



ГОРЛАТНИК

Газета Союза борьбы за народную трезвость

14+

№ 7 (255) – сентябрь-октябрь 2019 г.

Издаётся с июня 1994 года

5 октября – 115 лет со дня рождения Фёдора Григорьевича Углова

3 октября 2019 года в Саратовском государственном аграрном университете им. Н.И. Вавилова состоялись III Угловские чтения, посвящённые 115 годовщине со дня рождения Фёдора Григорьевича Углова (5 октября 1904 – 22 июня 2008), выдающегося хирурга, основателя современного этапа движения за трезвость в России.

УГЛОВ В САРАТОВЕ



Фёдор Григорьевич Углов родился 22 сентября 1904 года в деревне Чугуево Киренского уезда Иркутской губернии. Ближайший к уезду университет – в Иркутске, на медицинский факультет Восточно-Сибирского университета и поступил в 1922 году будущий академик.

Перелистаем его книгу «Сердце хирурга», в которой он сам рассказал, почему выбрал профессию хирурга и как оказался в Саратове.



своей молодости, в светлых надеждах на будущее были мы пьяны без вина. Когда сейчас вижу, как порой студенты, хорошие, умные ребята, собравшись вместе, почему-то заводят разговор о покупке спиртного, словно бы без этого немыслим отдых, мне становится грустно. Тяга к бутылке, желание непременно иметь её в походном рюкзаке прежде всего замечается у молодых людей, предрасположенных к преждевременному старению, а также с неустойчивой нервной системой, приученной к постоянному взбадриванию. А это уже не врождённое, наследственное, это от безволия – да простится мне такое слово – от распушенности.

И вот мы в Иркутске. Днями позже я, как ответственный за поездку, делал о ней отчёт на заседании университетского профкома. Во время выступления вдруг почувствовал, что смещаются лица, предметы, стены, сам я будто бы проваливаюсь куда-то... Еле-еле доплёлся домой, рухнул в постель и... очнулся только через двадцать четыре дня. Сыпной тиф! После болезни ходил, как призрак: слабый, истощённый, ветер с ног валил...»



Выходила его однокурсница Вера Михайловна Трифонова, о своей будущей жене Фёдор Григорьевич в книге «Сердце хирурга» вспоминал:

С Верой Михайловной, а тогда, конечно, Верочкой, мы учились на одном курсе, в одной группе, и я в первый же свой университетский год потянулся к этой развитой, начитанной, умной девушке. Была она из интеллигентной семьи: отец – нотариус, мать – учительница, умела быть внимательной к людям, отзывчивой, прилежно относилась к любому делу, особенно к студенческим занятиям. С ней было интересно говорить о прочитанных книгах, о жизни – отличала её удивительная способность находить красивое, прекрасное в будничном и, казалось бы, примелькавшемся. К третьему курсу мы уже привыкли друг к другу и вскоре поженились».

У Веры Михайловны Трифоновой, по матери – Крогиус, в Саратовском университете преподавал философию и заведовал кафедрой психологии в педагогическом институте её дядя Август Адольфович Крогиус, о нём и заговорила Вера, когда стали думать о предстоящей учёбе на пятом курсе:

«– Что будем делать? – спрашивала меня Вера. – Ты, как тень, слабый, а впереди суровая зима. Может, переведёмся в Саратовский университет: климат на Волге мягче и, опять же, мои родственники там... Как, Федя?»

Профессор Крогиус жил в просторной квартире в доме на углу улиц Рабочая и Никольская (ныне – Радищева), там и поселились Угловы.

«Саратов нам понравился: просторный зелёный город, манящая к себе красавица Волга и очень современные университетские клиники, которые в Иркутске мы не могли даже представить себе.

Саратовский университет в то время считался одним из

крупнейших. Авторитет его медицинского факультета поддерживался известными на всю страну именами, среди которых были Спасокукоцкий, Миротворцев, Разумовский, Какушкин, Николаев. Правда, Спасокукоцкого мы с Верой



уже не застали, а Разумовский по преклонности лет отошёл от активной хирургической деятельности, но в клинику ходил аккуратно как консультант. И прекрасными были лекции по хирургии профессора Миротворцева! Любили мы практические занятия в его клинике, всегда хорошо организованные, поучительные, неожиданные по своей новизне и смелости, – велись они блестящими хирургами: Самсоновым, Захаровым, Шиловцевым, Угловым. (...)

Запомнились занятия под руководством Николая Васильевича Захарова. Отличный педагог, он поражал нас своей глубокой эрудицией, обширностью разносторонних познаний, а проводимые им операции, с точки зрения врачебного искусства, были образцовыми. Много хороших отцовских качеств переняла его дочь, тоже ставшая впоследствии видным хирургом, получившая профессорское звание, Галина Николаевна Захарова. (...)

Учился я отлично, преподаватели ставили меня в пример другим, прочили мне твёрдое место в клинике, о котором мечтали многие выпускники, однако я всей душой стремился к работе где-нибудь на окраине, помня о том, что старший брат и сестра поступили таким же образом. Поеду туда, думал я, откуда до городских клиник далеко, где больные страдают без квалифицированной медицинской помощи, там я нужнее. Вера соглашалась со мной: только так! И в своём молодом порыве ехать в какое-нибудь Богом забытое место и в глуши быть полезным страждущим сам для себя находил поддержку, раздумывая над судьбой отца (он умер в год переезда Угловых в Саратов 58-ми лет от роду – прим. ред. газеты «Вопреки»).

Сдав государственные экзамены, получив звание врача-лечебника, я с невольным трепетом взял в руки квадратик шероховатой бумаги с

указанием места моей будущей работы. Там значилось: «К 1 июля 1929 года прибыть в село Кисловку Николаевского района Камышинского округа Нижневолжского края в качестве заведующего врачебным участком».

Село Кисловка оказалось крупным, жителей в нём было больше пяти тысяч, в основном выходцы с Украины».

Фёдор Григорьевич навсегда сохранил добрую память о городе, в котором он сделал свои первые операции, почерпнул опыт у маститых хирургов. А мы, его земляки, гордимся, что один из самых знаменитых хирургов XX столетия, – выпускник Саратовского мединститута.

На снимках: студент Фёдор Углов; Вера Михайловна Углова; флигель во дворе дома №2 по улице Рабочей, в котором жили Угловы в 1928–1929 годах; Центр Саратова и Саратовский университет, снимки 1924 года.

ВАЖНОЕ НАПРАВЛЕНИЕ

Накануне выборов в региональные и местные органы власти и довыборов в Государственную Думу мы распространили призыв давать кандидатам в депутаты от имени избирателей наши наказы. Далеко не все, кому были даны эти наказы стали депутатами, но, надеемся, для всех, получивших их, они послужили неким просветительским материалом в алкогольной проблеме и, возможно, помогут им осознать эту проблему, стать сторонниками трезвости и поступать соответственно, независимо от того, где они продолжают свою работу.

Тем же, кто был избран в органы власти и от их позиции и активности в определенной степени зависит позиция и деятельность соответствующего органа, необходимо периодически напоминать о данных наказах и требовать от них отчета.

В то же время нам не надо ограничиваться только вновь избранными депутатами, надо работать со всеми. Ведь законодательская деятельность – одно из важных направлений трезвеннического движения. И коль мы не имеем возможности напрямую вносить на рассмотрение свои законопроекты, надо максимально направить свои усилия на поддержку уже внесенных на рассмотрение Госдумы позитивных, направленных на отрезвление общества законопроектов и, напротив – на блокирование вредоносных законопроектов. А в Госдуме, среди внесенных на рассмотрение законопроектов, есть и те, и другие.

Предлагаю всем направлять свои обращения максимально большому числу депутатов, начиная с руководства ГД, её фракций и комитетов, заканчивая рядовыми депутатами, представляющими ваш регион и, конечно, известными вам депутатами. Разумеется, не забывая и о сторонниках трезвости, таких как Г.Г. Онищенко, В.Г. Поздняков, И.И. Мельников, О.А. Нилов. Рекомендую в своих обращениях ставить вопрос о ниже обозначенных законопроектах, предварив примерно таким предисловием:

«Уважаемый Вы являетесь депутатом, не как представитель каких-то олигархических, бизнес или клановых структур, а как представитель народа (если депутат от вашего региона, можно назвать его), чтобы представлять интересы народа, защищать их. Вы своими глазами видите, как живёт наш многонациональный народ в Российской Федерации, (в нашем регионе, если депутату от вашего региона). Если сказать кратко – народ уничтожают! Это не теория, а реальная жизнь.

Основное орудие убийства – алкоголь. Вглядитесь внимательно: мужчин почти не осталось. Нет

совсем стариков, исчезает и предпенсионный возраст.

По данным министерства здравоохранения Российской Федерации, более 70% смертей мужчин трудоспособного возраста вызвано употреблением спиртного. В результате, за 25 лет нация лишилась более 20 миллионов мужчин, не принесших полноценного потомства, которые умерли неестественной смертью. Тем не менее, в стране продолжается алкоголизация населения, осуществляемая алкогольной мафией, посредством влияния на государство и его политику. Это привело к тому, что более 90% выпускников школ имеют опыт употребления спиртного, в первую очередь пива, и к 20 годам 90% молодёжи превращается в устойчивых потребителей алкогольных изделий, считая это нормальным образом жизни, юношеской субкультурой. При этом «женское» и «мужское» пьянство не уступают друг другу.

В целях поступательного утверждения на территории Российской Федерации «сухого закона» и торжества трезвости, спасения многонационального коренного народа России, и россиян в целом, от преждевременной смерти, вырождения и исчезновения, а также снижения, а затем и прекращения алкоголизации подрастающего поколения, предлагаем Вам поддержать инициативы, по ограничению свободной циркуляции алкоголя в обществе. Для этого необходимо:

- максимально ограничить доступ к алкогольным и табачным изделиям (ядам), в первую очередь, для молодёжи;

- запретить любую рекламу алкоголя и табака, в том числе так называемых «безалкогольных» пива и вина;

- запретить пропаганду алкоголя и табака всеми средствами искусства, исключив демонстрацию их употребления положительными героями и в позитивном контексте (сухой закон в искусстве);

- вести полноценную пропаганду трезвого образа жизни всем СМИ и средствами искусства, в первую очередь вернуть на ТВ проект «Общее дело»;

- ввести в школьные программы «Уроки трезвости», в программы вузов и сузов – изучение основ собриологии (науки о трезвости);

А в порядке первоочередных шагов в этом направлении считаем необходимым:

1. Инициировать скорейшее рассмотрение законопроекта № 628901-7 «О внесении изменений в статью 8 Федерального закона "Об основах государственного регулирования торговой деятельности в Российской Федерации"»

в части торговли алкогольными и табачными изделиями исключительно в специализированных торговых объектах» и добиваться его принятия.

2. Инициировать скорейшее рассмотрение законопроекта № 760375-7 (зарегистрирован 23.07.2019) «О внесении изменения в статью 16 Федерального закона "О государственном регулировании производства и оборота этилового спирта, алкогольной и спиртосодержащей продукции и об ограничении потребления (распития) алкогольной продукции"» в части наделения органов государственной власти субъектов Российской Федерации полномочием по установлению ограничения розничной продажи алкогольной продукции и розничной продажи алкогольной продукции при оказании услуг общественного питания лицам, не достигшим 21 года и добиваться его принятия.

3. Инициировать скорейшее рассмотрение законопроекта № 712762-7 (зарегистрирован 18.05.2019) «О внесении изменения в статью 16 Федерального закона "О государственном регулировании производства и оборота этилового спирта, алкогольной и спиртосодержащей продукции и об ограничении потребления (распития) алкогольной продукции"» в части установления дополнительных ограничений времени, условий и мест розничной продажи алкогольной продукции, в том числе при оказании услуг общественного питания» и добиваться его принятия.

4. Инициировать скорейшее рассмотрение законопроекта № 406404-7 (зарегистрирован 05.03.2018) «О внесении изменений в Федеральный закон "О государственном регулировании производства и оборота этилового спирта, алкогольной и спиртосодержащей продукции и об ограничении потребления (распития) алкогольной продукции"» в части наделения органов государственной власти субъектов Российской Федерации дополнительными полномочиями по ограничению и запрету на розничную продажу алкогольной продукции, в том числе при оказании услуг общественного питания и добиваться его принятия.

5. Добиваться отклонения законопроекта № 496794-7 (зарегистрирован 26.06.2018) «О внесении изменений в статью 19 Федерального закона "О государственном регулировании производства и оборота этилового спирта, алкогольной и спиртосодержащей продукции и об ограничении потребления (распития) алкогольной продукции"» в

части расширения мест продаж алкогольной продукции».

6. Добиваться отклонения законопроекта № 606539-7 (зарегистрирован 12.12.2018) «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации в части изменения требований к распространению рекламы алкогольной продукции».

7. Добиваться отклонения законопроекта № 759159-7 (зарегистрирован 22.07.2019) «О внесении изменений в статью 16 Федерального закона "О государственном регулировании производства и оборота этилового спирта, алкогольной и спиртосодержащей продукции и об ограничении потребления (распития) алкогольной продукции"» и статью 20 Федерального закона "О физической культуре и спорте в Российской Федерации"» в части снятия запрета на розничную продажу пива и пивных напитков при оказании услуг общественного питания во время проведения матчей официальных соревнований по футболу (за исключением времени проведения детско-юношеских спортивных мероприятий)».

8. Добиваться возврата на рассмотрение законопроекта № 590088-7 или 467256-7 или 1031799-6 или внесения нового соответствующего законопроекта «О внесении изменений в Федеральный закон "О государственном регулировании производства и оборота этилового спирта, алкогольной и спиртосодержащей продукции и об ограничении потребления (распития) алкогольной продукции"» в части введения государственной монополии на производство и оборот этилового спирта, алкогольной и спиртосодержащей продукции.

9. Воспрепятствовать прохождению инициативы Минпромторга о выведении пива из категории алкогольных изделий, а в случае внесения такого законопроекта добиваться его отклонения».

Для депутатов региональных законодательных органов эти же пункты, только с формулировкой: «Посредством требований регионального законодательного органа инициировать (добиваться, воспрепятствовать)» и далее по тексту выше приведенных 9 пунктов, плюс еще 10-й пункт):

- «10. Проконтролировать выполнение региональных программ, принятых во исполнение «Концепции государственной политики по снижению масштабов злоупотребления алкоголем и профилактике алкоголизма среди населения Российской Федерации на период до 2020 года», утвержденной распоряжением Правительства Рос-

сийской Федерации от 30 декабря 2009 г. №2128-р», требовать их реализации, а где такие программы не приняты – добиваться их разработки и принятия».

Если не ограничивать размер письма-обращения, преамбулу можно дополнить сильной информацией, приведенной Е.С. Боханом в обращении к депутатам Законодательного собрания Санкт-Петербурга по поводу инициативы Минпромторга вывести пиво из статуса алкогольных изделий:

«По статистике в Российской Федерации 38% всей смертности населения трудоспособного возраста – алкогольная смертность. Алкогольный вклад в сокращение жизни для женщин – 17 лет, для мужчин – 20 лет. 44% мужчин Российской Федерации не доживает до пенсии. Смертность мужчин в местах лишения свободы в три раза меньше, чем на свободе, так как там существенно меньше доступность алкоголя.

Согласно сведениям Роспотребнадзора, наблюдающийся рост потребления пива и слабоалкогольных изделий подростками и женщинами детородного возраста в немалой степени способствует сокращению средней продолжительности жизни и росту показателя преждевременной смертности населения. По данным Государственного научно-исследовательского центра (ГНИЦ) профилактической медицины, в России вклад алкоголя в преждевременную смертность населения России составляет почти 12%. По информации ВОЗ, при душевом потреблении более 8 литров алкоголя в год идет необратимое угасание нации. Исследователи отмечают, что на каждый последующий (после 8 л) литр потребления алкоголя смертность возрастает на 65 тысяч человек в год.

Серьезную озабоченность вызывает и демография. В настоящее время, Россия по количеству населения занимает 9 место в мире после Китая, Индии, США, Индонезии, Бразилии, Пакистана, Бангладеш и Нигерии. К 2050 году, по прогнозу ООН, Россия переместится на 18 место в мире. По данным Госдумы РФ смертность мужчин трудоспособного возраста в процентах к общей смертности за 2016 год составила: в странах ЕЭС – 5-7%, в Турции – 15%, в Сенегале – 30,4%, в Конго – 39,9%, в России – 44%. Если в странах Африки причиной настоящей беды является низкое качество системы здравоохранения и нищета, то в России – массовая алкоголизация и пандемия курения».

Обращения направлять от организации, от группы избирателей или от себя лично.

Г.И. Тарханов,
первый зам председателя СБНТ

Успешного решения

Еще в июне прокуратура Красноярского края обратилась к трезвенной общественности предоставить информацию о необходимости установления ограничительной меры (запрет продажи алкоголя в жилых домах), подкрепив соответствующими аргументами из практики других регионов. Большинство из нас отмогалось, но не наш ветеран Л.С. Козленко – ред.

Старшему помощнику прокурора Красноярского Края
М.А. Верхотуровой

Уважаемая
Марина Александровна!

От ветерана Трезвенного движения (ТД) примите пожелания успешного решения в Крае вопросов ограничения воздействия алкоголя на население подконтрольной Вам территории.

Нет смысла дополнять замечательного нашего соратника Сергея Сергеевича Аникина. Просто хочу передать Вам свою эмоцию надежды на совершение шага на пути долгожданного очищения сознания наших людей, повреждённого прививкой на

алкоголь по праздникам.

Так же, как среди алкоголиков попадают самоизбавленные от зависимости, так и среди просто следующих питейным традициям нашлись те, кто вычеркнул алкоголь из жизни, узнав однажды о чудовищных последствиях питья в стране. Они не только отрезвели, но влились в трезвенническое движение пожизненно.

Перед Вами один из них, член правления Саратовской региональной ОО «Трезвости и здоровья» с 1987 года, награждён Орденом М.Д. Челышова, кандидат медицинских наук, не работающий пенсионер - **Козленко Лев Сергеевич**.

Здоровья Вам и удачи!

ЗАПРЕТ НА ТОРГОВЛЮ АЛКОГОЛЕМ В ЖИЛЫХ ДОМАХ

Информирую о ходе продвижения Проекта регионального закона Красноярского края, запрещающего продажу алкоголя в жилых домах.

30 сентября состоялось заседание в Красноярской прокуратуре, где рассматривался вопрос продвижения соответствующего законопроекта. Общественников на заседание не пригласили, хотя я подавал заявление на участие трёх человек. Но советник юстиции Марина Александровна Верхотурова сообщила мне по телефону о результатах этого совещания.

