmsə i kaga kuləmsə.

Medvə çintnə sogaləmsə da kuləmsə kaga-
ez koləsən, kolə nuətəni əddəni ызта peşşəm.



I eta ызыт ызын колә пунктънъ не жееа вьн реҫ-
сәмлә гоzumша kaga мьттезән. Etija реҫсәмьн
çeлақ jaшlieз—нуәтәнъ ызыт rol, kәднълән льдъс
mijan voiš voә sodә i seteәм теmppeзән, кь-
eәmmesә esә ezna неkin аззъв. 1933 voas 5 mil-
лон мьмда çeлақъс равоҫниçaezlән, kolxoзни-
çaezlән i mukәд uzališsezлән вәли шурәтәм
jaшlieзә. Jaшли льдән sodikә левә kaçesvoъс нь
uzлән.

Etija i em kolana uslovjoъs, medвъ jonзьka
peшънъ kagaez verdә kutçisant sogәttezkәt,
a съkolasьr i gozumша-мьтән.

Jaшlieзsis uzališsezьslә kolә vura vezәrtнъ, peш-
сәmsә gozumша мьттезән; ньлә kolә тәднъ, мьj
seteәм gozumша мьттез, мьjшаң nija аркинәнъ,
кьз нькәт peшънъ i кьз sijә dugdәтнъ rozнит-
çәмиш. No etija esә жееа. Kolә kuzнъ, тәдәmsә
мьтъс jьлиш—vištavnъ oтиr kolasas i velәтнъ nija
peшънъ i jaшлиas i gortнъ.

Jaшlieзьs mezdәнъ uzaliш inkasә kaga vә-
ditәмиш i gortнъ olәмиш, medвъ uzavnъ fabri-
kaезьн, zavoddeзьн, kolxozzeзьн i sovxozeзьн,
medвъ нуәтнъ овsestveno-politiçeskәj uz stra-
na olәмьн.

Etaz vot jaшlieзьs otsalәнъ mezdьнъ inkasә

krepsis, medvь pьris sija proizvodstvo, kolhoz-
nəj i sovchoznəj uzə.

**Kolhozzezn zenskəj — vьzьt vьn. Viznь
dom jьln etijə vьnsə, značit kernь prestuplən
nə. Mijan ovjazannoš seeəm, med-vь leznь
ožlaņ zenskəjjesə kolhozzezas i leznь etijə
vьnsə deloə.**

— Vištalis jort Staļin vьd sojuzša kolhozņik-
kez—udarnikkez sjezd vьln 19II-1933 v ə.

Med-vь etijə zadačasə burzьka kernь, kolə
iņkasə mezdьnь kaga ponda zavotaiš, kolə ləšə-
tnь uslovjoez, med-vь kagaьslə vəli pravilnəj
komunističeskəj vospitaņnə, vьdtnь jonən i
zdorovən.

**Кьз etijə kernь? Kolə organizujtnь jašli-
ez i medvь jašliezьs uzalisə vura da vьeəma.**

Buršətnь kačesvosə mijan uzliš vьd mes-
tnь socialističeskəj stroitelstvos, sь kolasьn i
jašliezas,—em vьzьt zadača məd pjačiletkalən.

Vьeəma uzavnь jašlьn—etija loə dobroso-
vesnəja praviloez šərti vəditnь kagezsa, zorə-
tnь sija, pravilnəja verdnь, beregitnь sija zaraz-
nəj sogətiš, paškьta i pravilnəja polzujtčьnь šve-
zəj runas, sondinas i vanas, medvь zorətnь zdo-
rovjosə kagaьsliš. Uzsa nuətnь sovetskəj zdra-
vooxraņeņnə vištaləm šərti.

Токò вьсэм добрòсòвєснəја из сувтəтəмəн, јаšлєзьс кьз колə вермасə вьтсəн kernь мьј нь озын сувтəтəма: меzdьнь инкасə горт гəгəр завотəшис, лєптьнь проиводитєлноссə зєнскəј уз-лиш и шєтнь комуністїчєскəј вошпитанно здоро-вəј вьна шменасьлə.

Мьј сетєэм гоzша чєладь мьттез

Гоzша чєладь мьтс овлə куим чузəма: про-стој мьт, шəкьта чулалан јєє вьрəтан мьт и vir мьт. Умəл uxод порə простoj мьтс вермас рəрнь шəкьт мьтə, кəдија єькəтə мортьслиш ор-ганїзмсə.

Простəј мьт. Чəстозык etija согəтьс лəə за-гəнїкəн, но овлə и сїз, сто сїја кутчə sразу. Ка-гəбьс єькька pondə əтəрашнь. Здоров кəгəбьс əтəрашə сутки вьлас 1-2 иш. Мьтнəс согəвтəн ver-мас dasїш, а то и unазьк суткїнас. Кəгəбьслəн мьтнəс согəвтəн и чузəмьс сїтьслəн vezшə, нїма-шəн кəгəезлəн лəə vez кьз горчїца, сəм ду-ка, лəкшə рєлонка вердə и vadə сїјə. Мəс јələн verdїкə овлə нєвна чорьтзык и кєльтзык.

Мьтəс, моросəн verdан кəгалəн овлə unа-зєлєн и чəчком комочоккез, а мəс јələн ver-

dan kagalən sija ovlə vьgja, zеlənəj; şəkьtə munikas—sovşem kizer, zеlənəj kod vezjaşən səsən.

Мьтскəт kutçışə gorzətəm i əsəm. Pervə əlьnь pondas 1-2 ən sutkinas. A oźlañ vermas lonь siz—va ңeto jəv ңьlьstəmşan—əsə. Eta şərtət pozə tədnь, sto prostoj mьtьs pərtçə **şəkьt mьtə.**

Кьз pondas burazьk əsnь i mьt̄itnь, kagaьs pondə uməlçьsnь i çuzəmbьs sьlən vezşə. Çuzəmbьs rozovəj rəmşanas loə rud mu rəma, jajь ləşnamə. Pakkezas kuçikьs çukraşə. Çuzəmbьs joşmə, şinnezьs vəjəñ, şin gəgərəttas sogmə nь şəd kьeez. Ki-kok sajkalə. Golosьs şibdən kod i sьtəm. Rodniçokьs vəjə. Kagaьs jeetəm şalə, vezəttəg şinnezən vizətə oźlañ. Eteəmna kagaьs unazьk i kulə. (res 1).

