

В честь борцов с тоской и пессимизмом учрежден ежегодный праздник – **27 февраля отмечается День оптимиста**. Оптимисты легче относятся к временным проблемам и глобальным сложностям, находя позитивные моменты во всех ситуациях. Они проще справляются с неудачами, а это серьезный и полезный навык, который оберегает организм от опаснейшего врага – стресса, провоцирующего возникновение многих заболеваний.

Тем, кто видит все вокруг в «серых тонах», стоит в этот праздник попробовать «увидеть солнце сквозь тучи», взглянуть на мир новыми глазами. Проведите этот день с улыбкой на лице, порадитесь новому дню, замечайте только хорошее. И помните, что мир принадлежит оптимистам, пессимисты – всего лишь зрители (*Франсуа Гизо*).

Четвертый выпуск «Статистической девятки» посвящен как раз тем самым оптимистам, кто с надеждой смотрит в будущее. Он подготовлен по итогам проведенных обследований населения по социально-демографическим проблемам.



Оптимисты в Пермском крае ^{*)}

1. Оптимист всегда смотрит на жизнь и на окружающую действительность с положительной точки зрения. Так 9 из 10 жителей Пермского края устраивает район своего проживания, а на отсутствие каких-либо проблем, связанных с условиями проживания в своем районе, указал каждый пятый житель Прикамья. Оптимист всегда верит, что с ним не может произойти ничего опасного и страшного. Чувствуют себя совершенно безопасно в темное время суток на улице в своем населенном пункте (районе проживания) 18,5% жителей Пермского края, в том числе 11,5% женщин и 27,2% мужчин (по России этот показатель несколько выше – 25,5%).

2. Для оптимиста, дом – это ощущения защиты, уюта и благополучия. Десятая часть всех семей Прикамья оценили состояние своего жилого помещения как отличное, и это 7 место среди регионов РФ. Две трети семей устраивают жилищные условия в целом.

3. Оптимисты полны энергии, и вместо того, чтобы ждать чуда, всегда действуют и что-то предпринимают. Жители Пермского края замыкают пятерку регионов РФ по доле населения с активной жизненной позицией – 9,1% населения являются членами общественных, добровольных

или благотворительных организаций и движений: 7,2% мужчин и 10,5% женщин. В среднем по России этот показатель составил 4,8%, по ПФО – 5,9%.

4. На работе мы проводим большую часть своей жизни. Каждому из нас надо сделать все возможное, чтобы трудовая деятельность приносила удовлетворение, тогда и жизнь в целом будет в радость. Почти 35% работающих жителей Пермского края указали, что не испытывают на своей основной работе нервного напряжения и стрессов. В среднем по стране этот показатель составил 30,5%, и наш край занял 22 место в рейтинге регионов РФ и 5-е в ПФО (средний показатель 30,7%). Вполне удовлетворены своим заработком 36,3% работающих жителей края. В среднем по Российской Федерации этот показатель составил 37,4%, по ПФО – 38,8%.

5. Оптимист умеет принимать и любить себя таким, какой он есть, с юмором относиться к своим недостаткам. Следуя современному течению «бодипозитива», 53,6% жителей региона в возрасте старше 19 лет, имеющих избыточную массу тела, оптимистично считают свой вес нормальным. В среднем по РФ показатель составил 63,4%.

6. Чтобы уметь решать проблемы, необходимо отлично себя чувствовать, внимательно относиться к своей жизни и собственному организму. Быть здоровым означает быть счастливым.

Состояние своего здоровья как очень хорошее оценили 4% населения Пермского края (средний показатель по РФ – 4,4%), среди женщин – 1,7%, среди мужчин – 7,0%. Состояние здоровья своих детей до 15 лет как хорошее оценили 66,3% родителей (по РФ – 72,3%).

Указали, что не курят и не курили 59,3% жителей Пермского края (34,5% мужчин и 79,2% женщин), что курили, но бросили курить 11,4% (16,4% и 7,3% соответственно).

Употребляют спиртные напитки только по праздникам 39,0% жителей Пермского края, 30,1% среди мужчин и 46,2% среди женщин.

7. Оптимист умеет все грамотно планировать, всегда находит время для отдыха, хобби, увлечений. Чтобы начать любить жизнь во всех ее проявлениях, надо начать заботиться о себе – занятия спортом подарят заряд бодрости и прекрасное расположение духа. Находят время для занятий активными видами отдыха и свою лень не списывают на отсутствие времени или мест для занятий, либо высокую стоимость 56,4% жителей края:

15,1% посещает спортивные секции;

10,8% занимается фитнесом;

22,0% увлечены водными видами спорта;

24,5% играют на открытом воздухе (хоккей, футбол, волейбол и т.п.);

21,0 % участвуют в походах, вовлечены в спортивный туризм.

В качестве зрителя 16,8% жителей за год посещали какое-либо спортивное мероприятие.

Немаловажное значение имеет и физическое воспитание детей. Треть детей в возрасте от 3 до 15 лет регулярно посещают занятия в спортивной школе или секции. Пермский край занимает 22 место среди 85 субъектов РФ (средний показатель 27,5%) и 5 среди 14 регионов ПФО (в среднем 30,5%).

Среди пермской молодежи в возрасте 15-23 лет 27,0% в свободное время предпочитают занятия спортом пассивному времяпрепровождению, и это не может не радовать. По России в среднем этот показатель составил 23,6%, а по ПФО 25,6%.

8. Чтобы жизнь не превратилась в рутину, оптимисты путешествуют и открывают новые горизонты. Каждый год одну неделю отпуска проводить вне дома могут себе позволить 41,0% семей Пермского края (45,8% в городской местности и 25,1% в сельской местности), включая выезд к друзьям, родственникам, на дачу. В течение года совершают какую-либо туристическую или экскурсионную поездку 30,9% жителей края, ожидаемо самыми активными оказалась возрастная группа 30-34 года – 41,0%. В ПФО (в среднем 27,3%) Пермский край занял 4 место в рейтинге, по РФ (в среднем 34,8%) – 31-е из 85 субъектов.

9. Общение с интересными и близкими по духу людьми, всегда позволяет испытать человеку массу положительных эмоций и зарядиться энергией. Имеют возможность и приглашают гостей на семейные торжества (День рождения или Новый год или т.п.) 68,7% семей Пермского края, 72,0% в городской местности и 57,8% в сельской местности.

12 марта 2019 года выйдет следующий выпуск «Статистической девятки» №5, посвященный стоимости в Пермском крае отдельных продуктов питания к Масленице, отмечаемой с 4 по 10 марта 2019 года.

*¹) По итогам обследований по социально-демографическим проблемам: Комплексного наблюдения условий жизни и Выборочного наблюдения рациона питания. Данные приведены по респондентам старше 15 лет.