



6 августа 2020 г.

Пресс-релиз

## Финансовое самочувствие владимирцев, его связь с рационом питания и состоянием здоровья



*Фото Бориса Пучкова*

Каждая семья, каждый человек уникальны. У каждого своя жизнь, свои доходы, приоритеты, пристрастия, свой рацион питания и т.д. Мы не жалея слов, много и часто рассуждаем на эти темы. Тем не менее, для всех этих понятий у статистиков есть цифровые измерители. Возможно, они не столь хороши, как нам хотелось бы, но они существуют, а процесс по их совершенствованию идет непрерывно.

Предметом сегодняшнего анализа станет динамика величины прожиточного минимума (ВПМ) и самые важнейшие компоненты нашей жизни, напрямую влияющие на ее качество - питание и здоровье.

Рост экономики сегодня - важнейшая задача. От того, насколько качественно и какими темпами будет идти её развитие, напрямую зависит наше благосостояние и снижение уровня бедности.

О наличии бедности открыто заговорили с начала 90-х годов. Из-за высокой инфляции, усиления дифференциации денежных доходов населения, роста безработицы набирал обороты процесс расслоения общества и вместе с тем обеднения значительной части населения. Возникла необходимость в социальном стандарте. Им стал прожиточный минимум. До 1992 г. понятия "прожиточный минимум" не существовало. Критерием оценки этого показателя был минимальный размер заработной платы (70 руб.).

## ***Кем и как рассчитывается прожиточный минимум***

У величины прожиточного минимума есть много определений. Если говорить совсем просто - это достаточная сумма денег для возможности нормального жизнеобеспечения.

Разработка и применение этого показателя обосновано солидной федеральной и региональной законодательной базой. На региональном уровне показатель прожиточного минимума применяется:

- для оценки уровня жизни населения при разработке и реализации региональных социальных программ;
- оказания необходимой государственной социальной помощи малоимущим гражданам;
- формирования бюджетов и других целей.

Разрабатывает данный показатель Департамент по труду и занятости населения администрации Владимирской области на основании статистических данных об уровне потребительских цен на продукты питания и индексах потребительских цен на продукты питания, непродовольственные товары и услуги, ежемесячно представляемых Владимирстатом.

Величина прожиточного минимума устанавливается по результатам прошедшего квартального периода. Исчисляется она в рублях в месяц на душу населения в целом, а также с разбивкой на трудоспособное население, пенсионеров и детей. Основанием расчета служит потребительская корзина, в состав которой входят:

- продовольственные товары (хлебобулочные и макаронные изделия, крупы, картофель, овощи, мясные и рыбные продукты, молоко и молочные продукты, яйца, масло и т.д.);
- непродовольственные товары (одежда, обувь, белье, предметы гигиены, лекарства);
- услуги (жилищно-коммунальные, транспорт, связь, медицина и т.д.).

### ***Структура прожиточного минимума***

Самая большая часть потребительской корзины (примерно 50 процентов) приходится на минимальный набор продуктов питания, остальное примерно поровну делится между непродовольственными товарами и услугами.

Помимо потребительской корзины при расчете прожиточного минимума учитываются расходы на обязательные платежи и сборы. Этот расчет ведется только для трудоспособного населения, в их состав включается налог на доходы физических лиц.

### ***Динамика прожиточного уровня***

Для российской экономики характерна инфляция, что приводит к подвижкам средних величин прожиточных минимумов (изменяются индексы потребительских цен на продукты питания, товары и услуги, входящие в состав потребительской корзины).

Поквартальная динамика ВПМ носит сезонный характер: растет в первом и втором кварталах, когда устремляются вверх цены на продукты, и уменьшается в третьем и четвертом кварталах после уборки урожая. Такая

ситуация – сложившаяся практика. С другой стороны, в пределах четвертого квартала возможны и более краткосрочные колебания: квартал еще не закончился, а к новогодним праздникам продукты уже подорожали.

