



Трезвой России быть!

# ГОРЛАТНИК

Газета Союза борьбы за народную трезвость

14+

№ 4 (252) – май 2019 г.

Издается с июня 1994 года



Дорогие ветераны Великой Отечественной войны, труженики тыла, дети войны, соратники, друзья! Искренне и сердечно поздравляем вас с Днём Победы!

Ценой огромных потерь, страданий и нечеловеческих усилий наша страна разгромила фашистскую Германию с её звериной идеологией. Двадцать семь миллионов советских граждан пали в бою, скончались от ран, пропали без вести, были замучены в плену, погибли под бомбежками, умерли от голода и лишений.

В 1945 году была одержана не только военная, но и огромная нравственная Победа и наша общая задача – не допустить оправдания нацизма и противостоять попыткам переписать историю.

Кроме того, память об этом величайшем подвиге наших отцов и дедов должна вдохновлять нас на самоотверженную борьбу за освобождение народа от алкогольного гнета!

Уважаемые ветераны, труженики тыла и дети войны! Желаем вам крепкого здоровья и бодрости духа! Дорогие соратники! Добра вам, благополучия и всегда мирного неба над головой!

Только трезвая Россия станет великой!

Союз борьбы за народную трезвость

9 мая –

## всенародная акция «Бессмертный полк»

9 мая без Сталина – это как Куликовская битва без Дмитрия Донского, как Полтава без Петра I, а Бородино без Кутузова.

Верните ИМЯ нашей Победе!



## ДЕНЬ ПОБЕДЫ, КАК ОН СТАЛ ОТ НАС ДАЛЕК...

Далёких 74 года назад наши прадеды неимоверными усилиями и ценой многих миллионов жизней вырвали Победу в самой дикой и кровопролитной войне 20-го века. Не хватит слов, чтобы описать значимость их подвига. Нет таких слов, которыми мы можем выразить нашу благодарность за жизнь.

Я уверен, что мы, благодарные потомки, этот Праздник обязаны отмечать достойно. И лучшие, на мой взгляд, способы для этого – убрать, объединившись с соседями, свой двор, не ожидая этого от коммунальных служб. Посадить деревья, чтобы город цвёл и зеленел. Привести в порядок памятники защитникам Родины. Возложить к ним цветы. Проявить заботу и поздравить с Днём Победы оставшихся в живых сотворивших



Будь трезв в День Победы! Будь благодарен за жизнь. Радуйся мирному небу и цветущим яблоням, вишням, черёмухе!

А на следующий день бери и воплощай чаянья своего деда о достойной жизни внуков. В стране много дел, ждущих твоего участия. Тысячи, миллионы проблем, ждущих наших решений.

Традиционно, 9 мая в славном городе Чехов мы провели фото-акцию «Праздную День Победы Трезво!».

9 мая участники молодёжного отряда сторонников трезвости на улицах города предлагали горожанам, разделяющим позицию о недопустимости алкогольного празднования Дня Победы, сделать фото с плакатами и разместить их в сети, тем самым заявив,

что опьянение порочит подвиг победителей, а трезвость – признак уважения к героям.

К радости добровольцев, всё больше жителей понимает важность трезвого празднования Дня Победы. Люди активно соглашались сделать фото, высказывали слова понимания и поддержки.

Знаменитый боксёр-тяжеловес Денис Лебедев, взяв в руки плакат «Праздную 9 мая трезво», заявил: «Только так!».

ТОЛЬКО ТАК!  
Мы верим, что не за



её ветеранов.

Чего нельзя допускать в этот наш общий Праздник – так это опьянения, алкогольного «веселья». Нельзя, так как в сегодняшнее, половинное нам прадедами мирное время, половина всех смертей в России связаны с алкоголем, табаком и наркотиками. В то время как более 90% алкогольно-табачного рынка находится в руках иностранного капитала.

Это война. Только невидимая и не осознаваемая. Она поменяла формы, а мы не заметили этого.

Я уверен, лучший способ проявить свою любовь к Родине – это отпраздновать День Победы трезво и достойно. Это громче тысяч наклеек на авто и пустых слов о «готовности повторить». Это громче всех певцов и салютов.

горами то время, когда немыслимым и оскорбительным будет пьяное состояние человека. И только так, только трезво будет наше общество отмечать все праздники, проводить будни, творить своё настоящее и будущее.

Трезвость – этот истинный признак цивилизованности общества, победит!

С праздником, дорогие соратники, друзья! С Днём Победы, Россия! Будем жить!!!



Александр Чернецов,

«Чеховское движение за трезвость», г. Чехов, Московской обл. shehovzatrezvost@yandex.ru  
ФОТО АКЦИИ: [https://vk.com/album-23285391\\_263228721](https://vk.com/album-23285391_263228721)

## СОРАТНИКИ на ДЕМОНСТРАЦИИ 1 МАЯ

Мы идём с флагами СБНТ, Партии сухого закона России, имперским и красными знаменами победителей. И с растяжками: «Трезвость – воля народа», «Мы за сухой закон», «Трезвость, Нация, Россия».

Идём в рядах КПРФ, вместе с «Русским ладом». Но есть и те, кто идёт под гармошку с ЛДПР.

И не было войн и рабов. Чтоб были все люди друг другу родные, Не стало тюремных оков.

Иуды хмельными речами прельстили, Вином опоили народ. Мы, пьяные, счастье свое упустили, В безумстве отечество мрёт.

Мы русские люди – под знаменем красным. Трубач, проиграй громко сбор. Хозяева – мы! Скажем дружно и властно – Беги, лжец, убийца и вор!

Колонной единой сегодня шагаем, Твердо чекана шаг. Гляди супостат, снова мы поднимаем Красной победы стяг.

Цвет знамени красный – цвет нашей победы, Пропитанный кровью отцов. Под ним умирали за Родину деды, Буржуев изгнав из дворцов.

Аникин Сергей Сергеевич,  
Красноярск, 1 мая 2019 года,  
SoberSiberia@yandex.ru

На Дальнем Востоке граждане решили выйти на демонстрацию в жёлтых жилетах, кто не согласен с внутренней политикой от Единой России.

Я тоже не согласен с политикой спаивания. Все законы в Госдуме принимаются фракцией Единая Россия.

Жёлтый жилет купил в магазине, хотя, говорят, что на Камчатке перед 1 мая запретили продавать желтые жилеты.

Казанцев Владимир Михайлович,  
Петропавловск-Камчатский,  
trezvo41@mail.ru



Знамя Победы – КРАСНОГО ЦВЕТА!

### Красное знамя

Цвет знамени красный! – цвет нашей победы, Пропитанный кровью отцов. Под ним умирали за Родину деды, Буржуев изгнав из дворцов. Чтоб братьями стали народы земные,





Из суровых камчатских мест, где провел без малого 15 лет, я вернулся в свой родной сибирский городок уже убежденным трезвенником и законченным противником политического режима, насаждающего опаснейшие иллюзии и пусто-призрачные надежды в умах сограждан, «живущих по преданию и рассуждающих по авторитету»... И лишь дополнительным подтверждением этой позиции послужило то, что, как оказалось, половина соучастников моих «веселых» юношеских лет уже сошла в могилу не без помощи алкоголя, в том числе, качественного, государственного, другая же половина – тупо и упорно продолжала поклоняться бесподобному, козлоному Бахусу. Я не спорил с оставшимися в живых. Мне думалось тогда, что каждый по своему прав, и что «сколько людей, столько и мнений», и что каждый выбирает сам себе «женщину, религию, дорогу».

Трезвость, таким образом, я влачил исключительно «моя-хата-с-краюшную», пассивно-обывательскую, впрочем, ни на чуть ее не выпячивая и не бахвалась ею...

Однако вскоре все круто изменилось. Однажды вечером в мой дом заглянул гость с бутылкой вина – давнишний приятель, врач-психиатр Александр Фатеевич Чарков, с коим не виделись мы тьмутыщу лет. Застолье не сложилось, но наговорились вдосталь. Узнав же, что я седьмой год уж, как в самоизоляции от пагубной традиции, он зашел и на следующий день – без поллитры, но с аудиокассетой «Правда и ложь об алкоголе».

Так и началось мое знакомство с этим удивительным явлением мирового уровня и значения – Владимиром Георгиевичем Ждановым. На дворе был – 1984-й год...

Магнитопись произвела на меня впечатление такое же, как, очевидно, и на всех, кому посчастливилось ее в той социально-политической атмосфере тотальной лжи и духоты послушать: шокирующее. Интеллектуально и нравственно потрясло буквально все: плотность информации, блестящая работа с фактами, яркость и свежесть логических пассажей, новизна умозаключений, полученных на базе общеизвестных статданных, динамика речи, тембр голоса, эмоции, интонации, великодушный сарказм, мужество говорящего с позиции Гражданина, искренняя тревога за судьбу народа и страны, историзм темы, здоровая, но беспощадная критика медицины, пребывающей в некоторой озабоченности лишь от последствий питания, обличение антинародного монстра, бойко проводящего смертоносную политику А.Гитлера, монстра, именуемого государственной алкоторговлей...

Голос Жданова, казалось, насыщал воздух чистейшим, предгрозовым озоном, его голос звучал, как набат, его лекция, обращенная, прежде всего, к советской интелли-

генции, воспринималась, как развернутая манифестация песенной строки – «Вставай, страна огромная, вставай на смертный бой»...

Вне всякого сомнения, этот молодой новосибирский ученый воспринимался общенациональным героем, бесстрашно и одиноко вставшим в полный рост среди мил-

лионов «незрячих» и согласных, среди упоенных и разобщенных, среди честных, но обесчещенных... И надо отдать должное лучшим представителям этой интеллиген-



ции, – Н.Г. Загоруйко, Б.П. Гаврилко, В.П. Будянов, И.В. Николаев, В.И. Секерин, Е.А. Чиркин (Новосибирск), Б.И. Исаков, В.В. Юмин, М.П. Баканов, Н.Г. Емельянова (Москва), О.И. Трофимов, О.Е. Жуганов, В.П. Кривоногов (Абакан), В.С. Стольников (Первоуральск), Н.П. Воропаева (Обнинск), В.А. Гришутина (Мыски), П.И. Губочкин (Ярославль), А.В. Иванов (г. Петропавловск), Л.С. Иванова (Арзамас), О.И. Калашников (Владивосток), Н.Ф. Колоша (Нижний Тагил), С.П. Крупская (Харьков), В.Н. Кухарев (Томск), Г.С. Купавцев (Новокузнецк), А.В. Накаряков (Пермь), А.П. Репетов (Тюмень), А.М. Сидоров (Алма-Ата), В.А. Толкачев (Минск), В.И. Федотов (Можга), Н.В. Юминов, Н.В. Январский (Ижевск) и мн., мн. другие, – которые, как по боевому сигналу «За Родину!» не ради наград, и не премиальных ради, поднялись и заняли свое место на бесструктурном противоалкогольном фронте, и голос которых не позволил расправиться с молодым ученым так, как умела в те годы расправляться подрастерявшая честь и совесть партийно-советская власть... «Трезвенники-восемьдесятники», – а это был целый многотысячный народный вал, в том числе и совершенно неизвестных нам товарищей, – вносили свою персональную лепту в общенародное дело, и никто тогда не вопрошал беспомощно: «А где тут мое место и

чем бы мне тут тоже подзаняться?», ибо знали, имеющие совесть «Бейся там, где стоишь!», и не прятались за внушенное лукавыми «каждый должен заниматься своим делом» (наркологи – пьющими, а пьющие – смиренно стоять у кульмана, у станка, у доменной печи). «Каждый должен заниматься своим делом» – это очень удобная формулировка, за которую иные потом с легкостью попрыгали, освободив себя от своей собственной совести, от своего гражданского долга, от своей духовной миссии.

В песне Владимира Высоцкого есть строки:

Если мяса с ножа ты не ел ни куска,  
Если руки сложа, наблюдал свысока,  
И в борьбу не вступил с подлецом, палачом –  
Значит, в жизни ты был ни при чем, ни при чем!

Быть в жизни ни при чем – именно это и предпочли некоторые, в том

теплых эмоций до возмущения духа восходящего до гнева, от пауз, благодаря которым так прекрасно доходил смысл и трагизм сказанного до словес, – не высокопарных, не претенциозных, не тех, что пропитаны махровым чинушничеством, но таких, которые являлись, как речь самого высокого звучания...

Я не скажу, что он был популярен или знаменит на излете XX-го века, или что он был эдаким всеобщим любимцем. *Популярны* – Верка Сердючка и Филипп Киркоров, *известны* – Борис Березовский и Андрей Чикатило, знамениты – Михаил Жванецкий и Михаил Горбачев. В известности, популярности, знаменитости есть некая потребительская, утилитарно-шкурная подстройка либо сверху, либо снизу: «он для меня», «я ради него». Феномен же Жданова, как мне думается, лежал совершенно в ином измерении и удовлетворял, – в тогдашней атмосфере информационного вакуума, тотальной лжи и фарисейства, в атмосфере невыносимой духоты, невозможной для

алчные, торгашеские своры, внеациональное чиновничество государственности охолодевшее, аморальное сообщество журналист и деятелей культуры во исполнение чудовищного заговора против народов мира и получившего название «теория «золотого» миллиарда».

Есть совершенно конкретно обозначенный враг, и есть совершенно понятный и простой выход: нужно взять и бросить пить – объявить для себя самого «сухой закон». Не только ради здоровья, но и ради Родины нашей, и ради детей тоже.

Так сказал Владимир Георгиевич Жданов, наш современник, один из самых достойнейших людей конца XX-го столетия!

Кстати, мог ли, уважаемый читатель, кто-нибудь из нас представить, что в 1984 году В.Г. Жданов окажется, к сожалению, прав? Ведь это он, а не астролог Павел Глоба, сказал, – я подчеркиваю, в 1984 году сказал:

*«Когда мы построили эти графики и сделали простейшие оценки, я, честно говоря, две ночи просто не мог заснуть. Товарищи, с нами никто не собирается воевать. Вот это мы все ясно себе должны, четко отдавать отчет. Все эти разговоры о «першингах», вся эта напряженность – это, товарищи, блеф просто. Самый настоящий блеф. Зачем с нами воевать, если мы через 15 лет просто рассыплемся как суверенное государство?!»*

Через 15 лет – 8 декабря 1991 года – в результате Беловежского соглашения, – Соглашение о создании Содружества Независимых Государств, – суверенное, пьяное государство – СССР – рассыпалось...

Рассыпалось... Таково же и понятно: алкоголь разваливает буквально все – и личность, и семью, и род, и народ, и общество, и государство! И поэтому, соратники, у нас нет иного выхода, как вдуматься и уверовать в то, второе пророчество, которое В.Г. Жданов сделал уже через год после первого – в 1985 году: **«Трезвость – наше оружие! И мы – победим!»**



жизнедеятельности нравственной личности, – совершенно иную потребность – потребность даже не в сильной личности, которой чуждо лизоблюдство и своекорысть, не в такой достойной личности, которая молодецково гарцевала в приторных передовицах и гордо бронзовела, топорщась на высоких трибунах, но в такой, лучшие черты которой саккумулировались в прекрасном слове «товарищ». «Товарищ» не в партийно-советском смысле и не в еврейско-торгашеском, но в том, в каком понимал его русский философ и священник Павел Флоренский: «товарищ... означает, собственно, защита, защитник...».

В песне Михаила Анчарова, гениальнейше исполненной Валентином Никулиным, есть строки:

Говорил мне отец:  
«Ты найди в себе слово,  
Чтоб оно, словно песня,  
Повело за собой.  
Ты ищи его с верой,  
С надеждой, с любовью, –  
И тогда оно станет твоею  
судьбой».

Я искал в небесах,  
И среди дыма пожара,  
На зелёных полянах,  
И в мёртвой золе,  
Только, кажется мне,  
Лучше слова «товарищ»  
Ничего не нашёл я на этой земле.

Так вот, В.Г. Жданов, на мой взгляд, и явился пред зачарованно внимающим народом именно в этой ипостаси – ипостаси *товарища*, который сказал совершенно ясно, твердо и мужественно: «*Мы – сплелись*», мы – потомки тех, кто с трезвой головой, отражая нашествия хищных племен Востока и полчища завоевателей Запада, собирал столетиями Великую Россию; мы сплелись, но не вина наша в том, что с нами произошло, ибо есть хитрейший и подлейший, незримый тайный враг, – мировая закулиса, – умело направляющий

## ТОВАРИЩ ЖДАНОВ

Сегодня, 25 мая, исполняется 70 лет нашему признанному Лидеру – Владимиру Георгиевичу Жданову.

От всей души поздравляем Вас, дорогой Владимир Георгиевич, с этим замечательным юбилеем!

Желаем Вам хорошего здоровья, крепости духа, любви родных и близких, всенародной любви и уважения, успехов во всех ваших добрых делах! Одним словом – желаем Вам всего того, что у Вас давно имеется, и чтобы сохранилось это все еще на многие-многое годы!

Друзья и соратники

числе и горячие поклонники творчества великого поэта...

Полученный мною заряд от прослушанной лекции В.Г. Жданова был велик, настолько велик, что я решительно не мог далее продолжать свое прозябательство в своем глухом, удобном окопе простого непития.

Надо было безотложно что-то делать?

Но – что же!?

Я размножил аудиозапись и раздал всем, кому только мог. Я перенес аудиолекцию на бумагу – распечатал на пишущей машинке и раздал тем, у кого не было магнитофона. Но это же ничтожно мало?! Что же еще? Поскольку на тот момент я уже не пил, а дважды пить не бросишь, то я, прокуривший 22 года, и дошедший уже до двух пачек сигарет «Орал», 31 декабря 1984 года решительно и навсегда бросил курить.

Во, какова она, сила пламенного слова!

Несомненно, выступление Жданова я воспринял, как сигнал к личной мобилизации – бери шинель, пошли на фронт!

Активная трезвость побудила искать и соратников. Итаковые вскоре нашлись – старший научный сотрудник ОНМЦ при РДК Виктор Павлович Кривоногов и член областного суда Олег Игоревич Трофимов. С этой нашей «тройки» и начался, в сущности, прозвучавший впоследствии на весь Советский Союз дискуссионный клуб трезвости «Луч», в судьбе которого пришлось принимать участие и Управлению КГБ по Хакасии, и инструктору ЦК КПСС Кувитанову, и начальнику абаканского ГОВД МВД...

Именно клуб «Луч» явился и инициатором приглашения в Хакасию лектора Всесоюзного общества «Знание» В.Г. Жданова. Было это уже в 1987 году.

Славное времечко! Ах, каков был Владимир Георгиевич! Молод, бурлящ, искрометен, напорист, нежданен, легко гуляющ от самых

**Продолжение, начало на стр.2**

способна поднять современников на переустройство бытия в соответствии с идеалом, который был сформулирован и провозглашен в виде трезвого человека.

