

*Информационно-аналитическая газета*

## Колонка редактора

Нередко подростки ведут себя агрессивно по отношению к тем, кто по другому выглядит или поступает иначе, чем стандартное большинство. Люди взрослые менее агрессивны, но в кругу своего общения принципиально мало чем отличаются от подростков.

Разговорились в поезде с женщиной. У неё три взрослых брата. Два брата в зрелом возрасте отказались от табака и алкоголя и сознательно живут в трезвости. А третий брат спивается. И жена у него хорошая, и дочке четыре годика, а он пьёт запоями, не просыхает. Четыре раза кодировался – без толку. Говорит, что больше не пойдёт. Его уже и в руководящей должности понизили, а ему всё равно.

Из трезвых братьев один нормальный, а второй занялся своим здоровьем. Сначала вегетарианцем стал, а потом и вовсе перешёл на сыроедение.

– Худой стал, смотреть не на что, – говорит женщина, – и всех учит, учит, как правильно надо питаться.

– Он, что, болеет? – спрашиваю.

– Нет, он вообще не болеет. Холодной водой обливается. Сильный такой, бесчисленное число раз отжимается. Когда маме сено заготавливали, так он как машина. Кидаёт, кидает, всех замучил.

– А дети у него есть?

– Сын у него, красавец – кровь с молоком. Настоящий богатырь! Тоже никогда не болеет.

– А другой брат как?

– Тот нормальный, а к этому я даже не хожу. Всё хочет, чтобы мы по его питались. Его у нас никто не любит – всё учит, учит!

– А с третьим-то что делаете?

Женщина знает про созависимость, смотрела Жданова и «Общее дело», книги по этой проблеме читала – что-то понимает, созависимость свою признаёт.

Говорит, что только не пытались делать. Однажды отвели его к маме. Так он от неё через забор убежал! Разве она его догонит.

– А когда трезвый, он хороший, – говорит моя попутчица. И удивляется:

– Он такой везучий, всё ему в руки само идёт!

Как же так получается? – спрашиваю. – Один пьёт, денег домой не носит, дочкой не занимается, с женой скандалит. Он хороший. А другой живёт трезво, работает усталости не зная, о семье заботится, сам здоров, ребёнок у него «кровь с молоком» и тоже не болеет. А он плохой!

Вразумительного ответа не было.

Когда люди переходят на трезвый образ жизни, порой они сталкиваются с подобным отношением к себе. Люди выпивающие осознают, что они делают неправильно и пытаются либо сломать трезвенника разными способами от вздорных предположений до выливания за шиворот, либо изгнать его из своей среды. Видимо, рядом с трезвым пить как-то некомфортно, особенно женщине.

Не надо назойливо переубеждать людей. Трезвость – она как правда жизни. А правда бывает только одна. Остальное – вариации неправды.

*Юрий Кашиин*

## Пройти по трезвому селу

Еще нельзя сказать, что конкурс «Трезвое село» стал традиционным и регулярным в российских регионах. Скорее, он, как весенний ручеек, пробивает себе дорогу, блуждая по карте России. С проведением этого конкурса знакомы в Ульяновской, Свердловской, Тюменской, Калужской и других областях, в Пермском крае и Югре, в Башкирии, Удмуртии, Чувашии.... А в Якутии уже давно развернулось мощное движение «Трезвое село». Там уже каждое четвертое село живёт трезво.

Конкурсы «Трезвое село» призваны решать важнейшую социальную задачу – остановить вымирание села и наполнить его качественным народом. Наполнять таким пассионарным русским народом, каким ранее деревня питала города и побивала посягнувших на нашу землю. Виноватили алкоголь в оскудении села или искать иные причины, но роль алкоголя в вымирании деревень в числе главных.

Становясь модным движение «Трезвое село» не может не совершать ошибок в своём развитии, избежать формализма, забалтывания и даже потери главной цели. Давайте посмотрим: что же представляет собой этот конкурс на примере «Трезвое село-2016» в Удмуртии. Конкурс был организован общественной организацией «Женщины Удмуртии» по инициативе депутата Госсовета

Зои Степновой. Отмечу, что женсоветы являются, как правило, инициативной и движущей силой реального отрезвления сельских поселений. Правительство республики приняло практическое участие в проведении конкурса. Были разработаны критерии определения победителей, на их награждение выделен один миллион рублей.

жизни, на воспитание подрастающего поколения в духе трезвости

Победители конкурса определялись по 19 критериям. Среди критериев треть были посвящены пропаганде трезвого образа жизни и практической трезвеннической работе. В критериях присутствуют наглядная агитация, проведение лекций и семинаров, профилактика вредных привычек, проведение трезвых праздников. Это хорошо. В критериях также оценивалась динамика неблагополучных семей, алкогольных отравлений, продажи алкоголя, состоящих на учете в наркологии и подростков на учёте в МВД.

Следует отметить, что в регионах научились правильно формулировать цели и задачи конкурсов «Трезвое село». Например, в конкурсе «Трезвое село, трезвая

деревня, трезвая улица 2016 года» среди сельских поселений Канашского района Чувашской республики были поставлены и такие задачи:

– возрождение традиций трезвости в личной, семейной и общественной жизни;

– превращение данного проекта в народную инициативу, направленную на построение гуманного общества, свободного от алкоголя, табака и наркотиков;

*(Продолжение на полосе 4)**День трезвости в Ижевске*

Цели проведения конкурса «Трезвое село-2016» были определены как:

– защита нравственности и здоровья населения Удмуртии;

– информационно-просветительская и профилактическая по здоровому образу жизни (а по-трезвому?);

– обобщение опыта по профилактике вредных привычек.