Кьз sogətьs dьrзьk pondas kьsşьnь, to setçə ətləə kutçışəñ mədik soggez: şinnezьs kagaьslən pondəñ orşavnь, şin səras sogməñ jaz vaokkez, kədnьşan veşkaləm vəras sogmə belma

Вьvтьrьs, a unazьksə juras i viklaşşezьs ədəñ i ңolzəñ. Mukəd pьrişəas pelleşis petə or

Şəkьt seteəm kagasə veşkətnь. I kəf veşkalas kagaьs, tak təliş məd esə oz vermь vьeəmi zoramnь.

Kovşas una ne-
dellezən i təlissezə
sʹ pondə zavoʹtit-
sʹnʹ, medvʹ vʹeə-
mika zorətnʹ.

Virmʹt. Virmʹ-
tʹs pondətcə ne ət-
moz. Mʹkəd pʹriş-
as on i kazavʹ lo-
as zdorovəj kaga-
ʹslən. Asʹvşanʹs
eə kagaʹs veşov,



Res. 1. Mʹtən maitəm
kaga.

vʹeəma şojə, a rʹtnas loas zar i mʹtʹs loə vir-
əş i niʹlgəş. Mʹkəd pʹrişas virmʹtʹs loə lun
mədən. Seeəm sog dʹrni kagaʹs ətəraşə lunnas
30 kʹnʹmişən i unazʹkiş. Şuzəmʹnas mʹtʹs ətik
lunnas ovlə ne ətik şuzəma: to sija ovlə kus ni-
ʹlgış i viriş, to ovlə lağusa pək şuzəma, kʹtən una
niʹlg i zelen. Mʹkəd pʹrişas vir sora niʹlgas,
mʹççislə ot. Ətəraşə əddən eəka, no jeeəən. Mu-
kəd pʹrişas trepiç vʹlas kolççə toko vurəj pʹjatno.

Virmʹtnas sogalika kagaʹslə əddən zivʹt
sija, sto sija suç kʹskə ətəraşnʹ i pʹr vʹntiştətə.

Şuʹzʹtʹzʹk çeladdezʹs gotovəş luntʹr pukav-
nʹ kasnik vʹlas, seeəm ətəraşnʹ kʹskəmtʹs ka-

gaьslə əddən zıvıt. Kagaьs kusnaşə zıvıtıts uvja i gorzə. Çasto ovlə, sto sitan pıbrət paşkalə i uvdərıř kiska, sitan şıus, petə.

Vırmıt əddən şəkıtt sog, una kaga kulə etaşan lıbo vıd veksə kьskas. Sogətıts etija əddən zaraznəj, sija vermə vuznı ęe toko kagaşan kaga dьnə, no i kagaьssan ızıt mort vılə i vuznı ızıt mortıssan kaga vılə.

Olavnəj pıřınaьs gozımtıa mt-tezlən—mikrovbez

Mijan gəgər—rıyn, vaьn, mıyn—straş una oləny əddən uçətık olıřsez—mikrovbez. Někız nıjə oz roz azzıny prostoj řınən i tıdaləny toko sek, kər ətlaьn nıja əddən unaəş. To primer.

Kız puktıny sonıtinə ęeto pemytinə vaьn kətətəm nař torok, to sutki kьk vərtı naıys vagşalas. Sija vagıts i sogmə əddən una mikrovbezıř, kədnıjə mı ətiknas og vermə kazavny.

A to mədık primer: kız kolny sonıtinəjaja şıd, to 12-24 ças vərtı gudırtçə i loə sıřməm duka. Şıdıts səmmə tozə mikrovbezşan. Kız mikrovbezıts şırasə jələ, to sija pervo səmmas,

a sь вѣтън ње џаскьтъсала. Mikrovbezьs kьz ʒo-
jan sorən ʒuras kagaьsə zəvdəgə i kiskaezə ni-
ja setçin jьləнь i vostəнь mьtəz.

Eməʒ ʒakəjəʒ mikrovbez. Nimaʒan kagalə
medopasnəj mikrovьs—loə kiska mikrov. Nija
oləнь uvdərlanış kiskaezas podalən i morttez-
lən i miļļiarddezən çapkişəнь ətəraʒtən. Kiska
mikrovbezьs eməʒ vьdlaьн, kьtçə toko vermə
kəti buskod ətəraʒan torьs ʒurnь. Medopas-
nəj zdərovjo ponda mortlən kiska mikrovbez
mьtən sogalişlən.

Kьz ʒurəнь kagaьs kiskaezə kis- ka mikrovbezьs

Kiska mikrovbezən çastozьk nətəʒmə jəv
məsləʒtikə. Posnit kreşşanskəj kəzajsvoezьн məs-
sə vižəнь əddən nətьн. Vaən mişkala betonış
bur zoz ətkasa kəzajsvoьн, koņesno, oz ovь.
Karta vьlas viļiʒ vəvdəim izasьs sek-zə nətəʒmə.
A nazəmsə petkətəнь karta vьlišis toko voiş voə.
Koņesno, seeəm karta vьlas məs vəraьs nətəʒ-
mə i nət ʒornas ʒurəнь kiska mikrovbezьs.
Eməʒ i seeəm kəzajkaez, kednija vərasə i nənəezsə

mişşətənb̄ pizəm vaən, no ɛe v̄d pora kerənb̄ seeəm sətəma, k̄b̄z kolə.

L̄ştikas m̄əs̄b̄s suç əvtə ɛətəş v̄əznas i s̄b̄şan mikrovvez̄b̄s şurənb̄ jəv dozās. Etaz̄ m̄əs̄ j̄əlb̄s essə l̄ştikas ɛətəşm̄ə k̄iska mikrovvez̄nas. S̄b̄ v̄əşan̄ son̄bt̄ j̄əlb̄s ɛətəşm̄əmb̄s mikrovvez̄nas k̄b̄z ɛed̄r sulalās son̄bt̄in̄b̄n, mikrovvez̄b̄s str̄aş çozā j̄əlb̄nb̄. K̄b̄z seeəm j̄əvsə pizətt̄ag udnb̄ kagāb̄slə, to nija mikrovvez̄b̄s şurənb̄ kagāb̄s kiskaezə.