Мы знакомы более 20 лет. Обо всем не напишешь, не расскажешь, а о многом и хотелось бы рассказать, написать, да я и сам того не понимаю. Например, не понимаю, как он работает над словом, как он создает архитектуру своих удивительных лекций, и где он берет столько душевных сил, столько энергии, чтобы с необычайной легкостью и щедростью раздаривать это все людям, ничего не требуя взамен и не прося признаний и похвал.

Десятки раз Владимир Георгиевич бывал в нашем городе – в Абакане. Множество раз выступал



на телеканалах благодаря местным знаменитым тележурналистам Татьяне Ежовой и Людмиле Расщениной. И нередко в студию на запись шел прямо с утешного поезда.

Его работоспособность – поразительна.

Известно, что в период проведения съезда, конференции и т.п. делегатам удается поспать не

более 2-3 часов – хочется пообщаться, выговориться, выслушать... Но ведь в этот же период на В.Г. Жданове лежала, как обычно, и обязанность подготовить ту или иную резолюцию, ту или иную «важную бумагу». Конечно, для этого всегда избиралась соответствующая рабочая группа, но эта группа к самому ответственному моменту уже представляла собой банальную «варенную рыбу». Кто нас спасал? Владимир Георгиевич, под чью диктовку, сразу, «с голоса», без «творческих мук» над черновиком записывались совершенно четкие, выверенные формулировки.

Поразительный мозг! Поразительная личность!

Есть легион тех, кто норвит рассевшись дома на мягком диване в теплых тапочках покраснобайствовать на тему «роль личности в истории», маскируясь под бараньей шкурой «я – как все», когда «столько боли вокруг». Жданов же не склонен витать в эмпиреях, он даже не склонен призывать к чему бы то ни было этих краснобайствующих и витийствующих. Он третье десятилетие, из года в год, из города в город, из села в село неустанно несет людям истину об алкоголе, об алкогеноциде, о трезвом образе жизни. Он с одинаковой искренностью и самоотдачей, выкладывает «на все сто» и на Центральном телевидении, и перед сотнями собравшихся в актовом зале, и перед десятком слушателей семинара, проходящего меж костров и палаток в лесу на юге Урала, и перед пятью членами редакции районной газеты в глухом сибирском селе Белый Яр...

И при этом никогда и никаких жалоб.

Настоящий русский интеллигент – что с него возьмешь!

Все, кто пивал чай за одним столом с Владимиром Георгиевичем, парился в баньке, балагурил

у костра, на всю жизнь запомнил и то, как он читал стихи русских поэтов – Николая Рубцова и Валентина Сорокина, как задушевно пел русские песни и как рассказывал всевозможные истории, байки, анекдоты! Ненавязчивая, претенциозная манера поведения, благодаря которой каким-то непостижимым

для меня образом, в общей атмосфере прекрасного настроения исчезает очевидное на первых парах эмоционально-интеллектуальное неравенство собравшихся, исчезает непропорциональность личных вкладов в создание общей атмосферы, и компания при этом не дифференцируется, не дробится на дипполи – объединяется.

И еще я заметил, что там, где присутствовал Жданов, никогда не проявлялось высокомерное зубоскальство среди собравшихся по поводу друг друга, и никогда не слышал я, чтобы сам он кого-либо осуждал, отчитывал, а тем более, позволял бы себе высказывать нелицеприятное мнение о ком-либо из отсутствующих.

Поразительный человек!

Как-то, будучи у меня в гостях и увидев книгу Н.В. Гоголя «Тарас Бульба», Владимир Георгиевич взял ее в руки, бережно полистал и начал читать вслух речь Тараса, да так читать, что вновь мне показался этот, еще со школьной скамьи известный фрагмент, и на каком-то совсем ином уровне я вдруг понял нечто совершенно новое и очень важное для себя:

«Хочется мне вам сказать, панове, что такое есть наше товарищество. Вы слышали от отцов и дедов, в какой чести у всех была земля наша: и грекам дала знать себя, и с Царьграда брала червонцы, и города были пышные, и храмы, и князья, князья русского рода, свои князья, а не католические недоверки. Все взяли бусурманы, все пропало. Только остались мы, сырые, да, как вдовца после крепкого мужа, сырая, так же как и мы, земля наша! Вот в какое время подали мы, товарищи, руку

на братство! Вот на чем стоит наше товарищество! Нет уз святое товарищества! Отец любит свое дитя, мать любит свое дитя, дитя любит отца и мать. Но это не то, братцы: любит и зверь свое дитя. Но породниться родством по душе, а не по крови, может один



только человек. Бывали и в других землях товарищи, но таких, как в Русской земле, не было таких товарищей. Вам случилось не одному помногу пропадать на чужбине; видишь – и там люди! также божий человек, и разговоришься с ним, как с своим; а как дойдет до того, чтобы поведать сердечное слово, – видишь: нет, умные люди, да не те; такие же люди, да не те! Нет, братцы, так любить, как русская душа, – любить не то чтобы умом или чем другим, а всем, чем дал бог, что ни есть в тебе, а... – сказал Тарас, и махнул рукой, и потряс седою головою, и усом моргнул, и сказал: – Нет, так любить никто не может! Знаю, подло завелось теперь на земле нашей; думают только, чтобы при них были хлебные стоги, скирды да конные табуны их, да были бы целы в погребах запечатанные меды их. Перенимают черт зна-

ет какие бусурманские обычаи; гнушаются языком своим; свой с своим не хочет говорить; свой своего продает, как продают бездушную тварь на торговом рынке. Милость чужого короля, да и не короля, а паскудная милость польского маганата, который желтым чеботом своим бьет их в морду, дороже для них всякого братства. Но у последнего подлюки, каков он ни есть, хоть весь извалялся он в саже и в поклонничестве, есть и у того, братцы, крупица русского чувства. И прощется оно когда-нибудь, и ударится он, горемычный, об полы руками, схватит себя за голову, проклявши громко подлую жизнь свою, готовый муками искупить позорное дело. Пусть же знают они все, что такое значит в Русской земле товарищество!»

И вот, вспоминая сейчас этот эпизод, думаю я: до чего ж велик был русский писатель Николай Васильевич Гоголь, если спустя 300 лет после известных событий и 200 лет спустя после написания исторической повести, атаман трезвеннического движения из новосибирского Академгородка, защитник Русской земли, уже очищенной от ляхов, но все еще не от жидов-корчмарей, как самую актуальнейшую вещь, читает речь старого полковника, речь, которую гоголевский Бульба произнес перед казаками накануне тяжелого сражения «не для того, чтобы ободрить и освежить их, – знал, что и без того крепки они духом, – а просто самому хотелось высказать все, что было на сердце»!..

**Евгений БАТРАКОВ**  
«Оптималист», №4 (126)



**На фотографиях:**  
В.Г. Жданов читает лекцию в Ульяновске.

На юбилее клуба в Первоуральске, 1989 год - В.Г. Жданов, Г.И. Тарханов, Ф.Г. Углов.

В.Г. Жданов с соратниками на демонстрации в Саратове.

Братья Ждановы: Павел, Владимир, Александр – на слете Трезвых сил Юга России под Анапой.

В.Г. Жданов с делегатами из Татарстана на школе-слете на оз. Еланчик, Челябинская обл.

Академики трезвости, многие из которых ученики В.Г. Жданова, на 100-летнем юбилее Ф.Г. Углова в Санкт-Петербурге (Ленинграде).

## Под знаменем трезвости

Впервые я услышал о кандидате физико-математических наук Владимире Георгиевиче Жданове летом 1984 года. Мой друг, капитан третьего ранга в запасе, с которым я не один год бороздил воды Тихоокеанского бассейна, Леонид Иванович Клименков прислал из Владивостока аудиокассету с записью выступления Владимира Георгиевича.

В это время я работал на заводе «Амурсельмаш» плавильщиком металла, был секретарём цеховой партийной организации, членом парткома завода. Я был трезвенник с пятилетним стажем, уже много знал об истории трезвеннических движений. Прослушанная запись потрясла меня своей правдой и патриотизмом, за ней я увидел талантливого оратора, глубоко мыслящего учёного и Человека. Сквозь шум некачественной записи, с петушиным песнопением на втором плане, я услышал об алкогольной ситуации в СССР, узнал о том, что если мы «не вылезем из шкуры и не бросим пить», то к концу столетия исчезнет великий, могучий Советский Союз. Начнётся деградация русского этноса. И я присоединил свой ещё слабый голос к громкозвучающему голосу Владимира Георгиевича.

В первую очередь организовал прослушивание этой записи во всех цехах и отделах завода, численностью две с половиной тысячи человек. В перерывах амурсельмашевцы слушали речь, которая не оставила ни одного равнодушным. Многие из них впоследствии

стали членами общества трезвости, которое я организовал на заводе, за год до появления Всесоюзного добровольного общества борьбы за трезвость (ВДОБТ).

В рамках ВДОБТ я познакомился со многими будущими соратниками, была переписка, в том числе с Фёдором Григорьевичем Угловым (письма которого я храню по сей день), газетные вырезки приходили со всех концов Советского Союза, мы обменивались информацией, опытом работы, словом – использовали всё, что могли. Соединяли нити, из которых в ноябре 1988 года, благодаря колоссальной работе проделанной Новосибирским Добровольным Обществом Трезвости, сокращенно и по сути – ДОТом, созданным и возглавляемым В.Г. Ждановым, был сформирован Союз борьбы за народную трезвость СССР. Но личное знакомство с этим удивительным Человеком произошло почти на год позже. Екатерина Ивановна Кардаш – ответственный секретарь ВДОБТ г. Новосибирска, впоследствии друг и соратник, пригласила меня в Новосибирск пройти курсы по методу Геннадия Андреевича Шичко. Тогда я работал директором Белогорского дома-интерната для престарелых и инвалидов. Оформил отпуск и уехал в Новосибирск. По

окончании десятидневных занятий, я получил удостоверение, разрешающее мне проводить курсы по методу Г.А. Шичко, подписанное В.Г. Ждановым и Е.И. Кардаш. Эту желтевшую бумажку я по сей день считаю главным мандатом, давшим мне возможность освободиться от зависимостей (не только алкогольно-табачных), болеет семи тысяч человек.

Прошло тридцать лет. Я закончил Академию психологических наук, стал вице-президентом Международной Академии Трезвости, профессором Международной Славянской Академии наук образования, искусств и культуры (МСА). Был делегатом трёх всемирных конгрессов, многих международных конференций и всероссийских мероприятий, создал одну областную, тринадцать городских и районных организаций борцов за народную трезвость (клубы «Соратник»). И за всё это я буду вечно благодарен моему другу и соратнику Владимиру Георгиевичу Жданову, от которого вместе со знаниями я получил тот заряд энергии и сил, которые позволили укрепиться в избранном пути, быть непримиримым к укоренившемуся пороку – отравлять божественную сущность в человеке алкогольными или другими наркотиками.

От имени Дальневосточного ФОРПОСТА

трезвости поздравляю Владимира Георгиевича Жданова с 70-летием со Дня рождения! Желаю тебе, дорогой наш друг, соратник и Учитель крепкого здоровья, бодрости духа на долгие годы борьбы за Трезвую Россию, за Трезвый Мир! Мы не уроним поднятое знамя!

### Моему учителю В.Г. Жданову

#### Соратники

Мы обрели свободу снова,  
Увидев истины лицо.  
Всегда вначале было слово,  
А не какое-то словцо.

Оно набатом прозвучало,  
Задело правдой сердце вдруг.  
Но это было лишь начало, –  
Пришлось пройти чистилищ круг.  
Чтоб обрести значенье истин,  
Побыть распятым на кресте,  
Где мучили, терзали мысли  
И отражались в пустоте.

Потом сознание прояснилось:  
«То был другой, совсем не я».  
Такое счастье и не снилось,  
Всё обрела душа моя!

Если не я, то кто поможет  
Заблудшему увидеть путь?  
Где обрести он счастье сможет,  
Избавившись от пьяных пут.

**Николай Трифонович Дегтярёв**,  
член правления СБНТ, председатель  
Амурского регионального отделения.

# РУССКИЙ ИВАН УЧИТ ПОБЕЖДАТЬ!



Писателю-трезвеннику Ивану Владимировичу Дроздову 25 мая исполняется 95, а по документам даже 97 лет!

Биография журналиста и писателя, ветерана Великой Отечественной войны Ивана Владимировича Дроздова удивительно интересна. Многие романы И.В. Дроздова с эпизодами из его наполненной трагическими и оптимистическими моментами жизни некоторым читателям кажутся фантастикой. Родился он в многодетной семье и мальчишкой оказался в среде малолетних ворюшек. В школе он не учился совсем. Когда ватага малолеток грабила квартиры, он подбирал брошенные ими красивые толстые книги Дюма, Майн-Рида, Гюго, Пушкина, Жюль Верна, чтобы на книгах спать в подземной пещере. Один из старших мальчишек научил его читать. И вот он уже с упоением читает про подвиги легендарных героев, не ведая, что судьба вскоре выдаст ему море приключений и испытаний, которые нужно будет преодолевать. Он ухитрился поступить в лётное училище, прибавив себе два года возраста, и семнадцатилетним лейтенантом-лётчиком стал воевать с фашистами. Однажды он должен был выполнить важнейшее задание командования – разбомбить важный в

стратегическом отношении мост через реку, который охранялся многими зенитками. Несколько советских самолетов уже было сбито при попытке разбомбить мост. На бреющем полёте молодой лётчик Дроздов и его друг штурман подоברались к мосту и удачно сбросили на него бомбы. Мост взлетел на воздух. Командиры авиаподразделения говорили, что лётчиков, взорвавших этот важный мост, могут представить к званию Героев Советского Союза. И вот летят два молодых лётчика, выполнившие важное задание и поют песню: «Родина слышит, Родина знает, где в облаках её сын пролетает...» И вдруг – удар, взрыв. Самолёт подбит и падает. Оказалось, забыли от радости юные лётчики, что в зону, над которой они летели, нельзя было попадать. Немцы в начале войны захватили много наших самолётов и часто налетали, безнаказанно кида бомбы на наши войска, так как русские зенитчики принимали эти самолёты за свои. Тогда командование авиасоединения выдало русским лётчикам специальные карты, на которых были указаны секретные зоны, где нашим лётчиками летать запрещалось. А фашисты, попавшие в эти зоны, сбивались. Так юные герои оказались в штрафбате вместо получения заслуженных наград.

Но и там ангел-хранитель выручил Дроздова. Он быстро усвоил умение вести прицельный огонь из артиллерийской пушки и стал командиром орудия. Когда на их позицию пошли фашистские танки, Дроздов стал их расстреливать прямой наводкой. Подбил несколько танков, остальные повернули назад. За этот подвиг его также могли представить к званию Героя Советского Союза, но, поскольку он был в штрафбате, то ему лишь вернули старое звание лейтенанта и наградили орденом.

Так и воевал от подвига до подвига Иван Дроздов. Он умудрялся еще писать во фронтовую газету заметки о своих друзьях-однополчаных и после войны ему предложили работать в военной газете. А потом ему доверили руководить газетой «Сталинский сокол» в дивизии, где командовал сын Сталина Василий Иосифович.

После смерти Сталина Дроз-

дов работал простым корреспондентом в газете «Известия». Однажды Н.С. Хрущёв наградил званием Героя Социалистического Труда одного знатного рабочего. На следующие сутки в газете нужно было напечатать очерк о нём. Главный редактор газеты «Известия» Адзубей спросил маститых журналистов, кто сможет за сутки написать очерк. Никто не вызвался это сделать. Тогда Иван Дроздов поднял руку и сказал: «Я напишу!» И написал прекрасный очерк, который понравился всем. Так Дроздов стал ведущим журналистом, а потом собственным корреспондентом газеты «Известия».

В это время начинались гонения на русских журналистов и писателей, которые не хотели подстраиваться под линию русофобов, не хотели марать грязью русский народ. И Дроздов был вынужден уйти из редакции. Но нашлись русские писатели, которые поддержали Ивана Владимировича. Ему было доверено руководить крупнейшим издательством «Современник», которое выпускало более 300 книг в год. Тысячи русских писателей получили путёвку в жизнь благодаря тому, что их первые книги были опубликованы издательством «Современник», где директором был И.В. Дроздов. Но «архитекторы» перестройки уже громили русские издания, притесняли и выдавливали писателей-патриотов. Дроздову пришлось оставить свою важную работу.

Иван Владимирович и в этой обстановке не

сдался, писал книги, даже когда видел, что их не печатают. Он работал на будущее. В это время И.В. Дроздов познакомился с ученым Г.А. Шичко и знаменитым хирургом Ф.Г. Угловым. После знакомства с ними Дроздов понял, какую опасность несет для нашей страны алкогольный геноцид, в результате которого от алкоголя, табака и других наркотиков в год



погибало более миллиона человек. Дроздов пишет статьи и книги о необходимости всеобщей трезвости, вступает в ряды борцов за сознательную трезвость, становится одним из лидеров трезвеннического движения. Книга И.В. Дроздова «Геннадий Шичко и его метод» стала настольной для тысяч методистов новой науки гортоновки о благотворном воздействии словом на человека. Он не побоялся вступить в борьбу за сознание своих коллег-писателей, когда увидел, что многие русские писатели стали алкоголиками. Иван Владимирович написал книгу «Как пивались русские писатели», которая на первых порах обидела кого-то. Но впоследствии некоторые писатели избавились от своих вредных зависимостей, стали писать новые талантливые книги.

И сейчас книги Ивана Владимировича, его статьи ведут активную борьбу за трезвость, за спасение нашей Родины. Иван Владимирович учит нас, своих читателей, побеждать!

**Николай Владимирович Январский**

**На фотографии:**

И.В. Дроздов при малой части своих наград. Ф.Г. Углов и И.В. Дроздов с супругами на отдыхе в Крыму.

Лидеры трезвеннического движения В.Г. Жданов, И.В. Дроздов, В.И. Мелехин.



Дроздов Иван Владимирович – журналист, писатель с 76-ти летним стажем, академик, Член Союза писателей России.

Иван Владимирович также является общественным деятелем, руководителем трезвеннического движения «За трезвость нашего народа», вице-президентом Международной Славянской Академии, почетным президентом Северо-Западного отделения Международной славянской академии, награжден орденом «Красной Звезды», двумя орденами «Отечественной войны II степени» и многими медалями. Его бронзовый бюст установлен в Центральном музее Великой Отечественной войны на Поклонной горе в Москве.

Дроздов Иван Владимирович родился 25 мая 1924 (по паспортным данным 1922 года) в деревне Слепцовка (позже переименованной в Ананьево) Пензенской области в крестьянской семье.

