



РОДНИК ТРЕЗВОСТИ

Выпуск
№ 12 (20)
декабрь
2011 год

Информационно-аналитическая газета

Колонка редактора

Пропьянчужки всю разошлись перед Новым Годом. Нестихающий вал проалкогольной пропаганды ещё сильнее нахлынул на людей. И не только в телевидении, но и в местах помельче. Так, в ижевских троллейбусах на световых табло густо насыпано алкогольного юмора, анекдотов и прочей скрытной рекламы алкоголя. Под привлекательным лозунгом «ЗДОРОВЬЕ» с дедом Морозом идет откровеннейший призыв потреблять алкоголь: «Пейте, но не напивайтесь!»

Дальше смакование водки, как особенно русского напитка: из чего её пить, как её (поганую) глотать, чем её (противную) закусывать. Шампанское на этом табло пропагандируется, как праздничная выпивка для молоденьких девушек. Так же с закуской и посудой для сохранения газов, способствующих быстрому опьянению. А уж вино расписали как самое полезное, и вкусное, и «букет» Какое с каких рюмок поглощать: с каких белое, с каких красное, с каких Бордо. Какой едой и что зажевывать и какую еду после вина употреблять не желательно.

Мне всегда становиться интересно: а вот стали бы те же самые люди смаковать полезность, вкусы и запахи вин, если бы убрать из перебродивших соков этиловый спирт? Какой дурак стал бы пить эту прокисшую бурду, даже при смаковании её полезности, лечебности и ароматов.

Не верите? Проверьте. Нагрейте любое вино до 78 градусов и помешайте, чтобы весь спирт испарился. Потом предложите своим гостям. Реакция предсказуема. Потому что никому эта польза не нужна без удара по мозгам, то есть без одурения.

Под знаком здоровья не забыли на табло привлечь внимание к коньяку, как к средству для напоения друзей. По той же схеме с посудой и закуской. В главное трио приятностей от коньячной выпивки, включена вонючая сигара. А из табака, для пользы здоровья, в организм попадает примерно 4800 веществ и соединений, 186 из которых считаются ядовитыми, более 60 канцерогенными, а 14 относятся к наркотикам. Вредных сивушных масел в коньяке допускается в сотни раз больше, чем в водке - наиглавнейшем уничтожителе россиян. Именно сивушные масла придают всем «качественным» коньякам их резкий вкус и запах.

Трудно определиться: глупые или гнусные люди пропагандируют алкоголь в нашей, бедствующей от потребления спиртных жидкостей, стране. Одно известно, чем ближе к пьянству приближается человек, тем меньше у него остаётся интересов в жизни. Зато всегда оживляются такие люди в предвкушении выпивки, при упоминаниях о ней. Они хихикают над всякими случаями, связанными с выпивкой, словно малоразумные подростки.

К нормальным же людям, особенно к тем, кто терял своих близких или друзей по причинам, связанным с алкоголем, хочется обратиться с просьбой отказаться от спиртного и не поддерживать подобные призывы. Неправильно призывать пить. Поэтому никогда не размещайте свою рекламу там, где советуют пить, и не заходите в те магазины, которые на таких табло рекламируют свои товары.

Счастливого Вам Нового Года!
Давайте жить трезво!

Ёлка не пьёт, и ты не пей!

Праздники - для отдыха, а не для похмелья!

Встретим Новый год ТРЕЗВО!

Присоединяйся!



Празднование Нового Года у большинства ассоциируется с алкоголем. Поэтому у детей с самого маленького возраста формируется образ «пьяного» Нового года. Это неправильно! Нужно возродить былые ценности! Нужно возродить трезвую жизнь!

В последних числах декабря у главного входа ВВЦ прошла Всероссийская акция «С Новым трезвым Годом!» На акции было много сделано для понимания, что встречать Новый год трезво – это не только полезно, но и весело, задорно, интересно. Молодёжь за трезвую жизнь проводила опросы, раздавала листовки и диски «Общего дела», аудиодиски с треками, пропагандирующими здоровый

образ жизни, провела мастер-класс по проведению уличных акций.

На акции выступил председатель СБНТ Владимир Георгиевич Жданов. В своем кратком, но ярком, выступлении он призвал жить трезво каждый день.

Акцию трезвого Нового Года поддержали Санкт-Петербург, Рязань, Ижевск, Челябинск, Екатеринбург, Тюмень, Красноярск, Новосибирск. Во многих городах в первый день Нового года ожидается трезвая пробежка. Формирование нового образа проведения праздников – безалкогольных праздников – становится реальностью!

Валерий Шамиев, Денис Шевчук

Плоды - 2011

В 2011 году после тяжелейшей борьбы в структурах государственной власти пиво снова приравняли к алкогольным изделиям. Десять лет назад, для того, чтобы не считать пиво алкогольным пойлом, этим же самым структурам потребовалось всего два месяца! К успехам и достижениям наших законодателей относятся поправки к Закону об алкоголе. Самой замечательной поправкой является право местных властей ограничивать продажу спиртного на своей территории вплоть до полного запрета торговли алкоголем. И хотя, практически, руководители всех рангов в той или иной мере пьют, а многие трезвые на дух не переносят, есть надежда на появление территорий трезвости, в первую очередь в сельской местности.