Jevsə pizətikə mikrovvez̄b̄s kulənb̄. Sijən kiska mikrovvez̄b̄s puəm j̄əlas avuəş, k̄b̄z pizətəm v̄əras vil̄iş ez ɛətəşmb̄ nijən.

Əddən̄ eəka puəm j̄əlb̄s ɛətəşm̄ə mikrovvez̄nas guttez p̄yr

Gut k̄b̄skaşə nazom v̄ələt, nuznikkezət, pomoj-jez v̄ələt, lakəştə n̄rsə, lapaokkezə i s̄əras v̄ə-jə str̄aş una mikrovb̄sə, pukşə j̄əv v̄əlas i mişkalə setən mikrovvez̄sə. K̄b̄z gut̄b̄s pukşəsl̄as stakan, vekər, ɛən̄ v̄ələ, to setçə to-zə kolələ mikrovvez̄sə. A mijə t̄ədam sto, ətik mikrovşan̄ çozā j̄əvm̄ənb̄ millarddez. Etaz̄ guttez̄b̄s vuzə-

tənb vьd zaraznəj sogse kagaьs vьlə, sь kola-
sьn i gozumša mьtsə.

Esə pozas zarazitčьnь kiska mikrobnas vaşan.

Vasə kerkuas často vedraezas koļənь vevttь-
təg. Vanas sulalan ošta vedraas şurənь guttez,
dukalənь kaņnez i ponnez, əvtənь vəznənьs.
Mukəd pьrişas vedraas ujalə kəs, kədiјə voş-
tənь miştəm kiežən i setiş juənь. Mişkav toko
siјə vanas naņa posuda kagaьsliş, mişşətnь sь-
liş çuzəmsə, kьz mikrovezьs şurasə kagaьs
əmə, a sьşan kiskaezas.

Vermasə esə mikrovezьs şurnь kagaьslə
sek, kər siјa kьskaşə zoz kuzaas, kьt vetlətənь
naţəş kokkezən morttez, ponnez i kaņnez. Pon,
kaņs ne toko koļə kok şleddez, no mukəd pь-
rişas kerkuas i ətəraşənь.

Naţьs, kьtən suç mikrovezьs una olənь,
vermas şurnь kagaьs kiskaezə siјən, mьla ka-
gaьs mьj əzžas zozşis, kьskə əmas.

Mikrovezьs vermasə şurnь kagaьs əmə
mam, soј neto pestunna kiežšan, kər niјa sitəş
trepiçezsə vezəmvəgьn sogaliş kagaьsliş miş-
təm kiən, kutənь verdnь zdorovəј kagaəs. Mьt
sogьs vermas kutçişnь uməļ jaşliьn, i sek ətik
mьt sogətsan kutçənь mədik mьtsoggez.

Ne pravilnəj verdəmğan, uməlä və- ditçəmğan, da əddən sonʹtinʹn vi- zəmğan vermasə lonʹ kizka soggez

Съ пonda, medvь kagaʹs pravilnəja vьdmis i zoralis, kolə sijə pravilnəja i verdnʹ. Pravilnəja pitajtʹn—značit as kadʹn kolə polučitʹn šojansə sьmda, mьmda kolə. Sьšša esə, kolə medvь šojanʹs vьeəma pušis zeldəgas i kiskaezas. Šojanʹs pušə zeldəg kiska kanal-lezʹn seeəm šojan-puan sokkezən, kədna ker-šənʹ šojan-puan organnezən. Bura pušəm šojanʹs jizə virə da munə vьdməmas i organ-nezlə uzaləmas.

Šojanʹs sek kьnəmas vьeəma pušə, kər kagaʹslə šojnʹ šetənʹ sьmda, mьmda kolə i kьeəm šojan kolə kagaʹs mьgər šərti. Med-vьeəma kagaʹs kьnəmn pušə mam jəls, uməlzьka məsʹjəv i esə uməlzьka naç i jaj. Šəkʹt šojanʹs vermas askəttis ləšətnʹ mьtsə kagaʹslə. Šəkʹta pušana šojanʹs, kьz loktas kiskaezəzotsalə jьvʹn mikrovbezьslə, kədnija šu-rəmaš kiskaezas. Sijən etəšan əddən kolə, medvь kagasə verdnʹ vraç vištaləm šərti i medvь çeladьslə tьrmьtəz vəlisə kolana produktaez.

Mortb's organizmьn uezьs etik organnezlən munə vura jitsəmən mədik organnez uzkət i kьz pondas vişnь kьeəmkə etik organ, to təççə mortb's vьdsa organizm vьlən uçət kaga-ьslə çuť mьj, i təççə-ņi. Kьz sija dьr kujlə va ołpaş vьlən i kəz'tinьn, to pavkə ңe toko vьv'tьras, a vьdəs organizm vьlas: razşə vir. bergaləmb's, ңe ətmoz munə sonьt's, çinə organizmьslən peşşəm vьnьs zaraznəj mikrobbeyzskət. Șarşalə uezьs vьd organnezьslən, a nь kolasyň i şojan puanneslən. Şojanьs, kədija vьeəma kьnəmas puşьlis, vermas petkətnь mьt sogə. Əddənəv sonьta vizəmşan vermas sog'mьnь kьnəm vişət. Seeəm kagasə sonьtəva vizəmьs vermas lonь vuraəv kaťtəmşan, ңeto dьr vizəmşan sonьt ru veztəm kerkuьn, livo zar pora sotan sonđi jəgərrez uvtьn.

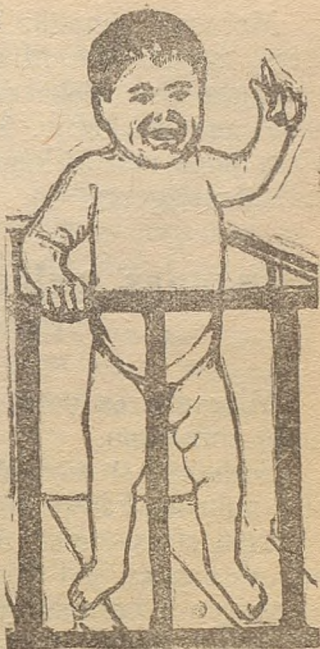
Șimaşan kagaez çastozьk sogalə- nь mьtən, kər nişə verdənb məs jələn

Konsultaciaьn vraççez eəktənb, medvь mam-mezьs kagaeznьsə verdisə i ez çəvtə moros verdşinьs tulьsnas livo gozьmnas. Kər mamьs

morosnas oz verd, sek
kagaez unazykiš sogal-
lən̄ i kulən̄.