В 1932 году И.В. Дроздов вместе с братом и сестрой уехал в Сталинград на заработки. В голодный 1933 год оказался на улице среди беспризорников. Четыре года бродяжничал, а в 1937 году поступил на Сталинградский тракторный завод учеником механосборочного цеха. С 1939 года уже работал мастером. Одновременно учился в вечерней школе рабочей молодежи.

В 1940 году И.В. Дроздов поступил в авиашколу в г. Грозном, которую окончил с отличием в 1941 году. Летал на самолетах-разведчиках, потом попал в резерв. В мае 1943 был направлен в зенитно-артиллерийский полк Юго-Западного фронта командиром взвода, а потом командиром батареи. Войну закончил в Будапеште. С 1946 года – во-

## Истинно русский писатель



енный журналист, корреспондент газет «На боевом посту», «Сталинский сокол», «Советская армия». В 1956 году демобилизовался в звании капитана. В этом же году И.В. Дроздов поступил и в 1963 году успешно окончил Литературный институт им. А.М. Горького в Москве. Десять лет, с 1956 года по 1968 год, работал в газете «Известия» собкором, спецкором, экономическим обозревателем. С 1968 по 1971 год – работа в журналах «Человек и закон» и «Журналист». В 1970-1974 годы Иван Владимирович был заместителем главного редактора в издательстве «Современник». С 1975 года полностью перешел на литературную работу.

Еще до войны И.В. Дроздов пробовал свои силы как поэт, печатался в местных газетах. Позднее начал работать как прозаик. В 1968 году в издательстве «Донбасс» была напечатана повесть И.В. Дроздова «Радуга просится в дом», и в том же году первый роман «Покоренный атаман».

В 90-е годы Иван Владимирович переезжает из Москвы на постоянное место жительства в Санкт-Петербург.

Здесь в серии «Русский роман» публикуются книги, раскрывающие темы перипетий человеческих характеров и лиц того времени. Серии «Русский роман», освещающие действительность того времени, посвящены романы: «Шальные миллионы», «Оккупация», «Ледяная купель», «Филимон и Антихрист», «Голгофа», «Морской дьявол», «Баронесса Настя», «Похищение столицы». В романах Дроздова была затронута картина тайной деятельности «граждан мира» в науке, театре, государственных учреждениях, в печати. Автор решал щекотливую тему посредством образной системы: он рисовал характеры и поступки, которые обличали и делали их узнаваемыми. В романе «Похищение столицы» автор повествует о страшных делах, происходящих в современной Москве, о том, как «русская столица

все более становится нерусской и на земле московской, как в адском котле, заваривается косовская трагедия».

Иван Владимирович Дроздов – истинно русский писатель, живописец человеческих душ.

Самые прекрасные качества русского человека в различных жизненных условиях живописуются Дроздовым широчайшей палитрой цветов и их оттенков, доступной только настоящему творцу. Из многих других романов автора особенно известны своим патриотическим звучанием: «Ледяная купель» (2000), «Оккупация» (2001), «Разведенные мосты», «Славянский котел», «Суд идет». В документальном автобиографическом романе «Последний Иван» (2000) Иван Владимирович рассказывает о своей личной борьбе с новой властью и её ставленниками в крупнейших издательствах Москвы послевоенного времени.

В 2016 году Иван Владимирович возвращается в Москву на постоянное место жительства, где продолжает свою творческую и общественную деятельность.

В 2018 году Иван Владимирович возвращается на свою дачу в Сергиев-Посад (микрорайон Семхоз) на постоянное место жительства.

Иван Владимирович Дроздов и сегодня в добром здравии и в ряду литераторов-борцов за славу нашего Отечества и народа!

<http://ivandrozdov.com/about>

**Иван Владимирович Дроздов – настоящий РУССКИЙ писатель, наш современник и патриот!**

**Книги И.В. Дроздова:**

1. Последний Иван. Роман.
2. Оккупация. Роман.
3. Геннадий Шичко и его метод. Роман.
4. Баронесса Настя. Роман.
5. Морской дьявол. Роман.
6. Ледяная купель. Роман.
7. Похищение столицы. Роман.
8. Филимон и антихрист. Роман.
9. Голгофа. Роман.
10. Дубинушка. Роман.
11. Суд идет. Роман.
12. Митяй в гостях у короля. Роман.
13. Разведенные мосты. Роман.
14. Славянский котёл. Роман.
15. Мать, Россия! Прости меня, грешного! Роман.
16. Шальные миллионы. Роман.
17. Унесённые водкой. Книга.
18. Горячая верста. Роман.
19. Подземный меридиан. Роман.
20. Радуга просится в дом. Роман.
21. Покорённый атаман. Роман.
22. Катя лётчица. Роман.
23. Двойник. Роман.
24. Белый кирпич. Рассказ.
25. Бездомная. Рассказ.
26. Канадская лебеда. Повесть.
27. Судья чемпион. Роман.
28. Думский переполох. Памфлет.

<https://vna45.livejournal.com/639305.html>

*Когда номер был готов, пришло сообщение о размещении в интернете фильма «Участник войны – Иван Дроздов» (Иван Последний), премьера которого недавно состоялась в Москве и Санкт-Петербурге. Сказать, что это прекрасный фильм мало для того, чтобы оценить его значение. Это честный рассказ не только об Иване Владимировиче, его жизни и творчестве, но и о судьбе нашего народа, нашей страны в последние десятилетия – огромное спасибо его создателям! Не поделитесь этой новостью мы не смогли, пришлось пожертвовать размерами фотографии – ред.*

# Основная мишень

По сравнению с другими ядами, вот чем коварен алкоголь – у него нет никаких препонов и барьеров в организме. Молекула этилового спирта очень маленькая. Этиловый спирт окисляет всю органику, его молекулы проникают в самые труднодоступные места, самые охраняемые. Такими местами являются наши половые клетки.

В норме туда никакие яды не поступают. Но алкоголь не только сам туда проникает, но и ведёт себя, как козёл-провокатор. За ним в эти особо охраняемые места проникают более крупные яды и шлаки.

Наш мозг очень хорошо защищён от вредных веществ. Алкоголь нарушает гематоэнцефалический барьер – барьер между кровеносной системой и центральной нервной системой. Если человек не употребляет спиртное, никакие табачные яды через этот барьер не проникают.

Даже в кишечнике всасывается только половина табачных ядов. А если человек ещё и алкоголем отравился, то все четыреста табачных ядов начинают всасываться и все они проникают в головной мозг. Всё это алкоголем усугубляется.

Нам говорят, что от алкоголя страдает печень. Когда ученые стали изучать распределение алкоголя по организму, оказалось, что печень находится на втором месте.

В первую очередь страдает наш головной мозг, он оказывается на первом месте. Именно в нём оседает (депонируется) больше всего эритроцитов. В головном мозге оседает 33% эритроцитов, поэтому мозг является

основной мишенью для алкоголя. В печени оседает 25% эритроцитов, а в поджелудочной железе – 20%. А остальные 22% разносятся по почкам, сердцу, половым органам, другим эндокринным железам.

Нам следует знать, что не печень

основная мишень для алкоголя, а наш головной мозг. Ранее, при изучении головного мозга, было установлено, что нервная клетка мозга может прожить без кислорода всего 6-9 минут, а затем она «задыхается» и погибает. Сейчас установлено, что



## Рекомендуется для публикации в СМИ

в молодом возрасте клетки мозга могут восстанавливаться. После 30-40 лет, особенно при ритуальном употреблении алкоголя, печень вырабатывает уже недостаточно ферментов и эта система восстановления у нас начинает тормозиться. Из-за этого онкология чаще развивается у тех, кто ведёт нездоровый образ жизни. Это тоже надо знать.

Когда ученые стали смотреть, что происходит с мозгом при умеренном употреблении алкоголя и какие отделы мозга из-за этого погибают в первую очередь, то тут всё оказалось на виду. В первую очередь погибают те отделы мозга, которые для кровотока являются самыми дистальными, самыми отдалёнными, а это наши высшие отделы.

Мозг и сознание – не одно и то же. Мозг – это аппарат для приведения сознания в физический план в бодрствующем состоянии. Сознание – более тонкая субстанция. Оказалось, при употреблении алкоголя в первую очередь страдают отделы мозга, которые отвечают за наше надсознание. К надсознанию мы относим совесть, духовность, интуицию. Интуиция – это высшая часть бессознательного. Не надо её путать с инстинктами. Инстинкты – это подсознание.

А интуиция – надсознание, это то, что приходит к нам как озарение, инсайт, просветление. Вот эта часть мозга, отвечающая за наше надсознание, погибает в первую очередь.

Когда я читал в тюрьме лекции об алкоголе и табаке, там не было ни одного заключённого, кто не пробовал бы алкоголь, не было ни одного некурящего. Для них это в порядке

вещей. И мы знаем, что значительная часть тюрем заполнена вследствие употребления алкоголя – самого доступного наркотика.

Академик Углов приводит интересные данные. Когда шведские ученые стали смотреть на рентгеновском томографе от каких алкогольных изделий погибает сколько клеток головного мозга, то оказалось, что от литра пива у взрослого человека в среднем погибает 6,5 тысяч клеток, от стакана вина – 7,0 тысяч, а уже от стакана водки (200 граммов) погибает 20,0 тысяч клеток головного мозга. То есть, чем больше употребляемая доза, тем больше гибнет драгоценных клеток мозга. Рост погибающих от алкоголя клеток идёт чуть ли не в геометрической прогрессии. И когда разгул идёт на литры, то там уже погибают сотни тысяч, миллионы клеток нашего мозга.

Некоторые возражают, что у нас там этих клеток видимо-невидимо. По опубликованным данным количество клеток головного мозга находится в пределах от 11 до 89 миллиардов, в среднем – где-то 50-60 миллиардов. Но дело в том, что особо-то лишних клеток мозга у нас все же нет!

Когда клетки мозга начинают отмирать, ресурсы возможностей человека начинают страдать. Идёт, как говорят наркологи, снижение личности, или, как более известное, алкогольная деградация.

**Михаил Геннадьевич Козловский,**  
врач-нарколог, психиатр  
«Родник трезвости» №04(108)

### Почему подросткам опасно курить и пить

Употребление даже самых минимальных количеств табака и алкоголя приводит к резкому и необратимому ухудшению в гибкости артерий и других кровеносных сосудов у подростков. Об этом пишут ученые, опубликовавшие статью в European Heart Journal.

«Мы выяснили, что многие британцы, курившие и пившие в подростковом возрасте, чаще страдают от атеросклероза и понижения гибкости артерий даже в тех случаях, если они употребляли их эпизодически», – рассказывает Джон Динфилд (John Deanfield) из университетского колледжа Лондона (Великобритания).

В последние годы ученые нашли множество намеков на то, что алкоголь не только разрушает печень и вызывает тяжелую психологическую и физиологическую зависимость, но и способствует развитию рака, диабета и множества других тяжелых болезней. Аналогичные новые негативные черты были открыты и у табака.

По статистике ВОЗ, алкоголизм и курение уносят каждый год примерно 3,5 и 5 миллионов жизней, что сопоставимо с числом жертв автомобильных катастроф и некоторых форм рака. Сегодня многие наркологи активно призывают правительства всех стран приравнять спиртное и сигареты к тяжелым наркотикам, и запретить их употребление и оборот, так как они уносят не меньше жизней, чем героин или другие опиаты.

Динфилд и его коллеги изучали то, как употребление спиртных «напитков» и сигарет в молодости и юности влияет на здоровье людей на протяжении всей их жизни. Для этого ученые собрали группу из почти двух тысяч подростков в возрасте 13 лет и наблюдали за их здоровьем на протяжении нескольких десятилетий, периодически проводя опросы по поводу их вредных привычек.

Неожиданным образом выяснилось, что очень много подростков употребляло спиртное и табак – каждый пятый молодой британец курил или регулярно пил пиво, вино и прочие крепкие «напитки».

Как показали наблюдения за их жизнью, регулярное или эпизодическое употребление любых порций алкоголя и даже небольшого числа сигарет приводило к тому, что артерии подростков становились более ломкими по сравнению с сосудах их сверстников – их гибкость снижалась на 3-10%.

Это, как отмечают ученые, заметно повысило их шансы заполучить атеросклероз и другие болезни сердца и сосудов в сред-

# Ученые рассказали

ние годы жизни и во время старости. Что интересно, наблюдения Динфилда и его команды показывают, что алкоголь и табак усиливают негативные эффекты друг друга. Ломкость артерий любителей и того, и другого «продукта» была непропорционально выше, чем у подростков, употреблявших или спиртное, или только сигареты.

Если подростки не завязывали с вредными привычками, то тогда изменения в работе артерий, по словам медиков, становились необратимыми. С другой стороны, если они отказывались от подобных увлечений, их сосуды приходили в норму, причем это происходило примерно с одинаковой частотой и среди тех детей, кто пил и курил достаточно долго, и среди тех, кто только начал употреблять алкоголь и табак. <https://ria.ru/20180829/1527412641.html?in=t>

### О новой опасности алкоголя для детей и подростков

Опыты на обезьянах показали, что употребление алкоголя не только негативно влияет на работу мозга у подростков, но и заметно замедляет его рост. К такому выводу пришли ученые, опубликовавшие статью в журнале eNeuro.

«Как правило, почти все исследования подобного рода основаны на рассказах самих пьющих подростков. Наши эксперименты помогли проверить их и показать, что употребление спиртного однозначно связано с замедленными темпами роста мозга», – заявил Кристофер Кронке (Christopher Koenke) из Медико-научного университета штата Орегон в Портленде (США).

В последние годы биологи и медики находят все больше свидетельств того, что длительный прием алкоголя не только ведет к циррозу печени и нарушениям в работе мозга, но и к другим крайне тяжелым последствиям.

К примеру, два года назад ученые обнаружили, что злоупотребление спиртным повышает шансы развития сразу семи видов рака и ведет к целому ряду проблем с работой легких из-за связанных с ним нарушений в круговороте оксида азота в организме. Вдобавок, они нашли намеки на то, что употребление даже небольших доз алкоголя ведет к атрофии центра памяти и других регионов мозга.

Кронке и его коллеги заинтересовались тем, как подобные процессы могут влиять

на развитие мозга детей и молодых людей, особенно уязвимых для действия спиртных «напитков». Для получения ответа на этот вопрос они приобрели шесть дюжины обычных макак-резусов (Macaca mulatta). Их возраст составлял от трех до пяти лет, что эквивалентно подростковому периоду развития.

Просветив их мозг при помощи МРТ, ученые посадили приматов в специальные клетки, оснащенные двумя типами поилок. В одной из них присутствовала чистая вода, а в другой – раствор спирта, идентичный по концентрации пиву или вину. Познакомив обезьян со вкусом алкоголя, биологи позволили им пить любые количества «пива» на протяжении полугода.

Периодически ученые забирали пробы для оценки уровня спирта в их пробе, а также повторно просвечивали их мозг, наблюдая за изменениями в его структуре, объеме и других характеристиках. Все эти замеры они сравнивали с аналогичными данными для обезьян из контрольной группы, не употреблявших спиртное.

Эти сравнения подтвердили подозрения ученых. Большие дозы алкоголя, эквивалентные примерно четырем-пяти бокалам пива в день, заметно замедляли темпы увеличения объема мозга и вносили массу нарушений в его развитие у сильно пьющих обезьян. Каждый грамм выпитого спиртного сокращал годовой объем прироста нервной ткани примерно на 0,25 кубических сантиметра.

Сильнее всего эти негативные изменения, как обнаружили нейрофизиологи, влияли не только на развитие центра памяти, но и белого вещества и таламуса, глубинного отдела мозга, который отвечает за переработку информации и консолидацию памяти. Скорость их роста в среднем снизилась на 70% для макак, употреблявших много алкоголя, и на 50% для умеренно пьющих животных.

Что интересно, прекращение приема алкоголя возвращало скорость роста мозга в норму. Пока ученые не знают, предотвращает ли это развитие различных проблем с работой нервной системы в последующие годы жизни, но планируют найти ответ на этот вопрос в последующих опытах на макаках.

<https://ria.ru/20190402/1552314991.html>

# Дополнительные меры

**Путину предложат ограничить продажу алкоголя в жилых районах.** Ограничение продажи алкоголя в жилых районах, повышение возраста продажи спиртного до 21 года, налоги на «вредные продукты» и ЗОЖ-льготы на автостраховку.

14 мая 2019 года в Москве я, как региональный эксперт, приняла участие в стратегической сессии рабочей подгруппы «Влияние необходимости ведения здорового образа жизни на демографические показатели» Госсовета РФ. На сессии разрабатывались меры по улучшению демографических показателей населения России, в том числе и антиалкогольные. Разработанные экспертами предложения будут направлены в Госсовет РФ и далее Президенту РФ.

Все эти предложения могут войти в перечень поручений президента к заседанию Госсовета, который состоится в апреле:

1. Ограничение продажи алкоголя в жилых районах и точка общепита (как именно – в материалах не указано). Возраст продажи крепкого (всего! – ред.) алкоголя предлагается повысить до 21 года. В случае если предложения будут приняты, правительство должно внести соответствующие изменения в законодательство до 1 декабря 2019 года.

2. Для юридических лиц, которые занимаются деятельностью, «оказывающей неблагоприятное влияние на здоровье населения», например оптовой и розничной торговлей алкоголем и табаком, предлагается рассмотреть возможность введения дополнительных платежей в бюджет региона.

3. По мнению экспертов, нельзя допускать снятия временного ограничения на рекламу пива и напитков на его основе.

Представители Минздрава озвучили на стратегической сессии информацию о том, что от причин, связанных с алкоголем, в мире ежегодно умирают 320 тыс. молодых людей в возрасте от 15 до 29 лет – это 9% от всех случаев смертей в этом возрасте. В России в 2017 году заболеваемость алкоголизмом и алкогольными психозами составила 1,304 млн. человек. Каждый пятый мужчина в России умирает от причин, связанных с алкоголем, также указало в проекте ведомства (странный цифра, ведь министр здравоохранения В.И. Скворцова уже неоднократно публично заявляла, что 70% смертей мужчин в трудоспособном возрасте связано с алкоголем – ред.).

Это указано в проекте Стратегии формирования здорового образа жизни населения, которую подготовил Минздрав (документ есть у РБК).

**Елена Карлова Колесникова,**  
руководитель Якутского отделения СБНТ

# КАК СОЗДАВАТЬ ПРАВИЛЬНЫЕ УСТАНОВКИ

18 апреля 2019 в Агротехнологическом университете прошла лекция (встреча) со студентами на тему «Алкоголь и вторая сигнальная система И.П.Павлова».

Встречу провёл профессор МАТр (Международной академии трезвости), заместитель председателя общероссийской общественной организации СБНТ Анатолий Николаевич Глушенко.