В Башкортостане звучное распространение получил конкурс «Самое трезвое село – 2011». В этом конкурсе участвуют более ста сел республики. Крестьяне изгоняют продажу алкоголя и объявляют свои села территориями трезвости. Они проводят различные трезвенные мероприятия, массово отказываются от алкоголя и табака, приглашают к себе лидеров и популярных представителей трезвенного движения, проводят конференции, встречи, учебы, акции. Не редкостью в Башкирии стали трезвые свадьбы.

Столетие появления в России праздника День Трезвости отметили в десятках городов страны, где-то скромно, в меру возможностей активистов трезвенного движения, а местами, при полной поддержке местных властей, широко и с размахом.

(Окончание на 3-ей полосе)

Для тех, кто пьет мало

Брызги шампанского

Павел Вялкин

Шампанское я отношу к спиртному лживому, обманывающему людей. Окончив мореходную школу в Находке и получив распределение на Камчатку, мы, семнадцатилетние мальчишки, с первой полочки решили устроить себе праздник. Купили на семерых семь бутылок шампанского, не поспешили на закуску и пошли на озеро. Камчатский пейзаж бухты Авача с её Тремя Братьями и вулканами с обеих сторон за месяц стали для нас привычным, а шампанское на озерах казалось чем-то необыкновенно праздничным и подобающим первой полочке.

Оживленные и радостные добрались мы до озера. Майская ярко-зеленая трава полукругом обрамляла озеро, а крутые каменные склоны с другой стороны защищали от малейшего дуновения ветра. Оживленно-веселые мы разложили еду и расположились на траве, рассчитывая провести время до вечера. Оказалось, пить не из чего - мы не взяли с собой стаканы. Не найдя другого выхода, решили пить из горлышка. Нашим «морским» и совсем еще нелуженым плоткам шампанское показалось напитком препротивным. Мало того, что оно пахло брагой, шампанское застревало в горле и больно отдавало в нос. Выпив чуть больше полбутылки на всех, мы пришли к единому мнению: «Фу, какая гадость!» Все бутылки бессовестно бросали в озеро и они камнями ушли на дно. Лишь одно темное горлышко из толстого стекла сиротливо плавало на

зеркально-темной поверхности воды, демонстрируя свою серебристую красивую этикетку над недопитым шампанским. Слова экология нам было незнакомо. Да и сейчас знание и употребление этого слова мало кому мешало заглаживать места отдыха и оставлять пустые бутылки, окурки, упаковки и обертки от еды в местах своего пребывания. Даже считающие сами себя безусловно культурными, оставляют чуть замаскированные минисвалки где-нибудь в кустиках. Но ни за что не повезут на своей машине оставшуюся после себя дрянь до мусорного бака. Бутылку с несколькими глотками пива понесут сотню метров, а опустевшая бутылка словно жжет и оттягивает руку так, что избавиться от неё хочется мгновенно и в любом месте. Пустая сигаретная пачка или обертка от еды сразу летят на асфальт, на тропинку или песок пляжа, словно не выброшенная упаковка царапает руку или изорвет в клочья карман. Оставшимся без шампанского парням на озере делать было нечего. Мы изначально были настроены получить от него какой-то особый незабываемый Праздник Первой Полочки. Долго добивались до озера. А шампанское дурно пахло и оказалось неприятным на вкус. Вскоре все вернулись в город. И мы были не одиноки среди обманутых шампанским. Оно обманывает не только глупых мальчиков и наивных девочек. Наш знаменитый физик и нобелевский лауреат Лев Ландау пил только безалкогольные напитки. Выдающийся

швейцарский физик Вольфганг Паули, тоже нобелевский лауреат и трезвый человек, говорил о Ландау: «Я знаю, почему Ландау не пьет. Он пьян всегда. Он опьянен самой жизнью, ему не нужен алкоголь.» Слово опьяняет совсем не подходит к алкогольным жидкостям. Опьяняет успех, любовь, страсть Воздействие любых алкогольных жидкостей точно и верно характеризует слово одуряет. А мозг Нобелевского лауреата Ландау уподобляли идеальной совершеннейшей вычислительной машине. Теоретическая физика и погружение в её проблемы доставляли Ландау ни с чем не сравнимое наслаждение. Вспоминают высказывание Ландау об алкоголе: «Традиционно выпитый новогодний бокал шампанского на целый месяц лишает меня творческой активности». Совершенство отличается от посредственности тем, что чувствует наималейшие отклонения от наилучшего состояния. Мозг среднего человека в своей работе далек от идеала. Поэтому выпив накануне немного водки, на следующий день обычный и не часто выпивающий человек не чувствует отличий в работе своего мозга. А Ландау чувствовал и чувствовал долго.

Аналогичное можно сказать и о физической работе тела. Про ниндзя рассказывают, что некоторые из них постоянными тренировками нарабатывали умение попадать с нескольких метров камешком в глаз.

(Окончание на 4-ой полосе)

Новости

Президент Башкортостана Рустэм Хамитов в своём выступлении на Совете республики по развитию здравоохранения заявил, что в правительстве республики нет ни одного курящего министра.

Действительно, зачем нужен на ответственном посту такой человек, который сообщает хуже, чем мог бы.

Тридцатилетие основания Пятого трезвенного движения в России отметили наши соратники во многих городах страны.

В декабре 1981 года академик Углов выступил со своим знаменитым научным докладом на конференции в Дзержинске, после чего началось массовое прозрение людей.

В Ижевском клубе «Родник - трезвая семья» 25 декабря прошла встреча ветеранов трезвенного движения.