Ещё лучше цели прописывали в районах. Например, в Граховском районе жителей нацеливали на возрождение традиций трезвости в семейной и общественной

### Диалог с читателем

Еще раз выражаю Вам, Юрий Иванович, благодарность за интересный и актуальный доклад «Трезвый взгляд на демографию». Актуальный, в том числе, лично для меня. Так, Вы пишете, что 9-11 миллионов женщин никогда не выйдут замуж. И основная причина дефицита женихов – алкоголь. Раньше я не задумывалась об этом, но дефицит нормальных мужчин-женихов действительно существует!

И про просеку в будущее поколения, похожую на расширяющуюся воронку из-за нерожденного, в том числе и из-за алкоголя, населения России – это точно подмечено. Это и про мою семью. Я никогда не выходила замуж. Мои два родных брата также не женились. У наших родителей нет внуков, хотя у них трое детей! Вы говорите про бесплодие, а у нас и семей-то нет. Т.е., мы вымираем на предыдущей стадии. Налицо разрушение института семьи на примере конкретных людей.

И, конечно же, часто это связано с алкоголизмом в семье. Например, если ребенок видит, что его родители несчастны в браке (разве может быть счастливой семья, если в ней есть алкоголик?), то он может вообще не захотеть создавать семью в будущем.

## Как и кем наполнять Россию?

Нет перед глазами примеров счастливых семей.

Кстати, в письменном докладе этого нет, но Вы устно приводили пример, как юная девушка сказала Вам, что вообще не хочет иметь детей. А Вы ей сказали, что у неё с головой не все в порядке. Но ведь это не ее вина! Она жертва навязанного извне мнения, ложных убеждений, если хотите. Может ее родители опять же были несчастны в браке. Ее стоит пожалеть, а не осуждать.

На второй странице Вашего доклада Вы пишете, что «алкоголь ослабляет здоровье родителей, способствует рождению больных детей и УРОДОВ». Слово УРОДЫ неэтично. Это люди. У меня есть знакомая с очень маленькими ручками, примерно до нашего локтя. На каждой руке по три пальца. Она такой родилась. Не знаю, что явилось причиной – алкоголь или что-то другое. Но назвать ее УРОД у меня язык не поворачивается. Гораздо больше уродов среди людей физически здоровых и с виду даже порядочных. Но моральных уродов.

Поэтому предлагаю в этом предложении после слов «больных детей» поставить точку.

И такими неэтичными выражениями в отношении инвалидов пронизан весь Ваш доклад. Прискорбно.

У межрегионального благотворительного фонда «За миллиардное Отечество» замечательные цели. Но... Физическое здоровье детей не всегда в наших руках. Больные дети рождаются не только у алкоголиков (или культурно пьющих). Здесь могут быть и другие причины. Больные дети – это тоже дети. И если они рождаются, значит, их нужно любить и растить. Значит нужно жертвовать собой ради них, отдавая им заботы и любви в разы больше, чем здоровым детям. А в той, картине будущего, которую Вы нарисовали, их как бы вообще нет. Они вычеркнуты их жизни общества, не нужны обществу, лишние. «Наполнить страну многочисленными поколениями нравственно и физически здоровых людей» – а больших детей куда? Их тоже Бог посылает.

В остальном все просто великолепно! Еще раз спасибо за ценный доклад.

*С уважением, Лариса Журавлева**(Ответ на полосе 4)*



## Новости

В Тюменской области за первые восемь месяцев 2017 года было зарегистрировано 328 случаев алкогольных отравлений. Почти каждый третий случай оказался смертельным. 86% отравились этиловым спиртом, что ещё раз опровергает лживые вопли об отравлениях нелегальным и контрафактным алкоголем. Этиловый спирт везде одинаково ядовит.

А вот метиловым спиртом, из-за которого так много шума, отравились только 2,1%. Запах метанола даже алкашей отпугивает.

К Дню трезвости Роскомнадзор сообщил о том, что за три с лишним года ему удалось заблокировать 9 700 веб-страниц интернетной торговли алкоголем:

«С 2014 года в Единый реестр запрещенной информации на основании 7 557 судебных решений внесено 9 701 страниц сайтов, содержащих информацию о способе доставки и продажи алкогольной продукции незаконным способом...»

Председатель Синодального отдела по взаимоотношениям Церкви с обществом и СМИ Владимир Легойда сообщил, что Русская православная церковь призывает брать пример с царской России в борьбе за трезвость.

В своем рескрипте министру финансов Петру Барку накануне сухого закона 1914 года Николай II писал о том, что доход в казну должен поступать «из неисчерпаемых источников державного благосостояния и производительного труда народа», не от продажи алкоголя, разрушающего «духовные и экономические силы» народа.

Социальные сети формируют в молодёжной среде далеко не первое завихрение в мозгах. Сейчас пытаются раскрутить, так называемых, девушек «винишко». Первое, что они делают, выражают свою любовь к вину. А чтобы как-то выделиться, красят волосы разные цвета, носят очки без диоптрий. После походов по театрам и музеям в поддатеньком состоянии они любят порассуждать о чем-нибудь высоком с видом многоопытного человека.