Для полноты картины вспомним, например, далекий 2013 год, тогда годовой ПМ на душу населения Владимирской области составлял 6920 рублей, к 2020 году его значение увеличилось в 1,5 раза, а во 2 квартале 2020 г. составили **11093 рубля**.

По сравнению с 1 кварталом 2020 г. величина прожиточного минимума возросла для всего населения и для трудоспособного - на 7,9%, для пенсионеров - на 8,8%, для детей - на 7,5%.

Любопытно взглянуть на динамику составных частей утвержденного за 2 квартал 2020 года прожиточного минимума. Стоимость продуктов питания в потребительской корзине достигла 5254 рубля (рост на 8,2%), расходы на непродовольственные товары – 2571 рубль (рост на 7,8%), оплата услуг – 2566 рублей (рост на 7,5%), расходы по обязательным платежам и сборам – 702 рубля (рост на 8,3%).

Впрочем, за последние четыре года величина прожиточного минимума растёт не так быстро. Самый высокий темп прироста отмечается в 2015 году (20,3%) по отношению к 2014 году, самый низкий – в 2018 году (1,3%). Однако у показателя было и снижение. В 2016 году, единственный раз с момента расчета, его значение снизилось по сравнению с предыдущим годом на 0,8%. Аналогичные изменения происходили во всех демографических группах населения.

### ***Прожиточный минимум как критерий порога бедности***

Прожиточный минимум определяет социальную политику государства в части финансовых обязательств. В многоуровневой системе социальных гарантий, предоставляемых государством населению, он стал своеобразным краеугольным камнем. Именно этот показатель берут за основу расчета государственного бюджета страны и местных бюджетов на предстоящий год. На его основе назначают доплаты к пенсии, зарплаты, стипендии, пособия.

Получается, чем выше в государстве численность населения, имеющего доходы выше прожиточного минимума, тем оно благополучнее в экономическом смысле. Перефразируя известную поговорку можно сформулировать актуальный лозунг: "Скажи мне, какой у вас в стране прожиточный минимум, и я скажу, насколько сильна ваша экономика".

Все семьи в Российской Федерации имеют разный уровень доходов. У кого-то дела идут успешно, кто-то имеет небольшой достаток, а кто-то едва сводит концы с концами и нуждается в поддержке государства. Официально претендовать на получение адресной социальной помощи могут семьи, имеющие среднедушевой доход ниже прожиточного минимума. Они относятся к категории бедных.

Однако существует и так называемая неформальная бедность, когда уровень среднедушевого дохода превышает планку прожиточного минимума всего лишь, к примеру, на пятьдесят или семьдесят рублей. Эти семьи официально не попадают в категорию малообеспеченных. Но и к среднему классу таких людей не причислишь. На совершенствование подхода

констатации «бедности» обращает внимание и Президент и Правительство РФ. В последнее время мы видим, что за точку отсчета при назначении мер поддержки берется и полтора, и два прожиточных минимума.

### ***Кого и как поддерживают во Владимирской области***

По состоянию на 31 декабря 2019 г. за счет средств консолидированного бюджета Владимирской области меры социальной поддержки в форме регулярных денежных выплат получали 54,5 тысячи семей с детьми, 45,7 тысячи детей из отдельных категорий семей, около 45,4 тысячи малоимущих граждан, 4,8 тысячи беременных женщин.

Единовременные денежные выплаты получили 11,2 тысячи малоимущих граждан, 0,8 тысячи семей с детьми, 18 детей из отдельных категорий семей.

### ***Десятые в ЦФО***

Величина прожиточного минимума у каждого региона своя. Например, среди регионов ЦФО за 1 квартал 2020 года минимальный показатель был у Воронежской области (8894 рубля на человека в месяц), максимальный - у жителей Москвы (17129 рублей). Владимирская область в этом ряду занимает 10 место из 18 территорий (**10280 рублей**).

### ***Прожиточный минимум как индикатор качества жизни***

Для оценки состояния и тенденции развития страны и регионов органам государственной статистики на основании величины прожиточного минимума поручено осуществлять расчет большого количества важных показателей.