Работники уральского предприятия «Каменск-Стальконструкция», не употребляющие алкоголь 1,5 года и более получили денежные премии. По приказу генерального директора Хабарова С.И. они получили по 500 рублей и ещё столько же по решению профкома. Приятный подарок к Новому Году и повод подумать о трезвости для остальных. Заметим, что в Каменск-Уральском давно и эффективно работает клуб трезвости.

На круглом столе Общественной палаты Республики Коми «Пьянство, алкоголизм: проблемы, пути решения» обсуждался законопроект по ограничению продажи алкоголя до двух часов в сутки и ограничению времени продажи табака. «Нужно формировать в обществе нетерпимое отношение к спаиванию молодежи», говорилось на круглом столе. Законопроект предусматривается ужесточение ответственности за нарушения.

В Каменске-Уральском открылся первый в России частный трезвый клуб. Девиз этого клуба: «Трезвость - основа благополучия». Его хозяин считает трезвость дорогим удовольствием, за которое надо платить.

За хорошие деньги клуб поддерживает благополучных людей и организует для них интересные трезвые компании и мероприятия. Клуб планирует продвигать трезвость в нормальных трудовых коллективах и даже берётся за отрезвление умеренно выпивающих людей.

На всей территории США, по решению властей, из продажи изъяманы алкогольные энергетические напитки, содержащие кофеин. Кофеин, содержащийся в слабоалкогольных напитках, признан «небезопасной для здоровья пищевой добавкой». Такое внимание к спиртным напиткам с кофеином вызвано случаями алкогольного отравления школьников и студентов, большинство из которых несовершеннолетние. Несколько человек погибли от употребления «энергетиков».

Шведские ученые утверждают, что спиртное на женский организм влияет гораздо сильнее. У женщин повреждение зон мозга, контролирующее настроение, пробуждение и сон наступает в три раза быстрее, чем у мужчин. Так, количество серотонина, который называют «гормоном счастья», у любительниц выпить снижается в два раза за четыре года, а выпивающим мужчинам для этого требуется пить двенадцать лет.

Ученые Вашингтонского и Гарвардского университетов провели опрос 7000 девушек в 50 штатах страны. Риск заболевания мастопатией и других поражений грудных желез у потребляющих алкоголь пять раз в неделю оказался в 5,5 раз выше, чем у тех, кто пьет его один раз в неделю. По данным французских и итальянских ученых, употребление пива повышает вероятность возникновения рака груди по сравнению с трезвыми женщинами в 2,5 раза, а употребление вина – в 1,5 раза. Рак женской груди становится всё более весомым в группе онкологических заболеваний. Говорят, что в Англии уже советуют отрезать груди в молодом возрасте и не страдать потом в зрелом. Чтобы сберечь красоту, лучше совсем отказаться от алкоголя. Да и мужчины возле трезвых женщин целее бывают.

Наркотическая проблема

Станислав Жуков

Проблему возникновения наркомании можно рассматривать с различных точек зрения, и каждая будет обоснована и жизнеспособна. Разные точки зрения предполагают и разные методы лечения. В результате получается: сколько мнений – столько и решений, зачастую взаимоисключающих друг друга. Результативность такого лечения минимальна. Военно-Медицинской Академией (г. Санкт-Петербург) проведен ряд исследований, доказывающих, что исключение из употребления всех наркотических веществ на протяжении семи лет полностью освобождает человека от наркотической зависимости. За семь лет происходит замена почти всех клеток организма на новые, совершенно здоровые. Меняется отношение человека к наркотикам всех типов, происходит полное осознание пагубных последствий не только на собственный организм, но и на последующие поколения.

В работах профессора Хлуновского А.Н. описаны виды наркотических веществ и их воздействие на центральную нервную систему. По характеру воздействия на организм человека наркотики поделены на две большие группы.

Первая группа: сильно действующие, но быстро разлагающиеся вещества - это наркотики искусственного и растительного происхождения, в том числе алкоголь и никотин. Эта группа наркотиков быстро разрушает кровеносную систему головного мозга, что и приводит, в конце концов, к летальному исходу. Огромная проблема состоит в том, что современная медицина СПЕЦИАЛЬНО умалчивает о пагубных воздействиях этого типа наркотиков на ГЕНЕТИКУ человека. Еще в прошлом веке в Европе провели исследования на эту тему, и выводы УЖАСНУЛИ генетиков. «В смысле наследственности ужасные последствия дает употребление алкоголя. От одного родоначальника, алкоголика Макса Юке, в течение 75 лет народилось 200 человек воров и убийц, 280 человек, страдавших слепотой или идиотизмом, 90 проституток и 300 детей, умерших преждевременно.

Вдумайтесь в эти огромные цифры! У курильщика дети на 60 процентов станут алкоголиками, а у алкоголиков - наркоманами. Исследования показали, что 100 грамм ШАМПАНСКОГО в ГОД даст разрушение капилляров мозга, которое лечить понадобится ДВА года. Давайте разберёмся, что происходит с капиллярами мозга. КАПИЛЛЯР это очень тонкий кровеносный сосуд, по которому кровь доставляет питание и кислород клетке мозга. Диаметр капилляра способен пропустить только ЗДОРОВЫЙ эритроцит. Молекула алкоголя, проникнув в эритроцит, увеличивает его размеры. Происходит закупорка капилляра и клетка начинает голодать. Клетка выдаёт сигнал мозгу о своём состоянии, а мозг даёт команду увеличить давление в кровеносной системе. В результате капилляры лопаются, и кровь заливает мозг. При вскрытии черепа, умерших от перепоя, вытекает много крови, в медицине это называют: «Красная шапочка». Для восстановления капилляров организму понадобится два года, а на ликвидацию гематомы, свернувшейся крови, плавающей в около мозговой жидкости, ещё семь лет. Все это от 100 грамм шампанского, а от великих возлияний в праздник?