В интернете их обзывают дурами, корчащими из себя духовных старцев.

Мэр Нью-Йорка Билл де Блазио к 2020 году хочет сократить число курильщиков в 12-миллионном городе до 160 тысяч человек. Сейчас их насчитывают порядка 900 тысяч. Минимальная цена на пачку сигарет увеличивается до \$ 13, возрастёт стоимость лицензии и сократится число торговцев табаком, в жилых зданиях может вводиться запрет на курение не только в подъездах, но и на балконах и в квартирах. Вводится лицензирование продавцов электронных сигарет. В общественных местах не должно быть более десяти курящих человек и многое другое.

Мэр Нью-Йорка говорит: «Несмотря на то что табак является основной причиной преждевременной смерти по всей стране, «Big Tobacco» не остановится ни перед чем, чтобы продолжать привлекать людей к этой смертельной продукции. Мы не позволим их жадности убивать жителей Нью-Йорка. Эти новые законы помогут не только уменьшить количество курильщиков в нашем городе, но и спасти жизни».

В Сочи с 12 по 22 октября пройдет XXVI Международный форум «Культура трезвости против «культуры» питания». Это лучшее место для получения новых знаний и освобождения от алкогольно-табачной зависимости.

## Предложения в Программу повышения уровня трезвости Удмуртской Республики

Юрий Кашин

**По инициативе Главы Удмуртской республики Александра Бречалова сейчас разрабатывается Программа снижения уровня пьянства и злоупотребления алкоголем. Это очередная попытка быть не хуже других. О трезвости там говорится скудно.**

Принятые за последние годы меры по ограничению доступности алкоголя привели к снижению потребления алкоголя и видимому улучшению ряда социальных показателей. В частности, произошло снижение числа алкогольных психозов, преступности, спокойнее стало на улицах городов. Тем не менее, алкогольные потери общества остаются неприемлемо высокими. Высока смертность и заболеваемость среди трудоспособного населения, ассоциированные с алкоголем. В число основных причин рождения уродов, олигофренов и больных детей входят алкоголь и табак. Аборты, разводы, бездетность, дефицит нормальных мужчин для создания семьи, асоциальное поведение, сиротство в значительной мере или в большинстве случаев являются порождением регулярного «умеренного» потребления алкоголя. Пьянство и алкоголизм являются следствием употребления алкоголя нормальными людьми. Ещё Лев Толстой говорил: «Пьяницы никогда не стали бы пьяницами, если бы не видали почтенных, уважаемых всеми людей, пьющих вино и угощающих им».

Правительство страны, региональные и местные власти настойчиво пытаются укротить алкогольную стихию.

В антиалкогольных программах и практической деятельности органов власти основные усилия направляются, как правило, на борьбу с пьянством, алкоголизмом и пресловутым «злоупотреблением» алкоголя, на борьбу с контрафактом и суррогатами алкоголя, на ужесточение наказаний. Наряду с ограничением доступности, алкоголь пытаются потеснить развитием культурного досуга и спорта. Безусловно,

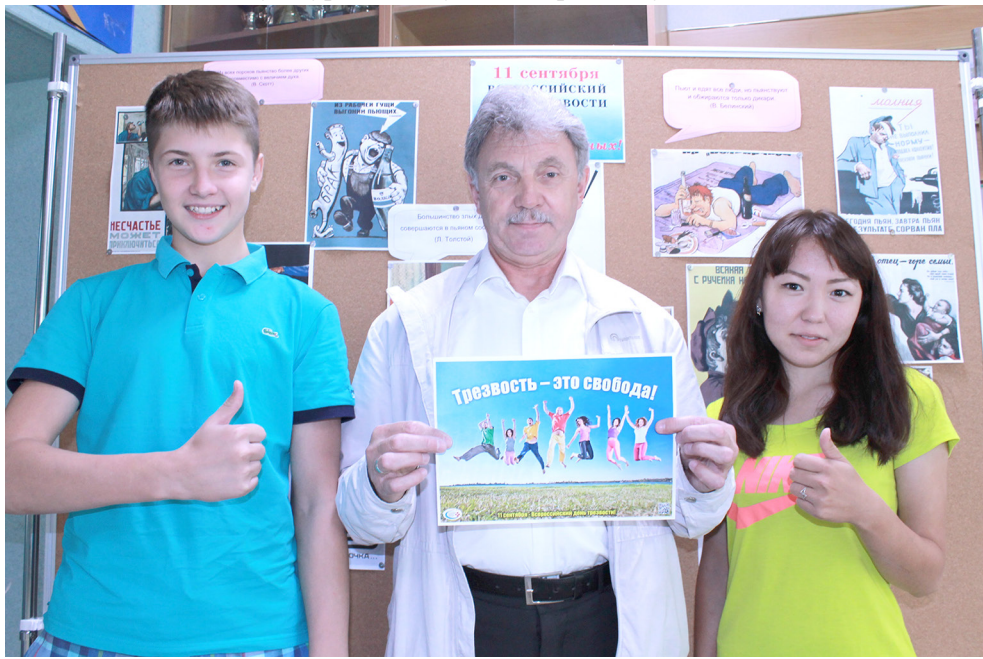
Родители употребляют алкоголь, учителя и воспитатели употребляют алкоголь, врачи употребляют алкоголь и рекомендуют его пить, руководители всех рангов употребляют алкоголь и дети вынуждены пить. На уровне геббельсовской ведётся пропаганда винопития. Каждые 8-12 минут в фильмах и сериалах демонстрируется алкоголь, его атрибуты и курение табака. В каждой 3-5 песне, звучащей в эфире, упоминается алкоголь. СМИ переполнены сообщениями о пользе алкоголя и рекомендациями его употреблять. Подрастающие поколения вынуждены употреблять алкоголь. Иных эталонов построения своей жизни, иных примеров они практически не видят.