Etija loə kək priči-
našan. Ətkə morosnas
verdikə kagaəb vьdmə
zdorovən, loə vьna.
Mam jəl̄b medbur šo-
jan ŋimašan kagaəslə.
Kьnəmas sija kokŋita
pušə i kokŋita viras
jizə. Məs jəl̄b šəkьtzьka
kьnəmas pušə. Kьnəmas
pun̄ məsjəvsə—šəkьt
uz ŋimašan kagaəb zel-
dəglə i kiskaezlə. Mədkə,
məš jəv i kəza jəv kok-
ŋita ŋačəsmə mikrobbəz-
ən. Morosən-zə ŋimə-
tikə mikrobbəzьb verma
sə šurn̄ kagaəb əmə
toko sek, kər mamьb miššətə morossə i kiesə
ŋe sovsem səstəm vaən.

Kьnym kagaəb ŋekođazьk, sьnym opas-
nəjzьk sьlə mikrobbьb i sьnym čozazьk sь
berdə kutčişə mьt.



Res. 2. Zdorovəj kaga,
verdəm moros jələn.

Morosən ɲimətikə kagaɓs jonzyk i ozzyk
šetçə sogətslə. Mikrovbezys kəɟ i şurasə
zevdəgas livo kiskaezas, to nija oz vermə
unasə uməlsə kernə, kəz məs jəvnas verdtən.
Mam jəls mezdə kagasə mət sogiş i siz-zə
mukəd soggeziş.

Gozymnas çelaqys eəkyka sogaləny mtnas

Mikrovbezys vermasə vɔdmny i jəvsavnə
toko sonɲiny.

Sonɲiny i vɔəmkoɟ as şərtət mestaɲ
vɔd mikrov, kədiya şuras şojanə çozə jəvsalə
i pərmə straş una mikrovbezə. Kəz sonɲ
pogodda pora sɔd livo jəv ekykəny sutki vərti,
to zar pora vermas ekykəny ças mədən. Sijən
sija gozşa kadys opasnəj posnit kagaeylə.

Setçə-zə gozumnas bussəɲ i gutşəɲ mikrov-
bezys kokɲitzkyka şurəny şojanas.

Esə ɔzta em sɔşəɲ, sto kagaɓslən orga-
ɲizmys zar poraas jeetəmşalə. Zarşənas i ɔzət
mortlən jees vɔrə. Kagaɓs gɔriş mortşsa
esə vurazyk maitçə zar pəraas. Ətəras zar,
sondiys sotə, kagaɓs olə kerku dukas. Gut-

4/27

tezšāņ mezdāmēn, kādņija pьrāņь pьrāš, peļ-
ļezas i āmas, māmys často, kagasā vodtātā zьp-
kaē da mьjēn ņenavud vevttā. Kagaьslā sajēvtas
uvtas esā dukzьk: kujlā sija luz va pьmalēm-
šāņ kelьt, dьsa vārētčā, jeetēm. ņylēmnas
kagaьslēn petā una va, kādijā sь organizmlā
kolē. Vasā āstēmšāņ kagaьs umāļččā i ņekoda-
šalā. Mijā vьeāma tādām mьj vura gozьmnas juā-
tā, gozumnas ьlā munikā kressānaьs suč šāra-
ņьs voštāņь kvas livo va. Učēt kaga vuraзьk
āt mādārā vestāš: oliknas pьrvojša tālišeznas
sija suč āvtā ki-koknas i voьs tьrikā sija
kьskašā, kok jьlas suvtā, kotrašā i s. oз. Etijā
oз kov vunātнь, sto kagaьs, kьzi ьзьt mor-
tьs vura kьskašā gozumnas i gorsьs sьlēn
košmā. Sijēn kolē jālьsša šetlьнь junь pi-
zēm va. Kagaьs jutāg ņekodašalā, umāļa pon-
dā vārētčьņь i činā zarazņāj mikrovьbezьskēt
peššāņ vьņьs.

Кьз kagaezьslēn čulalē mьtьs

ņe vьd kagalēn gozša mьtьs kutčā ātmoz i ņs
vьdāņņьslēn čulalē ātmoz. Šog munēmьā
zavišitē una pričinašāņ.



Kadşaŋ. Къным кaгaыс ицэтзык, сьным сэкътыкa сьлән мунә мьт согьс, сьным бу-разьк ровнь колә куләмшис—sija әддән загә-на веşкалә.

Zdorovjoşaŋ. Мьт озас кьз кaгaыс согa-лис кьеәм нивуд мәдик согән, наprimer гри-рән, корьжукәән, рaxитән, то çasto мьт согьс мунә әддән сэкътa и vermas кaгaыс кувнь.

Vәditәмşaŋ. Кьз кaгaыс куйлә дукәş, на-тәş керкуьн, кьз сьлә не кьеәм спокoй оз şe-тә видьккез, торokаннез и guttez, кьз сьлә jeeә şetәнъ junь, sija vermas çozььka кувнь.

Verdәмşaŋ. Морos jәльс—medvur lekarsvo мьтәşşәŋ.

Gozşa kaga мьтән peşşәм

Mezdişнь gozşa kaga мьтиş колә кьк moz:—kolә pravilnәja verdнь kagasә i вьеәma vәdit-нь sija; etijән сьлә sodtam peşşan vьnsә микров-везьскәт. Setçә-zә kolә beregитнь kagasә una микров şurәмsә organizmә. Enijә кьк zadaça-sә вьеәmik pozas kernь toko sek, кәр olansә çerevнәşis viļ moz керam, кәр вьтсән kolekti-vizirujtam şeļskәj kәzajsvosә i кәр organizaci-onno-xozajsvенno zorәtam kolxozzesә.