Например, уровня бедности (численность населения с денежными доходами ниже величины прожиточного минимума соотносится к общей численности населения). В настоящее время в нашем регионе его величина 12,5%.

Очень показательны соотношения величины прожиточного минимума и основных показателей, характеризующих денежные доходы населения: среднедушевых доходов, среднемесячной номинальной начисленной заработной платы, среднего размера назначенных месячных пенсий, а также размеров основных социальных гарантий, установленных законодательством Российской Федерации.

### ***Номинальные среднедушевые денежные доходы населения***

Начиная с 2016 по 2018 год номинальные среднедушевые денежные доходы населения четкой динамикой не отличались: то увеличивались, то сокращались. За 2019 год они увеличились по сравнению с 2018 годом на 9,3% и составили **25738 рублей в месяц**. Это меньше, чем по России (35249 рублей) и по ЦФО (46917 рублей).

### ***Поднялись на одно место выше***

Исторически сложилось, что по доходам на душу населения Владимирская область занимала последнее место в ЦФО, в 2019 году – предпоследнее. Ниже нашего показатель у Костромской области. Таким образом, **по покупательной способности** среднедушевых денежных доходов населения, где товарным эквивалентом выступает величина прожиточного минимума, **и Владимирская, и Костромская области имеют минимальные значения – 248,9% и 243,4% (РФ – 323,7%)**.

### ***Реальные располагаемые денежные доходы (относительный***

*показатель с учетом индекса потребительских цен, за период, в %)*

Динамика реальных располагаемых денежных доходов в последние годы вызывала много тревог. Доходы владимирцев падали в 2014 году (на 2,8%), в 2016 году (на 8,4%), в 2018 году (на 4,7%). Положительные подвижки принес 2019 год – рост 3,3%. Однако из-за глубокого пике в предыдущие годы ситуация кардинально не изменилась. Реальные располагаемые доходы владимирцев по итогам прошлого года оставались ниже уровня 2013 года на 8,7% (РФ – на 7,4%).

#### **Номинальная начисленная заработная плата**

По начисленной заработной плате за 2019 год среди регионов ЦФО мы находимся на 12 месте со значением 33 076 рублей в месяц.

Самый высокий показатель у г. Москва (94294 рубля) и Московской области (55555 рублей). Самая низкая заработная плата в Ивановской (27553 рубля) и Тамбовской (28697 рублей) областях.

*Реальная заработная плата (относительный показатель с учетом индекса потребительских цен, за период, в %)*

Реальная заработная плата работающих владимирцев в 2019 году увеличилась по сравнению с 2018 годом на 3,5%. Трехгодичное падение заработной платы в 2014-2016 годах было компенсировано ростом реальной заработной платы в последующие годы: в 2017 г. - 103,6%, в 2018 - 109,9%, в 2019 г. - 103,5%.

#### **Уровень бедности**

Последние четыре года происходит ежегодное снижение численности населения с доходами ниже величины прожиточного минимума. Данный показатель снизился с 207,1 тыс. человек в 2015 году до 171,4 тыс. человек в 2019 году, а удельный вес данной категории граждан в общей численности населения (уровень бедности) – с 14,7% до 12,5% (в РФ соответственно с 13,4% до 12,3%).

За 2019 год по предварительным данным число владимирцев, живущих на доходы ниже величины прожиточного минимума, сократилось на 9,2 тысячи, а уровень бедности - на 0,6 п.п.

Среди регионов ЦФО по уровню бедности в прошлом году 33 регион находился на 12 месте. Выше этот показатель был в 6 регионах: Костромская область (12,6%), Рязанская (12,7%), Орловская (13,7%), Брянская (13,8%), Ивановская (14,2%) и Смоленская область (16,3%). Минимальное значение уровня бедности наблюдается в Москве (6,6%) и Московской области (7,3%). Им "наступает на пятки" Белгородская область (7,7%).

Одной из национальных целей развития страны, поставленных в майском указе Президента РФ, стало двукратное снижение уровня бедности к 2024 году. Таким образом, перед Правительством РФ стоит задача сократить уровень бедности до 6,6%.