Второй причиной пьянства являются наркотические свойства алкоголя. Алкоголь, как любой наркотик, требует увеличения доз и

сокращения интервалов времени между их приёмом. С учетом особенностей организма, среды обитания и множества других факторов, одни люди длительное время находятся в рамках определённых норм жизни, другие пропадают. Вторых много и по человеческим качествам они ничем не хуже первых. Сотни лет ведущиеся попытки научить народ употреблять алкоголь «культурно» и «в меру» тщетны. Научно обоснованной безвредной дозы алкоголя не существует.

Третья причина пьянства – доступность алкоголя. Чем доступнее разрезамированный товар, тем больше его покупается. Затраты населения на алкоголь находятся в числе основных расходов семьи.

(Продолжение на полосе 3)



День трезвости на Сахалине

эти меры оказывают некоторое влияние на алкогольную ситуацию, но принципиально изменить её не могут. Все эти меры направлены на устранение последствий массового всенародного употребления алкоголя и не затрагивают причин порождающих употребление спиртного и непрерывно подпитывающих его. Это ничто иное, как сшибание вершущих чертополоха.

Первой и главной причиной пьянства является искажение народного сознания ложными представлениями об алкоголе. Эти искажения порождены алкоголизированной средой обитания, переполнением информационного пространства мифами и заблуждениями о пользе алкоголя, о необходимости его употребления.

Лев Козленко

## Вопрос ребром: О применении химоружия в России

**Вещам надо давать правильные названия и повторять их на всех базарах (по Конфуцию)**

Итак, вопрос, будучи крайне серьёзным, удивительно прост для понимания. И если ваше ухо режет слово оружие, да ещё химическое(!), то и это легко объяснимо, потому как его фильтруют наши неуважаемые СМИ, а если точнее, то СФиУОС, т.е. средства формирования и управления (нашим) общественным сознанием.

Химическим веществом, являющимся ко всему прочему оружием, служит хорошо известный этиловый алкоголь, который по-научному называется этанолом. Именно этот алкоголь входит в состав всех спиртосодержащих изделий для приёма внутрь. Изделий таких много, но главным действующим веществом в них является алкоголь(А).

Объясняем оружейные качества А. В результате его массового употребления Россия имеет в год около 700 тысяч безвозвратных людских потерь. Кроме этого не менее чем двукратное число изувеченных и больных. Плюс к этому чудовищные материальные и моральные потери, которые позволили назвать сей погром пьяным цунами.

Не надо быть семи пядей во лбу, чтобы по потерям уподобить «алкогольное нашествие» масштабной войне без применения ядерного и бактериологического оружия. А вместо боевых отравляющих веществ, против которых есть средства защиты,

применяется, якобы, вполне мирный Адкоголь, от которого средства защиты отсутствуют. Получается, что не боевое химоружие, по потерям, оказывается эффективней такого боевого. Вот ведь как!

Почему мы настаиваем на существовании войны? Ведь СФиУОС не напрасно же его фильтрует. Или не так? Так вот, войной мы называем это народное бедствие потому, что в противном случае не возникает предельной степени озабоченности существующим порядком вещей. И без этого набатного слова проблема решаться будет, но значительно медленней, что приведёт к дополнительным людским, материальным и моральным потерям.

Кто же ведёт эту безумную войну без конца. Как говорила моя маменька, это проще выведенного яйца. Войну ведёт пьющая (большая) часть народа, против себя же. Вот вам ещё одно убойное слово – СУИЦИД. Не нравится? Ну, уж это не к автору сих строк, который более 30 лет борется за МИР, то есть за трезвость. И ждёт того же от читателей. В жизни авторов суицидальных мыслей ждёт дурдом, психушка. Только это, увы, не относится к пьющей братии. И к народу в целом. Ну, нельзя же полсотни миллионов граждан обеспечить помощью в условиях психиатрических больниц. Вопрос повис в воздухе.

Теперь внимание! Под флагом гуманизма ТВ инициирует сбор средств наших граждан для спасения детей, страдающих угрожающими жизни заболеваниями, лечение которых требует таких денег, которые не в силах выделить Государство.

В то же время ни ТВ, ни Государство не взывают к гражданам с просьбой принимать трезвость для спасения сотен тысяч граждан, гибнущих от алкоголя вследствие его потребления или в ситуациях, создаваемых людьми в нетрезвом виде (ДТП, пожары, аварии, драки и т. д.). Почему? И дело не в доходах в бюджет, так как потери от алкоголя в несколько раз больше поступлений от продаж

Дело в алкогольном лобби (так интеллигентненько назвали нынче преступников особого рода), которое делает всё возможное, чтобы не допустить снижения потребления людьми алкогольных изделий. А вопрос то стоит ребром! Сотни тысяч погибших взывают. Война продолжается. Водка и всё прочее не только продаётся, но кричит с иконостасов – витрин: купите же меня! А потребитель не верит, что если он примет трезвость, то спасёт хотя бы одного.