Любые наркотические вещества в первую очередь деструктурируют работу правого полушария мозга, т.е. нарушают образное мышление. Человек перестает думать о будущем и предвидеть последствия своих поступков. Таким человеком легко управлять, в обход его сознания, чего и добиваются те, кому это надо. Любые политические игры можно реализовать, опираясь на таких БЕСОМ ДУМАЮЩИХ представителей. НАРКОМАНИЯ это специальная операция обольщивания населения в политических целях Международного капитала. Русский язык прямо описывает процессы в словах. Есть капитал народный или национальный, а есть МЕЖДУ народный, находящийся между народами. Тогда разумно задать вопрос, а чей? Тот, кто ответит себе на этот вопрос, тому станет ясно, как победить наркоманию.

Притча о певчем

При росписи фрески «Тайная вечеря» в трапезной одного монастыря Леонардо да Винчи часами бродил по улицам Милана, вглядываясь в лица прохожих. Так, с натуры, писал живописец лики апостолов Варфоломея, Иакова, Андрея, Петра, Иоанна, Фомы, Филиппа, Матфея, Симона, Иуды Фаддея, Симона. И все никак не мог найти натурщиков для образов Христа и Иуды Искариота. Однажды во время богослуженья Леонардо увидел совершенный образ Христа в юном певчем церковного хора. Художник пригласил певчего в мастерскую и сделал несколько набросков, на которых Иисус предстал словно живой.

Образ Иуды оставался по-прежнему незавершенным. Долгих три года искал Леонардо подходящего натурщика. Казалось, не было в Милане трущоб, захолустий и зланных мест, которых бы не обошел мастер

в тщетных поисках. А власти все торопили Леонардо, чтобы тот закончил фреску как можно скорее.

Однажды удача ему улыбнулась. Он нашел человека, чей образ подходил для фрески. Грязный, оборванный, пьяный, он валялся в сточной канаве. Леонардо велел помощникам нести его прямо в монастырь, потому что времени на этюды в мастерской у него уже не было.

Он выписывал кистью все пороки, которыми дышало это молодое, но преждевременно состарившееся лицо — себялюбие, озлобленность, злостие, гордыню... Очнувшись от пьяного беспомыслия, натурщик взглянул на фреску Христа и с тоской в голосе сказал:

— А ведь я знаю эту картину!

— Откуда ты можешь знать ее? — недоуменно переспросил Леонардо.

— Три года назад, когда я был певчим в хоре, и в жизни моей не было места грехам, один художник писал с меня Христа...

Пьянство, и не только, молодеет

Валерий Ветошкин



Как-то случился у меня такой разговор. В подъезде, когда я выходил с квартиры товарища, увидел парнишку 10–12 лет курящего.

- Уже куришь, – спросил я его.
- Да, курю – ответил он.
- И выпиваешь наверное?
- Бывает, а что тут такого? Я уже взрослый.

- Действительно, это так. Я по сравнению с тобой просто младенец. Не курю и не пью.

Спивается и спился наш народ. Это страшно. Но страшнее еще то, что спаивание начинается чуть-ли не с пеленок.

С нашим юбилеем!

Дорогие соратники!
Поздравляем Вас с 30-летием 5 этапа трезвенного движения страны!

8-10 декабря 1981 года академик Федор Григорьевич Углов сделал свой исторический доклад на конференции ученых, наркологов, партийных работников, активистов-трезвенников в г. Дзержинске Горьковской области. На этой конференции, где было более 1000 участников, присутствовали Г.А. Шичко, (г. Ленинград) А.Я. Миролюбова, председатель киевского клуба трезвости «Родник», Л.И. Ушакова, редактор многотиражной газеты (г.Нижний Тагил), А.Н.Маюров (один из организаторов конференции) и другие сознательные трезвенники.

После потрясающего правдивого научного доклада Ф.Г. Углова «О медицинских и социальных последствиях употребления алкоголя в СССР», большинство участников конференции проголосовали за «СУХОЙ ЗАКОН». Впервые в стране сторонникам «культурного» умеренного питья был дан серьезный отпор. Свое выступление Федор Григорьевич закончил такой фразой: «Если не будет принята программа отрезвления страны, тогда власти обязаны объяснить народу во имя каких высших целей мы ежегодно уничтожаем миллион наших сограждан, плодим сотни тысяч дебильных детей? Ради каких целей всё это делается в нашей стране?!».

Начались оргвыводы партийного руководства и гонения на трезвенников, но доклад уже стал распространяться по великой стране СССР.

Геннадий Андреевич Шичко сказал: «Пятый этап трезвенного движения закончится победой трезвости в стране!»

Наше дело правое! Победа будет за нами!

Метод избавления от вредных привычек

Сергей Коновалов

К сожалению, человечество до настоящего времени не смогло выработать эффективных, массовых методов по устойчивому избавлению людей от «наркотических» веществ. Большинство выдвигаемых концепций не учитывают особенностей человека, как социопсихобиологического феномена, у которого все приобретенные пороки возникают и развиваются социально.