Студентам доходчиво объяснили, как формируются у людей условные рефлексы на положительные и негативные формы поведения, провели несколько виртуальных экспериментов, в которых ребята осознали на собственном примере всю простоту формирования деструктивного поведения и поняли, как осознанно можно создавать правильные установки на здоровый и трезвый образ жизни.

Благодарим за организацию занятия проректора университета по воспитательной работе Ирину Вадимовну Федоскину.

\*\*\*  
Сама я о второй сигнальной системе пока не возьмусь писать, но хотелось бы здесь просто привести отрывок из книги Фёдора Григорьевича Углова «Сердце хирурга» о первой сигнальной системе (условном рефлексе, который вырабатывается у животных).

«Многочисленные опыты на животных, проведенные Иваном Петровичем Павловым, показали, что после сравнительно небольших доз алкоголя у собаки гаснут выработанные условные рефлексы и восстанавливаются лишь через шесть дней. Опыты более поздних лет подтверждают отрицательное воздействие алкоголя на нервную систему.

Машинистка, которой перед началом работы дали выпить двадцать пять граммов водки, делала ошибок на пятнадцать-двадцать процентов больше, чем всегда.

Водители автомашин пропускали запрещающие знаки.

Стрелок не мог точно поразить мишень.

И это, замечу, особая тема, причем, считаю, государственной важности. Мне не раз приходилось выступать по данному вопросу со статьями в прессе, и в какой-то степени это найдет отражение на страницах книги...

... Был праздничный день, и у нас дома за щедро уставленным кушаньями столом собрались наши друзья. Всем хотелось повеселиться, встряхнуться: на смену надоевшим холодам пришла весна! Гости, разумеется, сразу же потребовали, чтобы я тоже пил. Я пробовал отшутиться, говорил, что и без вина в хорошей компании бываю как пьяный, но все были настойчивы, а некоторые с обидой отставили в сторону свои рюмки. Тогда я вынужден был перейти к серьезным объяснениям, стал ссылаться на то, что в любой момент может последовать звонок из больницы, и я всегда должен быть трезв. Кое-кто отстал от меня, а самые упорные продолжали свое: рюмка-другая не помешает, и в больнице авось сегодня пройдет все благополучно. И — как по заказу! — раздался телефонный звонок. Дежурная сестра просила прибыть как можно быстрее: привезли раненого в живот, он в тяжелом состоянии.

Тут же, распорядившись по телефону, чтобы вызвали операционную сестру, я стал спешно одеваться. Внезапная мысль озарила меня: пусть со мной пойдут



в себя, они пошли догубить, а я еще часа три находился возле раненого: его жизнь всецело зависела от тщательности произведенной мною операции и от своевременности и полноты противошоковых мер.

С этого дня друзья не только не понуждали меня пить, а наоборот — взяли под защиту: всем дружим доказывали, что хирург должен всегда находиться в «трезвом карауле».

**Ольга Владимировна Баранова**, организатор встречи, председатель Рязанского отделения СБНТ.

*Приведенный здесь отрывок из книги Фёдора Григорьевича Углова «Сердце хирурга» побуждает меня призвать всех, кто еще не читал эту, наполненную жизненной мудростью книгу нашего Учителя, обязательно прочитать её. А тем, кто читал её давно — перечитать заново. Поистине — это кладь мудрости, оставленная нам в наследство Фёдором Григорьевичем. Тем же, кто «разучился» читать, советую прослушать аудиокнигу, она есть в интернете. Кстати, для меня этот способ знакомства с литературными и научными произведениями в последние годы стал основным в ликвидации пробелов и пополнении знаний — много времени провожу за рулем, и теперь с большой пользой. А начался этот процесс как раз с «Сердце хирурга». Кто не найдет или не сможет скачать аудиокнигу из интернета, обращайтесь — пришлю.*

**Редактор**



Накануне майских праздников у нас в Кирове побывал гость из Минска — столицы Республики Беларусь, создатель Белорусского объединения «Оптималист» Валентин Андреевич Толкачев.

В.А. Толкачев родился 24 января 1940 года. Через несколько месяцев ему исполнится 80 лет. Но Валентин Андреевич полон сил и энергии.

Титулы и звания Валентина Андреевича можно перечислять долго — академик Международной Академии геронтологии, академик, профессор Международной академии трезвости, действительный член Международной ассоциации психоаналитиков, член Союза писателей Беларуси, автор книг по здоровому образу жизни, член РГО «Белорусское общество «ЗНАНИЕ», мастер спорта СССР, тренер здоровых, счастливых, успешных людей.

Это очень интересный человек. Он уже со второго класса подружился со спортом, имеет более полутора десятков спортивных разрядов по различным видам спорта, мастер спорта СССР по спортивному туризму. В 58 лет (!) вместе со своим туристическим клубом покорил самую высокую точку Западной Европы — Монблан (4810 м.), Франция.

В конце марта 2019 г. в Петрозаводске завершился 5-й этап Кубка мира, открытый чемпионат России по зимнему плаванию. В соревнованиях приняли участие 294 пловца из 14 стран мира в возрасте от 12 до 93 лет. Валентин Андреевич Толкачев в своей возрастной категории завоевал 4 медали, из них одна — золотая.

Отец Валентина Андреевича погиб в первые месяцы войны, а ребенком вместе с мамой Валентин попал в фашистский концлагерь. От гибели их спасли советские воины, которые выбили фашистов с территории, где находился концлагерь. Трудными были и послевоенными годами, но Валентину помогало то, что он брал с людей положительный пример. Особенно он благодарен дяде — фронтовику.

А как, порой, бывают неразборчивы в наше время молодые люди: непонятно для чего, разукрашиваются пирсингом, татушками, гонятся за дешевыми удовольствиями и так далее.

Валентин Андреевич получил хорошее образование, стал прекрасным специалистом.

## Вставай на смертный бой!

Особое впечатление на него произвело знакомство с книгами Ф.Г. Углова, а потом и личная встреча со всемирно известным хирургом. С 1979 года на всю жизнь Валентин принял для себя абсолютную и сознательную трезвость. А в 1989 году им было создано Белорусское общественное объединение «Оптималист» имени Г.А. Шичко.

Валентин Андреевич говорит: «Миссия у меня самая благородная — просветить народ и нацелить его на трезвый, здоровый, активный образ жизни. Это моя мечта. Мой отец в годы войны погиб за наше Отечество, был политруком, поднимал солдат в атаку. Я тоже поднимаю людей в атаку за трезвый и здоровый образ жизни».

Более того, он принял для себя уникальное решение: прожить жизнь не только за себя, но и за погибшего отца, то есть прожить не менее 150 лет.

В Кирове Валентин Андреевич встречался с учащимися и студентами, увлекательно и доходчиво объяснял, почему надо жить трезво. Он рассказал о двух выдающихся актерах по имени Владимир: Высоцком, прожившем всего 42 года из-за алкогольно-табачных и наркотических отравлений и Зельдине, который благодаря трезвому здоровому образу жизни прожил 102 года.

Далее он предложил молодежи ассоциацию с полетом птицы. Левая рука — знания, самосовершенствование, а правая рука —

трезвость. Естественно, без трезвости такой полет обречен на катастрофу.

На лекции у Валентина Андреевича молодежь с интересом познакомилась с физическими нормативами космонавтов. И ребята даже сами смогли проверить себя насколько они соответствуют этим нормативам.

Валентин Андреевич охотно поделился секретами того, как сохранить и улучшить свое здоровье. Одним из главных упражнений он считает приседания (чтобы копчик и колени были на одном уровне) и с помощью тренировок довести количество приседаний до 100-200 раз. Это упражнение укрепляет сердце и помогает мужчинам избежать простатита. Полезно оно и женщинам. Далее он советовал качать пресс, отжиматься, ходить, бегать, плавать, рекомендовал велопоходы, правильно питаться, пить чистую воду, а главное — быть всегда трезвым человеком.

Валентин Андреевич сравнивал курящих девиц с табачными вонючками и тут же спрашивал: «Кто хочет, чтобы его жена курила?» Не поднялось ни одной руки. «А кто хочет, чтобы муж был алкоголиком и табакокурцем?», — спросил он снова. И опять не поднялось ни одной руки.

Конечно, молодежи было интересно послушать о любви. Валентин Андреевич сказал, что любовь — это когда юноша и девушка смотрят в одну сторону, сохраняя верность друг другу. Объяснил, какой вред приносит половая связь вне брака. Рассказал о явлении телегонии. Интересно было молодым людям узнать о том, что в Голливуде делают один фильм в двух вариантах: для своей страны без алкогольно-табачных сцен и для других стран (в том числе для нас) со сценами винопития и курения. Это для того, чтобы мы скорее спились и «скурились» и освободили нашу землю для претендентов на мировое господство. Более того, всячески поощряются сцены суицида. К сожалению, и у нас находятся дурочки, которые выкидываются из окон высотных домов, бросаются под поезд, давятся, травятся.

И кому от этого хорошо? Родителям? Нет! Стране? Нет!

В древности в одной из стран, когда пошло такое глупое поверье, самоубийцу оставили на всеобщее обозрение... без одежды. Желающих далее заниматься такой дурью не стало. Просто надо включить мозги: «Для чего это я делаю?».



Если тут, как иногда считают, виновата несчастная любовь, то надо понять, что «значит рядом с тобой чужой, ты его не брани — гони». Моя знакомая учительница так напутствовала парней в армию: «Не придумайте переживать, если ваша подружка вас не дожидется и выйдет замуж за другого. Значит это не ваша девушка, а свою вы еще встретите».

В конце встречи с молодежью Валентин Андреевич предложил спеть его вариант песни «Вставай, страна огромная».

Вставай, страна огромная!  
Вставай на смертный бой!  
С табачно-алкогольной,  
С проклятою ордой!

Хочется от души поблагодарить Валентина Андреевича за то, что он, несмотря на большую занятость, посетил наш город, нашел время для встреч и общения с преподавателями и обучающимися образовательных организаций. Молодежь воспринимала каждое его слово с большим вниманием. Об этом говорят подаренные ему красивые гвоздики.

Хочется поздравить Валентина Андреевича с Днем Победы, пожелать ему крепкого здоровья, дальнейших успехов и приезжать к нам еще не один раз!

**Нина Ивановна Гордина**, село Гордино, Афанасьевского района, Кировской области



## ГЛАС ВОПИЮЩЕГО МИНИСТРА

Министр здравоохранения В. Скворцова на совещании в Саратове 22 марта вновь озвучила печальную статистику мужской смертности и задачи по ее снижению в ближайшие 5 лет в рамках национальных проектов «Демография» и «Здравоохранение».

<https://ria.ru/20190322/1552046022.html>

Цифры, действительно, печальные. По данным министра, в 2017 году смертность среди мужчин составила 735,5 смертей на 100 тысяч населения. За 5 лет ее предполагается снизить до показателя 530 смертей на 100 тысяч человек. При этом, в странах Евросоюза, этот показатель сейчас составляет 200-230 смертей на 100 тысяч.

В. Скворцова подчеркнула, что 70% смертей мужчин в трудоспособном возрасте связано с алкоголем. И понятно, что это не только смертность от болезней, спровоцированных спиртным, но, прежде всего, несчастные случаи, травмы, убийства и т.д. — так называемая смертность от внешних причин.

В абсолютных цифрах эти данные означают, что число преждевременных смертей среди мужчин в России

планируется сократить за 5 лет на более чем 300 тысяч в год! То есть эти смерти можно предотвратить! Эти жизни можно спасти!

В последние месяцы такие заявления министра здравоохранения, транслируемые в СМИ, стали уже регулярными. Причина этого — обсуждение национальных проектов и федеральных программ, связанных с критической демографической ситуацией в стране. Но очевидно, что одних заявлений министра мало. Необходима поддержка этих инициатив, в том числе — на региональном уровне. Ведь, напомним, у региональных органов власти есть сегодня полномочия по введению дополнительных ограничений на оборот спиртного. Как есть и возможность по развертыванию в регионах масштабной пропаганды безалкогольного трезвого образа жизни.

Однако, на региональном уровне мы почти не видим такой же озабоченности и стремления к принятию трезвящих мер, как у министра Скворцовой. Откровения главы Забайкальского края А. Осипова, заявившего недавно о настоящей алкогольной войне против жителей Забайкалья — пожалуй, исключение. Призывы в адрес органов власти, в адрес депутатов, мэров и губерна-

торов о рассмотрении алкогольной ситуации специальным образом, о формировании специальных советов по преодолению алкогольной угрозы, о принятии дополнительных мер по ограничению алкогольной торговли, о развертывании масштабной трезвеннической пропаганды, наконец, о личном примере трезвого образа жизни первых лиц в регионах, остаются без ответа.

Подтверждением тому и ситуация в Новосибирской области, где призывы Центра «Трезвый город» к региональным органам власти, к мэрии Новосибирска, начиная с 2009 года, о принятии специальных трезвящих мер, о рассмотрении алкогольной ситуации в особом порядке, фактически, игнорируются. Последний пример: отказ конкурсной комиссии Мэрии Новосибирска поддержать в 2019 году грантом мэрии проект «Трезвый десант», который реализуется в регионе с 2012 года. Мол, «рейтинг проекта низкий». И это — в Новосибирске, который является лидером в стране по числу точек по продаже пива: 69 точек на 100 тысяч жителей!

Как долго еще будет продолжаться этот саботаж трезвящих мер?

**Сергей Крупенько,**  
ИМЦ «Трезвый город»,  
Новосибирск, [trez-gorod@ngs.ru](mailto:trez-gorod@ngs.ru)

## Подписано соглашение

В конце января состоялось подписание соглашения о сотрудничестве между муниципальным казенным учреждением «Управление образования городского округа «город Якутск» и Общероссийской общественной организацией поддержки президентских инициатив в области здоровьесбережения нации «Общее дело».



В рамках данного соглашения стартовал общешкольный городской проект «Здоровая Россия — Общее дело». Основным координатором и организатором проекта стала руководитель Якутского городского отделения СБНТ и председатель Якутского республиканского отделения «Общего дела» Елена Колесникова.

**Целью проекта** по профилактике употребления алкоголя и других одурманивающих веществ «Образ жизни» является создание положительного образа трезвой жизни у школьников и молодежи и сохранение их естественной трезвости.

Реализация проекта будет осуществляться в несколько этапов. На первом этапе проводится информирование всех школьников через интерактивные уроки — классные часы Федерального проекта «Общее дело — Здоровая Россия» (рекомендованы Министерством образования РФ). Их проводят волонтеры и классные руководители. Второй этап состоит в проведении

в каждой школе интеллектуальной игры «Что? Где? Когда?» по трезвому образу жизни. Затем будет проведен городской этап, где будет определена команда победителей с вручением ей награды.

На третьем этапе будут готовиться отряды волонтеров по трезвости. На четвертом — будет определена лучшая школа и также награждена.

Старт этому проекту дал семинар по профилактике для работников образования, ведущим которого был Олег Моисеев — психолог-аддиктолог из Москвы. Всего в семинаре приняло участие 320 человек. Все смотрели с огромным вниманием пытаясь запомнить приемы спикера, кто-то записывал на телефон, а кто-то даже зарисовывал методику живой метафоры. Аудитория живо принимала участие во всех экспериментах с выходом на сцену, все дружно смеялись при шутках и тихонько плакали при зачитывании трогательных стихов.

**Мария Никитина,**  
г. Якутск

## Использовать положительный опыт

21 февраля в Думе Чукотского автономного округа (ЧАО) прошёл семинар на тему «Практический опыт принятия и осуществления решений по ограничению потребления алкогольной продукции в населённых пунктах».

В частности, рассматривались примеры опыта Республики Саха и других регионов.

В работе семинара приняли участие депутаты Думы, члены Правительства округа, представители епархии, государственных органов исполнительной власти и местного самоуправления, территориальных федеральных органов власти, общественных формирований, силовых структур.



Основными участниками стали Координатор СБНТ по г. Якутску, председатель отделения Общероссийской общественной организации «Общее дело» Елена Колесникова из Якутии и Олег Моисеев из Москвы.

В своем выступлении начальник Департамента социальной политики Евгений Подлесный отметил, что президент России поставил задачу перед органами власти субъектов увеличить продолжительность жизни до 78 лет. Чукотка в этом отношении серьезно отстает, ведь показатель составляет здесь 66 лет, и всем нам предстоит работать над выполнением сложной задачи.

По данным, предоставленным департаментом образования, численность первоклассников и выпускников здесь неуклонно снижается и по прогнозу достигнет нулевой отметки уже к 2032-2034 годам. Поэтому сейчас необходимо принять правильные решения по снижению потребления алкоголя

жителями ЧАО. Для этого можно использовать положительный опыт соседнего Арктического региона — Якутии. Представить такой опыт собравшимся в Думе было предложено руководителю Якутского городского отделения СБНТ, руководителю Якутского отделения Общероссийской общественной организации «Общее дело» Е.К. Колесниковой из Якутии.

Елена Карлова рассказала о целях, задачах и результатах государственной политики по снижению потребления алкоголя в населенных пунктах республики Саха. Во время обсуждения докладов, депутаты пояснили, что на территории округа ведётся большая работа в данном направлении. На законодательном уровне в регионе сформирована нормативно-правовая база для решения проблемных вопросов по снижению потребления алкоголя и табака на территории округа. Однако, работа в целом идет трудно.

По итогам заседания его участники высказали пожелание об-



ратиться в адрес губернатора и правительства округа с предложением о создании межведомственной рабочей группы по разработке государственной программы по

формированию здорового образа жизни и снижению потребления алкоголя и табака на территории Чукотки, рекомендовав назначить координатором этой группы Колесникову Е.К.

Далее семинар продолжил свою работу на площадках образовательных учреждений и силовых структур города. В городской школе прошли профилактические беседы с учащимися и «юными дипломатами», в ходе которых Олег Моисеев и Елена Колесникова рассказали о возникновении зависимостей от разного рода одурманивающих веществ, влиянии их на развитие и здоровье, пояснив сказанное наглядными и запоминающимися примерами. В конференц-зале здания управления епархией состоялась встреча студентов колледжа с приглашенными гостями, в которой также приняли участие преподаватели и сотрудники Северо-Восточного Федерального университета им. Аммосова. Профилактические беседы и лекции были организованы в силовых структурах и воинских подразделениях. В целом, мероприятия охватили более 350 человек.

**Мария Макарова,**  
г. Якутск

## Отдали дань памяти

Приближается один из самых почитаемых праздников нашей страны — День Победы.

9 мая — это день, когда наши солдаты разгромили фашистскую Германию. К сожалению, с каждым годом людей, живших в те страшные годы, внесших огромный вклад в Великую Победу, становится все меньше и меньше...



Но они навсегда заслужили вечную память и признание потомков, нас с вами, живущих сегодня под мирным небом над головой.

В преддверии этой праздничной даты проводятся различные военно-патриотические мероприятия, особенно для нашего подрастающего поколения, чтобы донести до детей значение Победы советского народа в Великой Отечественной войне, где воевали их прадеды.