1. Проект закона будет передан на рассмотрение в комитет Заксобрания Красноярского края через две недели.

2. За это время прокуратуре поручено подготовить материа-

лы, доказывающие (или нет) зависимость между сокращением количества торговых объектов (введения других дополнительных ограничений по месту, времени, условиям) и состоянию здоровья населения, продолжительность жизни, благосостояния, безопасности, комфорта среды, экономики в регионах, где подобные дополнительные ограничения уже действуют.

Для этого прокуратура должна направить прокурорские запросы в следующие регионы: Тульскую и Амурскую области, Хабаровский край и республику Саха (Якутия) и Тыва.

3. Также к этой работе предложили подключиться любым организациям, поддерживающим и популяризирующим трезвость

в регионах. То есть – дать свою информацию о влиянии принятых дополнительных ограничений в вашем регионе на показатели, перечисленные во втором пункте. Вот об этом моя особая просьба ко всем соратникам, особенно в регионах, названных выше.

Предоставить информацию нужно в электронном виде на мое имя по адресу yarvets@yandex.ru или в сообщении Вконтакте https://vk.com/v_dome_alkogolya_net. до конца октября! Желательно в оформленном виде, как официальную, с указанием своих Ф.И.О. должности, адреса, организации.

Будем бороться и победим!
Митин Сергей Владимирович,
председатель Красноярского городского отделения СБНТ

Полезное с приятным

В станице Благовещенской под Анапой, с 8 по 15 сентября прошел уже десятый Черноморский слет трезвеннических движений, приобретший в последние годы статус общероссийского и даже международного. Несмотря на сравнительно небольшую численность, представительство участников слета позволяет поддерживать этот статус. На слете были делегации из 32-х городов и поселков России, а также из Казахстана, Литвы, ЛНР и Финляндии. Многих я видел здесь впервые, хотя был на слете и в прошлом году. Учитывая благоприятное место проведения слета, на берегу «самого синего в мире» Черного моря, весьма комфортные и доступные по цене условия проживания на базе института им. Плеханова, многие приезжают семьями, с детьми, внуками. Я в этом году тоже оказался в их числе.

Кроме того, что многие успели на открытии слета представить себя и свои мероприятия, после ужина в столовой прошел Вечер знакомств «Как здорово, что все мы – здесь!», на котором удалось узнать и познакомиться почти со всеми участниками слета.

Программа слета мало чем отличается от программы школы-слета на Тургояке. Правда, нынче отсутствовали ведущие семинаров из Москвы, меньше было и приглашенных спикеров.



Курс ведет В.Г.Жданов

Как обычно, сквозной курс собриологии вел **Владимир Георгиевич Жданов** с соведущими **Анатолием Николаевичем Глущенко** и **Евгением Михайловичем Малышевым**. Курс прошли порядка 40 человек, 10 из которых были аттестованы, получив право самостоятельно вести лекции по собриологии. «Курс восстановления зрения и избавления от вредных привычек» провел Е.М. Малышев, а А.Н. Глущенко провел несколько необычный курс «Приобретение полезных навыков и творческих способностей по методу Павлова-Шичко». Десять слушателей этих курсов также получили удостоверение на право самостоятельной работы в соответствующих направлениях.

К традиционным можно отнести и курс **Бориса Алексеевича Соловьева** «Трезвость как прорывная идея демографического подъема России», проведенный в виде видеопроекта, и оздоровительный курс **КОВЕЛАНАС Елены Борисовны Ковалевой**.

Валерий Валерьевич Кодаченко провел свой курс «Развитие памяти», вызвавший большой интерес у соратников. В этом году прошел этот курс и я. Рекомендую освоить эту методику всем, особенно тем, кто самостоятельно изучает иностранные языки или у кого изучают их в школе дети или внуки.

Круглый стол: «Уроки трезвости» провел **Владимир Вальтерович Куркин** на котором своим уникальным опытом внедрения этих уроков в школьные программы с ведением их самими педагогами поделился **Александр Анциферов** из «Общего дела» Магнитогорска.

Немалый интерес вызвал мастер-класс «Вредная привычка. Алкогольная потребность. Опыт врача



Общая на память

психотерапевта в борьбе за народную трезвость» **Казакова Юрия Валентиновича** из Саратова. Еще один интересный и полезный мастер-класс «Получение грантов. Практический опыт» провел **Владимир Евгеньевич Мазулин** из Владимира.

В этом году, как и в прошлые два, слет посетил руководитель проекта «Науки хорошему» **Дмитрий Александрович Раевский**. Он рассказал о деятельности этого уникального проекта, чуть ли не в одиночку противостоящего валу того развращающего и растлевающего псевдоискусства, которое потоками льется на головы нашей молодежи с экранов почти всех каналов ТВ, театральных подмостков и эстрадных сцен. Дмитрий Александрович призвал соратников максимально широко распространять материалы проекта «Науки хорошему» и использовать их в своей деятельности. К этому призыву присоединяюсь и я – мы регулярно на наших интернет ресурсах публикуем информацию о новинках проекта «Науки хорошему» – используйте их!

Композитор **Людмила Алексеевна Семёнова** из Челябинска провела мастер-класс «Песня лечит душу» и дала сольный концерт. А Елена Ковалева провела творческий мастер-класс «Флюидар», на котором не только взрослые, но и дети обучались особому способу рисования.

Вообще, программа работы с детьми на этом слете была особенно разнообразной и интересной. В первую очередь надо отметить насыщенную и интересную программу театра «Солнечный принц» под руководством **Елены Александровны Пострыгань** из Ростова-на-Дону, устроивших яркие праздники для детей и взрослых. В этом коллективе собрались интересные, добрые, творческие люди из нескольких городов от центральной России до Сахалина. И эти качества в ходе игр и спектаклей они прививали нашим детям. С раннего утра и до позднего вечера и у взрослых, и у детей была возможность знакомиться с творческими Комплексами театра «Солнечный Принц». С положительными отзывами соратников о творчестве можно познакомиться на канале «Светалуч» в Ютубе.

Одновременно творческую мастерскую для детей вела **Екатерина Павловна Жирякова** и некоторым детям приходилось просто развлекаться между мероприятиями «Солнечного принца» и мастерской. Это, пожалуй, единственный недостаток в организации слета, который нужно будет устранить при планировании следующего. Вечерами Екатерина Павловна

также демонстрировала детям на большом экране хорошие, добрые мультфильмы.

Еще одно мероприятие, вызвавшее огромный интерес, как у детей, так и у взрослых – это программа «Отцы и дети», на которой **Александр Викторович Кормильцев** обучал самым различным народным играм и забавам. Я, выросший в деревне, многие из этих игр не знал в детстве и никогда не видел. А детей с футбольного поля, где проводилось это мероприятие, буквально невозможно было увести ни на другое занятие, ни на обед. Мой пятилетний внук к концу слета заявил: «Пока хожу на «Отцы и дети», я не хочу отсюда уезжать. А так – я по маме и братику соскучился».

Кроме того Александр Викторович по утрам вел занятия по самообороне – как защитить честь и достоинство в современных условиях, а по вечерам – традиционные вечерки. Все это безвозмездно, с полной отдачей сил. Так, что многие удивлялись – где он их, эти силы, берет – и благодарили Александра, атамана Наумыча.

Вот чего на слете было, можно сказать, с избытком, так различных гимнастик и оздоровительных практик. Судите сами. Утренние пробежки вдоль пляжа по песочку – с 7 часов проводят Глущенко и Куркин. Гимнастику **КОВЕЛАНАС** с 7-00 на пляже проводит Ковалева. Оздоровительную гимнастику «Белояр» с 8-00 проводит на пляже Малышев.

Гимнастика **ХАДУ** с 7-30 на спортплощадке проводит **Владимир Николаевич Федотов**, через день приезжающий из Анапы. Хоть разорвись!

После пробежек и гимнастик – купание в море. Правда, купанием это назвать можно только с натяжкой, скорее – окунание. Второй год нам не повезло с погодой. Хотя было солнечно тепло, но пять дней и ночей, не прекращаясь, дул сильный ветер. В результате – большая волна, в которой полноценно купаться позволяли себе немногие смельчаки, отплывая подальше от берега. Маленьким детям в эти дни купаться практически было невозможно.

Но на шестой день море все

же смиловилось. Ветер прекратился, волна стихла и была возможность не только покупаться, но и полноценно провести праздник Нептуна, которому до визга радовались не только дети, но и взрослые. А четверка дельфинов провела у самого берега, метрах в 30-40, демонстрационный заплыв, периодически выныривая и показывая свои черные спинки. Этому, естественно, несказанно были рады дети, а Александр Замятин чуть не погладил дельфинов, оказавшись в этот момент на их пути. Штилем порадовало море и в день отъезда. Те, кто не уехал сразу после закрытия слета, еще могли вдоволь покупаться, восполнив пятидневное воздержание от этого удовольствия.

По насыщенности спортивными и культурными мероприятиями Черноморский слет приближается к фестивалю, хотя функцию школы,



Играют в "Отцы и дети"

как показано выше, он выполняет с достоинством. В культурную программу кроме уже названных вечеров и праздника Нептуна вошли песни в беседах и даже у костра между дюнами (где только дров молодежь набирала?). Наиболее яркими культурными мероприятиями с многочисленными зрителями стали, уже упомянутый концерт

расширять географию участников. А организаторам, Владимиру Геннадьевичу и Софье Николаевне Варанкиным, Алексею Викторовичу и Светлане Сергеевне Лагутиным, а также руководству базы института им. Плеханова выражаем огромную благодарность за этот слет!

До встречи в следующем году.

Г.И. Тарханов



Праздник Нептуна

НЕ В СИЛЕ БОГ, А В ПРАВДЕ!
Александр Невский (1220-1263)

«У тех, кто нас спаивает, или способствует этому, мотивы разные, но цель одна: ради наживы, личных корыстных целей они готовы утопить наш народ в алкогольном болоте».

Ф.Г. Углов (1904-2008)

Сибиряк Федор Григорьевич Углов родился 5 октября 1904 года в деревне Чугово Киренского уезда Иркутской губернии Российской империи. Тогда никто ещё не мог предполагать, что этот самый обычный и ничем не примечательный ребёнок станет апостолом трезвости, а его последователи назовут новорождённого своим патриархом – духовным Отцом.

В моей домашней библиотеке хранится тоненькая брошюрка «Капкан для России», с авторграфом: «Сергею Сергеевичу Аникину. На добрую память. С ув. Углов. 20.VI. 2002 г. 197136, С-Петербург, Ординарная 20 кв.5». На вид она самая, что ни на есть обыкновенная: зелёная обложка, 32 страницы. Смотрю оглавление: «Капкан для России», «Право на материнство», «Письмо курящей девушке», «Сколько стоит папирса государству», «Враг более страшный, чем враг внешний». Год издания – 1995, Санкт-Петербург, Общество «Знание» России, Санкт-Петербургское отделение. Тираж 10000 экземпляров.

Вспоминаю, при каких обстоятельствах она была подарена мне, какие слова при этом говорились. Просторный рабочий кабинет академика. Над рабочим столом, на стене висит портрет митрополита Санкт-Петербургского и Ладжского Иоанна (Снычева). Хирург поясняет, что это его друг и соратник; данная книжечка вышла с его благословения. Я пытаюсь слушать внимательно, хочу запомнить слова легендарного 98-летнего человека, впитать ЕГО своим сердцем. На коленях у меня двухлетняя дочь. Встреча коротка, меньше часа. Он выбрал время специально для меня, гостя из Сибири, между заседаниями кафедры, консультацией студентов и предстоящей операцией. Передо мной сухощавый, крепкий мужчина. У него сильное рукопожатие, но нежная, ласковая ладонь. Взгляд прямой, открытый, честные глаза, заботливый взор. Интонация голоса добрые, слова чуткие. Интересуется, как идут дела у сибирских трезвенников. С гордостью сообщает, что он тоже сибиряк. Сетует, что не может издать рукописи, которыми завален – нет средств.

С ним хочется быть рядом долго и говорить много, но собеседник заботлив, краток, ёмок. Наставляет, чтобы трезвенники жили дружно, оберегали друг друга, относились терпеливо, с пониманием к недостаткам соратников, помнили, что других борцов за трезвость у нас нет. Напоминает, что в 1941 году именно сибиряки спасли Москву. Убеждает уверенно, проникновенно, беспрекословно: «Отрезвление России начнётся с вас, сибиряки! За вами вся Россия, отступать больше некуда».

В кабинет входит женщина средних лет, в белом халате. Намекает Фёдору Григорьевичу, что его ждут и пора идти. Я прошу её напоследок сфотографировать нас втроём: мы – рядом, дочь на коленях: спокойная, понимающая, серьёзная. После этого прощаемся, по родственному: напоследок, по русскому обычаю, обнявшись и троекратно облобызавшись.

Спускаясь с четвертого этажа по лестнице, по которой «молодой человек» бегаёт, как мальчик, принципиально не пользующийся лифтом, обращаю внимание, что со стен на нас взирают портреты великих русских хирургов, сплошь

НАС УЖЕ МИЛЛИОНЫ

(К 115-летию Фёдора Григорьевича Углова – Патриарха Трезвости)

трезвенников, чьи лики поощрительно, с надеждой в нашу общую победу, выразительно-пристально сопровождают до самого порога.

На дворе был летний июньский день. Ярко светило солнце. Душа была спокойна.

... Открываю подарок и читаю первую строчку: «Пьянство в стране – бедствие для народа. Можно считать установленным, что люди не сами пьют. Их спаивают». – Какой молодец! Сразу взял быка за рога.

И далее: «Спаивают нас те, кто заинтересован, чтобы мы пили. А почему они это делают? Причины разные, но они, по-видимому, для этих людей очень важны, если это делается практически в государственном масштабе». – Так, нас спаивает само государство.

«В настоящее время строго научно доказано, что **алкоголь – это наркотик!** Наркотический яд. Это установлено всеми выдающимися учеными мира и отражено не только в научных трудах и руководствах, но и в официальных документах». – Вот, не рассусоливая, а с места и в галоп.

«Много раз и во многих странах мира ученые поднимали вопрос о признании на государственном уровне алкоголя и табака наркотиками и распространении на них закона об охране населения от наркомании, но каждый раз находились мощные силы, которые не давали возможности правительствам принять подобное решение. Значит, кто-то заинтересован в том, чтобы их производили, употребляли (иначе, зачем же их производить!) Кто же он? Ответ ясен: тот, кто производит и продает алкоголь и табак, кто наживается на них!» – Вот ведь какая загадка!

«...В нашей стране – это государство. А в нем имеется группа лиц непосредственно заинтересованных в этом. В первую очередь к ним относятся алкогольная мафия, содержащее мощное лобби, которое создает условия для незаконного поступления в их карман, минуя государство, таких сумм, которые дают ей возможность подкупать всех, кто окажется на её пути. Это и государственные чиновники высшего звена, это и всех видов контролеры и ревизоры, директора магазинов, работники правоохранительных органов и средств массовой информации. Последние не только умалчивают об этих преступлениях, но, главное, умело и постоянно вдалбливают людям в сознание, что жизнь без алкоголя невыносима, что все большие и малые, плохие и хорошие события отмечаются обильным винопитием, то-есть программируют населения потребность в спиртном». – Значит всё-таки мафиозное государство.

«Второй, не менее мощной силой, стремящейся сполна наш народ, являются международные финансовые кампании, и в первую очередь американские, которые, как сейчас документально подтверждено, решили разрушить Россию и уничтожить русский народ, чтобы превратить нашу страну в свою колонию. А для этого спаивание народа, в том числе и представителей верхних эшелонов власти, является непременным и главным условием проведения в жизнь их дьявольского плана. Они, эти кампании, действуют заодно с



нашей алкогольной мафией и не исключено, что руководят ею». – Конечно же, это международная мафия уничтожает наш народ!

«Третьей силой, толкающей наш народ в бездну, являются предатели и беспринципные люди, оказавшиеся в эшелонах власти всех уровней. Как все бездарные руководители, они считают, что пьяным народом легче управлять. Во-вторых, не умея и не желая управлять страной в интересах народа, они, чтобы их не распознали, спаивают народ, который пьяными глазами долго не сможет рассмотреть – кто же им руководит?» – Точно! Что бы могла мафия делать без этих подлецов и подонков.

«И, наконец, четвертая сила – миллионы пьющих, которые своими задурманенными мозгами не могут осознать всю тяжесть последствий влияния алкоголя. Да и сами не хотят расстаться с алкогольной соской. А потому каждый на своем «участке» делает всё, чтобы продажа спиртного не прекратилась». – Несчастные, обманутые люди, ставшие невольниками злодеями. Совсем не ведают, что творят.

Итак, ещё раз, пьянство в стране процветает, потому что в этом заинтересованы: 1) алкогольная мафия; 2) международный капитал; 3) местные иуды и 4) пьющие соотечественники. Но ведь последние только жертва, родились-то они нормальными людьми, как, например, и дети, имеющиеся у большинства из них, тоже на свет не пьяницами явились. Как же сам Углов объясняет появление и «вызревание» людей в алкоголиков?

«В том, чтобы пьянство продолжалось, особо пагубную роль играют писатели, журналисты и даже некоторые ученые, которые в своих произведениях, статьях невольно, а чаще преднамеренно культивируют пьянство», – пишет проповедник.

Отвечая на вопрос: «Как мафия заставляет народ пить?», старший соратник разъясняет: «Здесь выработана целая система, о которой миллионы людей и не подозревают. Мафия же, хорошо изучив законы спроса и предложения, а также свойства алкоголя как наркотика, вкрадливо и незаметно направляет желания людей по выгодному для неё пути. Известны механизмы искусственного повышения спроса, что в свою очередь ведёт к увеличению предложения. Нарращивая производство спиртных изделий, мафия добивается повышения спроса на них и потребления, АКТИВНО ВОЗДЕЙСТВУЯ НА СОЗНАНИЕ ЛЮДЕЙ через все средства массовой информации, особенно кино и телевидение». – Так вот в чём собака зарыта! Людей просто тупо зомбируют!!!