Анализ проблемы с позиции системного подхода позволил установить, что доминирующим в профилактике и избавлении от порока являются не психосоматические факторы, а социальные. Порочная запрограммированность исключается посредством воздействия на сознание человека второй сигнальной системы (слова).

Многолетняя практика устойчивого группового избавления людей от алкоголепития и табакокурения в общественных организациях трезвого и здорового образа жизни методом ленинградского ученого, кандидата биологических наук Геннадия Андреевича Шичко доказывает правильность созданного им научного направления. На основе идей Шичко разработано теоретическое обоснование, стержневая суть которого является формула социального порока. Все это позволило создать методику и популярные, высокоэффективные курсы занятий по избавлению от табакокурения, пьянства и алкоголизма и от других социальных пороков.

Курс базируется на учениях В.М. Бехтерева, И.П. Павлова, П.К. Анохина и других выдающихся ученых. Демократическая основа курса совершенно исключает давление, запугивание, применение каких-либо медицинских средств и препаратов. Занятия по методике Шичко проводятся без заучивания, зачетов, экзаменов. Во время перерывов не запрещается даже курить. Только доброжелательное целенаправленное воздействие на сознание человека, исключительно доверительной информацией. Для глубокого, устойчивого восприятия всей системы избавления, включены ситуационные игры, аутотренинг (релаксация), гетеротренинг, ненавязчивый, завулированный самоконтроль в виде ведения дневников.

Курс прост, не требует больших материальных затрат и содержит в себе достаточный информационно-психологический потенциал воздействия на сознание человека, чтобы обеспечить устойчивое стопроцентное избавление от вредной привычки, при условии выполнения слушателями всех несложных рекомендаций, изложенных в методических указаниях.

Занятия по избавлению от алкогольно-табачной зависимости строятся на принципе учебного процесса. Это курсы ежедневных занятий от семи до десяти дней.

Длительность занятий при этом не превышает двух часов, с обязательным перерывом для отдыха слушателей.

Хотелось бы отметить, что Г.А. Шичко при разработке метода в его основу положил вторую сигнальную систему. То-есть воздействие слова «Услышанного», слова «Прочитанного» и слова «Произнесенного». Исследуя различные сигналы, он обратил внимание на слово «Произнесенное мысленно» (не вслух), и особенно на слово «Написанное рукой». Им же экспериментально доказано, что слово, «Написанное перед сном», перед тем как ложиться спать, действует на сознание и подсознание человека, в большинстве случаев, значительно сильнее всех других ранее перечисленных видов «Слова».

Клубы, проводящие занятия по методике Шичко, берут на себя такую обязанность - помочь алкоголику или табакокурильщику обрести трезвость и научиться трезвому общению. В задачу клубов не входит удержание человека, если ему что-то не понравилось.

Слушателю предстоит научиться общаться трезвому. Люди не умеют общаться в трезвом виде, заметим, не пьющие, а люди вообще. Это проблема не слушателя, а человечества в целом. Как только будет найдена форма группового общения без использования «наркотиков», люди откажутся от них. У слушателей появляется возможность взаимодействовать с другими на трезвую голову и получать радость от трезвого общения.

Цель трезвых клубов - это пропаганда трезвого и здорового образа жизни, как на личном примере, так и привлечении

к альтернативному способу жизни, исключающего отравление алкоголем и табаком. Особенно важно это сплочение членов клубов во время «государственных питейных ситуаций». И здесь важно удержаться в трезвости, не сорваться. В этом деле помогает объединение членов клуба в группы по интересам. Важен фактор собственного примера, т.е. всяческая поддержка нового члена клуба. Вновь организованному клубу не должны бояться малого количества людей - группа формируется сложно, идет притирка людей друг к другу. Для создания группы достаточно желания, опыт появится потом. Самое главное, это стабильность членов клуба в посещении занятий и встреч. Очень многие появляются один-два раза и потом приходят через год, два, три, но все эти годы они знали - их ждут в клубе.

Человек, поменявший свое мировоззрение, отношение к ядам «алкоголю» и «табаку», другим наркотическим отравам всесторонне изменяет свою жизнь (свой круг общения в целом). Островком трезвости называют соратники клуб «Нижнекамский Оптималист», очень важным для начинающих первые робкие шаги (как первые шаги младенца) в трезвости. «Причал последней надежды», так назвал один из соратников наш клуб. Это действительно так. Могу правдиво заявить, что среди моих слушателей, а я сам провел более 100 групп по методу Шичко, было много людей, потерявших даже последнюю надежду на спасения, уже почти смирились со своей печальной судьбой. Но «луч света в пьющем царстве алкоголя, табака и наркотиков - Оптималист», вывел уже более 10 тысяч из этого омуты, этой паутины смертоносного греха.

Глаза, раскрытые очень широко, прозрение, наступившее от истинной правдивой информации и взгляд трезвым оком преобразует отношение и веру. Патриотами не рождаются, ими становятся.

Вот и члены нашего клуба, есть патриоты своего народа, Родины. Кому, если не нам - сыновьям и дочерям нашей страны помочь достичь перемен, конечно же, в позитивную (лучшую) сторону. Трезвый человек - это лучший человек. И этим все сказано...

Плоды - 2011

Юрий Кашин

(Окончание. Начало на 1-ой полосе)

Сотни тысяч людей приняли участие в праздновании Дня Трезвости. Особенно массово этот день отметили в Екатеринбурге, Тверской и Липецкой областях. В двух регионах была задействована даже авиация. Тон всей стране задавал Урал. Там этот праздник впервые возродился и сейчас его отмечают во многих уральских городах. Празднование Дня Трезвости становится традиционным в нашей стране.