#### **Влияние пандемии на финансовое самочувствие владимирцев**

Однако планы Правительства РФ могут быть нарушены в связи с мировым кризисом, вызванным коронавирусом, который может серьезно отразиться на жизни людей. Под угрозой оказались наработанные за предыдущие десятилетия достижения в области сокращения бедности и

обеспечения занятости нашего населения.

Часть населения лишилась работы, у многих снизились доходы. В значительном числе домохозяйств материальных ресурсов станет меньше. При этом государство заметно расширило финансовую поддержку пострадавшим видам деятельности и в значительной мере непосредственно населения, особенно семей с детьми. Это способствует частичной компенсации негативных экономических эффектов.

Потеря в зарплате сильнее всего отражается на бедных, так как даже небольшое снижение заставляет отказываться от базовых трат. Кроме того, люди с низким доходом имеют крайне ограниченные возможности для формирования накоплений, соответственно, у них нет сбережений на "черный день".

Итоги 1 квартала не настолько печальны, как предвещали эксперты. Объяснить это можно тем, что период самоизоляции во время пандемии начался за неделю до конца квартала и это мало повлияло на итоги.

**Среднедушевые денежные доходы** в 1 квартале 2020 г. составили **23679 рублей в месяц** и увеличились по сравнению с соответствующим периодом прошлого года на **4,6%**.

**Реальные денежные доходы и реальные располагаемые денежные доходы** в 1 квартале 2020 г. относительно аналогичного периода предыдущего года увеличились соответственно на **1,7%** и **1,4%**, но оказались ниже годовых темпов роста.

**Покупательная способность денежных доходов** населения в 1 квартале 2020 года составила 230,3% против 221,9% в 1 квартале 2019 года. Рост данного показателя объясняется тем, что доходы населения росли большими темпами (рост на 4,6%), чем величина прожиточного минимума (на 0,7%).

По сравнению с 1 кварталом 2019 года увеличилась **покупательная способность как начисленной заработной платы** (с 271,2% до 291,7%), так и среднего размера назначенных пенсий (с 161,4% до 170,5%).

Темп роста **среднемесячной начисленной заработной платы в реальном выражении** в 1 квартале 2020 года против аналогичного периода прошлого года составил 105,9 % (в 1 квартале 2019 года – 99,2%).

**Средний размер назначенных месячных пенсий** по состоянию на 1 апреля 2020 года составил 14756,4 рубля и был выше соответствующего периода 2019 года в реальном выражении (т.е. с учетом индекса потребительских цен) на 2,9%.

**Об опубликовании информации о величине прожиточного минимума**

Согласно установленному порядку официальная статистическая информация о величине прожиточного минимума публикуется ежеквартально на сайте Росстата и на сайтах территориальных органов государственной статистики.

## **За цифрами жизнь**

### ***Привычка - замена счастью?***

Все согласятся, что социальный статус и уровень доходов формирует жизненные стандарты. За плечами статистиков результаты многочисленных

наблюдений социально-демографической сферы. В контексте сегодняшнего анализа было бы интересно обратить внимание на связь уровня денежного дохода человека и его пищевого поведения.

Не так давно в 2018 году Росстат проводил Выборочное наблюдение рациона питания населения. Ответы респонденты давали на основе самооценки. Посмотрим насколько калорийно, разнообразно и сбалансированно было питание владимирцев, попытаемся проследить связь между погрешностями рациона и состоянием здоровья.

В пользу объективности полученных результатов скажем, хоть состав питания и зависит от индивидуальных особенностей (таких как возраст, пол, образ жизни и степень физической активности), имеющих местных продуктов и обычаев. Однако основные принципы здорового питания остаются одинаковыми.

А в качестве исходного объективного показателя при констатации здоровья использовалось отклонение от физического благополучия: наличие установленного диагноза какого-либо заболевания, прохождение лечения в амбулаторных или стационарных условиях и др.