Так, 7 мая на территории Республиканского наркологического диспансера Минздрава Чувашии состоялся торжественный митинг, посвященный 74-й годовщине со Дня Победы нашего народа в Великой Отечественной войне.

Место проведения было выбрано не случайно. Перед зданием административного корпуса наркодиспансера установлен бюст известному

советскому ученому, физиологу, разработчику научного метода по избавлению от алкогольной зависимости, участнику Великой Отечественной войны **Геннадию Андреевичу Шичко**.

В этот день учащиеся 4-х классов средней общеобразовательной школы №31 г. Чебоксары пришли к памятнику Шичко, чтобы отдать дань памяти и уважения великому

ученому. В мероприятии также приняли участие сотрудники наркодиспансера и студенты медицинского факультета ЧГУ им. И.Н. Ульянова.

Дети читали патриотические стихи, делились рассказами своих родителей о членах их семей, участвовавших в той войне, а затем воз-

ложили цветы и в лице Геннадия Шичко поклонились всем участникам Великой Отечественной войны и труженикам тыла, не вернувшимся с войны, всем, кто не дожил до сегодняшнего дня.

Мы уверены, что подобные мероприятия помогают привить детям

любовь к Родине с малых лет, а также воспитывать чувство уважения и гордости к защитникам Отечества на основе конкретных исторических фактов и героических примеров.

**Венера Петровна Кондратьева,**  
председатель Чувашияского РО СБНТ, [vpsmoke@mail.ru](mailto:vpsmoke@mail.ru)

## Перестал быть модным

**Алкоголь перестал быть модным среди молодежи.**

Все больше молодых людей не только не употребляет горячительные напитки, но и никогда их не пробовало, что говорит об угасании моды на спиртное, заявляют британские ученые в статье, опубликованной в журнале BMC Public Health.

«Увеличение числа молодых людей, отказывающихся пить, говорит о том, что подобная форма поведения стала более «модной» и допустимой среди молодежи, тогда как периодические попойки и запойное пьянство, наоборот, перестали быть популярными и «нормальными» для них», — заявила Линда Фэт (Linda Fat) из Департамента эпидемиологии и общественного здоровья Лондона (Великобритания).

В последние годы в обществе укрепились два противоречащих друг другу стереотипа. Первый говорит о том, что подростки сегодня очень рано взрослеют и начинают употреблять спиртное и вести активную половую жизнь еще до выпуска из школы. Второй свидетельствует о том, что молодежь, наоборот, взрослеет сегодня очень поздно и живет с родителями и не имеет работы до 25-30 лет.

С другой стороны, последние исследования психологов рисуют прямо противоположную картину — к примеру, американские ученые обнаружили в прошлом году, что современная молодежь оказалась менее распушенной и более скромной, чем их родители из «поколения Пепси» и их дедушки и прадедушки из поколения «шестидесятников».

Фэт и ее коллеги подтвердили, что нечто похожее наблюдается и среди европейской молодежи, наблюдая за жизнью примерно десяти тысяч подростков в возрасте от 16 до 24 лет, участвовавших в мониторинговом проекте HSE с 2005 по 2015 год.

Ученых интересовало то, как

менялось соотношение пьющих и непьющих молодых людей по мере увеличения их возраста, количество выпиваемого и «культура» употребления алкоголя, а также многие другие вещи, связанные с вредными привычками.

Эти наблюдения раскрыли необычные и крайне неожиданные тренды. Вопреки ожиданиям ученых, число непьющих подростков не только не уменьшилось, но и значительно выросло за последние десять лет.

К примеру, сейчас примерно 50% британских девушек и парней употребляет спиртное реже раза в неделю, тогда как 10 лет назад этот показатель был равен лишь 35%. Аналогичным образом выросло число абсолютных трезвенников — их доля в этой возрастной категории выросла с 18% до 29%.

Как отмечают ученые, подобные изменения были особенно характерны для подростков, не страдающих от других вредных привычек и живших в благополучных семьях. Тем не менее, аналогичные изменения, хотя и менее выраженные, им удалось зафиксировать и среди молодежи в группах риска.

Аналогичным образом изменилась и «культура» употребления алкоголя — резко уменьшилось число подростков, владающих в запой, а также доля молодежи, периодически выпивающей большие количества спиртного. Их число снизилось на 9% и 15%.

Подобные изменения, как предполагают ученые, связаны не только с ужесточением законов, регулирующих продажу алкоголя в Британии и других странах Европы, но и с изменениями в менталитете молодежи. Спиртное просто становится менее модным, чем в прошлом, что сделало его менее привлекательным для «сомневающихся» и тех, кто следует мнению толпы, заключает Фэт.

<https://ria.ru/20181010/>

### ВНИМАНИЕ!

Все электронные ссылки, адреса сайтов, упомянутые в публикациях газет «Соратник» и «Подспорье» в электронном виде **запрашивайте в редакции.**

\*\*\*

Уважаемые подписчики, вы знаете, что газета издается исключительно на ваши взносы, которые можно перечислить на карту

сбербанка:

**5336690057724801**

При перечислении — обязательно сообщите электронной почтой вид, сумму и дату платежа. В настоящее время поступило немало безымянных взносов благодетелей. Благодарим всех жертвователей на дело трезвости и просим Вас назвать свои имена, чтобы благодарность была адресной. **Редакция**

В администрацию столицы Башкирии обратились активисты общественных организаций с просьбой наложить полный запрет на продажу алкоголя в Уфе. Обоснованность своей просьбы активисты подтверждают сразу 11-ю аргументами.

Активисты общественных организаций Башкирии «Гражданский контроль», «Инициатива», «Трезвый город» и фонд «Культура» обратились к руководству Уфы с просьбой наложить запрет на продажу алкогольной продукции в городе. В качестве доказательства своей просьбы, были приведены 11 аргументов, которые, по мнению активистов, должны будут убедить чиновников поддержать общественную инициативу. Положительных последствий от возможного новшества они насчитали не менее десяти.

Активисты, в частности, пишут, что алкоголь — это «ядосодержащий препарат» и сетуют на то, что его употребление в обществе «считается нормой, а не национальной трагедией». Отметим, что тех, кто осуществляет продажу «зеленого змия» активисты-трезвенники называют не иначе как «алкобарыгами», цель которых одна — «жажда наживы», пишет портал «Медиаорсет».

Всячески пристыдив нынешних алкогольных баронов, общественники, тем не менее, весьма положительно отзываются об алкоголе века 20-го, где советский спирт, по их данным, делался из пшеницы. А наилучшим временем называют 16 век, когда на Руси «алкоголя вообще не было, его не пили». А когда «его привезли из западных стран на деревянных кораблях... люди начали попросту гибнуть». Сегодня, подчеркивают активисты, ситуация крайне опасная, т.к. сейчас в алкоголе много различных химических примесей.

В качестве доказательства своей позиции в письме расписаны 11 аргументов о том, что из-за продажи алкоголя в Уфе «страдают люди»:

1. *Алкоголь употребляют уже дети до 18 лет, что приводит к совершению ими противозаконных действий либо сами становятся жертвами преступников;*

2. *Из-за употребления алкоголя у детей отпадает желание учиться, появляются другие желания: курить сигареты, прогуливать школу, сбежать из дома от родителей и другое.*

## На трезвую голову

3. *В быту систематически происходят семейные драки;*

4. *Из-за алкоголя люди по состоянию здоровья не могут выйти на работу, их увольняют за прогул и им нечем впоследствии кормить свою семью.*

5. *Из-за алкоголя рушатся семьи, дети не видят родительской любви.*

6. *В состоянии алкогольного опьянения родители часто бьют своих детей. У детей впоследствии уже с детства травмированная психика, травма детства.*

7. *Под воздействием алкоголя владельцы автомобилей садятся за руль пьяными и совершают ДТП.*

8. *Из-за алкоголя человек, не редкость, спивается, наркология беспомощна, человек деградирует, теряет интерес и вкус жизни, самое главное для него с утра напиться.*

9. *Из-за алкоголя на улице часто совершаются драки, люди попадают в больницы и, не редкость, становятся инвалидами на всю жизнь.*

10. *Из-за алкоголя человек неправильно и неверно думает, принимает неправильные решения в жизни.*

11. *Из-за алкоголя утрачивается здоровье человека, человек стареет и быстро погибает.*

Кроме того, сторонники абсолютного трезвого образа жизни уверяют в своем письме чиновников, что законодательство России позволяет полностью запретить продажу алкоголя. Правда, не упоминают о том, как потом латать огромную дыру в бюджете, и как бороться с армией самгонщиков, которая моментально станет обогащаться на запрете алкоголя. И самое удивительное, вспоминая исторический опыт продажи алкоголя в России, совершенно не упоминают, что происходило в том же СССР во время антиалкогольных кампаний 1972 года и 1985-1987 гг. Хотя и тогда некий положительный эффект на здоровье граждан все-таки был отмечен, если не брать в расчет число погибших от самопальной алкогольной продукции. Примерно такими же положительными тезисами апеллируют в своем послании в мэрию Уфы башкирские активисты, утверждая, а точнее, не замечая темную сторону медали

очередного запрета.

Всего их насчитывается десять: Сохранение семьи, как ячейки общества, снижение совершаемых административных правонарушений, снижение количества совершаемых преступлений, снижение количества ДТП, сохранение жизни и здоровья людей, повышение уровня образованности и грамотности у населения, значительное увеличение людей, занимающихся спортом и физкультурой, повышение здоровья граждан и увеличение продолжительности жизни, увеличение деторождаемости и, как следствие, — увеличение количества россиян, очищение генофонда нации от алкоголя, развитие умственно здоровых и физически развитых людей, новые изобретения поколением здоровых людей.

Во многих из них есть зерно правды, и алкоголизм в России всегда был одной из глубочайших проблем, прописные истины в каждом пункте. Только вот никак не согласимся, что запрет на выпивку поможет гражданам стать образованной (с учетом стоимости книг, например), спортивной и сознательнее. Ну, не алкоголь же виновник многочисленных ДТП в пьяном виде, а сам водитель, не имеющий ответственности. Ограничить? Возможно. А запрещать у нас, каждый горазд, только вот альтернативу предложить без насилия, никак не получается.

**Ольга Белова**, <https://rb.versia.ru/>

*Что можно сказать о такой публикации? Безграмотный в алкогольной проблеме или бессовестный, подыгрывающий алкогольной мафии, журналист. Скорее всего, от такой публикации в СМИ только вред, так как своими умозаключениями автор по существу настраивает читателей против инициативы активистов трезвости. Считаю, что трезвенникам не только Башкортостана, но и всем другим, при появлении подобных публикаций, не надо молчать. Надо разоблачать подрывную деятельность таких журналистов, добиваясь публикации своих аргументированных материалов, опровергающих ложные выводы «экспертов» от журналистики в тех же СМИ — ред.*

## ТРЕЗВОСТЬ КАК ОСОБАЯ ГЕОМЕТРИЯ БЫТИЯ

*«Я самолёт с душой человека с особой геометрией крыла».*  
Владимир Высоцкий

Когда более 30 лет неотступно думаешь о трезвости как спасении для Страны, в голову приходят темы, которые при должном освещении помогают, принявшим трезвость товарищам, укрепиться в правоте и значимости этого образа жизни. Подсказка может объявиться откуда ни возьмись. Вот и эта «геометрия», хотя и была услышана давно, но прозвучавшая сегодня, навела на мысли, изложенные ниже.

Не знаю, как другим, а мне послышалось, что именно душа человека, ведущего истребитель, имеет такие особые качества, которые как бы вторят оригинальной конструкции летательного аппарата. И только слитность высоких качеств человека и конструктора машины позволяет делать чудеса в бою праведном.

А отсюда недалеко и до бытия людей, как такового. Возьмём чудо нашей жизни — персональный компьютер и интернет, и спросим: а многие ли его пользователи вполне соответствуют этому чуду мысли по своим душевным качествам? Вопрос оказывается риторическим, поскольку интернет сразу получил ярлык «всемирной помойки». Огромные массы оказались непригодными для пользования чудом

века. Геометрия крыльев души обывателя оказалась подобной той, что была у троглодитов.

Как будем изменять эту порочную геометрию? Для этого следует облагородить бытие. В бытии продолжает твориться пьянство. Отсюда вывод: надо переходить к трезвости. **Алкоголь глушит ум и совесть.** Тогда-то и заговорит, освободившееся от мертвящего савана, живое творчество масс.

Тут самое время ожидать такого изменения «геометрии» бытия, когда чудеса науки и техники окажутся в руках пользователей, достойных этих чудес.

**Иные считают, что сначала надо изменить социальные условия жизни и тогда, дескать, люди перестанут пить. Однако имеется опыт массового отрезвления людей в России в 1914-1925 годах. Времена были тяжёлые и, тем не менее, уже несмотря на призыв в армию в 1914 году и далее, увеличилась производительность труда в промышленности, снизилось количество прогулов, резко уменьшился производственный травматизм, а число преступлений в пьяном виде практически сошло на нет. Пустели тюрьмы и палаты психиатрических больниц, увеличились вклады населения в сбербанки. Даже после отмены «сухого закона»**

**в 1925 году страна оставалась практически трезвой до 50-х годов и победила в Великой Отечественной войне поколение, которое в массе своей не видело смысла в жизни с алкоголем. И это высший неотменяемый критерий высочайшего качества непьющего народа.**

Чего же следует ожидать от трезвой «геометрии» бытия? Прежде всего **демографического взрыва** с выходом на рекордные показатели рождаемости и здоровья. И, кроме произошедшего в 1914-м улучшения, всплеска **живого творчества масс**, но не в области сотворения пакостей, что имеет место в пьющей России, а в созидании настоящих ценностей во всех сферах жизни.

В заключение высказывание о трезвости **Бенджамин Франклин** — американского политического деятеля, дипломата, изобретателя, писателя и журналиста:

**«Трезвость кладёт дрова в печку, мясо в кастрюлю, хлеб на стол, кредит — государству, деньги в кошелёк, силу в тело, одежду — на спину, ум — в голову, довольство — в семью».**

Надо полагать, что процентов 90 россиян проголосуют за такую вот «геометрию» жизни-бытия.

**Лев Сергеевич Козленко**, ветеран ТД, г. Саратов

## Эффект есть!

По вашей просьбе соберу имеющуюся информацию по региону:

У нас в городе имеется металлургическая промышленность АО ОЭМК и горнодобывающие предприятия ЛГОК и СГОК они составляют основу экономики города.

В прошлом году и в этом на них ввели на проходных алкорамки. Конечно, крупный бизнес не о здоровье народа заботится, а о выгоде. У нас в последние годы жесткое сокращение (сейчас оптимизацией называют). Ну и безопасностью всю голову забили... хотя они же, руководители, заставляют её нарушать. Тут ничего нового.

**Но, главное — эффект есть! Народ в цехах стал трезвым! РЕАЛЬНО! Оказывается трезвость на производстве — это просто.**

Да увольняют тех, кто попадает на этих рамках, сначала освидетельствование проходят, потом отдел кадров и... на выход.

Прочитать можно в сети ОЭМК. **Алексей Груздов**, г. Старый Оскол, Белгородской обл. [shan\\_komeret@mail.ru](mailto:shan_komeret@mail.ru)

### Выдох на входе

С января работников ОЭМК обяжут дышать чаще: на проходных комбината установлены алкорамки, которые автоматически проверяют каждого на трезвость. Небольшой аппарат под названием алкотестер

может в считанные секунды определить наличие алкоголя в дыхании человека. Новое устройство просто в использовании: глубокий выдох и картина ясна! Смонтированное на проходных ОЭМК оборудование для прохождения бесконтактного дистанционного экспресс-теста на наличие паров алкоголя в выдыхаемом воздухе сертифицировано в соответствии с законодательством РФ. Для обеспечения безопасных условий труда, сохранения здоровья и жизни работников процедуру алкотестирования необходимо проходить и работникам комбината, и представителям сторонних организаций — всем, кто зашёл и ушёл с территории предприятия. К этому обязывает вступивший в силу с 28 января приказ управляющего директора ОЭМК.

Пропускная способность алкорамки составляет 10-12 человек в минуту. Если алкотестер зафиксирует в анализируемом воздухе содержание алкоголя свыше 0,16 мг/л выдыхаемого воздуха — 0,3 промиле, то сотрудник будет направлен на медосвидетельствование. При подтверждении признаков алкогольного опьянения возможны дисциплинарные меры, вплоть до увольнения.

<http://deputatugarov.ru/news/vyidoh-na-vhode.html>



# ВЗАИМОСВЯЗИ МЕЖДУ АЛКОГОЛЕМ, ТАБАКОМ И НАРКОТИКАМИ

Сегодня в России в условиях демографического спада актуальность борьбы за трезвый образ жизни только возрастает. Это – вопрос национального выживания и сохранения нации, нашей национальной безопасности. На государственном уровне вне закона только наркотики, входящие в перечень запрещённых средств. В отношении алкоголя и табака политика остаётся весьма либеральной. Продвигается идея «ответственного употребления» алкоголя, которая декларирует, что алкоголь из нашей жизни «убрать невозможно», а выход состоит в том, чтобы научиться его употреблять «культурно» и «ответственно». Это соответствует и сегодняшней западно-европейской стратегии в решении проблемы алкоголя и даже некоторых наркотиков, что известно как «стратегия уменьшения вреда» [8]. В российском обществе муссируются мифы о «доброй старой водке высокого качества» после которой, якобы, «не было никаких последствий» и проблема, якобы, состоит в том, чтобы вернуться к строгим стандартам качества «спиртных напитков». Издаются популярные брошюры о лечении самогоном и водкой. Отстаивается идея, что табачная и алкогольная отрасли – это «рабочие места» и «доходы в казну», что, однако, решительно опровергается расчётами экономистов во всём мире, так как потери для здоровья и общества в разы превышают доходы.

В начале 20-го века русский доктор медицины И.В. Сажин считал недопустимыми призывы к умеренному употреблению алкоголя и заявлял, что единственно верным решением проблемы алкоголизма является полное воздержание [12, с.9]. Аналогичного мнения придерживался другой русский доктор медицины В.М. Бехтерев. Однако проповедуя полное воздержание от алкоголя, учёный предупреждал, что одного этого недостаточно, и для полного изъятия алкоголя из свободной продажи нужны научно-выверенные мероприятия [1, с.18]. Категоричен был И.П. Павлов, который выступил против создания алкогольного института об изучении полезных свойств алкоголя и считал, что такой институт не имеет права называться научным [5, с.58-67; 7].