Vermas-ja vьdmьнь kagaьs vьna da zdoro-
vən, kьz sija sogməmşan ңepравilnəja pitajtçə,
kьz sija vьdmə duk рьекьн, lolalə uməl vez-
lytəm ruən kerkuьн. Kagaьs oz vermь vьdmь-
нь vьnən da zdorovən, kьz mamьs gort gəgər
uzsə kertən lunnas oz i jestь vьeəmik vəditнь
kagasə i oz petkətlь ətərə novəjтsнь səstəm
ruas.

Uməla vəditəmsь, sonđi saјəvтьн i duk рье-
кьн vizəmsь vajətə setçə, stə kagaьs vьdmə
ңekodaən, kelьtən, koknita kutçişə sь verdə
berşa sogьs, нь kolasьн i mьt sogьs.

Kьz setən verman vьeəmik peşşьнь ңatьs-
kət i gutьskət—zaraza novjişşezьskət,—kьz ker-
kuez verdas top loktəнь nazoma kartaezьs. Na-
zom—medbur mesta gutьslə jьvнь. A mijə tə-
dam, kьz guttezьs pьrtləнь kerkuas aslanьs
kokkezən mikroб stavunsə, ңatəştəнь juan-şojan
i paşkəm.

Socialişticeskəј perestrojsvoьs şelskəј kəzaj-
svoas petkətis dєrevnəsə pravilnəј kolxoznəј tuj
vьlə. Kolxozzesьs kerəнь kolana uslovjoez paş-
kьta nuətlə sanitarно-ozdoroviţelnəј meropri-
aştiaez. Seeəm uslovjoez ez vələ i ez vermə
lonь ətkasa kəzajsvoezas.

Toko kolxozzezas pozə kutçişнь stroitнь

jugyt atlasa stolovəjjez, vaŋaez' i peslašaninnez. Kolxozzezys vermasə pravilnəja nuətn' peššəmsə guttezyskət: kerasə pədləšana pomoj kišta-ninnez, nazom vižannez i as kadyn' kyskavny' nazomsə. Kagaŋs ponda kolxozzezys-zə toko vermasə ləšətn' ызt kerku, pravilnəja verdny', vəditsyn' i vošpitajtn' čeləd jašliezyn'. Vbeəma suvtətam jašlys pondaš zorətn' čelədsə, siz-kəz nija ɳe toko kagaŋslə kerəny' jugyt vbeəm olansə, no nija aslanys uzən myččaləny' otirys-lə—kolxožnikkezlə i kolxožničaezlə kəz nuətn' kulturno-sanitarnəj prošveŋitel'nəj izsə. Jašliezsə kolə ošny' vvd kolxožny'. Medvy' zdorov-šətn' uslovjosə izysliš i olanysliš i medvy' burz'ka peššyn' zaraznəj soggezkət, kolxozzezys-lən vozmoznošsez eməš nija v'ysən.

Jašliezys gozsa mytən peššəmy'n

Mi vištəlim-ŋi, kagaezsə moros jələn verdikə nija jeeazyk sogaləny' gozsa mytən. Sijən medvy' burz'ka mezdišny' gozsa myt sog'ššəŋ—kolə verdny' kagasə mam jələn. Kagasə oz kov čəvtn' mamys moros verdiš i sek, kər sija uzalə ьв v'ly'n. Nimašan kagaezys mam jəl-

təg, uçət çelad vizisşezkət i proktəm staruka-
ezkət vermasə, çozə şetn̄ kagaɣslə m̄t soḡsə.
Mədkə vərə nek̄z̄ oz ləşav, medv̄ kolxožni-
çab̄s ez uzav ətləbn̄ kəzikə, vesətçikə, şenoko-
şitikə i vundikə toko uçət kagaɣs kuza. Kolhoz-
zez̄b̄s vura vermasə kern̄s siz, sto mam̄b̄s
pondas jest̄n̄b̄ kagasə qimət̄n̄ i ɣv v̄las
uzavn̄, usservtəg kolhozn̄j kəzajsvoɣslə.
K̄z̄ kolhozas eməş 8-10 k̄n̄m̄ qimaşan
kagaɣz, n̄ pondə kolə mam̄mez̄b̄s uza-
lan d̄n̄ə organizujt̄n̄ lun kezə k̄skalan jaşli-
ez. ɣv v̄las organizujtəm k̄skalan jaşlisə—per-
vojşə i med̄z̄t̄ zadaça, med̄ mezdişn̄ goz-
şə m̄t soḡsis. K̄z̄ kolhozas qimaşan kagaɣz
3-4 k̄n̄m̄ i ɣv v̄las jaşlisə k̄sk̄n̄b̄s jeeab̄s
pondə on pond̄, kolə kern̄s siz, medv̄ ma-
meb̄s uzalisə qe ɣl̄n̄ jaşli d̄n̄şan̄as, k̄tən
vədit̄n̄ n̄liş çelədsə, i vermisə-v̄ vovl̄n̄b̄s
qimət̄n̄ kagaɣzn̄b̄sə.

Praviln̄aja organizujt̄n̄ kaga verdəmsə, v̄-
eəma ləşətəm şojaniş, kədiya avu naşəşmən mi-
krovvezən i kolə təd̄n̄ k̄eəm kagaəs verd̄n̄
k̄eəm şojanən. Etija i loasə medvur meraən
m̄t soḡsis mezdətçikas. Medvura kolə vere-
git̄n̄ jəv. Çelədsə juktavn̄ ul jələn nekər oz
kov, Jəvsə qe toko kolə pun̄, no i viz̄n̄ kə-

зѣтиньн топ вевѣшсан дозѣн, медвь сиж џе џаџэшн. Medlucee jəvsə ruŋb̄ vutv-kaokkez̄n i s̄b̄ vər̄n̄ v̄z̄n̄ kəz̄t̄in̄n. Sek oz i p̄ond̄ k̄ov̄n̄ k̄iʃ̄l̄n̄ ʃ̄etikas, kər̄ s̄iz̄-zə v̄ermas jəls̄n̄ ɟaʃ̄əm̄n̄. Kagasə kolə verd̄n̄ ʃ̄as̄ez̄ ʃ̄arti. V̄yʃ̄ez̄ k̄olasas ʃ̄et̄l̄n̄ p̄iz̄əm̄ va. Uʃ̄ karʃ̄ i fruktaez̄, kolə miʃ̄kav̄n̄ p̄iz̄əm̄ vaən̄ i ʃ̄etav̄n̄ niʃ̄ə verd̄əm̄ vər̄ʃ̄aŋ̄ tozə ʃ̄as̄ ʃ̄arti.