Вся практика алкоголизации обществ свидетельствует, что народ как субъект истории не может осознать этого порока и прекратить самоистребление. Нужно вмешательство власти. И происходит это во времена тяжёлых испытаний. **Доколе будем ждать большой беды?** Ответ за тобой, мой соотечественник.

(Саратов)



В первую очередь от алкоголя страдает мозг, он является основной мишенью для алкогольного разрушения. А на втором месте находится печень. Печень проходит через три стадии алкогольного распада.

Первая стадия – алкогольная жировая печень. Другое её короткое название – алкогольный гепатоз. При этом жиры с поверхностных печеночных клеток «смываются» и функции печени уже нарушаются. При этом человек может демонстрировать слабую зависимость от алкоголя, переносимость больших доз, отсутствие похмелья и запоев, хорошую работоспособность, несмотря даже на серьёзное поражение печени. Такой человек может отрицать регулярное употребление алкоголя. Существует множество факторов риска для алкогольного поражения печени: гены, чувствительность к алкоголю, питание, возраст приобщения, пол, обменные процессы, болезни, вредности... Для поражения печени совсем не обязательно пить «много». Накопление нейтральных жиров в гепатоцитах (клетках печени) происходит при употреблении небольших количеств алкоголя даже у здоровых людей.

У печени имеется пять основных функций:

1) обезвреживающая, детоксикационная;  
2) желчеобразовательная. В печени образуется желчь и по желчным протокам стекает в двенадцатиперстную кишку;

## Рыжеющая печень

врач-нарколог Михаил Козловский

3) терморегуляционная. Именно печень вырабатывает тепло в нашем организме. Искусство йогов осно-ванное на согревании самих себя – это тренировка печени.

4) защитная иммунная. Оказывается, в печени синтезируется много иммунных клеток. В печени обучаются В-лимфоциты, которые отвечают за гуморальный иммунитет.

5) метаболическая. Печень отвечает также за обменные процессы в организме.



Всероссийский День трезвости в Калининграде

Уже на первой стадии все эти функции начинают тормозить. При условии полного отказа от алкоголя, жировая печень может полностью восстанавливаться.

На второй стадии поражения печени алкоголь всё больше заходит внутрь цитоплазмы и начинает «дырявить» все образования цитоплазмы. Общее их название – органеллы. В их числе

митохондрии, где вырабатывается энергия в виде АТФ в цикле Кребса. Там есть рибосомы, где синтезируются белки по той или иной матрице, которая подходит в виде информационной РНК, считанной с ДНК. И там ещё есть ризосомы. Ризосомы – это органеллы, содержащие в себе ферменты, которые переваривают белки, жиры, и углеводы. Белки переваривают амилазы. Они их раскладывают на аминокислоты и потом их этих аминокислот синтезируются уже белки нашего тела. Липазы раскладывают жиры на жирные кислоты. А сахаразы раскладывают углеводистые осадки или, как их называют, сахара на отдельные сахарные осадки. И потом из них начинают синтезироваться наши углеводы.

Так вот, алкоголь начинает «дырявить» все эти органеллы. Все наши ферменты начинают выходить наружу. Это приводит к воспалению печени. Поэтому вторая стадия поражения печени называется **алкогольное воспаление печени** или **алкогольный гепатит**. Алкогольный гепатит чаще всего развивается на фоне жировой печени. Гепатит протекает по типу самопереваривания, то-есть вот эти лизосомальные ферменты начинают переваривать собственные печеночные клетки. И чем больше их так переваривается, тем больше там образуется некроза – омертвления тканей. Наступает гепатонекроз.

Гораздо более ядовитый продукт распада этилового спирта ацетальдегид связывается с основными белками цитоскелета, что приводит к необратимому повреждению клеток печени. Повреждающее действие свойственно даже малым дозам алкоголя. При этом наименование употребляемого алкогольного изделия не имеет значения, важна доза этанола, попавшего в организм.

Но, как говорится, «свято место пусто не бывает». Это место омертвления начинает зарастать фиброзом, соединительной тканью, или, как мы её ещё называем – рубцовой. Печень рубцуется всё больше. А рубцовая печень приобретает характерный рыжий цвет, она становится рыжая. Соединительная ткань называется циррозом. Цирроз, в переводе на русский, означает рыжий.

Такая рыжая печень уже не может обезвреживать наши шлаки, яды и не только алкоголь. Тогда все они начинают устремляться в различные наши органы, в том числе в мозг. А там уже нарушен мозговой гематоэнцефалографический барьер. И по мозгам уже «ударяет» не только «моча дрожжевых грибков» (этиловый спирт) и других бактерий, но и человеческая моча в виде мочевины, мочевой кислоты и других шлаков. И вот когда печень становится более фиброзной наступает состояние алкогольных психозов, безумия, сумасшествия. Так бывает, когда вторая стадия алкоголизма переходит в третью. Тогда начинает снижаться переносимость алкоголя. Печень уже ничего не может переваривать. А в первой стадии алкоголизма она пытается тренироваться, приспособиться как-то всё к большей дозе алкоголя. Но ближе к третьей стадии она, как говорится, **снижает**.

(Оренбург)

## Предложения в Программу повышения уровня трезвости Удмуртской Республики

Юрий Кашин

(Начало на полосе 2)

Трезвость направляет эти траты на другие нужды, поэтому в действительно трезвых сёлах возрастают объёмы розничной торговли и открываются новые магазины.