В документах Всемирной организации здравоохранения последних десятилетий алкоголь называется наркотиком. Наиболее ранним из документов является технический доклад №363 экспертов ВОЗ 1968 года, где алкоголь относится к наркотикам с привыканием типа барбитуратов. Наиболее часто цитируемым документом является доклад №551 за 1975 год из Серии технических докладов, упомянутых на 28-й сессии ВОЗ [9].

В Большой медицинской энциклопедии, изданной в СССР, алкоголь прямо называется наркотиком, который вызывает «одну из распространенных форм наркомании» – хронический алкоголизм [2, с. 254, 256].

В «Международной классификации болезней десятого пересмотра» (МКБ-10) в разделе «Психические расстройства и расстройства поведения, связанные с употреблением психоактивных веществ» (F-10, F-19), иерархию по степени опасности образуют алкоголь, опиоиды, каннабиоды, седативные и снотворные средства, кокаин, кофеин, галлюциногены, табак, летучие растительные. Самыми распространёнными из них в современном мире являются алкоголь, табак, опиаты и каннабис [10].

Исходя из вышеизложенного, алкоголь по признанию авторитетных учёных, является наркотиком. Это значит, что он воздействует на определённые «опиатные» участки мозга и вызывает привыкание и химическую зависимость.

Признан социально опасным веществом, разрушающим здоровье человека, и другой социально приемлемый наркотик – табак. Об этом говорится в статьях 8-12 «Рамочной конвенции ВОЗ по борьбе против табака», в «Международной классификации болезней десятого пересмотра» (МКБ-10) и других документах [10; 11, с. 9-11].

Существуют ли взаимосвязи между алкоголем и другими наркотиками? На бытовом уровне многие знают, что если человек пьёт, то он, как правило и курит. Наркоманы, если нет наркотика, переходят на алкоголь. Это доказываются и научными исследованиями.

Наше социологическое исследование, проведённое среди учащихся школ в Бишкеке (Киргизия) в начале 90-х годов прошлого века привело к следующим результатам: пробовавших курить мальчиков и девочек было больше из числа, пробовавших алкоголь: для девочек в 11,3 раза, для мальчиков – в 2,3 раза. А исследование, проведённое в этом же городе в это же время среди обучающихся профессионально-технического училища показало, что потребители анаши (препарата каннабиса) начинали с курения табака в 100 процентах случаев. В дальнейшем почти все практиковали смешанное употребление. Мы сделали вывод о том, что употребление алкоголя, табака и наркотиков в подростковой среде тесно взаимосвязано [3, с. 39-40]. Подтверждения своим наблюдениям мы находим среди многих современных исследований.

В докладе, подготовленном в Национальном институте здоровья США (NIH), доктор философии David J. Drobos отмечает, что

люди, которые пьют алкоголь, часто и курят; также наоборот: те кто курят, часто употребляют и алкоголь. Этому способствуют генетические механизмы, факторы окружающей среды, психосоциальные факторы (например, личностные характеристики и сосуществующие психические расстройства). Результаты лечения для пациентов, зависимых от алкоголя и никотина, как правило, хуже, чем для людей, зависимых только от одного препарата. Последние данные свидетельствуют о том, что для улучшения результатов, рекомендуется лечение обеих зависимостей [15].

Chandni Hindocha, аспирант Лондонского глобального университета, изучающий взаимосвязи между употреблением табака и каннабисом, утверждает, что табак и каннабис чаще всего употребляют вместе. Исследование, проведённое на выборке в 30 тысяч человек, показало, что около 75 процентов потребителей каннабиса в Европе курят его в смеси с табаком, такие же предпочтения преобладают в Австралии и Новой Зеландии. Однако в США и Канаде табак и каннабис предпочитают употреблять отдельно. Главная побудительная причина их употребления – стрессление к эйфории. Причём, согласно исследованиям Chandni Hindocha, табак вызывает даже более тяжёлую зависимость, чем каннабис. Зависимыми становились около 67 процентов людей, пробовавших табак, по сравнению с 9 процентами тех, кто пробовал каннабис. Совместное употребление табака и каннабиса причиняет больше вреда здоровью, чем раздельное. Кроме того, исследователи обнаружили, что совместный тип употребления значительно снижает мотивацию к отказу от этих наркотиков вообще. Автор призывает не демонизировать каннабис, но мотивировать потребителей прежде всего к отказу от табака. С позиций «уменьшения вреда», которых придерживается автор, главная рекомендация сводится к тому, чтобы не употреблять эти вещества вместе [18; 19].

В «Глобальном отчете по алкоголю и здоровью» 2018 года в разделе о взаимосвязях алкоголя с другими «психоактивными веществами» указано, что на уровне индивида «употребление нескольких психоактивных веществ является скорее правилом, чем исключением». Употребление одного вещества положительно ассоциируется с употреблением другого. Убедительные взаимосвязи установлены между употреблением алкоголя и табака учёными Австралии (Camegon & Williams, 2001), Германии (Tauchmann et al., 2013), Италии (Pierani & Tiezzi, 2009). Данные о

## Рекомендуется для публикации в СМИ

взаимосвязях алкоголя и каннабиса во всём мире менее однозначны, однако американские учёные (Williams et al, 2004) обнаружили, что среди студентов колледжей США алкоголь и каннабис являются взаимно дополнительными. Такая же взаимная комплементарность была обнаружена и среди европейских подростков (Pare, Rossow & Storwall, 2009): 80 процентов подростков в возрасте 14-20 лет в Норвегии употребляли одновременно алкоголь и каннабис, в 35 европейских странах большинство 15-16-летних подростков тоже сочетали употребление и алкоголя, и каннабиса. В докладе также отмечается ведущая провоцирующая роль алкоголя в приобщении ко всем другим наркотикам [17, с.2-21].

Какие выводы можно сделать для профилактики химических зависимостей? Кроме оградительной тактики на законодательном уровне (ограничительные меры), оказания медицинской и реабилитационной помощи, необходимо просвещать, убеждать, воспитывать. Для этого надо накапливать научные факты, опровергать пронаркотические мифы, состряпанные алкогольным, табачным и наркотическим капиталом. Применять, в том числе, и современные способы продвижения трезвых идей, например, через социальные сети, предлагать и пропагандировать здоровые альтернативы без риска стать химически зависимым.

Professor West отмечает, что только ограничительные меры должного эффекта не дают. «Если мы собираемся оказать должное влияние на уровень смертности, мы должны учитывать культурную нормальность всего этого». Иными словами, профессор предлагает изменить отношение к сегодняшним «легальным» наркотикам – алкоголю и табаку как к якобы нормальным явлениям современной культуры [13].

Сегодня речь идёт о денормализации табачной отрасли как стратегической цели антитабачной профилактики, что отражено в «Рамочной конвенции по контролю над табаком». Британские учёные уже поставили вопрос о денормализации и алкогольной отрасли, т.к. новейшие исследования показывают, что не существует безвредного уровня употребления алкоголя [4, с. 16-38; 150-160; 14, с. 1015-1035; 16, с. 46-56].

Таким образом, сегодня у большинства учёных уже не возникает сомнений в том, что делать главный акцент в профилактике на борьбе с нелегальной наркоманией неправильно, так как комплексное употребление более одного

вещества является скорее правилом, чем исключением. Поэтому и решать проблему надо комплексно. Стратегия трезвости имеет под собой серьёзное научное обоснование и отвечает национальным государственным интересам. Борьба с наркоманией и одновременно вести попустительскую политику в отношении алкоголя и табака бесперспективно с точки зрения общей профилактики.

### Литература

- Бехтерев В.М. Вопросы алкоголизма и меры борьбы с его развитием. СПб.: Я. Трей, 1912 г. - 28 с. URL: [http://alcddata.narod.ru/Bekhterev\\_1912/](http://alcddata.narod.ru/Bekhterev_1912/) (дата обращения: 1.05.2019).
- Большая медицинская энциклопедия. – Алкоголизм. – 3-е изд. – М.: Советская энциклопедия, 1974. Том 1. - С.244-279 URL: [http://alcddata.narod.ru/BME\\_alcohol/254.html](http://alcddata.narod.ru/BME_alcohol/254.html) [http://alcddata.narod.ru/Bekhterev\\_1912/](http://alcddata.narod.ru/Bekhterev_1912/) (дата обращения: 1.05.2019).
- Гринченко Н.А. Пути предупреждения наркотического поведения школьников подросткового возраста. Диссертация на соискание учёной степени кандидата педагогических наук. – Фрунзе, 1990. – 166с..
- Дёмин А.К., Дёмина И.А., Дёмин А.А., Дёмина И.А. Россия: дело табака. Расследование массового убийства. Первое специальное независимое расследование социально опасного бизнеса в национальных интересах: малоизвестные факты, анализ, рекомендации. Москва: Российская ассоциация общественного здоровья, 2012. – 555 с. Табл.24. Рис.275, библ. около 2000 – 75 п.л.
- Иван Петрович Павлов. Классики русской медицины о действии алкоголя и алкоголизме. М.: «Медицина», 1988. - С.58-67.
- Карпачёв А.А. Формирование трезвых убеждений и трезвого мышления – основа первичной профилактики и массового добровольчества в образовательной среде/Собриология. -2017. -№2(12). - С.20-25.
- Наука об алкоголе. Иван Петрович Павлов (1849-1936). Трезвая Русь. URL: [http://alkogolunet.ru/blog/o\\_proekte\\_ustrojstva\\_laboratorii\\_dlja\\_izucheniya\\_vlijaniya\\_alkogolja\\_na\\_organizm/2010-03-06-30](http://alkogolunet.ru/blog/o_proekte_ustrojstva_laboratorii_dlja_izucheniya_vlijaniya_alkogolja_na_organizm/2010-03-06-30).
- Об ответственном употреблении алкоголя. Информация предоставлена московским НПЦ наркологии//Под ред. доктора медицинских наук Е.А. Брюна. Министерство здравоохранения и социального развития Российской Федерации, 2009. – 8с. URL: <http://www.takzdorovo.ru/files/3d/>

### Наталья Александровна

Гринченко,

кандидат педагогических наук, доцент Елецкого государственного университета 3a/12c9c00a180b3ae2fb455ab2fd6/Ob\_otvetstvennom\_upotreblenii\_

### Дорогие сибиряки!

Жители, старожилы, коренные народы азиатской части России – слушайте все!

С каждым годом нас становится все меньше. Мужчины умирают, не дожив до старости, женщины отказываются рожать детей, опасаясь за будущее своего потомства. Пришлые хозяйничают на просторах отечества, родина стала чужой колонией. Нам всем приходится не жить, а выживать. Мы – в резервации!

Уздой, кнутом и загоном для наших народов стал «пищевой» алкоголь – добровольное сумасшествие нации. С помощью внушенного бреда, этнорелигиозные нацисты поработили весь мир и уничтожают нас.

Но мы-то пока ещё живы! Поэтому на нас с вами, современники, лежит ответственность за будущее наших родов, за те миллионы потомственных поколений, которые должны жить после нас.

### НАШЕ ОБЩЕ СПАСЕНИЕ –

В ТРЕЗВОСТИ! – помните это!

Приглашаем вас дать трезвенный обзор сегодняшнего дня на III съезде Трезвых сил Сибири, который запланировано провести в Красноярске 19-20 мая 2019 г.

## Отстоять право на жизнь!

Центральной темой съезда станет оценка деятельности органов власти, за прошедшие 10 лет, по претворению в жизнь «Концепции государственной политики по снижению масштабов злоупотребления алкоголем и профилактике алкоголизма среди населения Российской Федерации на период до 2020 года».

Просьба: обратить внимание в своих выступлениях на «алкогольную» и иную смертность, демографию в регионе проживания, на формы противодействия местной власти скрытой политике алкоголизации и деградации населения. Отследить связь представителей государства и алкогольной мафии, выявив приемы и методы, ими используемые, для вовлечения женщин, детей и молодежи в пьянство. Осмыслить, как люди реагируют на: алкоголизацию потомства; ограничение продажи спиртного по месту, времени, возрасту; вынос продажи спиртного за пределы проживания; полный запрет на циркуляцию алкоголя в обществе.

Отдельно отразить научно-практические достижения трезвеннических сообществ, при сохранении, развитии и утверждении трезвости. Перенять опыт трезвенного просвещения и образования, воспитания подрастающего поколения.

Приветствуются проекты трезвого общества будущего дня – как мы будем жить в трезвой России?

При подготовке выступлений рекомендуется рассматривать трезвость от простого понятия к сложному как:

- неупотребление спиртного;
- противоположность любым видам опьянения (наркотическим, информационным, идеологическим, политическим и пр.);
- естественное созревание ума, без его искажений - нормальная жизнь;
- состояние устойчивого развития (человека, семьи, общества, нации, государства);
- ясность сознания, разумность;
- пятифакторная модель бытия (биологическая, психологическая, интеллектуальная, средовая, духовная);
- категория нравственная и т.д..

Само собой разумеется, что в основе общества будущего лежит парадигма естественного, нормального развития человека, вне систем циркуляции алкоголя, табака и других наркотиков, без искривления сознания ложными сведениями и недостоверной информацией. Но чтобы к этому подойти, нации необходимо освободиться от алкоголефильных идеологов. Сегодня борьба идёт не только с клевретами наркотизма, сросшимися с властью и распространяющими ложь о «культуре» винопития, но за жизнь соплеменников, за существование коренных народов России, которых убивают алкоголем. Поэтому нам необходимо всем вместе законно отстоять свое право на жизнь!

### Коренные народы России

имеют право жить!

Коренные народы России

должны быть полноправными

хозяевами на своей родной земле!

Трезвость – наша традиция!

Трезвость и правда – наши щит и меч!

Запись на участие в работе съезда и на выступления (звонки и СМС): 923-288-1822;

963-263-3827; e-mail: sobersiberia@yandex.ru.

Оргкомитет съезда

Здравствуйтесь друзья, соратники! Многие спрашивают меня о моей новой книге, о здоровье. За большой, более 25-летний опыт работы накоплено много знаний, и получены отличные результаты! Книга в работе! Надо получить согласие от людей, которые есть на фотографиях с результатами! Оформление и финансы, тоже актуальны!

Поскольку цель нашего движения – трезвость и здоровье, то в данной публикации хочется поставить вопрос о здоровье более остро. От алкоголя гибнут люди, но есть причины, от которых гибнет много детей и взрослых! Сегодня можно сказать о том, чего большинство не знало. Кроме вредных привычек – употребления алкоголя и курения – есть привычки болеть, носить лишний вес! «Человек рождается здоровым, все болезни приходят через рот, вместе с продуктами питания!» – говорил Гиппократ!

За долгие годы, человек за счет пластичности нервной системы привыкает к болезненному состоянию, к лишнему весу! Постепенно здоровье ухудшается, лишний вес нарастает... Но социум приготовил отговорки – возрастное, наследственное и многое другое.

На самом деле через болезненные симптомы, лишний вес – тело указывает на проблемы. Это и неправильное питание и проблемы психосоматики, и другие. Решению этих проблем и посвящен мой курс. Многие говорят: «А меня и такую

## МОЖЕМ НАЧАТЬ ЗАНОВО!

любят». Я спрашиваю в ответ: «А Вы сами любите себя? Живем-то единожды!» И это важно! За долгие годы, человек не смог избавиться от зависимости, болезни, лишнего веса – прошлой части жизни не хватило. А как прожить оставшуюся часть? Так же? Один великий мыслитель сказал – «Единственная трагедия человечества – это его невежество! Другой я не знаю!» Но! Чтобы это понимать, надо знать то, что теряешь, и почему. Тогда и возникнет потребность в изменении!

Каждый раз на занятиях я буду что-то добавлять Вам! Здоровья и счастья!

Давно ли Вы спрашивали себя: «Чего я хочу в жизни? Чего я хочу и что я сейчас для этого делаю?»

Нет ли у Вас чувства, что всё идёт как-то не так, и нужно это «как-то» менять? Нет ли ощущения, что Вы действуете не очень эффективно, а значит, достигаете чего хотите гораздо дольше, либо не достигаете совсем?

Начнем с важного для каждого – здоровья! «Единственное благо на земле, которое не купишь всем золотом мира – это Здоровье!» Что нам надо знать? Переодевание – такая же нагрузка на сердце и сосуды, как, например, тяжелая физическая работа или резкое эмоциональное волнение. На Всемирном конгрессе кардиологов, проходившем в ноя-

бре 2000 года в Новом Орлеане, подчеркивалось, что обильный прием пищи – нередкая причина повторного инфаркта миокарда. Причем в течение первых двух часов после застолья угроза инфаркта возрастает в 10 раз! («Аргументы и факты», 2000, №52).

1. Эксперты кардиологического оздоровительного фонда Индии считают, что плохое самочувствие, преждевременное старение и снижение естественной сопротивляемости организма почти на 100% определяется стилем жизни, то есть набором скверных привычек. Среди них на первом месте стоит неправильное питание и отсутствие физических нагрузок. Превышение веса всего лишь на четыре с половиной килограмма увеличивает смертность на 8%, девятикилограммовая добавка – до 18%. У людей же, чей вес превышает норму на 20 килограммов, смертность примерно в полтора раза выше, чем у худощавых (И.М. Скурихин, В.А. Шатерников). Особенно серьезное влияние избыточный вес оказывает на формирование репродуктивной функции в возрасте от 7 до 12 лет. Превышение нормальной массы тела уже на 20% может спровоцировать негативные последствия – жировая ткань участвует в гормональном обмене, а именно в этот возрастной период активно идет

формирование репродуктивной функции. («Худеем вместе», 2000, №13).

2. Снижается кровоснабжение головного мозга. В норме до 30 процентов сердечного выброса крови направляется к головному мозгу. При передевании значительная часть крови перераспределяется на область желудочно-кишечного тракта. Одновременно происходит уменьшение ее притока к головному мозгу, особенно к коре, отвечающей за мыслительные операции.

В среднем жизнь человека составляет 25550 дней, не так много! Часть он уже прожил, откладывая изменения на будущее.

Но! Как прийти к решению измениться? Все просто! Если до сегодняшнего дня Вы не изменились, не избавились от лишнего веса, болезней, стрессов – то, когда это случится? А ещё надо сформировать новые навыки, чтобы не вернуться к старым – ведь это основная причина срывов! Природа не терпит пустоты. Убирая негативные привычки, надо сформировать новые, чтобы они стали новой программой! И ещё ценность курса в том, что человек понимает, что такое – восприятие и стереотипы. Это плоды старой программы. Они не дают дорогу новому! Поэтому важно уже сейчас знать: что ты хочешь. Почему это важно для тебя. Именно твое реше-

ние играет основную роль. Меняйся для себя! Это новые возможности! Ты стал лучше, значит, стал лучше и для своих близких, стал примером! Апостол Павел говорил: «Спасись сам, и вокруг спасутся тысячи!»

Многие, прошедшие курс в благодарности говорят – «Спасибо Сергею Андреевичу! Я поняла (понял), что ещё и не жила (жил)!»