Минувший год породил и сделал широко распространенной традицией трезвые пробежки. Во многих городах молодые люди организуются через социальные сети Интнернета и бегут по своим улицам с кричалками, плакатами, флагами, лозунгами. Местами на бегу раздают листовки, диски и брошюры. Особенно привлекательно смотрятся эти пробежки после пьяных праздников, таких как Новый Год или Восьмое марта. Русские трезвые пробежки - великолепный образец гражданской инициативы и крепкий кирпичик в построение, так часто муслируемого последнее время, гражданского общества. То-есть общества, в котором люди сами решают, как и какие проблемы им решать.

Успехов всем и здоровья в Новом 2012 году!

Некоторые вещи надо принимать на веру... странно - почему-то трезвые хотят, чтобы ВСЕ вокруг были трезвыми, а пьяные НЕ ХОТЯТ, чтобы все вокруг были пьяными! Потому что, кому тогда будет лечить, спасать, везти, управлять... Сколько бы людей освободилось оттого, чтобы исправлять ошибки пьяных! У нас давно было бы ДРУГОЕ общество - общество, в котором БОЛЬШИНСТВО трудящихся людей живет счастливо!
Владимир Явин

Притча о пьянице

Владимир Даль

Жил-был старик, да такой горькой пьяница, что и сказать нельзя. Вот забрался он как-то в кабак, упился зелена вина и пошел во хмелю домой, а путь-то лежал через реку, подошел к реке, не стал долго думать, скинул с себя сапоги, повесил на шею и побрел по воде; только дошел до середины — спотыкнулся о камень, упал в воду, да и поминай, как звали!

Остался у него сын Петруша. Видит Петруша, что отец пропал без вести, потужил, заплакал, отслужил за упокой души панихиду и принялся хозяйничать. Раз в воскресный день пошел он в церковь Богу помолиться. Идет себе по дороге, а впереди его тащится баба: шла-шла, спотыкнулась о камешек и заругалась: «Кой черт тебя под ноги сует!» Петруша услышал такие речи и говорит: «Здорово, тетка! Куда путь держишь?» — «В церковь, родимой, Богу молиться». — «Как же тебе не грешно: идешь в церковь Богу молиться, а поминаешь нечистого! Сама спотыкнулась, да на черта сваливаешь». Ну, отслушал он обедню и пошел домой; шел-шел, и вдруг, откуда ни возьмись — стал перед ним молодец, поклонился и говорит: «Спасибо тебе, Петруша, на добром слове!» — «Кто ты таков и за что благодарствуешь?» — спрашивает Петруша. «Я дьявол; а тебе благодарствую за то, что как спотыкнулась баба да облаяла меня понапрасну, так ты замолвил за меня доброе слово». И начал просить: побывай-де, Петруша, ко мне в гости; я тебя во как награжу! И серебром и золотом, всем наделю! «Хорошо, — говорит Петруша, — побываю». Дьявол рассказал ему про дорогу и пропал в одну минуту, а Петруша воротился домой.

На другой день собрался Петруша в гости к дьяволу; шел-шел, целых три дня шел, и пришел в большой лес, дремучий да темный — и неба не видать! А в том лесу стоял богатый дворец. Вот он вошел во дворец, и увидела его красная девица — выкрадена была нечистыми из одного села; увидела его и спрашивает: «Зачем

пожаловал сюда, доброй молодец? Здесь черти живут, они тебя в клочки разорвут». Петруша рассказал ей, как и зачем попал в этот дворец. «Ну, смотри же, — говорит ему красная девица, — станет давать тебе дьявол золото и серебро — ты ничего не бери, а проси, чтоб подарил тебе того самого ледащего коня, на котором нечистые дрова и воду возят. Этот конь твой отец; как шел он из кабака пьяной да упал в воду, черти тотчас подхватили его, сделали своей лошадей, да и возят теперь на нем дрова и воду!» Тут пришел тот самый молодец, что звал Петрушу в гости, и принялся угощать его всякими напитками и наедками.

Пришло время отправляться Петруше домой. «Пойдем, сказал ему дьявол, я наделю тебя деньгами и славной лошадей, живо до дому доедешь». — «Ничего мне не нужно, — отвечал Петруша, — а коли хочешь дарить — подари ту ледащую клячку, на которой у вас дрова и воду возят», — «Куда тебе эта кляча! Скоро ли на ней до дому доберешься, она того и смотри околеет!» — «Все равно, подари; кроме ее, другой не возьму!» Отдал ему дьявол худую клячку. Петруша взял и повел ее за узду. Только за ворота, а навстречу ему красная девица: «Что достал лошадь?» — «Достал». — «Ну, доброй молодец, как придешь под свою деревню — сними с себя крест, очерти кругом этой лошади три раза и повесь ей крест на голову». Петруша поклонился и отправился в путь; пришел под свою деревню — и сделал все, что научила его эта девица: снял с себя медный крест, очертил кругом лошади три раза и повесил ей крест на голову. И вдруг лошади не стало, а на месте ее стоял перед Петрушею родной его отец. Посмотрел сын на отца, залился горячими слезами и повел его в свою избу; старик-ат три дня жил без говору, языком не владел. Ну, после стали они себе жить во всяком добре и счастье. Старик совсем позабыл про пьянство, и до самого последнего дня ни капли вина не пил.