Возбуждён. Читаю дальше: «Создается психологический настрой, по которому каждый «уважающий себя» человек должен в «соответ-

ствующих условиях» выпить». Точно. Так и есть. – «А иначе – «не культурно», «так не принято» и т.д.» – Всё правильно пишет Учитель. Какой молодец! – «А тут и добровольные ангелы мафии во всех слоях общества активно подключаются избитыми фразами: «Что тебе рюмка водки или бокал вина повредит? Сделает алкоголиком?». Это не по-компанийски»; «Ты что, нас не уважаешь?» – и прочее, и прочее». – Да уж, ангелы смерти тут

как тут. Откуда их только чёрт несёт. – «При этом, как всем хорошо известно, **борьба идёт за «за первую рюмку»**. За вторую, это каждый подтвердит – уже никто борьбы не ведёт».

Итак, алкогольная мафия имеет мощные рычаги влияния на сознание людей: это все средства массовой информации, кино и телевидение. Основная задача, которую они выполняют, заключается в том, чтобы через них убедить ещё не пьющего человека в необходимости употреблять спиртное, психологически настроить на добровольное сумасшествие – самостоятельный приём яда и наркотика. Для этого в неокрепшее сознание человека, начиная с его детства, обманом и ложью внедряется информация опасная для жизни, прививаются суррогатные формы поведения, квазикультурные и вредные образцы и стереотипы, преподносимые, как исключительно важные для культурного общения. Парадокс, но в этом участвует само государство, сама власть, которая почему-то заинтересована в слабой, глупой и больной нации. Объяснить это самому себе, а тем более понять и принять невозможно, если не встать в ряды убийц своего народа. А ведь чего проще, и на первый взгляд безобидно: делать самому один-два глотка вина «за компанию» или соблазнять пить вино ещё невинные создания. Ну, уж нет! Я свой выбор сделал! Только трезвость!!! – другого пути нет.

Читаю далее: «Любая доза алкоголя сразу же меняет отношение человека к вину. Ряд исследований показывает, что доза в 4-15 граммов алкоголя вызывает заметное нарушение деятельности органов чувств, она сразу же изменяет, причём незаметно для самого человека, его психический настрой. Человек из трезвенников переходит в разряд пьющих», – Вероятно, уже при первом употреблении спиртного, алкоголь паталогически воздействует на нейронные ткани головного мозга, изменяя его архитектуру, трансформируя структуру некоторых отделов. При этом происходит психический, эмоциональный сбой, меняя функционирование биохимических систем. Это своеобразное обрезание, секвестрование плоти, но на другом, более тонком, точнее высшем уровне. Т.е. ещё не осознавая и не до конца понимая, что происходит, потребитель вначале морально, а затем и натурально, даже пригубляя вино, переступает невидимую черту, отделяющую добро от зла, правду ото лжи, целомудрие от бесчестия и т.д. Происходит как бы возрастная инициация: посвящение в падшие ангелы.

Можно ли вернуться назад? – К сожалению, обратной дороги нет. Как нельзя вернуть девственность, так и невозможно вновь обрести

природную, врождённую трезвость; я бы сказал «бездумную, слепую трезвость». Но её важно хранить! Однако через осознание порока и его последующего неприятия, после уразумения своего морально-нравственного, а возможно и духовного падения, возможно обретение сознательной трезвости, трезвости разумной, трезвости зрячей, опытной и надёжной. Но эта трезвость не только волевая и целеустремлённая, но державно-отеческая, когда душа пребывает и в прошлом, и в будущем, и в настоящем одновременно, покрывая, как щитом, всё неразумное племя и ведя брань за него, за всякую родную душу.

Продолжаю изучать первую лекцию. «Начинается второй этап – как заставить человека пить чаще и больше. Здесь идёт в ход пропаганда «умеренных доз» и «культурного винопития»... Человек, выпив «умеренную дозу» раз и два, уже сам организует застолья, уверяя себя, что выпитая «умеренная доза» ему не повредит, что он себя хорошо контролирует, чтоб «не выпить лишнего». – Ага, совсем не заметно для себя, но не для окружающих, под влиянием внедренных установок, искаживших сознание соотечественника, потребитель спиртного превращается в горемычного пьяницу и алкоголика. Таков результат преступной деятельности мафии. Как стало возможным, что некогда самый трезвый народ в мире превратился в пьяное отребье?

Академик Углов поясняет: «С середины 50-х годов, печать и средства массовой информации, полностью попав под влияние алкогольной мафии, стали проводить в жизнь русофобскую линию, навязанную, как можно судить по бывшим ещё недавно секретным данным, западными странами, и в первую очередь США.

Проводя в жизнь планы ЦРУ по разрушению России и уничтожению русского народа, средства массовой информации, находящиеся в руках мафии, начали энергично спаивать население, вновь используя пропаганду «умеренного» и «культурного» винопития. В итоге за короткое время уровень душевого потребления алкоголя в России катастрофически возрос, и она стала по этому показателю мировым лидером. К началу 90-х годов мы пришли к алкогольному геноциду, когда ежегодно людей умирает больше на сотни тысяч, чем рождается. Несмотря на нависшую смертельную опасность полного уничтожения страны и народа и превращения нас в жалкую колонию империалистических государств, миллионы россиян, в том числе и интеллектуальная их часть, составляющая мозг нации, продолжают пить «умеренно» и «культурно». При этом каждый повторяет заплетающимся языком: «когда захочу, тогда и брошу пить». Но в том-то и дело, что он уже не может «захотеть» бросить пить, так как целиком находится в алкогольной зависимости, запрограммирован на пьянство. Страна подошла к демографическому краху, основной причиной которого является целенаправленно созданный алкогольный народ». – Сильно сказано: **«целенаправленно созданный алкогольный народ»**. Мы-то думали, что «советский народ», а он на поверку оказался народ-наркоман. Грустное открытие.

«Но алкоголизм – это, с современной научной точки зрения, не болезнь, здесь обычные лекарства не помогут». – Но что тогда делать?

«Пьянство и алкоголизм – это психологический настрой, алкогольная запрограммированность, алкогольная зависимость, прочно овладевшая умом и всем существом человека. Здесь надо ле-

Продолжение на 5 стр.

Продолжение, начало на 4 стр.

читать не тело, а душу, сознание и ум». — Это что же, правда делает человека трезвым? Вернёт его к трезвости?

Патриарх уверен, что только отрезвляющая правда спасёт и русский народ, и Россию. — «Став трезвенником, человек вспоминает о Родине, которую он пропил, о семье, которую разрушал. Своим пьянством, которое ему навязала преступная мафия, он способствовал тому, что Россия оказалась в алкогольном капкане. Освободившись от алкогольного

гнёта, он ясно видит, что в решении антиалкогольной проблемы лежит ключ к спасению и возрождению России». — Точка!

... Дочь подошла ко мне и посмотрела доверчиво, вопрошающе в глаза. До этого она играла, не отвлекая меня от чтения. А сейчас, словно что почувствовала: на меня ясными глазами глядело будущее моей России, весь русский род от самого начала и до неведомого ещё конца. Она взяла меня за руку, и мы пошли. Вместе. Молча. Вперёд.

...на рассвете 22 июня 2008 года, в день празднования всех Святых в России просиявших Небесные

Ангелы пришли за душой величайшего русского человека — Федора Григорьевича Углова и отвели её в горный мир Творца.

А на земле остались его духовные дети, строящие трезвую державу. И нас уже миллионы.

Академик Ф.Г. Углов оказался не только провидцем, но и пророком. Жалкое зрелище представляет из себя ныне Россия, больно осознавать агонию, а то и гибель русского народа, остатки которого уничтожаются алкоголем. За четверть века более 30 миллионов здоровых мужчин репродуктивного возраста похоронено по причине циркуляции

алкоголя в обществе. И ещё сегодня 70% смертей мужчин трудоспособного возраста продолжает гибнуть по причине умения пить «культурно» и «умеренно». Всё чаще стали по этой причине умирать женское население и молодёжь. В стране открыто и нагло буйствует алкогольная мафия, которая испив дедов и отцов, пожирает их детей и внуков. Единственное средство, спасающее от гибели рода, это личная трезвость каждого и ментальное, умственное, волевое объединение в сознательной трезвости. Надо смелее вести наступление на мафию, не боясь открыто заявлять

свою трезвенную гражданскую позицию, помня, что наша борьба идёт не просто за общее русское дело, а за жизнь — за биологическое, родовое, духовное существование! Против нас ополчился не только капитал, но и страны и народы, которые инстинктивно стремятся добить слабого. Они мстят за свои прошлые поражения и будущую нашу победу. Они-то знают, что **МЫ ОБЯЗАТЕЛЬНО ПОБЕДИМ**, ибо мы трезвы и с нами Правда!

Сергей Сергеевич Аникин,
председатель КРОД
«Трезвая Сибирь»

СОЗДАВАТЬ СВОЁ ТРЕЗВОЕ ОКРУЖЕНИЕ!

— призвали молодёжь Саратова участницы III Угловских чтений, состоявшихся 3 октября 2019 года в актовом зале Саратовского государственного университета им. Н.И. Вавилова. Чтения были посвящены 115-й годовщине со дня рождения Фёдора Григорьевича Углова (1904–2008), выпускника Саратовского университета 1929 года, выдающегося хирурга, основателя современного трезвеннического движения в России. В этом году Угловские чтения организовали Саратовское общество трезвости и здоровья совместно с аграрным университетом при партнёрстве с СГМУ им. В.И. Разумовского, Общественной палатой Саратовской области и министерством здравоохранения Саратовской области.



В зале собрались 250 студентов аграрного университета, Саратовского государственного медицинского университета и Саратовского медицинского колледжа. Желающих почтить память великого земляка оказалось много, поэтому ведущая встречу Наталия Александровна Королькова, председатель Саратовской региональной общественной организации трезвости и здоровья, вспоминая свои встречи с Фёдором Угловым, просила выступающих кратко формулировать свои тезисы, и за полтора часа успели обратиться к молодёжи Саратова 14 человек.

Первым с напутственным словом выступил ректор аграрного университета Дмитрий Александрович Соловьёв. «Фёдор Григорьевич — пример реализации себя и пропаганды здорового образа жизни, — сказал Дмитрий Александрович, подчеркнув, что Углов — выпускник классического университета, из которого вышли и медицинский институт, и аграрный. — У нас много общего, — привёл в пример спортивную площадку в студгородке, где в общежитиях живут и аграрники, и медики. — Мы сейчас делаем всё, чтобы вы, — обратился к сидящим в зале, — могли активно заниматься спортом. В ближайшее время на спортплощадке будет установлено новое оборудование, чтобы всем пяти вузам, чьи студенты там проживают, хватило снарядов. А в 2020 году будет построен ещё один спорткомплекс».

Депутат областной Думы Евгений Петрович Ковалёв, врач по образованию, наш бесценный партнёр, который всегда вместе с нами, — представила следующего оратора Наталия Александровна, и депутат, кратко поприветствовав собравшихся, подтвердил слова ведущей, завершив своё выступление заверением: «Мы всегда рядом!»

И все, кто выходил к трибуне, так или иначе вносят свою лепту в утверждение трезвого



и здорового образа жизни. Как Алексей Анатольевич Мыцыков, инженер, доброволец молодёжного движения «Трезвый Саратов». Он, однако, говорил не о своих товарищах по молодёжному крылу Саратовского общества трезвости, а о том, кто вдохновляет нынешних борцов на неустанную пропаганду трезвости — о Фёдоре Григорьевиче Углове: «Мне запомнился эпизод, рассказанный им в книге «Сердце хирурга» о начале своей работы: когда его наставница сделала ему замечание, что он плохо вяжет узлы швов, Фёдор Григорьевич три месяца ежедневно по вечерам тренировался, отрабатывая узлы на... штопке носков».

«Я сейчас слушал рассказ о том, как Углов работал над собой, и подумал, как похожи между собой великие люди в одном — в чрезвычайной работоспособности, — поделился своими мыслями Никита Валерьевич Рязанцев, директор кабинета-музея Николая Ивановича Вавилова. — Учёный, чьё имя носит наш университет, спал три-четыре часа в сутки, поэтому так много успел за свою короткую жизнь».

Два имени — Углов и Вавилов — встретились на страницах газеты «Вопреки», один сентябрьский номер посвящён Вавилову, другой — Углову, номера газет со статьями «Вавилов в Саратове» и «Углов в Саратове» были розданы всем участникам чтений.

А они продолжились ярким выступлением нашего гостя из Воронежа — доцента Международной академии трезвости Владимира Алексеевича Коняева. Он вспомнил, как жил на даче у Фёдора Григорьевича, свою переписку с ним о том, как улучшить трезвенническую работу, которую ученики и соратники Углова успешно продолжают и ныне. В этом году Академия провела молодёжный конкурс творческих работ «Выдающиеся борцы за трезвость», в числе победителей — и студенты вуза, в котором учился Углов: Ильдар Хамзиевич Кашаев и Билалхон Нумонхонович Бобохонов рассказали об основателе Саратовского общества трезвой и улучшенной жизни (1894 год) Прокопии Адриановиче Устимовиче, их сочинение жюри удостоило Диплома за 2-е место в конкурсе. А победителем стала работа студентки Поволжского института управления Алисы Ивановны Ушаковой, рассказавшей о саратовских врачах-трезвенниках начала XX века Василии Ивановиче Алмазове и Михаиле Фёдоровиче Волкове. Когда Владимир Алексеевич Коняев вручал Алисе Ивановне медаль имени Николая Ивановича Пирогова за победу в конкурсе, Наталия Александровна Королькова прокомментировала: «Алиса — наш скаут из Пугачёвского района!»

Статья-победительница опубликована в газете «Вопреки», а вот творчество двух студентов было представлено устно с трибуны Угловских чтений. Студент 4-го курса лечебного факультета медуниверситета Норик Эрикович Саркисян прочитал свои заметки «Вклад Ф.Г. Углова в развитие медицины», а второкурсница этого же факультета Софья Николаевна Барыльничик назвала свой доклад

«Влияние физической активности на когнитивные способности студентов 1-2 курсов с учётом гендерных особенностей». Софья и её товарищи провели научное исследование, выяснив на практике, что «для успешной умственной работы нужен не только тренированный мозг, но и тренированное здоровое тело», а «эффективную работу мозга можно длительно поддерживать, чередуя напряжение и сокращение разных мышечных групп с ритмически последующими расслаблением и растяжением (ходьба, бег)».

Во всех уличных акциях, проводимых Саратовским обществом трезвости и здоровья, немислимых без спортивных состязаний, непременно участвует молодёжь Духовного управления мусульман Саратовской области. Его представители приняли участие и в Угловских чтениях. «Религиозный фактор в борьбе за трезвость» (название доклада) представил аспирант философского факультета СГУ Али Муратов. Он рассказал о поэтапном запрете вина в Коране: в начальных аятах Корана говорится, что вино полезно и бесполезно, но больше бесполезно, чем полезно; в средних — о том, что вино бесполезно, а в завершающих главах Коран даёт чёткий запрет на употребление вина. Это было сделано для того, чтобы не враз, а с течением времени ввести запрет.

Когда докладчик процитировал: «вино полезно», у меня мелькнула мысль: «только тем, кто его продаёт!» Оказалось, это предположение верное, о чём в своём выступлении сказал имам Саратовской соборной мечети Рустам-хазрат Мухитов: «Имеется в виду польза финансовая: тот, кто изготавливает вино, получает прибыль. Вот об этой пользе Всевышний говорил, да, есть польза, но вред намного больше». Далее докладчик привёл в пример сёла, гибнущие в том числе и по причине алкогольного потребления. Но, как показало исследование, в тех татарских сёлах, где есть мечети, там «семьдесят процентов мусульман не употребляют опьяняющих веществ, — привёл статистику Рустам-хазрат, — в тех же сёлах, где нет мечети, там только пятнадцать — двадцать пять процентов трезвенников».

О проблемах тех, кто преодолевает зависимость от наркотических веществ, говорила с трибуны Угловских чтений наш гость из Тюмени Юлия Юрьевна Кумышева, руководитель реабилитационного центра. «Самая важная задача — чтобы мы в реабилитационном процессе смогли преодолеть потребительское отношение к жизни, к своему месту в жизни, изменить на отношение созидательное. Любая зависимость разрушает человека».

О видах зависимости как раз и говорил врач-нарколог Евгений Николаевич Бычков из медуниверситета. На экране промелькнули кадры, кои можно назвать энциклопедией современной глупости: как только не уродуют себя люди, увлекаясь татуировками, модификациями собственного тела, сэлфи, зависимостями от гаджетов, от интернета. «Заклинаю вас, — обратился к молодёжи нарколог, — когда вы слышите фразу «Надо попробовать всё!», то не надо пробовать всё. Ну сколько можно себя отдавать на пользу другому? Вот пришло сообщение: от вейпов в Америке умерло уже двенадцать человек, и патологоанатомы так и не установили, отчего наступила смерть. Кто будет тринадцатым?»

О тех, кто нашёл в себе силы противостоять зависимостям, говорил Руслан Бисултанов, доброволец молодёжного крыла Саратовского общества трезвости. «Трезвость заканчивается не тогда, когда человек впервые употребляет алкоголь, — поделился своим открытием Руслан, — а тогда, когда он видит первое употребление».

Увы, если не все сидящие в зале, то абсолютное большинство из них увидели первое потребление в раннем детстве, и эти картины сформировали убеждение: взрослый — это тот, кто пьёт алкоголь, кто курит, и надо только подождать, да многие и не ждут, общаясь к сигарете, к пиву и вину задолго до совершеннолетия. Прервать эту цепочку поколений, зависимых от ложных убеждений в нормальности потребления алкоголя и табака, и призвано современное трезвенническое



движение, у истоков которого стоял Фёдор Григорьевич Углов.

«Трезвость — важный выбор современной молодёжи, — так назвал своё выступление Евгений Анатольевич Маляев, член совета Общественной палаты Саратовской области, координатор Всероссийского движения «Трезвая Россия». Есть альтернатива выпивке — спорт, культура, заметил он, любые зависимости несомнимы с успехом. Если же кто споткнулся — у него есть возможность проанализировать свою ошибку и сделать правильный выбор».

«Сегодня говорили о выборе, — напомнил в завершение своего выступления Александр Владимирович Логинов, наш давний соратник из Главного управления МВД России по Саратовской области, продекламировавший с трибуны своё стихотворение о том, как замечательно ощущать себя трезвым и нужным людям, — И каждый делает тот выбор, который у него в душе. Наркомания, в том числе алкоголизм и табакокурение, мешает вам нормально жить, творить и создавать великую Россию».

После всех выступлений Наталия Александровна Королькова зачитала проект обращения участников Угловских чтений к молодёжи Саратовской области, обращение приняли единогласно.