«Мы не можем вернуть жизнь назад, но Мы можем начать ее заново!» Поэтому – все возможно!

Данная публикация предназначена для того, чтобы каждый из нас, участников трезвеннического движения, обратил внимание на свое личное здоровье. Ведь порой в борьбе за трезвость, за общественное здоровье мы забываем о своем. А это приводит к снижению работоспособности, эффективности нашей борьбы, а иногда и к преждевременному «сходу с дистанции». А это недопустимо. Мы должны быть примером не только трезвого, но и здорового образа жизни.

На это направлены мои курсы и моя, готовящаяся к изданию книга. Пишите, если у кого-то есть проблемы. Вместе мы сможем восстановить здоровье! А значит – стать более активными, оживить трезвенническое движение!

**Сергей Андреевич Арефьев**, председатель Хакасского РО СБНТ, преподаватель оздоровительных курсов по методу Шичко. [sergei\\_arefev@mail.ru](mailto:sergei_arefev@mail.ru), 923-219-84-56, 983-190-38-64

## Случилось несчастье

С нашим соратником из Санкт-Петербурга Анатолием Обросковым случилось несчастье.

До недавнего времени все, кто знал Анатолия лично, знали его как истинного патриота, трезвенника, борца за трезвый и здоровый образ жизни, редактора газеты «Трезвый Петроград», лидера партии сухого закона в Санкт-Петербурге. Совсем недавно он выступил с предложением провести в Санкт-Петербурге референдум о введении в этом регионе сухого закона, а во время прямой линии с Президентом находился в зале с плакатом «Сухой закон», который не раз попадал на экран.

Посмотрел сейчас и участие Оброскова в программе «Интеграция» на одном из питерских телеканалов (или радио), где ему пришлось в прямом эфире отвечать на перекрестные вопросы, как ведущего, так и второго гостя студии, далеко не разделяющих трезвеннические взгляды. Ответы Анатолия были не просто адекватные, они были грамотными, убедительными, не оставлявшими шансов его собеседникам взять верх.

И когда я получил известие, что Анатолий совершил в центре Санкт-Петербурга пробежку «за сухой закон» в голом виде и посмотрел в интернете видеозапись этой пробежки, решил, что с Обросковым произошел какой-то вывих. Я предложил питерскому соратнику поговорить с ним о недопустимости такой «пропаганды» трезвости, позорящей все трезвенническое движение и выступить с официальным заявлением, осуждающим его поступок.

Но, когда мне дали возможность посмотреть, что в выложенных в интернет роликах несет наш, теперь уже бывший соратник, стало ясно, что он психически болен. Какое тут осуждение, человека надо немедленно лечить.

Вы тоже можете познакомиться и с упомянутой мной передачей «Интеграция», и с тем болезненным бредом, который теперь несет Обросков, чтобы понять, какая страшная трансформация произошла с этим человеком, какое несчастье его постигло. Информация эта на сайте «Союз трезвых» по ссылке <http://rusober.ru>. Там же представлены и те бредовые ролики Оброскова, которые есть в открытом доступе в интернете.

К питерским же соратникам у меня теперь только одна просьба – помогите Анатолию, найдите возможность оказать ему медицинскую помощь. Так

оставлять это нельзя. Мало того, что он губит себя, он подставляет под удар все трезвенническое движение.

Эта информация была опубликована на сайте СБНТ и, очевидно, прошла в рассылке новостей ТД полгода назад. Никто из питерских соратников не смог что-то сделать, чтобы направить Оброскова на лечение – дескать, нужно заявление близких родственников, а есть ли они у Анатолия, никому неизвестно.

Но вот недавно от неизвестного соратника из Ленинградской области вновь пришло сообщение со ссылкой <https://vk.com/public14889149> на обращение Оброскова к Путину накануне Русского марша 2018 с предложением ни много, ни мало передать ему полномочия президента. Другие «художества» Оброскова можно посмотреть здесь <https://rusober.ru/obroskov-anatolij-svixnulsya/>.

Конечно, как сказано в информации активистов трезвеннического движения (ТД) – это трагедия Оброскова. Но, это и трагедия всего ТД. Теперь я думаю, что это не просто психическое заболевание, а результат воздействия на него со стороны вражеских сил с помощью каких-то психотропных средств. Об этом говорит и наш соратник в публикуемом ниже обращении, ссылаясь на примеры подобных провокаций против трезвенников.

Что делать, я не знаю. Обратившись за советом к некоторым соратникам, руководителям ТД, от некоторых получил предложение «не публиковать информацию об Оброскове и вообще предать забвению этого человека и его имя».

Но как предать забвению? Во-первых, деятельность эта не прекращается, бред этот выкладывается в сети, что дискредитирует и порочит трезвенническое движение. Во-вторых, страдает человек, наш соратник, которого надо как-то спасать. Похоже, есть единственный выход, который предлагает и Ясинский: «Вывозить его из Питера, и чем дальше, тем лучше». Кто, кроме питерцев может это сделать, не знаю. И куда?

Обратиться за помощью к правоохранительным органам, где гарантия, что они не в сговоре с алкомафией, творящей этот ужас над беззащитным, как оказалось, человеком.

**Г.И. Тарханов**, первый зам. председателя СБНТ

### Обращение к соратникам

Соратники! Прочел и посмотрел про Анатолия Оброскова.

Сложилось впечатление, что все в каком-то недоумении от произошедшего. Не думал, что дело пойдет так далеко.

Ролик с его «голой» пробежкой видел давно, по-моему как раз в апреле 2017-го. Но я не придавал этому значение, подумав, что какой-то идиот обкуренный, и его посадят за нарушение правопорядка и т.п. Сразу подумал, что питерская алкомафия подсуежилась и выпустила какого-то наркоманов поработать за дозу. И благополучно забыл об этом.

Только сейчас узнал и понял, что все гораздо хуже. Проанализируйте сами. Анатолий в прошлом очень активный по трезвой тематике человек. Наверняка был большой занозой в одном месте у алкомафии и, думаю, не ошибусь, если скажу, что и у представителей власти тоже.

Власть пока дает нам возможность отрезвлять общество, даже позволяет писать представителям власти и заниматься своей темой. Молча выражая нам свою солидарность таким образом. Почему я говорю, что нам позволяют? Все мы знаем, как заканчивались трезвые движения в прошлом. Среди IT-специалистов есть такая шуточная поговорка. Если вы думаете, что у вас все права, и Вы всё можете делать в сети предприятия, в интернете, на рабочем ПК и т.д., то не обольщайтесь. Просто системный администратор вам это пока позволяет.

Но когда наш активист выступил с предложением провести референдум, его опустили. Он не сошел с ума. Обратите внимание, на всех роликах, за исключением некоторых моментов его зрачки расширены. Он находился под действием каких-то веществ. В другие моменты, когда глаза не расширены, были какие-то другие воздействия.

Во время видео он находится не в своей квартире. С ним постоянно кто-то есть. Все это напомнило мне историю с подготовкой шахидов. Людей держат в подвале, пичкают наркотиками. Одна из очевидцев упоминала какую-то зеленую жидкость с отвратительным вкусом. И много

чего еще. А в результате люди подрывают себя в центре толпы.

Я в своё время читал и смотрел много материалов по этой теме и имел возможность говорить с людьми высоких званий в правоохранительных органах, которые занимались расследованием таких инцидентов. И я сразу увидел схему работы, похожую на схему работы с будущими террористами:

Их психику подавляют, держат на наркотиках, в случае с исламскими террористами, промывают мозги радикальным исламом. А потом предлагают погибнуть за ислам, забрав с собой как можно больше «неверных».

Оброскова, на мой взгляд, просто опустили и используют против трезвеннического движения. Не дай бог кому-либо из соратников попасть в такое.

Я бы предпочел сесть в тюрьму или застрелиться.

Мы все трезвые люди, надо включать мозги и понять, что мы на войне, а на войне убивают, деморализуют, вербуют и самое страшное, могут заставить воевать против своих.

В представленной ниже информации мы имеем дело с несколькими подготовленными акциями против партии «Сухого закона», против всего трезвеннического движения в целом.

Что касается Анатолия вижу только один выход. Вывозить его из Питера, и чем дальше, тем лучше. Соответственно в информационном поле он появляться больше не должен. Вырвать из лап в которых он сейчас находится, может быть сложно. Думаю, нужна целая спецоперация как в фильмах про шпионов. По пути сменить не менее 10 машин, причем водитель каждой должен знать только ту машину, в которую он должен передать пассажира. Могут понадобиться люди с оружием и удостоверением. Мы не знаем с кем мы имеем дело. Думаю, здесь замешана не только алкомафия, но и более серьезные люди.

Это не единственный случай. Есть еще подобный.

<http://ren.tv/novosti/2017-02-26/smi-soobshchili-cto-reper-mishamavashi-v-tvazhelom-sostoyanii-nahoditsya-v>

СМИ сообщили, что рэпер

Миша Маваши в тяжелом состоянии находится в больнице (26 февраля 2017)

«Миша Маваши – рэпер, выступающий за здоровый образ жизни. Его треки являются своего рода назиданием молодежи», – из статьи по ссылке выше.

Пресс-конференция Миши Маваши в X-FIT (Брянск) II.mp4 <https://youtu.be/BNWQZKen2Sk> Пример творчества. Один из старых клипов Миши Маваши. Как раз в тему. [https://youtu.be/aIOP\\_ZN17RE](https://youtu.be/aIOP_ZN17RE) Миша Маваши - Тебя предупреждали (Зерно - 2012).

Нашел старенькое видео, здесь - «бухой» Миша Маваши <https://youtu.be/uZYnvC9PWJl> Видео, где он находится в состоянии опьянения на 2017 год и ранее уже удалены.

Очевидно, скомпрометировали Маваши по полной. Кто и как это сделал, остается только догадываться.

Вот пример старых публикаций в сети 2017 года и других.

В Челябинске активист «Трезвых дворов» арестован за торговлю наркотиками

Или внедрили агента для дискредитации, или сфабриковали дело. Скорее всего, вариант первый. [https://www.znak.com/2017-07-04/v\\_chelyabinske\\_aktivist\\_trezvykh\\_dvorov\\_arestovan\\_za\\_torgovlyu\\_narkotikami](https://www.znak.com/2017-07-04/v_chelyabinske_aktivist_trezvykh_dvorov_arestovan_za_torgovlyu_narkotikami).

Вот ещё о том же, но со стороны якобы руководителя «Трезвых дворов», и «непримиримого оппонента движения "Трезвые дворы"». <https://nashchelyabinsk.ru/post/aktivista-trezvykh-dvorov-poimaili-s-narkotikami-v/>

Вообще время до 2018 года было урожайное по борьбе с трезвенниками. Вот еще страшный пример <https://www.newsru.com/russia/18mar2011/tomi4.html>. Следователи объясняют: сгоревший заживо трезвенник был пьян, когда обвинял в своем убийстве «ментов». Похоже, сожгли парня.

В общем, нам как-бы хотят сказать – знайте меру и не лезьте на рожон. Берегите себя, соратники и не забывайте, Мы НА ВОЙНЕ! С уважением,

**Андрей Ясинский**, ведущий новостной страницы сайта СБНТ

Губернатору  
Красноярского края  
Уссу А.В.

# С надеждой на прозрение

Уважаемый

Александр Викторович!

Благодарим лично Вас за деятельность, направленную на снижение уровня алкоголизации населения Красноярского края, посредством:

- борьбы соответствующих служб с контрафактным алкоголем;

- следования рекомендациям и использованию пособий, разработанных сотрудниками Московского научно-практического центра наркологии по профилактике наркологических заболеваний, в настоящее время являющимся основным идеологическим центром по алкоголизации и наркотизации с детских лет коренных народов Российской Федерации (см. приложение *«Статья «Наркологии-идеологи», газета «Подспорье» №6(173) – ред.]]*);

- обучения через систему образования подрастающего поколения пищевому поведению, связанного с умением «культурно» пить алкоголь, который по факту является **нервно-паралитическим веществом**, а также **ядом** (ГОСТ 5963-51) и **сильно действующим наркотиком, вызывающим возбуждение, а затем паралич нервной системы** (ГОСТ 18300-72);

- тиражирования культомаразмных наркотических стилей поведения, посредством театра, культуры, искусства, кино, СМИ – социальных технологий и институтов, ответственных за качество информационного пространства региона;

- замещения охраны здоровья нации, в вопросе по утверждению и сохранению трезвости, как естественного и устойчивого развития человека, семьи, общества, муляжами псевдофизкультурных достижений министерства спорта, и отчетов министерства здравоохранения по объемам продаж фармакологических препаратов на душу населения края.

Судя по отчетам министров, Красноярский край самый трезвый, и самый благополучный российский регион, где живут одни трезвенники, где не совершаются правонарушения и преступления и все тюрьмы опустели, отсутствуют даже «пьяные» ДТП; у красноярцев самая высокая средняя продолжительность жизни по стране, здесь больше всех рождается детей, больницы закрываются, по-

тому что там некому лечиться, все занимаются физкультурой и спортом, ведут здоровый образ жизни, все население непрерывно повышает свой образовательный и культурный уровень... Лепота!

Вместе с тем, обращаем внимание, что за время действия Федерального закона от 22.11.1995 № 171-ФЗ «О государственном регулировании производства и оборота этилового спирта и спиртосодержащей продукции и об ограничении потребления (распития) алкогольной продукции» в **Красноярском крае алкоголем уничтожено более трехсот тысяч мужчин трудоспособного возраста**. При этом только за время действия «Концепции государственной политики по снижению масштабов злоупотребления алкоголем и профилактике алкоголизма среди населения Российской Федерации на период до 2020 года», одобренной Правительством РФ 30.12.2009 г., по **причине циркуляции алкоголя в обществе, похоронено порядка ста тысяч красноярцев детородного возраста**. Если же принять во внимание утверждение министра здравоохранения РФ Скворцовой В.И., что в России алкоголь уносит **70 % мужчин трудоспособного возраста**, то число жертв от краевой алкогольной политики увеличится, как минимум, в два раза. Обращаю Ваше внимание, что речь идёт не о цифрах, а о конкретных взрослых людях, обладавших здоровьем, жизненным опытом, профессиональными и военными навыками, мировоззрением; имевших семьи и детей.

Если судить по ответам на Обращение трезвенников к Губернатору Уссу А.В., за подписью чиновников различного уровня, то спаивание, т.е. фактическое истребление красноярцев, осуществляется согласно установленным правилам, без нарушения законов РФ. Однако те же российские законы позволяют, например, властям в Чеченской республике существенно ограничить продажу алкоголя в регионе, тем самым сохраняя жизнь и здоровье своего народа, повышая благосостояние и естественный прирост населения. Любопытно и то, что в республике Саха (Якутия), за выдачу лицензии на розничную продажу спирт-

ного, сбор в государственную казну составляет один миллион рублей, тогда как в Красноярском крае только шестьдесят тысяч рублей. Сопоставление подобных сведений о противодействии алкоголизации, поступающих из различных регионов РФ, приводит к предположению вероятности, что у красноярской власти в алкогольном вопросе присутствует иной интерес, противоположный политике народосбережения, и развитию региональной экономики. Может быть красноярские чиновники коррумпированы алкогольной мафией?

Как следствие, в крае наблюдается, под убаюкивающий, но уже тревожный ритм мелодий о толерантности, исполняемый известным составом ансамбля *демагогов, вытеснение русской язычного населения тюркскоязычными чужеземцами, которые по своей природе более агрессивны. В условиях сокращения численности мужского местного населения, они уже не только вымывают финансы из региональной и российской экономики, но чувствуют себя полноправными хозяевами, устанавливая повсюду свои порядки.*

Многие годы местные жители на себе ощущают все пагубные последствия разрушения народного хозяйства, стагнации промышленности, нерентабельность лесного, аграрного, водного секторов экономики. Вслед за алкоголизацией, в семьи сибиряков пришли нищета, аморальность, маргинализация, психические заболевания и т.д.. Как оказалось, большинство из несчастных, это русские православные христиане, воспитанные в годы доминирования в стране социалистической идеологии. В настоящее время, многие их них не могут устроиться на работу. Одна из причин заключается и в том, что работодатели, а зачастую и чиновники, уже тоже иноземные инородцы: мусульмане, иудеи, протестанты, китайцы и пр. Вот и приходится ещё оставшимся в живых красноярским мужчинам, родившимся в СССР, перебиваться случайными заработками. *Бедолаги справедливо сетуют: «Говорят, что мигрантам платят мало, а нас вообще на работу не берут! Даже дворника-*

*ми или грузчиками. Приходит-ся либо от пьянки подыхать, либо от смерти по тюрьмам прятаться»...*

Следует признать, что посредством таких законодательных актов, как Федеральный закон от 22.11.1995 № 171-ФЗ «О государственном регулировании производства и оборота этилового спирта и спиртосодержащей продукции и об ограничении потребления (распития) алкогольной продукции» коллаборационистская колониальная власть уничтожает коренное население России. Может быть, она тем самым пытается обезопасить себя от справедливого возмездия за грабеж национальной собственности и разрушение государственной экономики всенародного достояния, насильственной смены социалистического жизненного уклада народов России? Или мстит за бывшее величие русского народа и стремится его уничтожить, стереть с лица Земли? – остается загадкой.

Трезвенников призывают относиться толерантно к чужому мнению, так как это необходимо для успешной социализации человека. Но, **уничтожение коренного населения России алкоголем это не мнение, а целенаправленная государственная политика, обличенная в законодательные акты, т.е. это скрытый, «культурный» геноцид!** Например, мы более чем толерантны и лояльны к мнению Президента РФ Путина В.В., что нужна сильная и великая Россия. По многим вопросам мы с ним солидарны, поддерживаем все его благие начинания, направленные на сбережение коренных народов России, на рост благосостояния, рождение детей, поддержки многодетных семей и т.п.. Но зачем же уничтожать её аборигенов, в первую очередь русский народ? Почему и кто в крае лоббирует интересы антинародной группировки? Кто действует вопреки благим пожеланиям и воззваниям Президента России? Когда этому будет положен конец?

Кроме мнений, желаний, есть ещё и поступок. Это порой в мировой политике взаимоисключающие явления. Нам остается сожалеть, что под поговорку: «Дурной пример заразителен», в Красноярске, во время проведения зим-

ней студенческой Универсиады, попали первые лица государства, принявшие участие в международной пьянке. Это стало возможным либо только по причине искаженности сознания чиновников проалкогольными, а значит антирезвенническими убеждениями, а следовательно недостаточной профессиональной компетентностью, либо умышленно. И в том, и в другом случае это нанесло колоссальный урон имиджу нации. Приятные слова и положительные эмоции быстро забываются, но негативный моральный фон разочарований остается надолго. Притчей в языцах будут и спортивный министр-официант с подносом со спиртным, и хмельной глава государства, с бокалом «алкогольной продукции», на торжестве молодых физкультурников, стремящийся со всеми чокнуться, настаивающий выпить с ним, и пьющие «на рабочем месте» чиновники, находящиеся «при исполнении» вокруг гаранта. Кстати, не подскажите, за чей счёт гуляли? Кто оплачивал банкет? В какую сумму это вылилось?