Семейный праздник

Центр трезвого здорового образа жизни проводит курсы избавления от алкогольной и табачной зависимости по методике Шичко

- восстановление зрения по Шичко-Байесу;
- курс стройности и повышения качества здоровья по Шичко-Оганян-Ишмаеву;
- избавление от алкоголя и табака по Шичко;
- индивидуальные и семейные курсы.

Занятия проводит доцент Международной академии трезвости Юрий Кашин

т. 8-912-751-60-67 (3412)58-75-51 samtrezv@yandex.ru

ОТЧЕГО МУЖИКИ ВЫМИРАЮТ (2004 год)

Юрий Кашин
(Продолжение. Начало в № 9-19)

В стране снизился возраст вхождения в регулярное питание. Об этом говорит появление детских отделений в наркологических больницах. Они заполняются 10-12 летними алкоголиками. Чем в более зрелом возрасте начинает пить человек, тем больше шансов, что он правильно оценит опасность алкоголя и выработает оптимальную стратегию выживания в сильно пьющей среде нашего обитания. И все равно, опасность пьяного разрушения для любого человека, входящего в алкогольный стиль жизни, велика. Родительский запрет способствует отодвиганию времени начала винопития. Хотя не сильно, не у всех и далеко не всегда. А вот родительский пример способствует трезвости гораздо эффективнее. У непьющих родителей дети вырастают трезвыми и более здоровыми.

В комфортных условиях продолжительность жизни, в общем случае, возрастает. Создание комфорта и поддержание здоровья требуют денег. Пьющий, даже в так называемую меру, человек,

как правило, имеет меньше непьющего при прочих равных условиях. Во-первых, пьющий тратится на вино. Во-вторых, пьющий свою жизненную энергию гасит в алкогольных расходах сил и времени. Производительность труда падает, качество работы ухудшается. Все это, в может повлиять на доходы. В-третьих, круг возможностей выбора условий труда и места работы сужается. Пьяными людьми легче управлять и платить им можно меньше. А во многих случаях их работу прямо или косвенно оплачивают спиртным. Возможности человека поддерживать и ремонтировать здоровье пропорциональны его доходам. Следует четко понимать, что для продления активной полноценной жизни необходимо, и настоятельно необходимо, тратить часть доходов и времени на содержание организма в хорошем состоянии. Только глупцы могут надеяться, что природное здоровье будет бесконечно долго выдерживать алкоголь-табачное издевательство над собой. Конечно, есть

исключительные организмы доживающие до старости не смотря ни на что. Однако особенности тонкого, исключительно тонкого, слоя таких людей, нельзя распространять на гигантские массы населения. Сотни тысяч людей у нас в стране ежегодно погибают от алкоголя. Пьяницам редко удается дожить до глубокой старости. Подходя к семьдесят годам, мужчины видят, что ровесников у них практически нет. Непрожитые нормальными людьми годы по причине «культурного» и в «меру» винопития следует относить к третьей линии алкогольной бойни россиян.

Мужики в России вымирают от ложной психологической установки, что настоящий мужчина должен пить и поутру быть «как огурчик». Потому многие пьют стаканами, таскаются по бабам, потом возвращаются домой с инфекциями или с разбитой мордой и поутру ничего не помнят. Эти люди долго на белом свете не задерживаются. Но и считающие себя разумными и благополучными своими умеренными дозами вина, как ржавчиной, подтачивают свои организмы.

(Продолжение следует)

Церковь об алкоголе

«Вложим же в великое дело Русского Воскресения весь жар своего сердца, всю веру своей души! Тогда — верен Бог! — не будет на свете силы, способной остановить нас в этом святом и богоугодном деле».

Митрополит Санкт-Петербургский и Ладужский Иоанн.

Поддержим трезвую власть!

Дорогие соратники!

Как добрая весть, единый кандидат от народа в президенты страны Виктор Иванович Черепков абсолютный трезвенник. Он создал в 1974 году клуб трезвости и предлагает трезвенникам в случае его победы войти в исполнительную власть на местах, чтобы проводить политику отрезвления народа.

Давайте же бросим все силы для сбора подписей чтобы он стал кандидатом в президенты. Времени осталось мало, надо задействовать всех, работать и днем и ночью. Если нужны его координаты, пишите, отвечу. Куратор в центральном штабе Долганов Александр Алексеевич 8-916-8897799, sathosjruss@mail.ru sathosjruss@mail.ru

Брызги шампанского

Павел Вялкин

(Окончание. Начало на 1-ой полосе)

Скорее всего, после бокала шампанского это, на грани совершенства, умение у них подпортится если не на месяц, то на несколько дней. Во всяком случае, после ста граммов водки у биатлонистов количество промахов на следующий день возрастает в четыре раза.

В одном из старых кинофильмов мецената Савва Морозова два офицера в ресторане пытались принудить призывом то ли за царя, то ли за победу русского оружия выпить шампанского. Савва заказал ведро шампанского, в которое вылил также переданную ему бутылку шампанского, и велел привести в ресторан свою лошадь. Когда лошадь отвернула свою морду от ведра с сивушным запахом, Савва сказал:

– Вот видите, с утра даже лошадь не пьет шампанское.