Что обычно запоминает человек, когда долго разговаривает с собеседником? Психологи утверждают: последняя фраза самая значимая. Наталия Александровна, перед тем, как объявить встречу закрытой, передала видеоролик: юноша идёт сквозь строй своих сверстников, которые предлагают ему попить с ними пива, покурить, но юноша не отвечает на их предложения, идёт и идёт. Куда? На спортплощадку. Над ним смеются, но вот один из насмешников отложил банку с пивом в сторону, другой бросил окурки и присоединился к спортсмену, за ними поднялись и другие. «Он сам создал своё окружение!», — прокомментировала Наталия Александровна этот сюжет. — И вы должны также создавать своё трезвое окружение. Помните о своих детях!»

Владимир ВАРДУГИН

На снимках: Н.А. Королькова открывает Угловские чтения; в актовом зале агроуниверситета; В.А. Коняев вручает медаль Пирогова Алисе Ушаковой, лауреату конкурса сочинений о выдающихся борцах за трезвость.

Сотрудничество расширяется

Лето – пора отдыха, поездок, приятных встреч... Хочется забыть о делах и проблемах... Но не тут-то было. Нашей региональной общественной организации «Трезвое Забайкалье» после «Прямого разговора» с врио губернатора Забайкальского края Александром Осиповым был дан карт-бланш для новых действий и поддержка администрации губернатора. А.М. Осипов дал поручение главам всех районов края о налаживании взаимодействия соответствующих служб с нашей организацией. Была весна, на «носу» лето... Терять такое поле деятельности и дать себе передышку, не смотря на отпуска, мы не могли. Это поручение стояло на контроле в администрации губернатора и требовало регулярного отчета. Представители районов края, в основном заместители глав по социальным вопросам или специалисты комитетов культуры и спорта, сначала не совсем представляли каким образом мы можем взаимодействовать друг с другом, находясь за сотни и тысячи километров друг от друга (между Краснокаменском, где я живу, и Дульдургой – 400 км, Могоча от нас за 700 км, Чара – больше 1000 км и т.д.). Но век современных технологий нас соединил. Команда нашей организации подготовила электронные версии трезвеннических материалов (листовки, учебные и методические пособия, видеуроки психолога и социального педагога В.А. Фахрева, профессор А.Н. Маюрова, В.Г. Жданова, В.П. Кривоногова) и разослала по ВСЕМ адресам края. Кто-то отмалчивался, но многие районы заинтересовались, и мы с ними ведем активный диалог. Не только в интернете, по телефону, но и встречаемся с жителями и администрацией в районах края.

На сегодня наша главная цель: не только просвещать население края, но и создать в нескольких районах территории трезвости по примеру Саха (Якутия). Для этого мы подготовили проект «Трезвое село» и отправили в районы. Как любое новое дело, наш проект для людей далеких от абсолютной трезвости не понятен. Они не знают, с какой стороны к нему подойти, с чего начать. Поэтому наши соратники из Читы, Балея, Краснокаменска едут в села своих и близлежащих районов и рассказывают людям для чего нам нужна трезвость и как начать работу над проектом. В этом нам помогает недавно созданное общественное движение «Забайкалье – наш дом» и администрация губернатора.

В селе Кокуй Сретенского района был проведен сход граждан, на котором большинство высказалось за создание «территории трезвости» в этом поселении, но депутаты не сочли возможным поддержать решение схода. В другом селе Ягодное с населением 270 чел. также большинство жителей высказались за создание территории трезвости, но как бороться с 8 точками продажи алкоголя, из которых только одна легальная, не знают, и полиция в затруднении. Проведены собрания с активом в сёлах Нижний Кокуй, Житка, Ундино Поселенье. Рассказываем, что без сохранения трезвости в семье, селе, районе, говорить о благополучии не приходится. И в масштабах края хорошо прослеживается тенденция – чем больше люди пьют алкоголь, тем меньше рождается детей, беднее живет население, смертность в крае в 2018 году впервые за последние годы превысила рождаемость. Поняв источник бед, примерив ситуацию на свою деревню, свой поселок, люди понимают, что без трезвости мы не получим достойной жизни.

Помимо «централизованных» мероприятий, не упускаем возможности точечной работы в образовательных, воспитательных

«Трезвое Забайкалье» в действии



учреждениях. Это касается не только школ, СУЗов, ВУЗов и Центров для детей, оставшихся без попечения родителей. Наши специалисты читают лекции в местах временного содержания подростков и взрослых правонарушителей, работают со «штрафниками» в ГИБДД, поддерживаем спортивное молодежное движение. Мы много людям о преимуществах трезвости, о необходимости отказа от табака и алкоголя. Впереди еще много дел для того, чтобы вывести Забайкальский край из числа самых пьющих регионов России.

Но как не просто повернуть наши умы в трезвом направлении. В рамках реализации проекта «Трезвое село» РОО «Трезвое Забайкалье» организовала семинар по профилактике наркотизма и формированию культуры трезвости и здоровья среди населения, в том числе в молодежной среде. Проводить семинар мы пригласили доктора исторических наук, собриолога В.П. Кривоногова из Красноярска. На семинар были приглашены представители районных администраций, специалисты и педагоги социальных учреждений, министерств края. Для них тема была, безусловно, актуальная и полученные знания уникальны. Всем слушателям выдали сертификаты. Семинар дал еще один толчок для более тесного знакомства с представителями районов и реализации проекта «Трезвое село».

С министерствами края установлены более тесные связи. Достигнута договоренность с Министерством культуры края о проведении на базе районных библиотек совместных мероприятий, посвященных знаменательным датам: международному и всероссийскому дню отказа от табака, Всероссийскому дню трезвости и других. Запланировано проведение Угловских чтений. Министерство труда и социального развития планирует проведение семинара для специалистов социальных учреждений в районах края. С Минтруда мы уже давно сотрудничаем и получаем от них существенную поддержку и понимание. С Министерством здравоохранения, в лице Краевого наркологического диспансера не один год проводим совместные мероприятия и акции, они приняли активное участие в разработке проекта «Трезвое село». Не смотря на разные методы работы, мы находим понимание и общие точки соприкосновения. Министерство образования и молодежной политики края дало направление по совместной деятельности с образовательными учреждениями. С Центром медицинской профилактики края у нас тоже многолетнее сотрудничество: не одну акцию по отказу от табака и алкоголя мы провели вместе.

Администрацией губернатора Забайкальского края ежегодно проводится Гражданский форум, в котором команда РОО «Трезвое Забайкалье» принимает участие. В этом году мы приняли участие в «Межрайонном форуме активных граждан – 2019» и посетили Сретенский, Балецкий, Оловянинский районы, где подготовили и провели круглый стол «О реализации проекта «Трезвое село» на территории Забайкальского края». Надо отдать должное главам этих районов, которые провели мероприятия на достойном уровне.

Администрацией губернатора Забайкальского края ежегодно проводится Гражданский форум, в котором команда РОО «Трезвое Забайкалье» принимает участие. В этом году мы приняли участие в «Межрайонном форуме активных граждан – 2019» и посетили Сретенский, Балецкий, Оловянинский районы, где подготовили и провели круглый стол «О реализации проекта «Трезвое село» на территории Забайкальского края». Надо отдать должное главам этих районов, которые провели мероприятия на достойном уровне.

«Сохранить трезвость – ценнейшее качество человека, осознать ошибки и вернуться к трезвости – большое достоинство, а нести трезвость людям – великая добродетель».

Нужна ли трезвость?

В Забайкальском крае, не смотря на общее снижение населения, количество рождений в предыдущие годы превышало количество смертей. В 2018 году количество смертей превысило число родившихся. В первом полугодии 2019 года в Забайкальском крае родилось 6189 детей. За этот же период зарегистрировано 6852 смерти. Смертность в первом полугодии превысила рождаемость. Об этом сообщается на сайте департамента ЗАГС Забайкальского края. Такая ситуация с демографией начала складываться не вчера. В целом с 2010 по 2018 гг количество рождений в Забайкалье снизилось на 4283 чел = 23,7%. По стране ситуация схожая, не смотря на приток населения в отдельных регионах. Это напрямую связано с уровнем алкоголизации. Для принятия мер по снижению употребления алкоголя и улучшению демографии Правительством были приняты: «Концепция государственной политики по снижению масштабов злоупотребления алкоголем и профилактике алкоголизма среди населения Российской Федерации на период до 2020 года», утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 30 декабря 2009 г. №2128-р, «Концепция демографической политики Российской Федерации на период до 2025 года», утвержденная Указом Президента РФ от 9 октября 2007 г. №1351. В них сказано, что достижение указанных целей (значительное снижение уровня потребления алкогольной продукции, повышение эффективности системы профилактики злоупотребления алкогольной продукцией, улучшение демографических показателей) базируется на принципах обеспечения приоритетности защиты жизни и здоровья граждан по отношению к экономическим интересам

сти. Слушатели получили знания по формированию основ трезвости и дополнительную учебно-методическую литературу, пособия. При проведении встреч с населением мы убедились, что создание территорий трезвости необходимо, люди на сходах голосовали за реализацию проекта «Трезвое село» (п. Кокуй Сретенского района, п. Ягодное Читинского района). Встречи с активом состоялись в Балецком районе, Оловянинском районе, п. Новая Кука Читинского района, ЗАТО «Горный». На встрече со специалистами Тунгокоченского района мы подвели итоги анкетирования школьников. Опрос показал, что подростки в большинстве имеют опыт употребления алкоголя, отвечая на вопрос «есть ли зависимость от алкоголя», все ответили: «нет», а на вопрос «хотели бы вы отказаться от зависимости», 13% ответили: «хотели». В Борзинском районе была самая большая аудитория: специалисты КНД, социальные работники, специалисты образовательных учреждений, главы поселений, представители общественных организаций, СМИ. Было много вопросов, дискуссий. В Забайкальском районе на встрече с руководителями поселений района мы обсудили опыт Саха (Якутия) об образовании на территории поселений трезвых сел. Формально трезвые села в крае уже существуют: во многих отсутствуют точки по продаже алкоголя, но торговля из частных дворов продолжается и здесь очень много зависит от глав поселений и самих людей. Пример тому – село Ульяновка Шилкинского района. Магазины по продаже алкоголя здесь нет, но из 2-х частных дворов продолжают торговать зельем.

Раньше было больше торговцев, но люди на собраниях пресекли такую практику и их послушали. По приглашению администрации поселения Верх-Хилинского мы провели собрание с активом села Ульяновка, рассказали о принципах формирования территории трезвости, обсудили возможность профилактической работы на селе. Люди выразили желание реализовать проект «Трезвое село» и попросили им в этом помочь. В целом в районах встречи прошли с обоюдной пользой. Мы убедились в необходимости нашей работы в деле просвещения населения, поделились опытом и материалами трезвенного движения страны. Представители районов почувствовали нашу поддержку, с новыми знаниями им будет проще работать в деле профилактики употребления ПАВ. С представителями образовательных учреждений договорились обмениваться сценариями и вопросами для подготовки конкурсов и викторин ко Дню трезвости и Дню отказа от табака. Все получили подготовленные нами листовки, буклеты, пособия.

Контрастом к встречам в районах была встреча нашего представителя с общественным Советом Читинского района. На Совете наше предложение о территории трезвости было воспринято резко отрицательно. В силу своих положительных убеждений о пользе употребления алкоголя и культуре его употребления, что противоречит теории трезвости, члены Совета сами находятся в заблуждении и будут противостоять продвижению проекта «Трезвое село». В составе общественного Совета есть директор школы, руководитель патриотической организации и другие общественники. Работу по профилактике употребления алкоголя могут проводить только специально подготовленные кадры, и начинать надо в первую очередь с просвещения руководящего состава всех рангов.



Не всегда есть возможность общаться с активом районов очно, можно использовать практику онлайн конференций, скайп, группы в социальных сетях. Хороший практический опыт специалисты могут получить через посещение семинаров «Стань учителем трезвости», проводимых представителями трезвенного движения. Опыт Саха (Якутия) показал, когда руководители всех уровней, от активистов и глав улусов до президента республики взялись за дело, то уровень употребления алкоголя снизился до 7,6 л/чел (2017 г.). В Забайкалье этот показатель 25 л/чел. Поэтому мы и занимаем 64 место в рейтинге трезвости среди регионов России.

Правы ученые, которые говорят, что легче отрезвить закоренелого пьяницу, чем «умеренно» пьющего. Опасность «умеренно» пьющих или, как они себя называют «культурно» пьющих в том, что они пропагандируют алкоголепение. Молодой человек, начинающий употреблять алкоголь, будет надеяться, что ему удастся сохранить такую же «умеренность» и «культуру». Ни один горький пьяница не думал, что он окажется таковым, ведь тоже начинал «культурно и умеренно»...

Работы в отрезвлении общества непочатый край и включаться в нее нужно всем и сейчас.

Надежда Александровна Куржумова, председатель РОО «Трезвое Забайкалье», najakur@mail.ru

На фото: Уастники семинара с В.П. Кривоноговым (в центре). Активисты «Трезвого Забайкалья» В.Н. Сапунова и А.И. Стрельников

На фото: Уастники семинара с В.П. Кривоноговым (в центре). Активисты «Трезвого Забайкалья» В.Н. Сапунова и А.И. Стрельников

Ширится в единстве

слёт общественных трезвеннических движений Чувашии «Волга – 2019»

Первый Республиканский слёт общественных трезвеннических движений Чувашии – «Волга-2019» состоялся 24 августа в г. Мариинском Посаде Чувашской Республики на берегу Волги и прошёл под важным девизом единения и единства всех разрозненных структур региона.

Мудрость Единения указана во всех верованиях, как единственный оплот преуспевания, как основа сотрудничества. Сказано, что «единение – великая сила, если в основе его лежит Любовь».

В слёте приняли участие представители городов, сельских поселений и различных трезвеннических объединений Чувашии. Торжественно и радостно прошло открытие школы – слёта. Участники говорили о своевременности и долговечности этого события, о том, как ликует Сердце в кругу единомышленников.

Уже более 30 лет в Чувашии существуют трезвеннические движения, которые развивались отдельно друг от друга. А сейчас пришло время всем нам сплотиться и объединиться для нашего правого дела, для служения Общему Благу. Именно Единение так нужно сейчас соратникам нашей прекрасной Земли, для спасения её и утверждения осознанно-трезвого и духовного образа жизни.

По нашей традиции всем миром готовили на костре бесподобную уху, пели любимые песни, танцевали, купались в Волге, пили чай на травах и от души радовались общению друг с другом и со всеми. Мир в Сердце каждого, легко, открыто, свободно чувствуешь себя в кругу близких по Духу людей.

В завершении мероприятия был организован «круглый стол», где каждый делился своими мыслями, опытом, пожеланиями. Отрадно видеть, как ширится в единстве своем круг единомышленников, как крепнет Дух каждого, как утверждается духовность и трезвость в нашей стране. Свято верим в её светлое будущее!

Из впечатлений участников слёта.

«Движение трезвости в Чувашии крепнет и поднимается на новую ступень. Именно так я воспринимаю состоявшийся 24 августа Первый Республиканский слёт трезвеннических движений Чувашии «Волга – 2019».



Замечательное было выбрано место вблизи берега Волги.

Хочу отметить отличную организацию слёта: всё было предусмотрено и подготовлено, не было никаких сбоев. Ко всему на слёте присоединилось ещё чувство необыкновенного внутреннего спокойствия и умиротворения, хотя там было 50 человек. И мне было хорошо вместе с людьми. Я была со всеми и сама с собой одновременно.

Просто, свободно, естественно, слаженно, красиво, светло, подобно, искривлено, мирно – только такие эпитеты приходят, когда вспоминаю атмосферу слёта.

Мне понравилась программа слёта. Было всё и всего хватало.

Действительно, слёт даёт ощущение силы и единения. Видишь, как совершенно разные люди объединены общей идеей трезвой жизни, духовного роста, совместной деятельности. Было хорошо оттого, что вместе!

Желаю нашему слёту «Волга» расти, объединять всё больше людей и укреплять их на пути трезвости, духовности и служения во Благо людям и Миру».

Светлана Г.

«Мы дали жизнь ребёнку, имя которого слёт «Волга-2019». Каким он вырастет – зависит от всех нас и от каждого в отдельности, ведь каждый даёт другому то, что у него

в сердце. Я уверена, что наш «ребёнок» вырастет замечательным, потому что с такими сердцами, как у участников слёта, не может быть иначе.

И я верю в то, что наше светлое начинание продолжат наши дети и внуки, и понесут «Мир в Сердце каждого» дальше.

А ещё меня поразила красота и молодость наших женщин, мужественность и отзывчивость наших мужчин. Такую красоту невозможно достичь ни в каких салонах красоты и фитнес клубах. Та внутренняя, духовная работа, внутренняя сила, с которой преодолевались трудности, выпавшие на пути каждого из них, проявляется на их лицах той истинной красотой, светом их глаз, спокойствием и миром».

Ирина М.

«Наш первый слёт вдохновил тем, что положил начало объединению трезвеннических групп и лиц, ведущих борьбу за трезвость и занимающихся пропагандой здорового образа жизни. Конечно, мы только набираем опыт проведения подобных мероприятий, но это только начало. Победа будет за нами!»

Валерий В.

«Первый наш слёт стал для меня важным событием.

Участники слёта после регистрации собрались на торжественное открытие, которое началось с поднятия флага и выступления

представителей разных регионов Чувашии.

Особое внимание хочется уделить организации слёта. Порадовала предварительная подготовка территории проведения слёта, слаженность всех запланированных мероприятий в этот день, возможность предоставления слова каждому участнику круглого стола. Многие участники рассказали о том, что их волнует, о начале своего нелёгкого пути к трезвости, о возрождении души, о любви к окружающим и важности общения с ребятами школьного возраста в вопросе профилактики проблем употребления психоактивных веществ.

Мы все не только плодотворно поработали, но и воспряли душой».

Людмила И.

«Наш слёт стал настоящей сенсацией – это превосходная программа, единение с друзьями-единомышленниками, обсуждение планов нашей предстоящей работы. Мне лично очень всё понравилось».

Александр Б.

«Стоя на открытии нашего первого слёта вместе со всеми и слушая каждого выступающего, я ощущала большую душевный подъём, радость от того, что всё это есть в моей жизни, что она наполнена такими значимыми и светлыми

моментами, делая меня внутренне богаче. Я испытывала радость от того, что не просто стою в стороне простым наблюдателем, что я тоже участница этого движения. Здесь я глубже осознала, сколько у меня друзей единомышленников, почувствовала единение со всеми в нашем общем душевном порыве желания помочь людям. И нас становится всё больше и больше».

Наталья С.