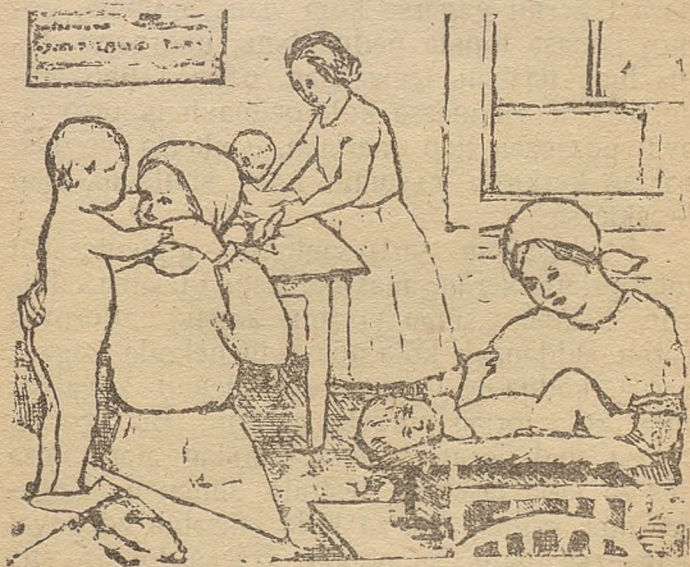
ʃ̄ojan̄s̄ jaʃ̄lias̄ medv̄ t̄yrm̄is̄ kagaez̄ys̄lə lunt̄ȳr̄ kezə.

V̄v̄ti son̄yt̄inas̄ v̄iz̄əm̄s̄ kagasə ɟekod̄ʃ̄ətə, s̄ijən̄ jaʃ̄lias̄ oz k̄ov̄ v̄iz̄n̄ kagaez̄sə nadur son̄ȳta. Kerku duk p̄ȳekas̄ kagasə luʒ̄ v̄erman̄ p̄ym̄ət̄n̄ ɟez̄el̄i ət̄aras̄ s̄əst̄əm̄ ruŋb̄. S̄ijən̄ kagaez̄ys̄lə kolə lunt̄ȳr̄ ov̄n̄ ət̄ar̄n̄ sond̄i saʃ̄j̄n̄ v̄iz̄ər̄n̄ libo p̄ov̄et̄ uv̄t̄n̄—k̄ȳt̄ən̄ av̄uəʃ̄ saddez̄. Zar̄ p̄oraas̄ kolə kət̄ v̄ ət̄p̄riʃ̄ən̄ lunnas̄ ḡv̄jav̄n̄ kagasə son̄ȳt̄ (son̄yt̄anas̄ m̄əs̄ v̄ərə̄ jəv̄ kod̄a) vaən̄. Eta p̄ondā kolə kern̄ natod̄il̄ dus, a k̄ȳt̄ən̄ k̄ȳz̄ oz p̄oz̄ et̄ijə kern̄, tujə ḡv̄jav̄n̄ kagasə lej̄kaiʃ̄ libo kurganiʃ̄.

Oz k̄ov̄ katt̄ȳn̄ ʃ̄el̄ad̄sə, a paʃ̄ət̄əl̄n̄ niʃ̄ə ɟez̄sk̄ȳt̄ s̄əst̄əm̄ paʃ̄k̄əm̄okkezə. Esə v̄ur̄z̄yk̄ loas̄ uʃ̄ət̄ kagasə kol̄n̄ ətik̄ j̄ərn̄əsokkezən, a ḡȳriʃ̄-z̄yk̄ ʃ̄el̄ad̄sə ətik̄ vessanokkezən,

Вьєамик кaгасə вəдитəмшəн ем
взыт знaчєннə пєшкaс гoзшa мьт
сogəн i мєдвь вьд узaлiшьс яшлiшiс
льддiс єтiјə aсльс чєш тујə

Кьтəп-вь мьј єз вəв колə вiзнь сəстəмa.
Bєргaлiшєз кaгaьс гəгєр i ачьс сiјa мєдвь
вəлiсə сəстəмəш. Вьд кaгaьс мєдвь шoис торјa



Res. 3. Kagez jaşlıbn.

səstəm doziş. Dozzez kolə mişkavn̄ pižəm zir̄t vaən i vizn̄ skarp̄jn̄ pədan̄ saj̄jn̄. Əddən̄z̄k kolə mişkavn̄ but̄vkaokkez i nānaez uçət kagaez ponda. Kiez uzalişsez̄slə jaşlias i çela-
d̄sliş v̄d şojan̄ oz̄jn̄ kolə n̄premenno mişşət-
n̄. Vižəm kaga t̄repic̄cez̄sə kolə çukərt̄n̄ tor-
ja pədnaşana vakə i mun̄n̄ peslav̄n̄, a oz kov
mişkav̄təg koşt̄n̄ i vizn̄.

Əddən̄z̄k kolə peşş̄n̄ gutkət. Jaşli ogra-
dasə i kerku ḡəgərsə kolə vizn̄ sətəma, po-
moj jamasə tor̄ta pədn̄av̄l̄n̄, ubornəjsə lu-
niş lunə t̄rt̄l̄n̄ izvjazkaən, pəimən l̄ibo mu-
ən. Kerku əş̄n̄nez̄sə kolə pədn̄av̄l̄n̄ provka-
əvəj pozzezən l̄ibo marlaən. Çeladsə verdəm
vərşan̄ kerkuşis v̄eəmik kolə zimlav̄n̄ nān̄
krəskiezsə.