### ***Притяжение «общепита»***

Начнем с питания вне дома. Можно ли считать, что общепит наше все? Ответ отрицательный: наблюдение показало, что подавляющее большинство владимирцев (70%) заведения общепита не посещали. А что остальные 30%? Много ли среди них завсегдатаев?

Вначале о ресторанах и кафе. Ежедневно или раз в неделю в них питаются примерно 2 человека из 100, несколько раз в месяц 8 из 100, каждый пятый посещал кафе и рестораны всего раз в месяц или и того реже. А большинство предпочитает, видимо, домашнюю кухню.

В ряду общепита находятся и пиццерии с Макдоналдсами. Статистика визитов сюда похожая. Большинство жителей региона не очень любят такие заведения: ежедневно сюда приходит лишь 1 человек из 100. В то же время 8 из 100 признались, что несколько раз в месяц им не удается побороть желание заглянуть за гостеприимные двери. Один раз в месяц или того реже забегает в такие места пятая часть населения.

### ***Сколько владимирцев за «правильные продукты»?***

Обратимся к вкусовым предпочтениям земляков. Например, что у нас с потреблением круп, риса, макаронных изделий и каш. Цифры порадовали: эти продукты входят в ежедневный рацион питания подавляющего большинства владимирцев (93%). Несколько раз в месяц приготовить их могут 6 из 100 человек. Не включают эти продукты в свой рацион или едят всего один раз в месяц по 0,4% владимирцев.

### ***«Ешь морковь, лук да хрен, будешь как Софи Лорен!...»***

Исследуем потребление фруктов и овощей. Свежие овощи (включая отварные и тушеные без картофеля) пользуются заслуженной популярностью. Их ежедневно содержит рацион 74% жителей области, по несколько раз в

месяц овощи потребляет почти четверть населения (24%). В то же время остается большим и число игнорирующих пользу овощей. У 2-х человек из 100 эти дары природы появляются на столе один раз в месяц или еще реже.

### **«Кому апельсинчики, кому мандаринчики...»**

Польза фруктов, прежде всего, заключается в высоком содержании полезной клетчатки, фруктозы, растительного белка, пектина, фруктовых кислот. Это знают 57% владимирцев, поэтому каждый день или несколько раз в неделю включают свежие фрукты в свой рацион. Несколько раз в месяц фрукты потребляет 34%. Есть и такие, кто вспоминает о них один раз в месяц (7%).

### **Вкусный «яд»**

Каждый из нас хоть раз пробовал вредную еду, к которым диетологи относят, например, **продукты быстрого приготовления** (каши, лапшу, картофельное пюре и т.п.). Случается это обычно в походных условиях, в период студенческой жизни и т.д. В то же время в окружении каждого из нас, наверняка, найдутся люди, явно зависящие от этих продуктов. Такая же зависимость есть и у 2% «неразборчивых» владимирцев - они едят продукты быстрого приготовления каждый день. Радует то, что подавляющее большинство земляков (80%) не употребляет их. В то же время 7% владимирцев признались, что окончательно отказаться от продуктов быстрого приготовления они не могут и едят их несколько раз в месяц.

### **Сладкий плен**

А что насчет сладкого, например, **пирожных и тортиков**? Вот она, наша «ахиллесова пята». Ежедневно или несколько раз в неделю они на столе у 5% жителей области. Несколько раз в месяц балуют себя тортиками и пирожными 27% земляков, а 49% ответили, что могут приобрести лакомство один раз в месяц.

Диетологи утверждают, что сахар - это белая смерть, поэтому рекомендуют сократить его потребление. Но отказаться от сладкого мало у кого получается. Доля тех, кто лакомится **шоколадками и конфетами** ежедневно или несколько раз в неделю? *месяц?* примерно одинакова – немногим более 33%.

Однако 23% владимирцев тягу к сладкому победили: они едят шоколад и конфеты всего один раз в месяц или того реже. Счастливчики!

### **За всё нужно платить**

Как видим, значительная часть населения региона старается придерживаться «правильного» питания, многие исключают из своего рациона продукты, содержащие сахар, усилители вкуса, красители и т.д. Это значит, мы хотим быть здоровыми!