«На слёте нас собралось много, ни мало – 50 человек. Люди приехали из разных уголков Чувашии, чтобы рассказать о себе и поделиться своим опытом. Многие предлагали сделать слёт ежегодным. Душевная, сердечная атмосфера слёта сплавляла и объединяла всех нас для дальнейшей совместной плодотворной работы. Разъезжались уже под вечер с прекрасным настроением, с теплом в душе и с ожиданием новых волнующих встреч. Спасибо тебе, «Волга-2019».

До новых встреч».

Сергей Ж.

Когда в душе огонь Любви горит,
Пусть волны плещутся о скалы.
Порывом ветер нас к земле клонит,
Мы выстоим, во что бы то ни стало.

Иль постучится в дом беда,
Внезапно вдруг нагрянет скука.
Мы встретим их достойно, как всегда,
С улыбкою, ведь в радость нам наука.

И будем жертвовать собою всякий раз,
Какая б ни ждала нас участь.
Но жертва не лишенье, а как раз,
Возможности великой случай!

И сердцем будет радостен пусть тот,
Кто не словами, а на деле,
Явит Отчизне верности оплот,
Священной будет предан цели!

Обиды мы оставим позади,
Гордыню в Духе переборем.
Душой соединимся и мосты,
Любовью братскою построим.

За нами пусть идущий вслед
Сплочённости узреет семья.
Почувствует Огонь Сердец,
И ширится уж наше племя.

Мы верим, близится тот час,
Когда в единстве пребывая,
Проявим стойкость в этот раз,
Победу Света утверждая!

Иван Кондратьев

Венера Арзамасова,

Иван Кондратьев

vpsmoke@mail.ru

vk.com/trezvo21, instagram.com/

Общественная палата Чувашии в преддверии Всероссийского дня трезвости провела межрегиональный круглый стол на тему «Стратегия алкогольной политики и ее влияние на качество жизни населения». В режиме телемоста в нем участвовали эксперты федерального проекта «Трезвая Россия».

Основной целью мероприятия стало объединение усилий всех участников трезвеннической деятельности в работу по профилактике возникновения аддитивных зависимостей. Все заинтересованные общественные организации должны включить в структуру профилактической работы задачу по формированию у населения наркологической грамотности и ответственного отношения к своему здоровью. Важен также жесткий общественный контроль за доступностью алкоголя для подростков, для чего нужно грамотно применять различные маркетинговые подходы.

В рамках подобной профилактической работы наркологической службой Чувашии был разработан информационный материал, который был представлен для всех желающих в Национальной библиотеке республики. В день праздника трезвости также действовала мобильная площадка по наркологическому консультированию жителей республики. Модераторами мероприятия выступили директор Чебоксарского филиала ФГБУ «МНТК «Микрохирургия глаза» им. акад. С.Н. Федорова» Минздрава России, член Общественной палаты России, член Общественной палаты Чувашии Николай Паштаев и главный психиатр-нарколог Минздрава Чувашии, заместитель председателя Общественной палаты Чувашии Ирина Булыгина.

Трезвенный телемост

С приветствием к участникам круглого стола обратились заместитель министра здравоохранения Чувашской Республики **Владимир Дубов** и председатель Общественной палаты Чувашской Республики **Алексей Судленков**, отметившие, что общественность обеспокоена увеличением количества потребляемого алкоголя, особенно в молодежной среде. Общей задачей они назвали объединение совместных усилий, направленных на то, чтобы общество было трезвым, здоровым, а, следовательно, и успешным.

Владимир Дубов добавил, что планомерная мотивация населения к здоровому образу жизни, отказ людей от вредных привычек позволит снизить заболеваемость и смертность от всех основных причин, в том числе смертность населения трудоспособного возраста.

Участники круглого стола говорили также о важности роли местных сообществ и общественных организаций в создании модели здорового образа жизни.

Член ОП РФ, руководитель федерального проекта «Трезвая Россия» **Султан Хамзаев** подчеркнул, что актуальность проведения подобного мероприятия очевидна, так как на сегодняшний день алкоголь, действительно, является основным катализатором социальных проблем в обществе.

«Наша общая задача заключается в том, чтобы государство более ответственно выполняло свою часть, так называемого „социального контракта“ с обществом — это защита здоровья подрастающего поколения и сохранение активного долголетия взрос-

лого населения», — заявил Султан в своем выступлении.

По словам руководителя федерального проекта «Трезвая Россия», в стране необходимо принять новую антиалкогольную стратегию, соответствующую современным реалиям, существующим в обществе. Сегодня уже нет смысла обсуждать очевидную тему о том, что «алкоголь — это плохо». Давно пора уже выработать конкретные предложения по искоренению данной проблемы. Причем, это должны быть не просто предложения, а реальные действия. Султан Хамзаев предложил общественникам Чувашии взять на вооружение имеющийся положительный опыт по проведению «Уроков трезвости», которые проводятся в тестовом режиме в образовательных учреждениях в семи субъектах федерации. Он также выказал слова благодарности Главе Чувашии **Михаилу Игнатьеву** за поддержку инициативы «Трезвой России» по принятию «Закона-21», направленного на повышение возраста продажи алкоголя до 21 года.

Заместитель председателя Общественной палаты Чувашии Ирина Булыгина сообщила, что в республике два раза в год обновляется Рейтинг трезвости муниципальных образований, являющийся своеобразным инструментом для дальнейших действий в сфере алкогольной политики.

Президент Фонда поддержки социальных и культурных программ Чувашии **Михаил Федотов** рассказал о практической деятельности фонда, содействующей формированию

здорового образа жизни среди населения.

Опытом работы центра «Нечаянная радость», который занимается профилактикой потребления психоактивных веществ в городе Алатырь, поделился настоятель храма Усекновения Главы Иоанна Предтечи Алатыря протоиерей **Андрей Савенков**.

Член Общественной палаты Чувашской Республики **Мансур Хайбуллов** рассказал об опыте Духовного управления мусульман Чувашии по формированию трезвости среди населения на примере Шыгырданского сельского поселения Батыревского района.

Механизм общественного контроля по ограничению доступности алкогольной продукции представил руководитель межрегионального общественного движения «Здоровая Нация» **Кирилл Лукин**.

Участники круглого стола обменялись опытом работы по формированию «трезвой среды» в своих регионах. В ходе телемоста своими практическими наработками поделились главный врач Республиканской больницы № 1 Минздрава Республики Мордовия, член Общественной палаты России **Дмитрий Амелькин**, координатор общественного движения «Трезвая Мария Эл» **Павел Марышев**, председатель рабочей группы по противодействию наркомании и алкоголизму Общественной палаты Республики Татарстан, руководитель Казанского епархиального общества «Трезвение» **Владислав Юферов** и руководитель Агентства территориального развития **Этнер Егоров**.

В ходе открытой дискуссии участники круглого стола высказывали свои предложения для последующего их включения в итоговую резолюцию и представления ее в Общественную палату России и Госсовет Чувашии.

Публикуйте в СМИ трезвенническую информацию!

Соратники! Не забывайте освещать вашу деятельность и реагировать на актуальные вопросы антиалкогольной политики в средствах массовой информации. Недавно разослал свое мнение в СМИ нашего города по поводу запрета торговли алкоголем в продовольственных магазинах и, потратив всего полчаса, в итоге получил 3 публикации, озвучивших нашу позицию в нетрезвеннических СМИ

(две из них приводим ниже – ред.). Эффективность трезвеннической пропаганды измеряется охватом. Статья о том, как именно работать со СМИ здесь: <https://rusober.ru/proraganda-trezvosti/> (см. публикацию в «Подспорье» № 7(190) – ред.)

Евгений Бохан, председатель ОО «Трезвый Петербург», Санкт-Петербургское отделение СБНТ, boxan_87@mail.ru

Полностью поддерживаю позицию Евгения Бохана и призываю всех активно использовать этот канал распространения трезвеннической информации. Он открыт! А охват аудитории читателей (слушателей) нетрезвеннических СМИ на порядок, а то и на два превышает охват всеми нашими трезвенническими ресурсами.

Г.И. Тарханов, первый зам. председателя СБНТ

Требуем полного запрета

Трезвенники требуют полного запрета продажи алкоголя в продуктовых магазинах.

В дискуссии о необходимости ужесточения правил торговли спиртным в жилых домах вступили общественники.

Как сообщал наш портал, 4 октября члены комитета по законодательству Законодательного собрания при участии представителей профильных комитетов Правительства города, надзорных и правоохранительных органов, экспертного сообщества и общественности Санкт-Петербурга обсудили варианты совершенствования законодательства, регулирующего розничную торговлю алкоголем.

В дискуссии вступила общественная организация «Трезвый Петербург», выступающая за полный запрет продажи алкоголя в продовольственных магазинах. Позицию общественников «Новостям малого бизнеса» разъяснил председатель организации Евгений Бохан.

«Алкоголь – это яд и наркотик, который в ГОСТ 18300-72, п-п 5.1 имел определение: «Этиловый спирт – легко воспламеняющаяся бесцветная жидкость с характерным запахом, относится к сильнодействующим наркотикам, вызывающим сначала возбуждение, а затем паралич нервной системы», – напомнил Евгений Бохан, – В связи с вышеозвученным, алкоголь не относится к продуктам и должен продаваться отдельно».

По мнению участников движения за трезвость, алкоголь на полках магазина рядом с продуктами «программирует детей на самоотравление», поэтому его следует удалить в отдельные специализированные магазины и продавать только по паспортам.

Как подчеркнул глава организации «Трезвый Петербург», ее члены последовательно выступают за любые ограничения продажи «данного легального наркотика».

<http://novostimb.ru/>, 08.10.2019

Алкоголь должен продаваться отдельно

В Законодательном собрании Санкт-Петербурга обсуждают ограничения продажи алкогольной продукции, сообщает Петербургский дневник. В редакцию РНЛ поступило официальное заявление председателя общественной организации «Трезвый Петербург» Евгения Бохана.

«Поскольку в Заксе обсуждают ограничения по продаже алкоголя я бы хотел озвучить для уважаемых представителей Заксобраний Петербурга и представителей городских СМИ именно экспертное мнение, мнение общественников, которые постоянно сталкиваются с данной проблемой позицию нашей общественной организации и в частности свою личную позицию: Алкоголь – это яд и наркотик, который в ГОСТ 18300-72, п-п 5.1 имел определение: «Этиловый спирт – легко воспламеняющаяся бесцветная жидкость с характерным запахом, относится к сильнодействующим наркотикам, вызывающим сначала возбуждение, а затем паралич нервной системы», – пишет общественный деятель.

В связи с вышеозвученным алкоголь не относится к продуктам и должен продаваться отдельно. Алкоголь на полках магазина рядом с продуктами программирует детей на самоотравление, поэтому его следует удалить в отдельные специализированные магазины и продавать только по паспортам, подчеркнул Е. Бохан.

«Общественная организация "Трезвый Петербург" последовательно выступает за любые ограничения продажи данного легального наркотика, которые привели к следующим положительным изменениям, которые признали на международном уровне», – заключил общественный деятель.

<http://ruskline.ru/politnews/2019/10/07/>
07.10.2019

Плакаты «Общего дела» на МЦК

Не так давно РЖД предоставила нам бесплатные места на световых щитах на станциях МЦК.

Основной посыл: «Трезвые родители – счастливые дети», «Трезвый отец – счастливые дети». Проблема алкоголизации общества касается всех и каждого, но для очень многих она не очевидна. У нас тысячи детей подвергаются насилию из-за употребления алкоголя, в том числе и сексуальному насилию. Каждый раз, когда человек покупает алкоголь, он участвует в этом сатанинском бизнесе.

Живите трезво!



Поддержка Совета Федерации

ЧЛЕН СОВЕТА ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОГО СОБРАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Генеральному Директору компании
Первый канал **К.Л. Эрнсту**
Копия: **Козленко Л.С.**

23 сентября 2019 г. № 58-05 283/ЕМ

Уважаемый Константин Львович!

В дополнение к нашему исх. № 58-04.185/ЕМ от 05.06.2019 года направляю повторное обращение Козленко Л.С. с просьбой о содействии в восстановлении на Первом канале телепроекта «Общее дело».

Сожалею, но до настоящего времени ни участники общественного объединения «Трезвенное Движение», ни я не имеем информации о результатах рассмотрения руководством компании обращения общественности по вопросу, крайне небезразличному для населения России.

Буду признательна, если о перспективах реализации проекта поставят в известность меня и автора предложения.

Приложение: 8 листов (первый адрес)

п/п **Е.Б. Мизулина**

Думаю, содействие члена Совета Федерации в вопросе возвращения проекта «Общее дело» на Первый канал имеет немалое значение. И это достигнуто настойчивостью одного человека, нашего ветерана Льва Сергеевича Козленко. Если же мы все, соратники, будем добиваться с такой же настойчивостью возврата проекта «Общее дело» на экраны ТВ, используя при этом помощь и поддержку сторонников трезвости в Госдуме и СФ, то Эрнсту, думаю, некуда будет деваться. Только не отсиживайтесь, действуйте. Вместе мы сила!

Г.И. Тарханов, первый зам. председателя СБНТ

Борьба за трезвость - чрезвычайно важна

Уполномоченному по правам ребёнка
в Камчатском крае.

По проведению мероприятий в крае ПО ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ, должен сообщить следующее.

Пропаганда здорового образа жизни в Камчатском крае проводится так, что увеличивает вероятность алкоголизации населения.

Я присутствовал на фестивале здоровья. Вышел на сцену помощник заместителя губернатора и призвал: **НАДО ПИТЬ В МЕРУ(!?)**

Прошу вас поставить вопрос об установлении нормы об обязательной психолого педагогической экспертизе всех речей, которые планируются к выступлению на мероприятии по здоровому образу жизни. Причины следующие:

1. МЕРУ в нашей стране государство, за 1000 лет не установило. Если валериана продаётся В АПТЕКЕ, С инструкцией и МЕРОЙ потребления, по 20 капель 3 раза в день, то с алкоголем наоборот, можешь купить и выпить хоть ящик пива или водки. Фраза на бутылке пива «ЧРЕЗМЕРНОЕ УПОТРЕБЛЕНИЕ ВРЕДИТ...» человека, предрасположенного к алкоголизму не останавливает. Подробности у главного нарколога края и у психологов.

2. Алкоголь обладает наркотическим действием. (Согласно нескольким энциклопедическим изданиям.) Алкоголизм лечат те же врачи что и наркоманию. Вы это знаете. «Алкоголизм - та же наркомания только в другой форме». (Академик Онищенко Геннадий Григорьевич).

3. Часть населения имеет предрасположенность к алкоголизму к 18-ти годам. В статье академика Николая Бохана в газете АИФ 2012 года за 9 мая говорится о 80 процентов граждан России в группе риска по алкоголизму. Например, северные народы Камчатки. и люди, имеющие КМНС в предках. В этой связи, призывать молодёжь и взрослых САМИМ устанавливать себе меру, является конкретной инструкцией по заболеванию алкоголизмом. (Подробности у главного нарколога Края Кургак).

За. Мозг человека развивается до 21 года. То есть, вы разрешаете употреблять вещество с наркотическим действием незрелому мозгу. Подробности у главного нарколога.

4. В моих опросах Здоровый образ жизни у молодых людей означает ФУТБОЛ-С ПИВОМ. И пиво после со-

ревнований, в бане. Водка ТОЛЬКО по праздникам.

5. На мероприятиях по здоровому образу жизни напрочь отсутствует (замалчивается) информация о том, что алкогольное опьянение это СОЧЕТАНИЕ ПСИХИЧЕСКИХ РАССТРОЙСТВ!

Напрочь отсутствует информация о возможности трезвого образа жизни, СОЗНАТЕЛЬНОЙ ТРЕЗВОСТИ. О том, что этот образ принят в 200 сёлах Якутии, в Чеченской республике.

Обстановка в крае.

Ни один из 23 опрошенных не знает первых признаков алкоголизма. Напрочь отсутствует в крае для людей информация об этом. Напрочь отсутствует информация об особенностях поведения близкого человека в состоянии опьянения: в каких случаях можно ждать агрессии и как вести себя. Техника безопасности с пьяным человеком. Чтобы не быть убитым или изувеченным. Как убедить зависимого от алкоголя лечится! В дни трезвости, установленные законом Края, 11 сентября, полностью работают разливайки!? 24 час в сутки!!! Их около 20-ти в городе. В нашем жилом доме ТРИ пункта по продаже алкоголя, с разрешения Законодательного собрания края.

В завершение приведу Вам цитаты из выступлений Президента Российской Федерации В.В. Путина.

«Мне очень приятно, что у нас есть такие ребята, мужики такие, которые понимают проблему и пытаются с ней бороться. Нужно реформировать людей, нужно трезвый образ жизни внедрять в сознание и в практику. Вот это точно!».

В.В. Путин, 2013 г.

«К трезвой России я отношусь исключительно положительно. Надеюсь, и вы меня в этом поддержите»
Путин В.В., Президент РФ, 2015 г.

«Борьба за трезвость, - чрезвычайно важная вещь»
Президент России **В.В. Путин**, 2018 г.

Приложение. Пояснительная записка о формах пропаганды потребления алкоголя, разрешённых государством Российская Федерация.

С уважением,

Владимир Михайлович Казанцев,
председатель ОО «В защиту права детей
на трезвую среду», trezvo41@mail.ru

Россияне стали меньше пить

По результатам исследования Европейского регионального бюро Всемирной организации здравоохранения, употребление алкоголя на душу населения к 2016 году снизилось в среднем на 43%

МОСКВА, 1 октября. /ТАСС/. Строгие меры контроля в области алкогольной продукции в России способствовали снижению в стране смертности, связанной с употреблением спиртного. Об этом свидетельствуют данные опубликованного во вторник доклада Европейского регионального бюро Всемирной организации здравоохранения (ЕРБ ВОЗ) «Влияние мер по контролю над алкогольной продукцией на статистику смертности и ожидаемую продолжительность жизни в Российской Федерации».

Как показывают результаты исследования, употребление алкоголя на душу населения за последние 15 лет постоянно уменьшалось и к 2016 году снизилось в среднем на 43%. Сокращение смертности в 2003-2018 годы составило 39% у мужчин и 36% у женщин, «при этом наиболее значительно снизилось число смертей, связанных с употреблением алкоголя», подчеркивается в исследовании. Именно благодаря этому в 2018 году средняя ожидаемая продолжительность жизни достигла в РФ исторического максимума: почти 68 лет для мужчин и 78 лет для женщин.