Каких-то других причин для пьянства не существует или на фоне перечисленных они несущественны. Пьянство является следствием умеренного употребления «качественного» сертифицированного алкоголя и пропаганды «культуры» винопития. Иные озвучиваемые поводы и причины являются лишь спусковым механизмом для сформировавшейся психологической и физиологической зависимости от алкоголя. Задача переубеждения людей является первоочередной.

### 1. Информационная работа

1.1. Рекомендовать радио, телевидению, СМИ и интернет-ресурсам регулярно распространять информационные материалы о трезвости, трезвом образе жизни, работе трезвеннического движения и трезвых сёлах Якутии, Башкирии и других регионов.

1.2. Рекомендовать убрать из обращения в информационном пространстве Удмуртской республики термины «злоупотребление алкоголем», «культура употребления алкоголя», «пить в меру», «пить умеренно», «польза малых доз алкоголя» и тому подобных.

1.3. Показывать на телевидении Удмуртии ролики социальной рекламы и фильмы «Общее дело», лекции Жданова, Маюрова, Губочкина, Коняева, Кривоногова, Мелехина, Фахреева и других лидеров трезвеннического движения, обладающих высоким рейтингом.

1.4. Организовать на радио и телевидении постоянно действующие рубрики на тему трезвости, регулярные встречи с политиками, специалистами и общественниками, ведущими трезвый образ жизни.

1.5. Установить информационные стенды, пропагандирующие трезвость, традиционные семейные ценности и многодетность на улицах городов и сёл, в образовательных, культурных и спортивных учреждениях.

1.6. Предложить ведущим специалистам Минздрава УР с позиций трезвости провести беседы о влиянии малых доз алкоголя на возникновение и течение заболеваний.

1.7. Обеспечить финансовую поддержку местным трезвенническим газетам и их распространению, прежде всего в образовательных учреждениях, больницах и проблемных семьях.

1.8. Распространять проспекты, информационные листки и другие трезвеннические материалы непрерывно и массировано.

1.9. Увязывать в информационной работе трезвость с успешностью в жизни, модой, традиционной крепкой и многодетной семьёй.

1.10. Организовать в центрах культурного досуга показ фильмов «Общее дела», лектории на тему трезвости и семейных отношений.

1.11. Обеспечить насыщение трезвеннической информацией праздничных, спортивных и других массовых мероприятий.

1.12. Организовать республиканские конкурсы на лучший видеоролик, рассказ, стихотворение, картину, пропагандирующие трезвость и трезвый образ жизни.

(Окончание следует)

## Для будущего лета

к.п.н. Петр Губочкин

Закончилось ещё одно лето. Что повторяется? Карелия 2016 год. Трагедия на Сям-озере. Погибли 13 детей. Выжившие дети буквально кричали на передаче Малахова: «Виноградов – руководитель водного похода был пьяный!» Ведущий пропускает это мимо ушей.

2017 год. Трагедия на Ладожском озере. Утопили трое. В лодке был алкоголь. Праздновали день рождения 16-летней девочки. Ведущий спрашивает юношу – приятеля погибших: «А они пили? «Нет, я не знаю», – отвечает. Ответ принимается.

**А зачем вообще в лодке подростков был алкоголь??** Весла протирать ?? Вопрос остается без комментариев.

В.В. Путин в Артеке узнает, что детей водят на экскурсии на винзавод «Массандра». На недоумение Президента – зачем это детям? Директор лагеря начинает рассказывать какие-то алкогольные байки! Слава Богу, Президент остановил этого безнравственного чиновника.

**Вывод.** Наши дети оказываются без защиты в этом проспиритованном мире. **И платят жизнью** за невежество и тупость взрослых дяденек и тетенок.

Как защитить детей, не допустить трагедий? Трезвость взрослых, прежде всего тех, кто работает с детьми. Это должно быть профессиональным требованием. Куришь? Употребляешь алкоголь? Такой пример детям педагог не имеет права показывать. В школах должны быть введены обязательные **УРОКИ ТРЕЗВОСТИ**. Обращаю внимание – не профилактика алкоголизации, курения, наркомании, спайсов и прочих ядов. **А трезвость нужна детям.** Если у ребенка будут **трезвые убеждения** – это будет лучшей защитой от всех многочисленных интоксикантов. Осознать **ценность трезвости** – как чистого, природного, естественного состояния, вот главная задача! Достижимо ли это? На мой взгляд – конечно. Беречь детство и беречь трезвость! **РОССИИ НУЖНО ТРЕЗВОЕ ПОКОЛЕНИЕ.** Это наше общее дело. Сберечь самое дорогое – наших деток.

(Ярославль)

## Поэтическая страничка

Владимир Коняев

Ищут курящие...

Ищут усиленно.

Ищут давно и, не знают, как быть.

Кто им подскажет?

Кто их научит?

Кто им поможет бросить курить!!!

Клеилась пластырь, ставился код...

Только табак ничего не берет!

Даже нарколог и тот говорит:

«Наука не знает, как бросить курить...»

Психолог сказал:

«Ищи мотивацию!

Она уберет у тебя провокации,

что заставляют курить и курить...»

Где ж мотивацию эту добыть,

Чтоб навсегда про табак позабыть?!

Адрес скажите, нам дом укажите,

Только скорей нас курить отучите.