Eta viştaləm şərti sanitarno - gigieniçeskəj
meropriatio kerəmşanas v̄d jaşl̄jn̄ uzaliş̄s dol-
zon k̄knan̄ şinən vizət̄n̄ kagaş̄s zdorovjo
şərn̄. Əddən̄z̄k kolə nozzavn̄ nekoda kagaez
şərn̄, kədija n̄ vaz̄jn̄ m̄jən̄ n̄evud̄ sogalisə:
nijə kolə tor̄jən̄ burz̄yka v̄ədit̄n̄. V̄d gorzə-
təmsə, v̄d poraiş̄ əsəmsə i m̄tən̄ ətəraşəmsə
sek-zə kolə jaşl̄n̄əj şestralə zimlav̄n̄: Kaga-
sə m̄t̄ sognas sek-zə kolə jansət̄n̄ zdorovəj
kagaez̄s d̄niş, s̄ ponda v̄raç̄s̄ loktəz̄ sijə

kolə meştitn̄ torja zyrjə i vottətn̄ olpaş vylə. B̄d jaşlīn medv̄ v̄li seteam torja zyr (izolator).

Къз gort̄n̄ beregitn̄ kagasə m̄t soḡsis

B̄dsən jaşlīslən staran̄ōb̄s, b̄dsən v̄eəma kaga v̄ədit̄m̄s vermas veşə p̄rn̄, къз мам̄s, kagasə gortə puətikə oz pond̄ beregitn̄ kagasə, къз eəkt̄n̄ i oz pond̄ kern̄ kolana pravilaez şərtət, medv̄ ne lezn̄ kagasə m̄t soḡs.

Jaşlīsis uzalişsez̄slə kolə v̄eəmik mammez̄sə velətn̄ къз m̄j kern̄, şleditn̄ medv̄ nija eti-jə kerisə.

B̄dəs sanitarno-ozdorovič̄n̄j meraesə, kədi-jə vermasə i dolzonəş kern̄ aşn̄s uzaliş oçir̄s, loə sanitarnəj minimum. Sanitarnəj minimumsə kolə p̄rt̄n̄ olanə i uzə. Kolhozniçamam̄slə sanitarnəj minimum̄s, medv̄ m̄t soḡz̄zas ne lezn̄ kagasə, loasto k̄eəm.

1. Kagas̄s d̄nə kolə şivətc̄n̄s s̄stəm paškə-mən i mişəm kiezan: kiezas, a əddən̄z̄k ḡbz vur̄ssejas vermasə şurn̄ sog mikrov̄bez.

2. Moros jəlşan kagaɓslə ɲem oz kov ʃetnɔ vrac viʃtavg.

3. Jaʃliʃis vajətm ʃojansə kolə viznɔ kəzɔtɔnɔn, sija-zə saməjdozɔn. Mədik dozjə kiʃtikə, a esə ɲe ədɟən sətəm, sek vermasə ʃurnɔ mikrovvez.

4. Miʃʃətɔn kagasə kolə sajkətəm piʒəm vaən.

5. ɲe ʃetnɔ kagaɓslə seteəm ʃaʃaez, kədnijə oz poz miʃkavnɔ.

6. Kagaɓslə ʃetan oʒn ʃaʃasə kolə miʃkavnɔ piʒəm vaən.

7. Kəʒ kagaɓs uʃkətəs ʃaʃasə mu vɔlas livo zoz vɔlas, tɔ sija kolə vilɔʃ miʃkavnɔ.

8. Medvɔ beregitnɔ guttez sogja dozzez, paɲvekər, pustɔska, ɲaɲa, kolə viznɔ nijə kaʃtəmən ʃoʃkom ʃɔskətə i vɔd pora vizan oʒas piʒətɔn vaɔn ɲeto gɔvjavnɔ piʒəm vaən.

9. Vɔdəs ɲaɲ krəskiez ɲeto mədik ʃojan torrez pɔzan vɔliʃ, lavicʃez vɔliʃ i zozis, ʃojəm vərʃaɲas kolə vɔeɔmik ʃɔskɔnɔ.

10. Oz kov kaʃtɔnɔ kagasə. Zar poraas paʃtətɔnɔ toko ətik jərnəsokə, livo sovʃem kusən kolnɔ, ətik pəlɔnkaən kaʃtɔstəmən kokkez koləsətɔʃis. Seteəm kokɲi paʃkəmʃaɲ kagaɓs oz verɔnɔ nadur sonavnɔ.

11. Kolə kagasə vizn̄ь ətəryn̄ kuz̄ lun̄ şvezəj ruyn̄, nom̄ sogjā ənən̄ vevt̄əmən̄.

12. Ojnas̄ əşynsə̄ n̄eto fortoçkasə̄ kolə vizn̄ь oştən̄.

13. Oz̄ kov̄ lezn̄ь kagasə̄ k̄yskasn̄ь n̄aţəş zoz̄ kuzā.

14. Zar̄ poraas̄ çastoz̄yk̄ kolə kagasə̄ juktavn̄ь, ranokiş̄ udəmən̄ sajkətəm̄ pižəm̄ vā sakartəḡ.

15. Kagasə̄ kolə̄ kupajtn̄ь v̄yd̄ lun̄.

S̄ь pondā, medv̄ь enijā viştaləm̄ şərtī burz̄ykā mezdişn̄ь gozsā m̄yt̄ sogjā, kolə̄ p̄yrt̄n̄ь n̄ē tokō mam̄b̄ь sozn̄aŋnoəz̄, nō ī kolxozn̄iklə̄ ī kolxozn̄ičalə̄. Etā pondā jaşliez̄b̄ь suç̄ dolzonoş̄ nuət̄n̄ь izsə̄ kolxozn̄əj̄ oŋirkət̄, tovkujtn̄ь n̄ylə̄ znaçen̄nosə̄ v̄yd̄ praviloiş̄ ī viştavn̄ь k̄b̄z̄ sijā p̄yrt̄n̄ь olanə̄.

Pervoj̄əā otsət̄ kagalə̄ m̄yt̄ soḡ kutçişikə̄

Vaz̄ olan̄yn̄ çerevn̄āyn̄, kər̄ kagāb̄s̄ pondas̄ vişn̄ь m̄yt̄ sognas̄, vitçişisə̄, „novdū aşyn̄ liç̄ lezas̄“. S̄v̄əḡyn̄ as̄ mozn̄an̄b̄ь kutçişlisə̄ leçit̄n̄ь kagasə̄. Novjət̄lisə̄ viçkuə̄ „priçaşsō dorə̄“ ī kər̄ kagāb̄s̄ kuvn̄ь-ŋī m̄ədə̄, sek̄ nuət̄lisə̄ doktur̄ d̄b̄nə̄.