«Снижение употребления алкоголя повлекло за собой значительное увеличение ожидаемой продолжительности жизни в Российской Федерации. Это стало результатом целого комплекса мер по контро-

лю над алкогольной продукцией, реализуемых государством с 2003 года», - отмечают эксперты ЕРБ ВОЗ.

Употребление алкоголя, производимого и продаваемого вне рамок госконтроля, снизилось на 48%, употребление зарегистрированного спиртного сократилось на 40%. «Значительное сокращение употребления изготовленных кустарными методами, контрабандных или незаконно произведенных алкогольных напитков в Российской Федерации объясняется введением в действие основанной на фактических данных государственной политики контроля над алкогольной продукцией. Полученные результаты показывают, что такие меры, как внедрение системы мониторинга, повышение цен и ограничение доступности алкоголя, позволяют спасти человеческие жизни и сократить затраты в сфере здравоохранения», - отметила руководитель программы «Алкоголь и запрещенные наркотики» ЕРБ ВОЗ Карина Фрейрейра-Боргес. Она надеется, что другие страны континента будут проводить аналогичную политику.

В качестве действенных мер, реализованных в этой области правительством РФ, эксперты ВОЗ отмечают увеличение акцизов на алкогольную продукцию, повышение розничной цены на водку и другие спиртные напитки, внедрение системы мониторинга производства и продажи алкогольной продукции, а также запрет на ночную торговлю спиртным на вынос.

<https://tass.ru/>

Эндогенного алкоголя не существует!

Существует немало научных работ, посвященных исследованию влияния алкоголя на здоровье человека. Однако важно отметить, что лишь немногие из них затрагивают вопрос присутствия в человеческом организме этанола, не связанного с потреблением спиртных изделий. Такой этанол носит общее название «эндогенный». Он синтезируется в организме человека в результате процессов ферментации углеводной пищи в желудочно-кишечном тракте. Такой этанол принято называть физиологическим. Не являясь собственно эндогенной субстанцией, вырабатываемой клетками человеческого организма, физиологический алкоголь проникает в них из крови, так же, как это происходит в случае с алкоголем, поступившем в организм извне.

Существует много всевозможных мифов про алкоголь, вырабатывающийся в нашем организме. Например, часто можно услышать о том, что этанол – это наш естественный метаболит (продукт обмена веществ – набора химических реакций, которые возникают в живом организме для поддержания жизни), что у нас есть некий эндогенный алкоголь. На самом деле это вопрос определений, потому что внутренняя среда – это то, что находится за различными барьерами, то есть внутри слизистой. А толстая кишка, например, это у нас внешняя среда, как ни странно. Просвет кишки – это внешняя среда, поскольку он соединяется с внешним миром, и для того, чтобы пройти чему бы то ни было из кишки дальше в кровь, в какие-то другие клетки, нужно пройти через множество барьеров и т.д. Так вот, с научной точки зрения не описано ни одной реакции во внутренней среде организма, в результате которой получался бы этанол. Таким образом естественного внутреннего алкоголя в организме человека не существует!

Нездоровое питание, употребление в пищу дрожжевого хлеба и различных сложных животных белков (разного рода мясные продукты) провоцирует патогенный рост вредных бактерий и дрожжей в желудке или тонком кишечнике, что приводит к реакции ферментации в желудочно-кишечном тракте, результатом чего становится появление этанола. По мнению ученых, появление так называемого «эндогенного» алкоголя в кишечнике человека является прямым следствием дрожжевых инфекций в желудочно-кишечном тракте [Hunnisset, A., Howard, J., Davies, S., (1990) Gut fermentation (or the 'Auto-brewery') syndrome: A new clinical test with initial observations and

discussion of clinical and biochemical implications. O Nutr Med 1, p. 33].

Чтобы говорить предметно и научно, чтобы не возникало недопонимание и многозначность трактовки, следует четко прояснить, что этанол – это нейротоксический яд. Это сильнейший канцероген для человека, из первой группы по классификации МАИР (Международное агентство по изучению рака), это наркотик с сильным аддитивным потенциалом, и если говорить про особенности его воздействия на человека, то это сильный депрессант в фармакологическом смысле, то есть он подавляет деятельность нервной системы, в первую очередь, головного мозга.

После приема небольшой дозы алкоголя в организме человека может активироваться так называемая «система поощрения», которая работает через дофаминергические нейроны, то есть вызывает выделение дофамина («гормона счастья»). Однако нужно отметить, что речь здесь идет максимум о 20 граммах этанола, то есть около 50 грамм водки. Этот процесс противоестественного выделения дофамина в значительной степени обуславливает наркотический эффект алкоголя. Организм человека постепенно утрачивает способность к естественной выработке гормона. По мере продолжения такого стимулирования «системы поощрения» мозг привыкает к искусственно повышаемому уровню дофамина, производя все меньше гормона и снижая количество рецепторов в «системе поощрения». По этой причине наркозависимый человек, в том числе и алкозависимый, постоянно стремится увеличить дозу наркотика для получения прежнего эффекта. Дальнейшее развитие данного процесса неминуемо приводит к очень серьезным метаболическим нарушениям в головном мозге, наносит непоправимый ущерб здоровью мозга. Если же мы говорим об однократном приеме человека более 20 грамм этанола, то тератогенный эффект алкоголя немедленно дает о себе знать.

Когда алкоголь через желудок и кишечник попадает в кровь, он разрушает поверхность кровяных клеток – эритроцитов, в результате чего они начинают слипаться и образовывать склейки по типу виноградной грозди. Процесс идет по принципу снежного кома, размер которого нарастает с количеством выпитого спиртного. В результате кровоснабжение отдельных групп нейронов головного мозга прекращается. Вследствие того, что кислород прекращает поступать к клеткам головного мозга, начинается

гипоксия, то есть кислородное голодание, которое вскоре приводит к отмиранию отдельных участков мозга. Именно гипоксия и воспринимается человеком как якобы безобидное состояние опьянения, как «расслабление». В действительности часть головного мозга искусственно отключается от восприятия объективной реальности, каких-то жизненных трудностей. Это ощущение мнимой свободы и пытаются испытать пьющие люди. Хотя очевидно, что проблемы и трудности от употребления алкоголя не только не уходят, а наоборот, усиливаются. Разрушение организма еще никому не помогало в решении проблем.

Даже «сон», наступающий в результате опьянения, это вовсе не сон в обычном физиологическом смысле, который позволяет человеку отдохнуть. Это потеря сознания вследствие разрушения алкоголем бодрствующий организм не может дышать, и, чтобы облегчить дыхание, спасая человека от гибели, происходит защитная реакция – «сон» с целью снизить скорость обмена веществ.

У многих людей перед тем, как организм впадает в защитный «сон», возникают нарушения в координации движений (пьяная походка), агрессивное поведение, потеря адекватного восприятия реальности, утрата моральных и нравственных принципов. Именно в таком состоянии совершается большинство тяжких преступлений – убийств, изнасилований, нанесения увечий. Все это – следствие повреждения алкоголем отдельных участков головного мозга, отвечающих за разные физиологические и психические функции.

Такие, к сожалению, широко распространенные в нашей стране заболевания сердечно-сосудистой системы, как инфаркт и инсульт, являются прямым следствием употребления алкоголя и курения табака. Поврежденные алкоголем, слипшиеся в большие грозди клетки крови – эритроциты, – забивая сосуды, нарушают естественный кровоток. В результате сосуд раздувается, и при очередном его спазме, вызванном, например, затяжкой сигареты, стенка сосуда может не выдержать и лопнуть, произойдет кровоизлияние. Когда это происходит в головном мозге, это называется инсульт, когда в сердце – инфаркт.

Есть множество шуток, которые говорят про количество водки и красоте женщин. Самое интересное, что научное обоснование под этим есть. Мы считаем красивым

симметричность, то есть симметрия для нас, в принципе, это вещь привлекательная и красивая. Мы ее ценим в том числе, например, в женской внешности. Алкоголь притупляет способность распознавать асимметрию, то есть через призму алкоголя человек нам кажется более симметричным и правильно сложенным, чем он есть на самом деле.

Этанол, этиловый спирт имеет особое свойство: он растворим и в воде, и в жирах. Молекула этанола очень маленькая, поэтому всасывание начинается сразу, в ротовой полости. Как только человек сделал глоток этого наркотика – начинается немедленное всасывание: ротовая полость, далее пищевод, желудок. К тому моменту, когда алкоголь доходит до 12-перстной кишки, где у нас начинается более-менее активное расщепление пищи и ее всасывание, примерно его 35% уже всосалось в кровь.

Как только алкоголь попадает внутрь, естественная реакция организма – это попытка нейтрализовать этот яд. Так работает естественная защитная функция. Данный процесс строго ферментозависимый, то есть расщеплением этанола на составляющие занимаются ферменты группы альдегиддегидрогеназы: одни ферменты превращают собственно этиловый спирт в уксусный альдегид, другие ферменты превращают уксусный альдегид в уксусную кислоту. Этот процесс имеет вполне ограниченную скорость – в среднем 0,15 промилле/час.

Необходимо отметить, что существуют значительные отличия в способности представителей разных народов нейтрализовать попадающий в их организм алкоголь. Например, у южных народов, испокон веков употребляющих виноград, эта способность выше, чем, скажем, у северных народов. Употребляемый в пищу в больших количествах виноград, особенно если он плохо прожевывается, провоцирует процессы брожения в желудочно-кишечном тракте, что приводит к появлению небольших доз алкоголя, того самого, который многие ошибочно считают эндогенным. И организм на протяжении многих поколений научился вырабатывать особые ферменты, нейтрализующие его. В науке они известны как группа ферментов альдегиддегидрогеназы. Они встречают молекулу алкоголя в организме и начинают ее расщеплять. Но у северных народов и народов Азии эти ферменты организмом или совсем не вырабатываются, или вырабатываются в крайне малых количествах. Таким образом, алкоголизму подвержены

по генетическим аспектам целые расы, целые народы. Например, для чукчей, якутов или других народов азиатского севера, не имеющих этих ферментов в организме, даже небольшие дозы спиртного представляют огромную опасность. Попадающий в их организм алкоголь быстро приводит к возникновению зависимости. Исторически народы России на генетическом уровне имеют очень низкую способность расщеплять алкоголь, поскольку наличие данных ферментов в организме крайне мало. Именно поэтому употребление даже небольших доз спиртного быстро приводит к появлению алкоголизма.

К огромному сожалению, в обществе так сложилось, что этот наркотик – алкоголь имеет самое широкое и повсеместное распространение. Люди упорно продолжают его употреблять, думая, что это придает бодрости в общении с окружающими, что это «нормально», «естественно», что «так принято», хотя с научной точки зрения большего абсурда трудно себе даже представить. Наркотический яд с ярко выраженным депрессантным свойством, оказывающий даже в малых дозах очень заметный тератогенный эффект употреблять абсолютно противоестественно! Давно уже пора всем нам раз и навсегда освободить свою жизнь от этого отравляющего вещества, начать осознание собственного сознания от ложных разрушительных представлений и стереотипов о «естественности» и «пользе» алкоголя. Именно достоверное научное знание должно стать нам подспорьем в утверждении естественной абсолютной трезвости в нашем обществе.

Подведем итоги:

Эндогенного алкоголя внутри организма нет, в науке не описана ни одна реакция во внутренней среде организма, приводящая к его появлению.

Алкоголь, как результат нездорового брожения, присутствует в кишечнике в очень незначительном количестве, которое меняется. Но это не эндогенный алкоголь.

Любая доза алкоголя, особенно того, который принимается в виде спиртных изделий, оказывает на человека крайне негативное влияние, разрушает мозг и другие органы и функции организма, вызывает наркотическую зависимость.

По материалам выступлений российского научного журналиста, врача-терапевта высшей квалификации Алексея Валерьевича Водовозова <https://xn----9sbkac6brh7h.xn--p1ai/38350/>

В народе существует мнение, что алкоголь помогает справиться со стрессом. Однако, существуют ли научные доказательства этому? Не может ли народное мнение ошибаться, как это нередко бывает?

Поиск научных статей на эту тему показывает, что ситуация неоднозначная. Некоторые исследования свидетельствуют, что алкоголь никак не влияет на стресс. В других исследованиях показано, что употребление алкоголя может снизить стресс у определенных людей и при определенных обстоятельствах. Это отмечается, например, в обзоре M.A. Sayette. Does drinking reduce stress? // Alcohol and Stress. 1999. V. 23. No. 4. P. 250-255. Аналогичный вывод содержится и в обзоре Kalant, H. Stress-related effects of ethanol in mammals // Critical Reviews in Biotechnology 1990. V. 9 No. 4 P. 265-272: «Из этого обзора ясно, что взаимоотношения между стрессом и алкоголем сложны. Некоторые типы стресса могут увеличивать потребление алкоголя, и приём небольших или умеренных доз алкоголя может помочь облегчить стресс. В то же время

Алкоголь и стресс

другие типы стресса не связаны с потреблением алкоголя, а употребление больших доз алкоголя может усилить стресс».

Однако есть также значительное количество исследований, согласно которым, наоборот, приём алкоголя индуцирует стрессовый отклик, стимулируя выработку гормонов гипоталамусом, гипофизом и надпочечниками. См., например:

1. Tsigos, C., & Chrousos, G.P. The neuroendocrinology of the stress response. In: Hunt, W., & Zakhari, S., eds. Stress, Gender, and Alcohol-Seeking Behavior. // National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism Research Monograph. 1995.

2. Eskay, R.L.; Chautard, T.; Torda, T.; & Hwang, D. The effects of alcohol on selected regulatory aspects of the stress axis. In: Zakhari, S., ed. Alcohol and the Endocrine

System. National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism Research Monograph No. 23. // Bethesda, MD: the Institute. 1993.

3. Wand, G.S., & Dobs, A.S. Alterations in the hypothalamic-pituitary-adrenal axis in actively drinking alcoholics // Journal of Clinical Endocrinology and Metabolism. 1991. V. 72. No. 6. P. 1290-1295. (здесь исследовались люди, активно употребляющие алкоголь, но не имеющие повреждений печени)

4. Krishnan, S.; Nash, Jr., J.F.; & Maickel, R.P. Free-choice ethanol consumption of rats: Effects of ACTH4-10 // Alcohol. 1991. V. 8. No. 5. P. 401-404

Мне кажется, в результате напрашивается следующий вывод. Стресс – состояние организма, когда значительно активизируется работа ряда систем для преодоления возникшей проблемы, серьезно угрожающей жизни,

здоровью, благополучию и пр. Такой стресс – наш помощник. Он для того и предназначен, чтобы быстрее устранить проблему. «Лечить» такой стресс алкоголем бессмысленно. Но организм не может долго работать в таком состоянии, поэтому хронический стресс приводит к разного рода заболеваниям. Такой стресс желательно снижать. Однако если пытаться снизить его алкоголем, то это придётся делать регулярно (стресс ведь хронический). Но это опять же бессмысленно, причём вдвойне. Во-первых, таким образом «лечится» не причина, а следствие. Т.е., вместо того, чтобы предпринимать меры к тому, чтобы изменить свою жизнь и снизить воздействие факторов, вызывающих хронический стресс, человек «заливает» свои неприятные ощущения алкоголем. А во-вторых, в исследованиях как раз и отмечается, что употребление больших доз алкоголя может, наоборот, усилить стресс.

В общем, в том, что касается стресса, **трезвость – оптимальный выбор.**

<https://vk.com/@lpoki-alcoholstress>

Дамоклов меч неведом Президенту?

Сей меч давно уже сечёт
Едва родившееся племя.
И роду скоро уж конец –
Не упустить бы время.

Мысли Президента о сбережении народа не могли пройти мимо обострённого сознания соратников Трезвеного движения (ТД). Вот и ваш покорный слуга сразу же после доклада Путина Федеральному Собранию написал ему письмо с предложением встретиться с лидерами ТД для обсуждения проблемы отрезвления народа, как первоочередной в ряду технологий, достигающих его сбережение. По самым грубым подсчётам информация о трезвости по главному каналу ТВ в купе с «драпировкой» вино – водочного иконостаза в торговой сети может буквально за месяцы ополовинить жертвы алкогольного потребления в России. А это четверть миллиона человек, среди которых тысячи ни в чём не повинных детей, гибнущих в пьяных ДТП, пожарах, насилии в семьях и т.д.

Лидерами ТД были названы А.Н.Маюров, В.Г.Жданов и А.А.Зверев. Президентский фильтр выдал ответ, в котором невозможность встречи была объяснена крайней плотностью президентского делового графика. В последующих обращениях уже к Премьеру, его заместителям и В.В.Володину выражалось недоумение по поводу занятости Президента, который в случае с «Зимней вишней» нашёл время для выезда на место трагедии, а сделать хотя бы первый шаг к спасению не десятков, а тысяч детей он не может. Предполагалось, что представители

власти выйдут на Путина, минуя «надолбы и колочки» президентской свиты.

Но этого не случилось. В результате моей осады властных структур я получил восемь писем под копиру даже не от Министра, а от Директора Департамента общественного здоровья и коммуникаций А.А.Киселёва – Романова. На трёх листах с изложением известных нам стараний МЗ в области ограничения вреда алкоголя для населения России и с благодарностью за неравнодушные и заботу о здоровье граждан. И ни слова о возможном обсуждении проблемы отрезвления как ключевой в сбережении народа.

Сложившаяся ситуация позволила сделать вывод о том, что государственные мужи не на шутку боятся прислониться к проблеме предельной сложности, да к тому же и опасной в связи с наличием мощнейшего проалкогольного лобби. Не желая признаться в трусости, власть загордилась светонепроницаемым занавесом, чувствуя, что если она ввяжется в борьбу, то не сможет вести её с честью. А это значит, что она готова смириться со страшной ценой – гибелью тысяч детей и сотен тысяч граждан.

Учитывая вышеизложенное, следует, не снимая письменной осады властных структур, развивать то, что у нас хорошо получается и изыскивать что то новое. Только что от Владимира Михайловича Казанцева с Камчатки пришёл большой материал на новую для нас форму информации – расклею. Тут, конечно нужна доработка, но одно то, что наша ТРЕЗВОСТЬ увидит белый свет, а значит сможет

встретиться с глазом обывателя, вселяет надежду на прибавку нашего авторитета в массах. Переоценивать действенность листовок я бы не стал, поскольку из пьющих, по полной ознакомленных с чудовищной правдой об алкоголе, только 5% становятся трезвенниками. Ждут нашей моральной и какой-то другой помощи 60 миллионов(!!!) граждан, созависимых с проблемными пьяницами. Я не так давно пришёл к выводу, что эти созависимые страдальцы похожи на пассивных курильщиков, которые восстали и заставили принять законы, существенно ограничивающие произвол курильщиков. Может быть что-то похожее возможно применить в адрес пьяниц, которые заставляют подделываться под них своё окружение. А самое главное в том, что надо обратиться одновременно к миллионам по самому рейтинговому каналу ТВ с предложением и просьбой искать способы спасения Страны от алкогольного цунами. Это будет обращение для мобилизации живого творчества масс.