Адреса нет

Да и дома не знаем...

Мы вам другое сейчас предлагаем.

Есть метод один – надёжный,

простой,

Всем он доступен и недорогой.

Надёжно свободу он всем

возвращает

К здоровью и трезвости нас

призывает.

Метод научен! Это метод Шичко,

А тот, кто знаком с ним, тот

дышит легко!

Поможет он бросить и пить

и курить

Здоровье поправить и радостно

жить!!!

(Владимир)



Диалог с читателем

(Окончание. Начало на полосе 3)

## Как и кем наполнять Россию?

Уважаемая Лариса!

Ситуация с вымиранием нашего народа заставляет многих неравнодушных людей бороться за трезвость, сохранение семьи, повышение рождаемости. Именно обеспокоенность за судьбы будущих поколений и породила этот доклад. За два месяца в разных аудиториях страны я прочитал его семь раз.

К огромному сожалению, случаи, когда у физически здоровых людей нет детей или они не хотят их иметь, не редки. Именно об этом я говорю, как о просеке из-за нерождённых детей, расширяющейся подобно воронке в будущие поколения. Ещё больший вклад в эту просеку вносят люди, сознательно ограничившие себя рождением одного-двоих детей. И это ограничение навязано им извне так же, как навязано девочке, нежелающей иметь детей, о которой Вы упомянули.

Почти согласен с Вами, что у людей «нет перед глазами примеров счастливых семей». Также у людей перед глазами почти нет примеров трезвой жизни, и потому многие спиваются и пропадают. Слишком много у нас жертв «навязанных извне мнений, ложных убеждений».

Слово урод часто несёт на себе эмоционально-оскорбительный оттенок. И пользоваться этим словом следует более взвешенно. Дети с врожденными уродствами, пороками развития и заболеваниями рождаются по многим и разным причинам. Я глубоко уверен, что наше общество должно уделять им большое внимание и, как любой может видеть, по отношению к инвалидам оно многое делает.

Основными причинами появления олигофренов, детей с врожденными уродствами и больных детей являются алкоголь, табак, аборт и заболевания, передающиеся преимущественно половым путем. Причём алкоголь – наиболее частый катализатор абортов и инфекций от случайных контактов.

В этом письме Вы сделали акцент на алкоголизме, как делает большинство людей. Главные проблемы не в пьянстве, главные проблемы в том, что его порождает. В общем количестве всех детей со всевозможными отклонениями вклад алкоголиков невелик. Во-первых, численность алкоголиков в общей массе репродуктивного населения невелика. Во-вторых, многие алкоголики не имеют семей, бесплодны и имеют пониженную вероятность зачатия. Подавляющая часть больных детей, в том числе с врожденными уродствами, имеет нормальных умеренно пьющих родителей. А люди обвиняют в этом генетику, экологию, продукты питания и что попало, лишь бы не алкоголь.

Я стою на том, что страну надо наполнять многочисленными поколениями нравственно и физически здоровых людей. Для этого надо вести трезвый здоровый образ жизни и заповедовать его детям. А о больных и несчастных надо заботиться всем миром. Иначе мы озвереем. К счастью, в нашем народе сердобольных людей много.

Но, чтобы не сажать на шею общества и его отдельных членов больных и умственно отсталых людей необходимо всерьёз заниматься искоренением причин приводящих к употреблению алкоголя, как легального, так и нелегального.

Юрий Кашин

(Продолжение. Начало на полосе 1)

- расширение социального слоя сознательных трезвенников;
- воспитание подрастающего поколения в духе трезвости, профилактика потребления алкоголя и наркотиков, а также табакокурения в молодежной среде;
- информационное воздействие на общественное сознание в целях утверждения и развития движения трезвости в районе;

Великолепные формулировки! Победителей в Канашском районе определяли по 36 критериям. Но профилактике трезвости и трезвеннической работе посвящены из них только 3-5 критериев. Гораздо больше усилий направлено на борьбу с пьянством, то-есть с последствиями отсутствия трезвости.

В Тюменской области призывают средства массовой информации систематически пропагандировать трезвость и информировать население о пагубных последствиях потребления алкоголя, табака и наркотиков, активизировать лекционную, учебно-методическую, издательскую, видеосъемочную и иную просветительскую деятельность. Тюменцы призывают пропагандировать привлекательность трезвого образа жизни для населения личным примером руководителей, врачей, учителей, авторитетных деятелей культуры и искусства. В Удмуртской Республике в СМИ просветительская деятельность в области трезвости ведётся крайне слабо, можно сказать, почти не ведётся. А в Кировской области и того хуже.

Первые места в удмуртском конкурсе получили село Светлое Воткинского района, село Кекоран Як-Бодынского и село Валамаз Селтинского района. Через полгода я проехал по сёлам победителям конкурса, поговорил с жителями и, где удалось, с представителями администрации. В селе Светлом знают о премии в полмиллиона, которую хотят потратить на приобретение спортивной формы и спортивные сооружения. О лекциях и видео на тему трезвости не слышали, отрезвился ли кто в результате проведения конкурса не знают, но

## Пройти по трезвому селу

подтверждают, что женсовет есть и, наверное, что-то делает.

Село Валамаз от народа вовсе оскудело. Мужики, кто есть, ездят на заработки вахтовым методом. А женщины о трезвости, о работе женсовета что-то слышали, но весьма туманно. Говорят, что этими проблемами занимается у них глава администрации

велосипеде, мотоцикле, автомобиле и с которым он объехал полмира. В планах также установить барельеф Ивану Кудрявцеву. Собиралась Елена Викторовна провести в селе День трезвости.