Пропаганда алкоголя под названием «шампанское» привлекает людей полуложью, либо ложью откровенной. Так про Чехова говорят, что последним его желанием перед смертью был бокал шампанского. В воспоминаниях его жены о последних минутах писателя говорится:

«В начале ночи он проснулся и первый раз в жизни сам попросил послать за доктором... Пришёл доктор, велел дать шампанского. Антон Павлович сел и как-то значительно, громко сказал доктору по-немецки: «Ich sterbe...» («Я умираю...»). Потом взял бокал, повернул ко мне лицо, улыбнулся, сказал: «Давно я не пил шампанского...», покойно выпил всё до дна, тихо лёг на левый бок и вскоре умолк навсегда».

В то время врачи не говорили своим безнадежно больным коллегам врачам о приближении смерти. А как известный только врачам знак, велели давать таким больным бокал шампанского. И умирающий врач выпивал шампанское, это яд содержащее зелье, чтобы ускорить и обезболить переход в иной мир. Так что попросить самому и сожалеть, что давно не пил шампанское — это одно. А тайный знак врачей — о приближении неизбежного нечто совершенно другое. Примерно так же лживо выглядят практически все оправдания и восхваления любого алкогольного питания.

Переверни картинку!



Не всё коту масленица

Сергей Аникин

В результате функционирования первого трезвеннического информационного проекта XXI века, об алкогольной угрозе заговорили чиновники, политики, религиозные и общественные деятели. Президентом РФ Д.А. Медведевым было дано распоряжение Правительству РФ о необходимости выработки антиалкогольных мер. В настоящее время более чем в 70 регионах РФ введён запрет на розничную ночную продажу алкоголя, крепостью свыше 15 % этилового спирта объёма готовых изделий. В таких регионах, как Чеченская республика, спиртное можно купить только 2 часа в сутки — с 8 до 10 часов, а в мусульманский пост и религиозные праздники продажа прекращается совсем.

На Чукотке продают алкогольную гадость с 12 до 20 часов, в Якутии — с 14 до 20 часов и т.д. Обосновывая ограничение, президент республики Саха (Якутия) обратился к согражданам с открытым письмом, в котором разъяснил позицию правительства по данному вопросу; был понят и поддержан.

В республике Тува, кроме ночного запрета, неразрешено продавать алкогольные изделия по субботам и в последнее воскресенье месяца, которое объявлено республиканским днем здоровья. Премьер Тувы публично признал, что «сегодня алкоголизация — это реальная угроза национальной безопасности, генофонду и здоровью нации» и поручил правительству разработать

Зимние одежды Олег Смирнов

*Мир снова околдован сном,
Зима - старушка, знает дело.
Снежок кружится за окном,
Легко и кажется не смело.*

*Застыли деревья, в дали,
На сером, однотонном фоне.
В мохнатом инее, они,
Уснули с музыкой симфоний.*

*В осенней суете ветров,
Наверно вдоволь накружились.
Деревья в синеве снегов,
Под белым пухом очутились...*

программу по борьбе за трезвый образ жизни, назвав её «социальным приоритетом республики».

В своём поручении он указал: «Важно проработать четкие механизмы работы с каждой категорией: с теми, кого, как говорится, поздно воспитывать и уговаривать, а надо лечить; с неблагополучными семьями, с молодежью — со всеми группами риска». И в этой деятельности не последняя роль отводится республиканской информационной политике.

По сравнению с другими регионами, в Дагестане и Ингушетии используют более радикальные меры, там винно-водочные магазины, пивные ларьки и бары... взрывают.

Ижевский клуб «Родник – трезвая семья»

Приглашаем Вас на наши консультации и курсы. Каждый понедельник — по курительной, наркотической, игровой зависимости. С 18-00 по адресу: пл. 50 лет Октября, д. 10, клуб «Патриот Отечества», Недалеко от «Вечного огня».

Каждый вторник — по проблемам алкоголизма и семейное консультирование. Занятия проводит профессор Н.В. Январский

По субботам встречи с членами Совета клуба трезвости по адресу: г. Ижевск, ул. 40 км., д. 29 клуб «Мечта» в 12-30 (ост. троллейбусов 2,4, 6, 10 — «Школа Искусств»)

тел. 3412 — 212055, 8-9508363596, 8-9226918725

Подписка на газету «Родник трезвости»

производится через редакцию газеты.

Стоимость годовой подписки 150 руб.

Подробности подписки на сайте Родник трезвости

Справки по тел. 58-75-51 и 8.912-751-60-67

и по электронной почте samtrezv@ya.ru

Своей подпиской поддержите трезвость!

Главный редактор Ю.И. Кашин
Дизайн и верстка Т.И. Загорская
Учредитель:
ООО «Малое предприятие «Вишня»
Адрес редакции, издателя: 426057, г. Ижевск, ул. Пастухова, 13-9

Координаты редакции:
426054, г. Ижевск, а/я 4956
Телефон: (3412) 58-75-51,
58-58-39
E-mail: samtrezv@ya.ru
Сайт www.alnepey.ru

Мнение редакции
может не совпадать с
точкой зрения автора
Тираж 3000
Цена свободная
Дата выпуска
13.01.2012 г.

Газета отпечатана в Сарапульской городской типографии по адресу 427900, г. Сарапул, ул. Раскольниково, 152
Подписано в печать 12.01.2012 г.
По графику 14.00
Номер подписан 14.00

Газета зарегистрирована
ПИ № ТУ 18-0146 от 14 мая 2010г.
Газета перерегистрирована
ПИ № ФС 77-42236 от 04 октября 2010г.