Но насколько у нас это получается? Статистики знают ответ и на это. Судя по загруженности наших поликлиник, больных людей меньше не становится. Примерно треть жителей Владимирской области (28%) рассказали



о том, что страдают повышенным артериальным давлением. Страх многих сладкоежек – диабет. Эта болезнь есть у 7 из 100 наших земляков. Наличие высокого уровня холестерина также подтвердили 6% владимирцев.

Еще больше подробностей о нашем рационе питания, в том числе в гендерном разрезе, можно найти на сайте Владимирстата по ссылке: <https://vladimirstat.gks.ru/folder/34419>

### ***О здоровье много не бывает... Оправданный интерес***

Интерес к теме здоровья, в том числе и в рамках статистических наблюдений оправдан. Самый большой багаж информации собирается во время проведения Выборочного наблюдения состояния здоровья населения, второй раунд которого пройдет по всей стране с 5 августа по 1 сентября. К визитам в 648 домохозяйств жителей самых разных муниципалитетов Владимирстат подготовил 24 интервьюера.

Программа обследования обширна. Основные вопросы, на которые предстоит ответить взрослым респондентам, касаются питания, социального самочувствия, физической активности, вредных привычек и др.

Полной картина состояния здоровья станет благодаря увязке полученной информации с социальными и демографическими характеристиками респондентов: возрастом, образованием, брачными отношениями, занятостью и т.д.

Для детей и подростков в возрасте до 15 лет есть свой опросник. Сбор информации о них осуществляется со слов родителей или опекунов. □Для точности «эксперимента» интервьюеры проведут измерения респондента (рост и вес) с использованием измерительных приборов.

Как всегда при визите в домохозяйство интервьюер предъявит специальное удостоверение и паспорт. При себе у него будет планшет, письменные принадлежности и сумка с логотипом «РОССТАТ».

Размеры выборки позволят распространить полученные данные на все население региона. Ждать результатов недолго: публикация запланирована на Интернет-ресурсах Росстата на конец 2020 года.

**Об уникальности собранных сведений можно судить по итогам первого раунда этого наблюдения (за 2019 год).** Благодаря анализу полученных результатов Росстат рассчитал ряд показателей для мониторинга национального проекта «Демография».

### ***Ожидаемая продолжительность ЗДОРОВОЙ жизни***

Ожидаемая продолжительность здоровой жизни россиян составила в 2019 году 60,3 года. Среди субъектов ЦФО самый высокий показатель получен по г. Москве – 65,1 года. Во Владимирской области - **58,6 года и это 8 место** после г. Москвы, Московской, Калужской, Костромской, Ярославской, Курской и Тульской областей.

Самый низкий показатель по России у жителей Чукотки – 49,1 года, самый высокий – 67,2 года в Республике Ингушетия. В тройку лидеров по ожидаемой продолжительности здоровой жизни помимо Ингушетии также

вошли: Дагестан – 66,2 года и Чечня – 66,1 года.

Следом за Чукоткой в ранжире с наименьшими показателями стоят: Еврейская автономная область – 53 года, Брянская, Орловская области и Ненецкий автономный округ - 55,7 года.

### ***Доля граждан, ведущих здоровый образ жизни***

Этот показатель рассчитан для лиц в возрасте 15 лет и более по определенным критериям. В зависимости от их соблюдения была определена численность владимирцев, с **высокой и удовлетворительной** приверженностью к ЗОЖ. Какие же критерии были взяты за основу?

Люди с высокой степенью приверженности здоровому образу жизни:

- не курили,
- в нормальном количестве потребляли соль,
- ежедневно потребляли овощи и фрукты на уровне 400 г. и выше,
- систематически занимались спортом или физкультурой (не менее 150 мин. умеренной или 75 мин. интенсивной физической нагрузки в неделю),
- не имели пагубного влечения к алкоголю (не более 168 грамм чистого этанола в неделю для мужчин и не более 84 грамм - для женщин).

Если человек соблюдал только 3 из этих 4-х компонентов, он был отнесен к категории с **удовлетворительной** приверженностью к ЗОЖ.