В село Кекоран я попал в воскресный день выборов после празднования Дня трезвости в ижевском парке Кирова.

Село маленькое, Дом культуры прекратил своё существование с целью экономии денег. Ну и, видимо, для того, чтобы дети в селе не задерживались. Все важные мероприятия проводятся в красивой кекоранской школе. Говорят, что в рамках конкурса «Трезвое село» показывали видео Жданова. Полиция прочтала лекцию о пьяной преступности. Про День трезвости слышали. Наверное в этот понедельник будут праздновать – прозвучало как

отговорка. Единственный плюс, что в селе Кекоран не продают алкоголь. Продавщица, мать троих детей, рада такому положению дел. Говорит: «Если начнут продавать, тут такое начнётся!»

После этих поездок сложилось мнение, что люди в слабо информированы о конкурсе «Трезвое село», о мероприятиях не знают и участия в них не принимают. О трезвости в течение года люди ничего не слышали и пропаганда трезвого образа жизни не ведётся. Даже бабушки, участники самодеятельности, схоронившие своих мужей, не согласны трезвость, как образ жизни. Стендов и плакатов, призывающих к трезвости нигде не видно. Работавших клубов трезвости в этих селах нет. Пропаганда употребления алкоголя не противостоит ничто. Возможно, и призовые места занимают благодаря умению хорошо отчитываться.

(Окончание следует)



А если это «хорошее» вино?

Елена Русских.

Елена Викторовна сожалеет, эту работу надо было начинать лет двадцать тому назад. Сейчас население села сильно постарело и поубавилось. Но в этих условиях она стремится улучшить ситуацию. С большим трудом после долгих переговоров удалось убедить владельцев магазина передвинуть витрину с алкоголем на дальнюю боковую стену. Раньше дети, когда приходили в магазин за покупками, сразу втыкались глазами в эту ярко-пеструю стену отравы, да так и стояли, пока их не обслужат. В селе раздаются печатные материалы на тему трезвости, магнитные наклейки. Благо, помогает их приобрести брат Елены Викторовны – предприниматель из райцентра. На призовые деньги в селе открыли музей в честь своего земляка знаменитого дрессировщика Ивана Кудрявцева, установили деревянную скульптуру его медведя Гоши, которого Иван Федорович научил ездить на самокате,

## Церковь об алкоголе

«Вино потопляет рассудок и ум и возбуждает страсти и сластолюбие».

Святитель Василий Великий

**Ключ к решению демографической проблемы народа - крепкая, трезвая, многодетная семья. Если вам понравился номер газеты, пришлите, по возможности, 100-300 рублей на счет фонда, а с удачных доходов - небольшую часть.**

**Межрегиональный благотворительный фонд «За миллиардное Отечество»**

Р/с 40703810368000000391  
Банк Удмуртское отделение № 8618 ПАО Сбербанк г. Ижевск  
к/с 30101810400000000601  
БиК 049401601  
КПП 184101001  
ИНН 1841062127  
426000, Ижевск, ул.К.Маркса, 318-1  
т.8.912-751-60-67 samtrezv@ya.ru

**Если ты рожать не будешь, Если я рожать не буду, Кто ж тогда продолжит род? Пёс или кот?**

**Курсы по методике Шичко**

- Избавление от алкогольно-табачной зависимости по Шичко.
  - Избавление от очков и восстановление зрения по методу Шичко-Бейтса;
  - Курс стройности и здоровья по методу Шичко-Оганян;
- Курсы индивидуальные, групповые и по скайпу.  
Занятия проводит профессор Юрий Иванович Кашин  
т.8.912-751-60-67 samtrezv@ya.ru

**Аппарат ИК-терапии урогенитальный «Уро-Биофон»** - эффективно инактивирует патогенные микроорганизмы: хламидии, трихомонады, микобактерии, кандиды, микоплазмы, уреоплазмы, стафилококк, вирусы герпеса и другие инфекции, передающиеся половым путем.

**Аппарат ИК-терапии в комплексном лечении лёгочных заболеваний «Фтизио-Биофон»** эффективен также в лечении клещевого энцефалита и боррелиоза.  
т.8.912-751-60-67 www.biof.ru

**Подписка на газету «Родник трезвости» = любого месяца**

**Стоимость подписки на электронный вариант 150 руб., на бумажный вариант 200 руб. на год, включая доставку в Удмуртии.**

**Стоимость доставки до 20 экземпляров газеты в другие регионы + 250 руб. в год.**

**Оплата с любого месяца на карточку Сбербанка России 639002689001 921983.**

**Возможны другие варианты**

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  
Тел. 8.912-751-60-67  
E-mail:samtrezv@ya.ru  
Сайт www.alnepey.ru

Мнение редакции может не совпадать с точкой зрения автора  
Тираж 3000  
Цена свободная  
Дата выпуска 26.09.2017 г.

Газета отпечатана в МУП г.Сарапула «Сарапульская типография»  
427960, Удмуртская Республика  
г. Сарапул, ул. Раскольникова, 152  
Подписано в печать 25.09.2017 г.  
По графику 14.00

Газета зарегистрирована Роскомнадзором  
ПИ № ФС 77-42236 от 04 октября 2010г.