Kuvtəz loəm kagasə, mikrovveznas zarazi-
təmsə i nekodaşaləm organizmnas, kəŭ kbeəm
doktur oz ni verim̄ lovzətn̄. Šogsə kolə
pondətçəmşan-zə kutn̄ ŷeçitn̄—da m̄ççavn̄
dokturlə.

M̄t-şək̄t sog, sija vermas kuim lunən vij-
n̄ kagasə. V̄d minut̄s dona i kagaɣslə kolə
otsavn̄ esə doktur̄slə m̄ççavtəz.

Pervojša otsaləməs m̄t sog poraas—šetn̄ soç-
çišn̄ zevdəglə da kiskaezlə. Mijə tədām-ni,
sto şojan-puan organnezas munə ыз̄t uz şojan-
sə puikə. Kolə mezdn̄ zevdəgsə i kiskaezsə
uzsis—dugd̄n̄ šetn̄ kagaɣslə şojn̄, aş eɣ-
jal̄stə 6-12 ças m̄mda. Eɣnas vištən ne
toko ne šetn̄ məs jəvsə, no i mam̄sliş moros-
sə: kolə toko juktavn̄ sija sajkətəm puəm va-
ən sakartəg.

Juktavn̄ nevnaən, no eəka, medv̄ eɣja-
likas juis ne jeeaz̄k k̄k stokaŋša va. Juktav-
n̄ rozə paŋponiş i paŋa-poniş, medv̄ toko
kagaɣ juis. Vasə kolə ozlan̄ sajkət̄n̄: Kištə-
n̄ pižəm va v̄eəma mişkaləm dozjə kuksunə
ŷivo vit̄vkaə i suvtətətn̄ l̄m v̄lə. Eta kos-
ta vura şleđitn̄, med-v̄ pižəm vaas ez şur
uŷ va.

Vişan kagasə nem povjət̄n̄ ki v̄l̄n̄. Sija

kolə vottətñ səstəm olpaş vylə, oşñ əssəñnez, medv̄ s̄ylə kokñit̄z̄yk vəli lolavn̄, livo petkət-
n̄ ətərə sonđi saǰə i vevt̄t̄n̄ guttez sogja. Kaǰt̄n̄ oz kov. K̄b̄z kagāslən sajkalisə kok-
kez̄s, kolə niǰə sont̄n̄ grelkaən. Grelkatujə
vermas lon̄ v̄d səstəm vut̄vka, kədiǰa t̄r-
təm son̄t vaən i v̄eəma tupjaləm. Grelkasə
suç kolə pukt̄n̄ səvras vevdəras. Kuçik̄s
kagāslən nar i kazavtəǰ verman kagasə sot̄n̄.

12 ças m̄m̄da eǰǰaləm v̄rti kolə ñevnoç-
kaən pondət̄ç̄n̄ verd̄n̄.

Me bur şojan̄s—mam jəv. Şog kagās-
lə moros jəvsə kolə şet̄n̄ ñe ñimətəmən, a
ozlañ rustəmə i sajkətəmə—pañsañ—v̄d k̄k
ças v̄rti—k̄k çajnəǰ pañ. K̄b̄z kagās moros
berdiş çəvtəm-ñi to jəvsə kolə kor̄n̄ m̄dik
zdoorovəǰ ñimaşan kaga mamliş. V̄d vezərtiş
mam̄slə kolə t̄dn̄, sto **mam jəls medbur**
lekarsvo m̄t sog poraas i s̄şan ñevnoçka-
şanas, k̄b̄z 0,5-1 stokan jəliş eəka vişşə olan-
s̄ kagāslən. Sijən ñek̄eəm mam̄lə oz kov ət-
kazit̄n̄ moros jəv̄sis sog kagās ponda. K̄b̄z
ez udaçç̄ az̄z̄n̄ mam̄ jəvsə, kolə voşn̄, m̄s
jəv kədaiş voştəm nək səri kişərt̄n̄ sijə pişəm
vaən, **pişət̄n̄**, sajkət̄n̄ i şetavn̄ siş-zə, k̄b̄z
i mam̄ jəvsə.

Kaga verdan kolasas jāvnaš, kolə mьmда kolə juktavнь vaən. Sek-zə kolə kagasə mьс-савнь dokturlə, a kьз sija avu, peļsərlə i ņem ņe kernь нь vištavtəg.

Kurajtnь kagasə mьt sog poraas ņe toko pozə, **no i kolə**. Mьt sitšan, vermasə sogmьнь ņoļzəminnez, kədiјə lečitнь šəkьtzьk, beregit-сəmšan. Šuс kolə dozirajtnь, med-vь kagaьs ez kujļь vaьn i ņaṭьn. Lakəšməm peļonkaezsə oz kov сарkavнь zozə. Kolə sek-zə teснь niјə i kranitнь miškavtəz **vevta** vedraьn, livo vakьn, mədņoz vermasə gutteļs vuzətnь zarazasə mədik kagalə. Vьd kaga miššətəm vəгьn i lakəš peļonkaez verdə pavkətсəm vəгьn, kolə burзьka miššətнь kiez, mədņoz pozas ņaṭəš kiezən vuzətnь zarazasə asļьt i mədiklə.

Ušpesnəja gozša kaga mьt sogьskət peš-səmbьs loə peššəmən ņe toko сintəm ponda kaga kuləmsə, no i uz buršətəm ponda, kolxozņiсališ uz leptəm ponda i xozajsvenno-orga-ņizacionno kolxoz zorətəm ponda.

Цена 20 коп.

А. И. ДОБРОХОТОВА
„Как уберечь детей от летних
попосов“.
Перевод на Коми (пермяцкий)
язык под редакцией
ЗУБОВА С. Ф.

Редактор С. Ф. Зубов

Выпускающий И. РАДОСТЕВ

Окрлит № 387 Заказ №943 Тираж 5000 экз. Сдано в набор
7/VII-34 г. Подписано к печати 11/VII-34 г. Печатных листов 1

Кудымкарская типография „Свердполиграф“