Через члена Совета Федерации Е.Б.Мизулину наша с вами просьба восстанет на 1 ТВ передачу «Общее дело» направлена Генеральному Директору компании Первый канал К.Л.Эрнсту. (ответ Мизулиной опубликован на стр. 8 – ред). А дети продолжают гибнуть. Считается, что люди, спокойно относящиеся к этой трагедии, по сути перестают быть людьми. Вот ведь как! Мизулина оказалась человеком, а кем окажется господин Эрнст? Судя по шоу с Бари Алибасовым – большой вопрос.

Лев Сергеевич Козленко,
ветеран ТД, Саратов

Думаю, что каргументам патриотическим в разъяснительной работе следует прибавить

чисто потребительские, «обывательские». Научные исследования показали, что алкоголь (и вообще АТН) не вызывает эйфорию, не влияет на поведение непредсказуемым образом... Подробнее об этом можно почитать в книге Ханса Фекьяера. Он полностью подтвердил выводы Альфреда Адлера о том, что зависимость от алкоголя носит социально-психологический характер. В рамках инд. психологии легко объяснимо и поведение сторонников и противников потребления алкоголя. Ясно, что у политиков нет стимула встречаться с лидерами ТД, от которых они не услышат ничего нового. И кому охота выслушивать агрессивную назидательную лекцию на тему: "Ты проводишь плохую политику, губишь страну". Тот же Фекьяер указал, что любой закон отражает соотношение сил и интересов в обществе. Не знаю, является ли в настоящее время Владимиром Александровичем Иванов экспертом Госдумы, но надеюсь, что он по-прежнему может просветить власть имущих на тему: "Что такое алкоголь и как с ним бороться". Конечно, встречи обмен мнениями с лидерами желательны. Но если добиться их пока не удаётся, призываю не отчаиваться, не впадать во вторичную зависимость от вредных веществ, т.е. от ситуации с ограничениями на них. Отношение к АТН постепенно меняется, ограничения вводятся. ТД сформировалось и добилось заметных успехов. Однако всё тот же Ханс Фекьяер указывал и на то, что поменяв общепринятое мнение об алкоголе очень трудно, процесс этот будет идти медленно... Так что призываю всех к спокойной работе, обмену мнениями.

Юрий Николаевич Спиридонов,
писатель, литературовед, ветеран ТД
Киев, uspiridonov17@gmail.com

Нередко утверждение о том, что алкоголь является наркотиком, наталкивается на возражения. Можно предположить, почему так происходит – наркотик ассоциируется с чем-то плохим, но алкоголь употребляет большинство людей и, в том числе, этот конкретный человек. А ассоциировать себя с чем-то плохим очень не хочется. Мозг пытается выкрутиться из этого самым лёгким путём – попытаться дискредитировать это утверждение.

Наиболее очевидный способ сходу разрешить разногласия – обратиться к определению в энциклопедиях. Хорошо. Посмотрим, что об этом говорит Большая медицинская энциклопедия (3-е издание. В 30 томах. Под ред. акад. Б. В. Петровского. Год издания: 1974/1989. Есть онлайн-версия).

Там написано:
«Этиловый спирт – наиболее известный представитель класса спиртов, обладающий специфическим физиологическим действием на организм человека и животных. Этиловый спирт применяют в медицине как антисептическое средство, используют для растираний и компрессов, как растворитель при приготовлении жидких лекарственных форм и как консервирующее средство при изготовлении анатомических препаратов...»

На организм человека этиловый спирт оказывает наркотическое и токсическое действие, вызывая вначале возбуждение, а затем резкое угнетение центральной нервной системы (см. Алкогольное опьянение). Систематическое употребление спиртных напитков даже в небольших дозах приводит к нарушению важнейших функций организма и тяжелейшему поражению всех органов и тканей, вызывает органические заболевания нервной и сердечно-сосудистой систем, печени, пищеварительного тракта, ведет к моральной и психической деградации личности (см. Алкоголизм, Алкоголизм хронический).

Механизм токсического действия этилового спирта связан с его избирательным поражением центральной нервной системы, прежде всего нервных клеток коры больших полушарий» http://*

Что ж, из энциклопедии, вроде бы, всё ясно: алкоголь обладает наркотическим действием, значит, – наркотик. Какие ещё могут возникнуть сомнения и возражения, что алкоголь – это наркотик?

1. Может возникнуть путаница в

Является ли алкоголь наркотиком?

понятиях «наркотического» и «наркотического» действия.

Путаница обусловлена этимологией слова. И «наркоз» и «наркотик» происходят от др. греческого «оцепенение». Здесь надо иметь в виду, что этимология слова не обязательно равна значению этого слова. Классический пример – психология – «наука о душе». Несмотря на происхождение данного слова, в науке психологии не предполагается существования никакой души.

В то же время, действительно, многие наркотики (в том числе, алкоголь) обладают наркотическим действием при достижении определённой концентрации в крови. Так что желательнее разделять эти понятия.

Чтобы не путаться и отделить наркотики от прочих веществ, определим, что мы обычно понимаем под наркотиками.

Как правило, наркотик должен иметь следующие признаки:

- Вызывает наркотическое опьянение (чувство кайфа или эйфории).
 - Со временем к нему возникает толерантность.
 - Наличие абстинентного синдрома. Как следствие, неудержимое влечение к наркотику.
- Это обязательные признаки. Большинство людей соглашаются, что если они произносят слово «наркотик», они предполагают, что данное вещество обязательно обладает всеми этими признаками. Но нередко подразумевают также, что наркотик обладает ещё двумя свойствами:
- При приёме наркотика сознание человека сильно меняется. Это имеет ярко выраженный эффект. Восприятие мира, поведение становятся в значительной мере неадекватными.
 - Наркотик наносит вред организму, истощает его (Это тоже не строгий признак. Но, тем не менее, у большинства людей наркотик ассоциируется с вредом организму). От передозировки можно умереть.

Соответствует ли алкоголь всем этим признакам?

• Большинство утверждает, что пьют для удовольствия. Многие сообщают о приятных и даже очень приятных ощущениях при приёме алкоголя.

• Со временем человек начинает употреблять всё большие

дозы алкогольных напитков и/или переходит на всё более крепкие их виды. Подавляющее число людей приобщаются к алкоголю через шампанское, пиво и вино. А на финальной стадии можно наблюдать употребление водки, виски, абсента, настойки боярышника и пр. Обратная картина – «я начинал с водки, потом стал пить вино, а теперь только шампанское на Новый год» – может вызвать только улыбку своей нереальностью.

• Абстинентный синдром у алкоголиков известен всем (не путать с похмельем, которое является отравлением организма продуктами метаболизации алкоголя). Это целый букет таких симптомов, как частое биение сердца, общая тревожность, плохой, неровный сон, пересохший рот, неуверенная походка... и т.д. Чтобы снять эти неприятные симптомы, «пьяница, пьяница, за бутылкой тянется».

• Чем больше выпил человек, тем он неадекватней.

• Алкоголь наносит сильнейший вред организму (см. выше выдержку из мед. энциклопедии). И, надеюсь, все в курсе, что умереть с перепоя можно легко.

Итак, фактически алкоголь удовлетворяет всем критериям наркотика. Каким ещё образом некий софист, услышавший, что алкоголь – это наркотик, может с этим поспорить?

1. Он может аргументировать, что по определению, наркотики – это опиаты.
2. ООН не внесли его в список наркотиков.
3. В списке терминов ВОЗ в определении «алкоголь» нет слова «наркотик».

Ну и, наконец, можно услышать какое-то бытовое возражение:

5. «Не, ну так если мыслить, то всё – наркотик. И сахар и кофе – наркотики. И пристрастие к сериалам – наркотик. И вся жизнь – наркотик. И вообще жить вредно, жизнь – это болезнь с летальным исходом...»

Разберём эти аргументы:

Насчёт ООН:
Действительно существуют Списки (их несколько) наркотических средств, как приложение к Единой конвенции ООН о наркотических средствах http://*.

Но там не сказано, что это исчерпывающий список. Если там

чего-то нет, то это не значит, что это не является наркотиком. Зачем же тогда создан этот список? Всё проясняют цели создания данной конвенции: – контролировать незаконный международный оборот наркотиков из конкретного списка, который сформировали пожеланию собравшихся членов ООН. Это политический договор, а не научный перечень веществ, куда автоматически попадают все наркотики.

Почему там нет алкоголя? Видимо, потому, что у политиков нет желания радикально ограничить его оборот.

Насчёт опиатов:
В русскоязычной сфере вообще не сложилось единого определения, что такое наркотик. У юристов свой подход, у медиков – свой, и т.д. Поэтому многие и обращаются к англоязычной. В английском для «наркотика» обычно используются слова «drug» (слышали, наверное в фильмах «drug dealer» – наркодиллер) или, собственно, «narcotic». Так вот, в английском языке, действительно, есть традиция к группе «narcotics» относить только опиаты. А слову «drug» вообще лучше всего соответствует «препарат».

Здесь надо иметь в виду, что одинаково звучащие слова по-русски и по-английски далеко не обязательно означают одно и то же. Например, magazine – журнал.

Так что это чисто лингвистическая традиция английского языка – не относить к наркотикам алкоголь. Касательно того, что мы вкладываем в это слово в русском языке, мы уже выяснили, что алкоголь этому очень хорошо соответствует.

Насчёт ВОЗ:
В самом деле, в документах ВОЗ про алкоголь не написано прямым текстом, что это – наркотик. Однако можно найти множество упоминающих про алкогольную зависимость, про вред алкоголя и пр.

К примеру, на официальном сайте ВОЗ в первом же абзаце на страничке про алкоголь прямым текстом сказано: «Алкоголь является психоактивным веществом, вызывающим зависимость». Это явно равняется термину «наркотик» в общепотребимом смысле http://*.

Кроме того, в документах ВОЗ есть множество мест, где написано «никотин (табак), алкоголь И ДРУГИЕ НАРКОТИКИ». Прямо так и

написано. Кто не знает или не хочет искать сам, уже нашлись люди, которые сделали доброе дело: http://*.

Ну и наконец, насчёт бытового возражения:

Тут есть свобода творчества, и множество вариантов, что ответить на это. Я бы сказал примерно так: – Постой-постой. Что значит «всё – наркотики»? Зачем, по-твоему, придумали слово «наркотик», если уже есть слово «всё»? Давай-ка попробуем определить, что такое наркотик, какими признаками он обладает. Я предлагаю, а ты скажешь, согласен ты или нет. (Далее следуют упомянутые выше признаки. Как правило, все с ними соглашаются). Ну а теперь прогоним по этим признакам, что ты там упоминал: едят ли люди сахар, чтобы испытать кайф? Необходимо ли человеку есть всё больше и больше сахара, чтобы испытать такой же кайф? Если человек перестаёт есть сахар, то его трясёт, мучают боли, бессонница, и т.п., так, что он может продать мамыны старинные часы, и сбежать ночью в магазин за коробкой рафинада? Бывает такое, что человек поел сахара без меры, потерял контроль и зарезал жену? А что там насчёт сериалов? Слышал когда-нибудь о перезде сериалами? (Про сахар также имеем в виду, что углеводы – НЕОБХОДИМЫЙ элемент рациона, чего не скажешь о любом наркотике)

Да! Все зависимости имеют что-то общее. Многие зависимости имеют в основе общие механизмы. Но мы же говорим не о зависимостях, а о наркотиках.

Ну и в финале хочется упомянуть, относят ли учёные алкоголь к наркотикам.

Относят, да ещё как.
Здесь http://* я писал о статье в весьма престижном научном журнале «The Lancet», где алкоголь в общем зачёте оказался самым опасным среди всех наркотиков. Там, кстати, используется слово «drug». Но чтоб никто не сомневался, – там рядышком с алкоголем: героин, кокаин, амфетамин.

P.S. Написано по мотивам обсуждения с Константином Орловым его поста, в редактировании которого принималось непосредственное участие: http://*.

<https://vk.com/@lpoki-yaviyaetsya-li-alkogol-narkotikom>

* Все ссылки в электронном виде запрашивайте в редакции или берите в первоисточнике по указанной выше ссылке – ред.

ЗАКОНОПРОЕКТ «НА ВЕЧНЫЕ ВРЕМЕНА»

Попытка законодательно закрепить «Запрет-14» предпринималась в Госдуме дважды. В 1915 году соответствующее законодательное предположение (именно такой термин употреблялся для именованых проектов законов) поступило от 82-х членов Госдумы прогрессистов (входили в центристскую фракцию «Прогрессивный блок»). Инициатива развития не получилась: на обсуждение предложение не ставилось. Поэтому в 1916 году уже 78 депутатов внесли законопроект фактически под тем же названием – от конституционных демократов (кадетов).

В одном из думских обзоров-отчётов говорится: «Комиссия (о народном здравии – СШ.) опиралась как на вышеупомянутое законодательное предположение 82 членов Государственной думы (от 1 августа 1915 г.), так и на внесённое 26 февраля сего года новое законодательное предположение 78 членов Государственной думы «Об утверждении трезвости» (№ 83 IV/4), хотя и построенное на несколько иных основаниях, чем первое, но по существу направленное к той же цели. При этом комиссия стремилась к возможно ясному, а в то же время краткому изложению тех начал, которые должны, по её убеждению, лечь в основание всех мероприятий по утверждению в России трезвости»¹ (курсив мой – СШ.).

Так ли? Увы, не так. Вряд ли умышленно, скорее всего, из-за недопонимания авторы обзора не показали важных отличий законопроектов.

Если в первом из них запрет распространяется и на пиво, то во втором его продажа – с непринципиальной оговоркой, устанавливавшей верхнюю границу крепости – разрешена. Другая оговорка: «лишь в городских местностях» – должна правильно пониматься: она означает не защиту деревни от пива, а защиту традиционного – в особенности общинного – сельского пивоварения, того самого, которое в наше время одобрял и живописал в своей чудной книге «Лад» защитник добрых русских обычаев В.И. Белов. В законопроекте 78-и на тех же условиях разрешалась и продажа виноградного вина – причём в винодельческих губерниях и областях даже в сельских поселениях².

В сборнике о законотворчестве до-революционной Госдумы относительно обоих законопроектов говорится, что они не получили «дальнейшего движения» и

Иногда просматриваю информационный бюллетень МНАТ «Феникс». В сентябрьском номере привлекли мое внимание две небольшие статьи С.Н. Швердина. Решил опубликовать одну из них и в нашей газете – аудитории читателей у нас существенно разные. Узнав об этом, соратник подсказал мне, что вскоре у Станислава Николаевича юбилей – 12 ноября ему исполняется 85 лет. Оставить столь значимую дату юбиляра без внимания было бы несправедливо – ведь Швердин внес весьма значительный вклад в возрождение и становление Пятого трезвеннического движения России. Потому, кроме упомянутой статьи, публикуем, за неимением более полной, краткую информацию о С.Н. Швердине из «Словаря оптималиста» – вероятно, что многие молодые соратники не знают о нем совсем ничего.

Желаем Станиславу Николаевичу долгого здравия и творческой активности еще на многие годы!

Редактор

были переданы в Комиссию о народном здравии³. Тут требуется уточнение. «Начала... законодательного предположения (объединённого, о чём сказано выше – СШ.) встретили живое сочувствие в среде Государственной думы и были одобрены 16 июня 1916 г. общим собранием Государственной думы»⁴ (курсив мой – СШ.). Однако Государственный совет не спешил рассмотреть законопроект и... не успел его одобрить до своей фактической кончины в феврале 1917 года⁵.

Таким образом, замечание об отсутствии дальнейшего движения в целом справедливо, но не абсолютно. К реализации проекта причастно Временное правительство. Не удивительно: он был наполовину кадетским, почти в той же пропорции находилось в правительстве и кадетское влияние.

В одном из документов того времени говорится: «27 марта (старый стиль – СШ.) Временным правительством было издано... постановление о воспрещении продажи крепких напитков на питьевое потребление...»⁶. Не будем придирается к тому, что это был не закон, а только постановление, то есть менее «сильный» правовой акт: люди, его издавшие, заслуживают похвалы и доброй памяти, хотя по хорошо известным условиям времени предписание не могло быть реализовано.

Интересно, что аналогичные идеи бродили и в других европейских странах – например в соседней Швеции.

Журнал «Гигиена и санитария» поместил весной 1910 года такую заметку: «Ввиду успеха запрещения продажи спиртных напитков во время забастовки в Швеции летом 1909 г. центральный орган шведских обществ трезвости решил устроить плебисцит для выяснения вопроса, не своевременно ли ввести полное воспрещение продажи спиртных напитков навсегда... До настоящего времени произведён в Стокгольме опрос 68000 мужчин, из кото-

рых 50000 высказались за воспрещение, 3000 – против, а около 15000 отказались от участия в плебисците»¹.

1. Государственная дума. Обзор деятельности комиссий и отделов. 4-й созыв. Сессия IV. – Пг., 1916. – С. 202;

Сообщение о поступлении предположения 78-ми помещено в Журнале за 29 февраля 1916 года. То же и в стенограмме за этот день.

2. См.: Приложения к Стенографическим отчётам Государственной думы. Четвёртый созыв. Сессия четвёртая. Вып. 1. – Пг., 1915 [№ 13]; Вып. 2. – Пг., 1916 [№ 83]. Эти законопроекты помещены в: Законотворчество думских фракций. 1906 – 1917 гг.: Документы и материалы. – М.: РОССПЭН, 2006 – С. 441, 648. Первый законопроект в сокращённом виде опубликован в сборнике на стр. 440 – 441; второй (с техническим исправлением ошибки) на стр. 647 – 648.

3. См.: Указ. соч. – С. 441, 648.

4. Доклад о деятельности Главного управления неокладных сборов Министерства финансов в связи с составлением обзора деятельности Временного правительства в области финансов // Экономическое положение России накануне Великой Октябрьской социалистической революции: Документы и материалы. Ч. 2-я. – М.-Л.: АН СССР, 1957. – С. 432.

5. См.: Там же.

6. Доклад о деятельности Главного управления неокладных сборов Министерства финансов в связи с составлением обзора деятельности Временного правительства в области финансов // Экономическое положение России накануне Великой Октябрьской социалистической революции: Документы и материалы. – М.-Л.: АН СССР, 1957. – С. 432.