### ***Они говорят ЗОЖ - ДА!***

По итогам Выборочного наблюдения в Российской Федерации 50% граждан вели здоровый образ жизни, в том числе 12% с высокой приверженностью ЗОЖ, 38% имели удовлетворительную приверженность.

**Доля владимирцев, ведущих здоровый образ жизни (высокая приверженность) равна 16,9%.** На фоне ЦФО – это достаточно хороший показатель. Регион занимает **четвертое место** после Воронежской (24,2%), Рязанской (18,8%) и Ивановской (17%) областей.

Если смотреть по России, больше всего таких людей зафиксировано в Ингушетии - 48,8%. На втором месте Крым с 29,2%, на третьем - Адыгея с 28,8%. В пятерку лидеров по ЗОЖ также вошли Чувашия (24,7%) и Воронежская область (24,2%). У Москвы этот показатель составляет 8,8%.

**В аутсайдерах** по количеству населения, которое придерживается ЗОЖ, Чукотский автономный округ (0,4%). Тыва (1,1%), Ненецкий автономный округ (2,1%), Хабаровский край (2,2%) и Забайкальский край (3,3%). Чуть выше показатель в Ямало-Ненецком автономной округе (3,9%), Республике Северная Осетия-Алания (3,9%), Калужской (4,0%), Сахалинской (4,0%) областях.

**Прогноз:** Согласно рассчитанным прогнозным данным к 2020 году доля владимирцев, ведущих здоровый образ жизни, возрастет до 18,5%, а к 2021 году до 20,1%. Насколько оправдаются прогнозы, узнаем уже скоро.

### ***Если Вы в своей квартире - лягте на пол, три,-четыре***

В заключение, обратим внимание на физическую активность. Речь идет о показателе «Доля граждан, систематически занимающихся физкультурой и

спортом (для лиц в возрасте 3 – 79 лет)». Здесь нас ждут замечательные цифры: среди субъектов ЦФО

**Владимирская область находится в тройке победителей и занимает почетное третье место (27,7%), золото у Тверской области (28,9%), серебро - г. Москва (27,8%).**

#### Параметры двигательного режима в неделю:

Возраст, лет	Временной двигательный объем
3-5 лет	75 мин/неделю
6-15 лет	90 мин/неделю
16-29 лет	125 мин/неделю
30-59 лет	115 мин/неделю
60-79 лет	90 мин/неделю

В целом среди россиян доля систематически занимающихся физкультурой и спортом, составила 27,5%, (30,6% - мужчины и 24,8% - женщины).

Чаще всего таких людей можно встретить в Республике Мордовия (48,9%), Удмуртской Республике (48,8%), Республиках Коми (43,9%), Тыва (43,0%) и Алтай (42,1%).

Наш обзор, наполненный откровениями владимирцев об отношении к рациону питания, к своему здоровью и здоровью своих детей, не мог не убедить вас в важности зрелого и взвешенного отношения к жизни.

Дружите со статистикой, не отказывайтесь от встречи с интервьюерами. Время бежит, меняя все вокруг, в том числе и нас. Из моря ваших ответов будет составлен новый портрет жителя Владимирской области. Это важно нам, опыт поколений важен и нашим потомкам.

Солдатова Наталья Михайловна,  
специалист Владимирстата  
по взаимодействию со СМИ  
тел. +7(4922) 773041, 773042 доб. 0402,  
моб. +7 9307408865

mailto: [P33\\_nsoldatova@gks.ru](mailto:P33_nsoldatova@gks.ru)

<https://vladimirstat.gks.ru>

Владимирстат в социальных сетях:

<https://www.facebook.com/profile.php?id=100032943192933>

<https://vk.com/public176417789>

<https://ok.ru/profile/592707677206>

<https://www.instagram.com/vladimirstat33/?hl=ru>

При использовании материалов Территориального органа Федеральной службы государственной статистики по Владимирской области в официальных, учебных или аучных документах, а также в средствах массовой информации ссылка на источник обязательна