Смею заверить, что мы, разумные и трезвые люди, всё понимаем и относимся толерантно к подобным случаям проявления низкой социальной ответственности власти, поэтому и не осуждаем, и своего мнения не навязываем, ведь, плетью обуха не перешибёшь. Но вопреки библейскому совету: «Не мечите бисер перед свиньями», высказывать свою гражданскую позицию нас побуждает душевная боль за судьбу соплеменников, и совесть, которая вопиет, не позволяя молчать.

Нам, сознательным трезвенникам, очень и очень стыдно за морально-нравственное разложение красноярской власти. Поэтому мы призываем соотечественников, находящихся во властных структурах, опомниться, перестать быть слепым орудием сил тьмы: **ПРОТРЕЗВЕТЬ! Верю, что сей «глас вопиющего в пустыне» будет услышан и в Красноярском крае утвердится Русская православная власть, заботящаяся о всех красноярцах, как о своей родной семье.**

С надеждой на скорое прозрение власти и воскрешение русского народа –

**Аникин Сергей Сергеевич,**  
сопредседатель Красноярского  
гражданского комитета  
«Трезвый набат»

*Очевидно, столь жесткое обращение к губернатору последовало на очередные благостные отписки чиновников в ответ на многочисленные вопросы, заданные властям края через А.В. Усса в предыдущем письме «Трезвого набата». В нем в частности было сказано:*

«11 января 2019 года газета «Воскресение» опубликовала «Обращение сибирских трезвенников к губернатору Красноярского края А.В. Уссу», а газета Союза борьбы за народную трезвость «Соратник» (№1 (249), январь 2019 г.), распространяющаяся не только в регионах Российской Федерации и России, но и в странах ближнего зарубежья, бывших республиках СССР, опубликовала данное письмо-обращение Председателя КРОД «Трезвая Сибирь» Аникина С.С., сопредседателя Красноярского гражданского комитета «Трезвый набат»... «Универсиаде трезвой быть! Этого хочет вся Россия».

... К несчастью, формализм – болезнь российских чиновников, и красноярские бюрократы не являются исключением... Но вопросы, которые подняты в обращении, не праздные, а имеют государственное значение, поэтому требуют не формальных ответов, а всестороннего и объективного рассмотрения. Понятно, отчего отдельные государственные служащие и административные структуры, причастные к массовой алкоголизации жителей Красноярского края, поддерживают открытие заведений для спаивания подрастающего поколения, избегают не только создавать условия для сохранения и утверждения трезвости в крае, но и даже упоминания слова «трезвость». Скорее всего, что они не только

коррумпированы, но являются частью алкогольной мафии, и должны быть изгнаны из государственного аппарата. Этого требуют национальные интересы, так необходимо поступить ради сохранения коренных народов России, в том числе проживающих на территории Красноярского края. Напомню, что за последние 10 лет только в Красноярском крае, от причин употребления спиртного в обществе, похоронено более ста тысяч мужчин детородного, трудоспособного возраста. Им на смену пришли их дети.

В настоящее время, более 90% выпускников общеобразовательных школ имеют опыт употребления алкоголя, а более 50% курения табака. При этом к 20 годам спиртное употребляют 98% учащейся молодежи, из них до 70% курит, а более 30% имеют опыт употребления других наркотически действующих средств. Но ведь все они родились трезвыми и, как правило, сравнительно здоровыми.

В то же время, нам официально сообщают, что в образовательных организациях ведется планомерная работа по формированию здорового образа жизни. Что имеется в виду? В планах воспитательной работы каждого учреждения включен раздел по формированию здорового образа жизни. Нам хотелось бы знать, что понимается под формулировкой «здоровый образ жизни»? Является ли она единой для всех участников образовательного и воспитательного процесса? Каковы программы по привитию навыков здорового образа жизни, профилактике вредных привычек, правонарушений и преступлений, программы физкультурно-спортивной направленно-

сти: «Мой выбор», «Здоровье», «Движение – это жизнь», «Познай себя», «Программа духовно-нравственного воспитания», «Программа воспитания и социализации», «Программа духовно-нравственного и патриотического воспитания», «Движение и здоровье», программы профилактики безнадзорности правонарушений и негативных привычек «В миллион раз лучше лечения», «Я выбираю жизнь».

С целью проведения общественной экспертизы данных программ, мы просим ознакомиться с ними нас, трезвенническое сообщество Красноярья...

Также трезвенническое экспертное сообщество интересуется содержанием акций по профилактике употребления алкоголя и психотропных веществ, в которых участвуют муниципальные общеобразовательные учреждения города. В частности, такие как Всероссийские и краевые профилактические акции «Молодежь выбирает жизнь!», «Спорт – альтернатива пагубным привычкам!» и др. Интересует нас программа, план и содержание классных часов и родительских собраний, направленных на повышение уровня информированности родителей (законных представителей). Кто является автором этих программ или методичек? Лицензируются ли они? Прошли ли они научную и общественную, родительскую экспертизу? Кто её проводил? Когда?

Кем одобрена программа, предназначенная для лиц, обучающихся по правовым, медицинским и социальным аспектам незаконного потребления и оборота наркотиков, других психоактивных веществ? Кто они, желательно пофамильно? Кто и когда вел

подготовку психологов, врачей-наркологов, инспекторов ПДН МУ МВД России «Красноярское», способных грамотно общаться с подрастающим поколением на заданную тему? Где, когда и у кого они получали данную специализацию? Являются ли они сами трезвыми людьми – трезвенниками?...

Нас также интересует, какое количество финансовых средств ежегодно уходит на подобную профилактическую деятельность? Все ли они используются по назначению?... – и еще много подобных вопросов. *А в заключение – совсем неудобный:* «Официальная программа Универсиады-2019 в Красноярске для Владимира Путина началась с шампанского», – *цитируется в письме сообщении СМИ, – «После такого бессовестного, если не сказать циничного, инцидента, заголовки информационных сообщений кричали: «Владимир Путин выпил за российских спортсменов», «Президент России Владимир Путин выпил шампанского за успех российских спортсменов на Универсиаде-2019 в Красноярске», «Путин за бокалом шампанского ...» и т.д.*

Разве такой тип поведения имеется в виду, когда говорится о здоровом образе жизни? Пьющий Глава государства, пьющие губернаторы, пьющие министры-официанты, пьющие тренеры, пьющие спортсмены, пьющая молодежь, – «пьяница народ»: всё закономерно. Ну, и доколе?».

*Надо предполагать какое раздражение, если не бешенство, вызвали такие вопросы у красноярских чиновников. Видимо, и соответствующие ответы были даны «Трезвому набату». И «набат» не остался в долгу – ред.*

# День Победы и новые проблемы

Близость дня Победы – 9 мая и 25 мая – даты конференции наркологов вдохновляет на осмысление связей между этими событиями. День Победы – святой день – Праздник Победы советского народа и его русского Духа, который объединил и подвигал всю страну, миллионы людей на величайшие жертвы, испутившие все грехи, которые были не только у русских, но и у всего человечества. Но для воздержания от новых грехов даже таких жертв оказалось недостаточно. Спасенные народы Европы, даже дети и внуки победителей, при их жизни, открыто изменили идеалам отцов и дедов и нагрели больше, чем поверженные враги.

Жертвенности, доброты, ума и силы для спасения этой цивилизации оказалось недостаточно. Отдавшая 27 миллионов жизней, все духовные, профессиональные и материальные ресурсы, предельно уставшая, но счастливая нация «не заметила», как после смерти И.В.Сталина политические вожди повели страну таким путем, что очень скоро победенные стали жить лучше победителей. Планы врагов о самоуничтожении русских алкоголем, табаком, наркотиками, развратом, алчностью, бюрократией, коррупцией и другими порочными зависимостями осуществились. В 19 веке Отто фон Бисмарк сказал: «Русских невозможно победить, мы убедились в этом за сотни лет. Но русским можно привить лживые ценности, и тогда они победят сами себя...».

Эту стратегию в форме информационно-психологической войны применяют геополитические противники России со дня Победы и до сего дня. «Праздник со слезами на глазах» всегда будет самым дорогим и сакральным. Слезы будут не только от благодарности победителям и осознания великих жертв, но и от великого стыда. Цели и символы Победы – Союз Советских Социалистических Республик, Сталин, Сталинград, единство народов, патриотизм, социализм, справедливость, равенство, братство и другие духовные, социальные и материальные ценности постепенно исчезли. Их заменили новые общечеловеческие, либеральные, демократические, рыночные, потребительские ценности, свобода от идеологии, от ответственности перед предшествующими и будущими поколениями. Создались условия для эпидемии наркомании, для появления новых зависимостей и распространения их среди подростков и женщин. Народ победитель за последние мирные 25 лет оказался незащищенным от наступления «пятой колонны», обездоленным, униженным, вымирающим от безысходности через саморазрушение.

Информационно-психологическую войну нация проиграла и продолжает уступать противникам. Адекватных и эффективных ответных действий пока нет. К ним призывают тысячи самых уважаемых и известных людей. Патриарх Алексей II обращался к нации:

«Мы должны осознать, что против нашего народа ведется хорошо спланированная бескровная война, имеющая свою цель уничтожить его. В западных странах работает мощная индустрия растления... проповедуется разврат во всех его видах... создан огромный рынок алкоголя, наркотиков, порнографии, контрацептивов, обогащающий зарубежные фирмы и мафии, приводящий к вырождению и вымиранию нашего народа. Мы должны поднять русский народ на борьбу за жизнь своих детей...». Самые авторитетные политики, ученые, общественные деятели выражали протесты против навязывания молодежи алкогольно-наркоманского стиля жизни средствами массовой информации, рекламы, шоу-бизнеса, против шизофренизации и дебилизации образования.

В настоящее время среди причин смертности в России преобладают не старость и не болезни, а последствия зависимостей от курения, алкоголизации, наркотизации, несоблюдения правил безопасности на дорогах, на отдыхе и др. Химические и нехимические зависимости, обусловленные ими расстройства психических функций и поведения, относятся к пространству профессиональной деятельности психиатров, наркологов и психотерапевтов. С нас спросят потомки за то, что мы не исполнили свой нравственный и профессиональный долг. В мирное время в своей родной стране не проявили ответственности, смелости и мужества для того, чтобы мотивировать власть и народ не изменять своим национальным (историческим, родовым) нравственным, социальным и материальным ценностям, не принимать лживых – «общечеловеческих», демократических, либеральных ценностей, которые беспрепятственно навязывает «пятая колонна». Идеологическое направление профилактики зависимостей не развивалось.

В информационно-психологическую войну мы не вступали, но из-за поражения в ней потеряли гораздо больше человеческих жизней, территорий, ресурсов, экономического потенциала и политического авторитета, чем в Великую Отечественную. Это тоже великие страдания и жертвы, но они «добровольные» и бессмысленные. Наши соотечественники «сами выбирают» способы самоубийственных удовольствий и готовы насмерть стоять за право курить, алкоголизироваться, наркотизироваться, играть в компьютерные игры и т.д. Провал в идеологической, информационной, образовательной сфере руководством страны признан угрозой национальной безопасности.

Надо осознать огромный негативный и позитивный опыт. Понять и исправить допущенные ошибки, предложить идеологию и смыслы для объединения разобщенного капитализмом бедного народа, богатых менеджеров и госслужащих. Надо перезагрузить сознание не одному наркоману, а цивилизации

зависимых от потребительства. Это сверх сложно и трудно, но возможно. Об этом уже думают миллионы умных, честных, сильных, активных людей, подвижнически работающих в государственных и общественных организациях – Международной академии трезвости, Общероссийских общественных организаций СБНТ, «Объединение Оптималист», «Общее дело», Всероссийского Иоанно-Предтеченского православного братства «Трезвение», Международной Лиги трезвости и здоровья и многих других.

Самые большие основания для оптимизма дает личное общение с молодежью школьного и студенческого возраста в военно-патриотическом движении «Юнармия», кадетских школах и корпусах и др. Дети, выросшие при капитализме, проявляют такую же любовь к России, к национальным русским песням, танцам, обрядам, костюмам, боевым искусствам, как советские пионеры и комсомольцы, обнаруживают при этом естественную, добровольную сплоченность, коллективизм, энтузиазм, смелость, ловкость, сноровку, как дети в лучшие годы СССР и, наверное, как их сверстники прошлого и позапрошлого веков. Участие в учебах, тренировках, выступлениях и смотрах позволяет современным детям почувствовать духовную связь со славными предками, друг с другом, ответственность за будущее своей страны, предназначение ее защищать и развивать. Это дает им столько истинного счастья и яркого, настоящего, здорового, полезного для души и тела удовольствия, которое несравнимо ни с какими опьянениями. Считаю, что это лучшая профилактика зависимостей и препятствие для эмоционального «выгорания» наркологов и педагогов. В России есть харизматичные специалисты по патриотическому воспитанию – педагоги, психологи, тренеры, музыканты, режиссеры, постановщики и др. Есть ученые и преподаватели, умеющие обучать и воспитывать, развивать и вдохновлять.

Честных, умных, сильных, активных, духовно и физически здоровых, трезвых людей в России большинство. Объединившись, можно изменить ситуацию в стране, одержать свою Победу в войне справедливого Русского Духа над западными духами плотского индивидуального потребительства, заслужить прощение у соотечественников, пожертвовавших всем за спасение потомков и неблагодарной европейской цивилизации в Великой Отечественной войне.

**Анатолий Михайлович Карпов**, д.м.н., профессор, зав. кафедрой психотерапии и наркологии Казанской государственной медицинской академии – филиала ФГБОУ ДПО РМАНПО МЗ РФ, e-mail kam1950@mail.ru

Опубликовано в журнале «Наркология» № 5. 2017 г. под заголовком «День Победы и проблемы наркологии» – ред.

[https://vk.com/id444486421?w=wall444486421\\_189%2Fall](https://vk.com/id444486421?w=wall444486421_189%2Fall)

## Юбилейные даты

1 мая – исполнилось 60 лет  
**Нечволоду Николаю Петровичу**, лидеру трезвеннического движения Иркутской области, руководителю клуба, профессору МАТр

2 мая – исполнилось 80 лет  
**Огневу Вячеславу Степановичу**, ветерану трезвеннического движения СССР-России

2 мая – исполнилось 70 лет  
**Шандыбину Василию Петровичу**, доктору альтернативной медицины, доктору психологических наук, вице-президенту МАТр

9 мая – исполнилось 45 лет  
**протоиерею Виталию Бакуну**, председателю Донбасского православного общества «Трезвение», настоятелю храма г. Ясиноватая, ДНР

10 мая – исполнилось 65 лет  
**Мерзлякову Владимиру Юрьевичу**, врачу-наркологу, активисту трезвеннического движения России

10 мая – исполнилось 45 лет  
**Доронкину Валерию Константиновичу**, руководителю КЦ по утверждению трезвости и противодействию алкоголизму Синодального отдела РПЦ

14 мая – юбилейная дата  
**Костиной Галины Леонтьевны**, активистки трезвеннического движения Ярославской области

17 мая – юбилейная дата  
**Кочорашвили Веры Григорьевны**, активистки трезвеннического движения СССР, создателя первых клубов трезвости в Днепропетровске

20 мая – юбилейная дата  
**Колодезниковой Елены Дмитриевны**, активистки трезвеннического движения Якутии

22 мая – юбилейная дата  
**Рейш Галины Васильевны**, активистки трезвеннического движения России, доцента МАТр

23 мая – исполняется 70 лет  
**Журавлеву Валерию Васильевичу**, руководителю центра гармонично развитой личности Краснодарского края, учредителю МАТр

23 мая – исполняется 40 лет  
**Чернову Евгению Владимировичу**, активисту трезвеннического движения России, молодежного движения «Трезвый Саратов»

25 мая – исполняется 95 лет  
**Дроздову Ивану Владимировичу**, русскому писателю, публицисту, общественному деятелю, ветерану трезвеннического движения России

26 мая – исполняется 65 лет  
**Зазулину Георгию Васильевичу**, кандидату юридических наук, лидеру антинаркотического движения в России

**Поздравляем юбиляров с этими знаменательными датами!**  
**Желаем Вам крепкого здоровья, творческих успехов, выдающихся достижений во всех ваших добрых делах и успехов в нашем общем деле!**  
**Сил вам и крепости духа!**  
**Президиум МАТр, Правление СБНТ, редакция газеты «Соратник»**

## ИСПОЛНИТЕЛИ ПРОТИВ ДЕТЕЙ

**Аморальные исполнители против детей. Хроники музыкальной деградации.**

Часть 1. Пропаганда наркотиков. Друзья, выкладываю пока сырой отрывок из большого разбора ситуации, сложившейся в современной музыкальной среде. Это будет, скорее всего, серия роликов, потом объединенная в один большой фильм. Работа предстоит большая, будут разобраны темы пропаганды мата, извращений, наркотиков, и

прочих вещей, присутствующих в современной музыкальной репертуре.

Основное направление – это, конечно же, реперы, но много и других исполнителей альтернативных направлений, которые ничем не лучше реперов.

Проблема большая и серьезная, собрано очень много материалов, от вас хотелось бы попросить помощи в сборе информации о том, как эта субкультура действует на детей.

Если у вас или у ваших знакомых были случаи, когда ребенок насмотревшись этого «творчества» сильно изменился в худшую сторону, напишите в комментариях тут - [https://vk.com/topic-151856249\\_39681722](https://vk.com/topic-151856249_39681722). Это поможет понять масштаб проблемы, и, возможно, какие-то истории войдут в большой ролик.

[https://vk.com/id444486421?w=wall444486421\\_189%2Fall](https://vk.com/id444486421?w=wall444486421_189%2Fall)

Главный редактор Г.И. Стрельников.  
Редакционный совет: Н.А.Гринченко, М.А.Метелёв, А.А.Токарев.  
Верстка Наталья Соколова.

учРЕДИТЕль:  
Общероссийская общественная организация Союза борьбы за народную трезвость

Адрес: 655138, Респ. Хакасия, п. Расцвет, ул. Майская 5 - 2;  
Для писем: 655016, г. Абакан-16, а/я 327, тел. (913) 445-59-06,  
(923) 278-57-26, e-mail: [trezvo@yandex.ru](mailto:trezvo@yandex.ru)  
**www.sbnt.ru**

Газета издается на взносы подписчиков. Перечислить их можно на карту Сбербанка:  
**5336690057724801**

Тираж 990 экз.  
Издается на благотворительные взносы, распространяется бесплатно.