Станислав Швердин,
Московская область
«Феникс» № 19(349)

ШЕВЕРДИН СТАНИСЛАВ НИКОЛАЕВИЧ

(род. 12 ноября 1934) – выдающийся деятель отечественного трезвеннического движения второй половины XX века. Кандидат исторических наук. Профессиональный журналист. Автор книг «У опасной черты», «Со злом бороться эффективно».

Ему, вместе с И.А. Красноносковым, Я.К. Кокушкиным и рядом других энтузиастов, принадлежит заслуга возрождения трезвеннической традиции, практически уничтоженной в ходе репрессий 30-х – 40-х гг. В ходе так называемой «переписки по кругу» (трезвеннического самиздата 60-70-х гг.) внес существенный вклад в развитие теории отрезвления. Результаты его исследовательской работы были частично обобщены в книге «Алкоголь. Человек. Общество» (1973), являющейся ныне библиографической редкостью. Автор многочисленных трезвеннических публикаций в «большой печати». Наибольший резонанс из них приобрела статья «Я за абсолютную трезвость» (журнал «Молодой коммунист», 1975), ставшая первым публичным манифестом возродившегося трезвеннического движения.

Руководил крупнейшим отечественным трезвенническим просветительским проектом XX века: в 1986-1990 году он редактировал журнал «Трезвость и культура».

После разгрома так называемой старой редакции ТК осенью 1990 года, основное внимание Швердин концентрируется на исследовательской работе. Преимущественная сфера научных интересов: история и теория отрезвления. В 1995 году по заказу Всемирной организации здравоохранения написал книгу «Питейная традиция и цивилизация. Драма взаимности и перспективы «развода», опубликованную на русском и английском языке.

Один из руководителей МНАТ. Ему выписан членский билет МНАТ № 2. Постоянный член Совета МНАТ. Участник второй конференции МНАТ (Москва, 1992) и заседаний Совета МНАТ в 1993 (Киев) и в 1995 (Москва). Член редакционного совета бюллетеня украинского отделения МНАТ «Трезвая мысль». Автор многочисленных публикаций в информационном бюллетене МНАТ «Феникс».

Богатейший опыт редактирования крупного трезвеннического издания обобщен Швердиным в серии мемуарных очерков «Люди. Идеи. Уроки» (публикуются в качестве приложений к «Фениксу» с 1997 года). (В.Ловчев).

СЛОВАРЬ ОПТИМАЛИСТА

Сост. и ред. Е.Г. Батраков. Абакан, 2003.

Базой данного Словаря является «Маленький словарь трезвенника» Г.А. Шичко, г. Ленинград, 1984 г.
<https://refdb.ru/look/2289257-pall.html>

26 лет назад, осенью 1993-го, в нашей стране случилось чудовищное беззаконие, подобного которому трудно найти в истории. Острый политический характер тех событий отнюдь не исключает роли алкоголя в их развитии, и даже напротив, доказывает роль спиртного как политического средства.

Как можно было расстрелять Конституцию, в верности которой Ельцин клялся на пути к вершине государственной власти? Как можно было, заявляя о своей приверженности демократическим принципам, попортить основы устройства любого современного человеческого общества? Как можно было, твердя «армия вне политики», расстрелять из танков высший государственный законодательный орган, а демagogию о слезе ребёнка, которой не стоит мир, обгадить кровью детей, пролитой в туосень в Москве?... Как ТАКОЕ стало возможным?

Как можно было в мирное время в центре Москвы устроить кровавую бойню, в которой присягавшие на верность закону сотрудники МВД оказались хуже любых бандитов, расстреливая кого ни попадя без суда и следствия, забивая до смерти, уродуя и калеча?

Как ТАКОЕ стало возможным? Как? В значительной степени – за счёт алкоголя. Химическая травма мозга этиловым спиртом не ограничивается одним лишь опьянением и похмельем, последствия алкоголизации сказываются

Трезвость и события 1993 года

намного глубже, шире и дольше. В первую очередь угасают высшие нравственные качества. Этот пример нравственного падения и явил собой пьяница Ельцин, многократно позоривший честь доставшейся ему великой державы своими пьяными выходками.

Вспомните 21-23 августа 1991-го: в те дни более сдержанные в отношении спиртного члены ГКЧП не решились на насилие и кровопролитие, хотя возможностей для этого у них было больше, чем у Ельцина. Вопиющее беззаконие 21 сентября – 4 октября 1993-го во многом стало возможным и из-за равнодушия большей части нашего народа, также находившегося под воздействием винных паров, удушающих высшие нравственные начала.

Вот так алкоголь сыграл свою роль политического средства, обеспечив «торжество молодой российской демократии», против которой, как выражалась в то время восторгалась Ельциным либеральная творческая интеллигенция, «выступили одновременно самые ужасные силы: коммунисты и фашисты». Эта же либеральная среда, ещё вчера рьяно поддерживавшая Горбачёва, с развалом СССР бросилась на прославление алкоголя, и без того ранее терзав-

шего нашу страну. В наши дни она же выступила против возвращения Крыма и встала на сторону киевского майдана с его уже настоящими беснувачами нацистами.

С подачи любителей мировой демократии, рукоплескавших осенью 1993-го льющейся крови и разлагающимся трупам убитых, алкогольная идея озверела окончательно, воцарившись на высшем государственно-политическом уровне огромной страны с ядерным потенциалом.

Осенью 2018-го миновала 25-летняя годовщина трагической, и одновременно – позорной для современного либерализма, страницы нашей истории. Врагам и предателям Отчизны создаются центры, вешаются мемориальные доски, мы же призываем помнить пьяное беззаконие 1993-го, предостерегающее об опасности политических авантюр, всегда осуществляемых с применением одурманивающих средств.

Проалкогольная политика Ельцина, отразившаяся, в частности, в изменениях ГОСТа на этиловый спирт, из которого в том же 1993-м году были изъяты последние указания на наркотические свойства алкоголя, образ самого пьяницы Ельцина, – всё это вызвало взрыв-

ную алкоголизацию, захлестнувшую нашу несчастную страну в 90-е годы, ведь примеру вождя всегда невольно следуют все остальные. Таким образом, пережитые нашими соотечественниками в конце 20-го века беды и несчастья во многом обязаны как преступной проалкогольной политике Ельцина, так и его собственному пьяному образу, в частности.

Предать и продать, пойти на чудовищное клятвопреступление, на расстрел Конституции – на такое способны лишь глубоко втянувшиеся в порок пьянства, разрушающего честь, совесть, чувство долга, понятие справедливости. Этот пример нравственного падения и явил собой пьяница Ельцин, пославший пьяных правоохранителей уничтожать высший государственный законодательный орган.

Закон ограждает от ужасов беззакония, но в 1993-м в центре Москвы всему миру явилось кровавое торжество беззакония во всём своём отвратительном облике, на которое мир смотрел с нескрываемым одобрением.

Непосредственные исполнители этого вопиющего исторического преступления так же были пьяны, да и как ещё можно было склонить служащих правоохранительных органов к тягчайшему преступлению

– государственному перевороту.

Наряду с другими причинами, события 1993-го самым ярким образом показали пагубную роль алкоголя, открывшего путь вопиющему, чудовищному беззаконию, произошедшему не в бредовом сне, а в кошмарной действительной жизни огромной страны со славной многовековой историей, оставив на ней несмываемое пятно позора.

Сейчас в нашей многострадальной стране, начавшей залечивать нанесенные ей глубокие раны, вновь поднимает голову та самая среда, что рукоплескала Ельцину в 1993-м, требуя крови. И вновь уличные беспорядки, организуемые этой средой, вершатся с использованием одурманивающих средств – алкоголя и других наркотиков.

Помня о тех трагических днях 1993-го, сегодня мы неуклонно боремся за народную трезвость, как важное условие предотвращения попытки государственного переворота. Разоблачение использования наркотических средств в политических целях является нашим общим делом, дорогие соратники.

Владислав Николаевич Ельников,
участник защиты Верховного Совета в 1993-м и обороны Донбасса в 2015-2016гг.
Региональное общественное движение «Память 93-го»
1993god.ru

ЧЬЯ ПРОВОКАЦИЯ?

«В Минздраве назвали безопасную норму ежедневного потребления алкоголя», – под таким заголовком в сети (<https://ru.rt.com/eso3>) со ссылкой на РИА Новости появилась следующая провокационная заметка:

«Специалисты в Министерстве здравоохранения России рассказали об относительно безопасной норме ежедневного потребления алкоголя.

«Если говорить о количественной стороне, то пределами такого употребления (сопряжённого с незначительным риском) считаются: для женщин – не более двух стандартных порций в день, для мужчин – не более трёх стандартных порций в день», – цитирует экспертов РИА Новости.

Уточняется, что под стандартной порцией подразумевается 10 г чистого алкоголя. При этом отмечается, что напитки бывают разной крепости, поэтому и порция является вариативной величиной.

В качестве конкретного примера относительно безопасной ежедневной дозы алкоголя специалисты приводят около 200 мл вина крепостью 12% для женщин и около 900 мл пива крепостью 4,5% для мужчин в день. Предполагается, что подобные объёмы несут незначительный риск здоровью человека.

Вместе с этим в рекомендации подчёркивается: чтобы избежать получения серьёзного вреда от алкоголя, стоит не употреблять его по крайней мере два дня в течение одной недели.

В министерстве отдельно отмечают, что даже небольшие порции алкоголя могут нанести вред, если напиток выпивался «не в то время или не в том месте».

В августе терапевт, кардиолог, кандидат медицинских наук Ярослав Ашихмин в беседе с газетой «Известия» заявил об отсутствии пользы вина для здоровья».

Во-первых, мы требуем от РИА Новости назвать конкретных специалистов Министерства здравоохранения России, которые рассказали им об относительно безопасной норме ежедневного потребления алкоголя. Где, когда и при каких обстоятельствах это произошло?

Давно доказано и общепризнано, что никаких безопасных доз алкоголя не существует не только при ежедневном его приеме, но и вообще. Так, те же РИА Новости 3 октября прошлого года со ссылкой на публикацию научной статьи в специализированном журнале Alcoholism: Clinical & Experimental Research

(«Алкоголизм: клинические и экспериментальные исследования») сообщило: «Учёные по всему миру признают, что даже небольшие порции спиртных «напитков» очень опасны для здоровья человека. Регулярное употребление алкоголя минимум на 20% повышает риск преждевременной смерти в любом возрасте». Там же были приведены слова главного автора исследования Global Burden of Disease Study 2016* доктора медицинских наук, доцента кафедры психиатрии Сары М. Хартц из американского университета Вашингтона в Сент-Луисе (Washington University in St. Louis): «Раньше казалось, что один или два бокала в день не являются большой проблемой, но теперь мы точно знаем, что регулярное употребление даже самых малых доз алкоголя сильно повышает вероятность преждевременной смерти» (<https://ria.ru/20181003/1529909163.html>).

Точка зрения Минздрава, которая не раз была озвучена в официальных ответах ведомства, заключается в том, что «безопасных для здоровья» минимальных доз спиртного медицинской наукой не установлено. Главный нарколог Минздрава РФ Евгений Брюн подверг критике «рекомендации» института профилактической медицины Минздрава РФ якобы рассчитавшего «безопасные» дозы потребления спиртного: «Эти разрешённые нормы могут привести к тому, что кто-то из наркомафии будет говорить, что такие же нормы можно вывести и для наркотиков. На Западе уже происходит легализация наркотиков. Так что, я бы в такие игры не играл. Мы совершенно точно знаем, что первое действие алкоголя – токсическое, в любой дозе» (<http://nsn.fm/society/parkolog-minzdrava-ot-bezopasny>).

Таким образом, если РИА Новости не предоставит сведений об источнике информации о «безопасной норме ежедневного потребления алкоголя», можно считать это агентство создателем ложной, провокационной информации – фейка, а те СМИ, которые её тиражируют – распространителями фейка, со всеми вытекающими последствиями.

Если же будут названы дезинформаторы и провокаторы из Минздрава – соответствующие меры будут приняты к ним.

Г.И. Тарханов,
первый зам. председателя СБНТ

*Оригинал публикации этого глобального исследования:
[https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(18\)31310-2/fulltext#%20](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(18)31310-2/fulltext#%20)

Когда верстался номер, пришла информация еще об одной чудовищной провокации. На Ю-Тубе появился ролик «Как благотворно влияет на кровь водка????!!!! 100 грамм волшебства!» https://www.youtube.com/watch?time_continue=6&v=qwCqDCr94p0 (открывается по двум ссылкам). Несомненно, что состряпали этот ролик представители алкогольной мафии или по ее заданию. Наверняка люди, показанные в этом сюжете даже не подозревают, как их использовали в преступной информации. Вот только закадровый информатор, голос знакомый и, кажется, озвучивавший некоторые фильмы «Общего дела», не мог не знать, что и для чего он говорит. А говорит он на фоне соответственно подобранных кадров, скорее всего, из фильма «Общего дела», только расположенных в обратном порядке, о том, что, под воздействием «неблагополучной экологии, неправильного питания, стрессов мегаполиса», плохо влияющих на качество крови и «в результате этого, движение эритроцитов затруднено, плазма зашлакована» (на экране гроздь слипшихся эритроцитов).

И вот, принимается «100 грамм волшебства», на экране это действие показывается – и это, через несколько минут эритроциты расклеиваются, свободно текут по сосудам. На экране соответствующая картинка.

За такую провокацию не просто судить, убивать надо. Но это, конечно, в нашем гуманном государстве невозможно. Поэтому, в первую очередь, призываю всех соратников размещать под этим роликом комментарии, разоблачающие ложь. Они там, кстати, есть в небольшом количестве, хотя есть и комментарии людей, принявших эту ложь за правду. Во вторую, прошу всех, кто может это сделать, найти создателей и распространителей этой лжи, чтобы реально предъявить им иск за распространение провокационной информации, толкающих людей на саморазрушение и смерть. Прежде всего, думаю, этим надо заняться специалистам «Общего дела», ведь, видимо, это их фильмы использованы в видеоряде этого провокационного ролика. Тем более, что по информации соратников это не единственный ролик, созданный с использованием фильмов «Общего дела», с вывернутой наизнанку информацией. Их тоже надо найти и опознать авторов.

Редактор

Юбилейные даты

3 сентября – исполнилось 70 лет
Кашину Юрию Ивановичу,
главному редактору газеты «Родник трезвости»,
профессору, вице-президенту МАТр

7 сентября – исполнилось 65 лет
Свиридову Константину Михайловичу,
российскому поэту, организатору трезвеннических
фестивалей в Крыму, доценту МАТр

16 сентября – юбилейная дата
Кенгуровой Татьяны Михайловны,
секретаря РО «Партии сухого закона России» по
Пермскому краю, соавтора интернет программы
«Планета трезвости», доценту МАТр

26 сентября – исполнилось 60 лет
Патрушеву Александру Николаевичу,
председателю Ульяновского РО СБНТ, почётного
академика Академии «Семья»

14 октября – исполнилось 65 лет
Годовикову Якову Фроловичу,
директору Межрегиональной Ассоциации «СЕВЕРО-
ЗАПАД», главному редактору трезвеннической
газеты «Свободная страна»

29 октября – исполняется 40 лет
Смирнову Сергею Фёдоровичу,
активисту трезвеннического движения
Рязанской области

**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»**

ПОСЛЕДНЯЯ НОВОСТЬ

Инициативу граждан Красноярского края по внесению законопроекта о запрете на торговлю алкоголем в жилых домах поддержала и продолжила Прокуратура Красноярского края. Сейчас Законопроект находится в процессе изучения оценки регулирующего воздействия – таков регламент. Ответственной структурой – исполнителем этого процесса назначено Министерство сельского хозяйства и торговли края, как лицензирующий орган алкогольной деятельности. Также в оценке участвует Министерство экономики и регионального развития. После решение будут принимать депутаты из комитета по промышленной политике, транспорту и связи Заксобрания. Прошу всех поддержать письмами в эти перечисленные органы с помощью портала Красноярского края krskstate.ru - раздел «применяемая». Там выбрать в «адресат обращения» нужные Министерства или «Законодательное Собрание», заполнить, отправить, можете приложить доказательный материал. Сейчас нам важно не оставаться в стороне и вести активный диалог с властью!

С.В. Митин, председатель
Красноярского ГО СБНТ

«Почта России» сходит с ума

«Почта России» просит выделить из бюджета 85 миллиардов рублей на модернизацию.

По её итогам почтовые отделения должны превратиться в точки продажи алкоголя, лекарств, товаров народного потребления, а также места, где можно получить государственные, медицинские и образовательные услуги.

О планах руководства «Почты России» сообщает издание «Известия», ознакомившееся с новой концепцией «Центры притяжения». В ней отмечается, что в связи с заменой традиционных писем электронными, а также прогнозами о сокращении объёма корреспонденции в 1,5 раза, почте необходимо менять формат.

Изменения должны коснуться отделений, расположенных в населённых пунктах, где живёт не менее 20 тысяч жителей, то есть 80% из существующих. После модернизации на «Почте России» можно будет взять кредит или обменять валюту, приобрести лекарства и товары народного потребления, включая алкоголь. Кроме того, почтовые отделения станут аналогами МФЦ, а также местом, где можно получить социальные

и медицинские услуги.

Из запрашиваемых 85 миллиардов рублей госкомпания намерена потратить порядка 67 миллиардов на дооснащение отделений и их техническую модернизацию, чуть менее 11 миллиардов – на проведение капитального ремонта и ещё немногим более 7,5 миллиарда – на расширение их площадей.

По мнению экспертов, высока вероятность, что «Почта России» не сумеет получить финансирование для своего амбициозного проекта, поскольку она хочет развивать непрофильную для себя деятельность.

Федор Карпов.
<https://mirnov.ru/lenta-novostej/-pochta-rossii-planiruet-privratit-otdeleniya-v-apteki-alkomarkety-i-mfc.html>

Как говорится – маразм крепчает. Мы должны противопоставить безумной идее руководства «Почты России» свои веские аргументы.

Редакция

Поправка

В публикации «Тридцать лет - это время свершений», в прошлом номере газеты, в списке новых членов Правления МЗТР по вине редакции было упущено одно имя.

Это **Вахитов Ильдар Мугаттарович**, г. Уфа, sportsunnaufa@gmail.com, 927-969-53-53. Добавьте, пожалуйста, его в свои списки.

Приносим извинения Правлению МЗТР и нашим читателям.

Редакция

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

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: trezvoe@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.