



# ГОРЛАТНИК

Газета Союза борьбы за народную трезвость

14+

№ 8 (256) – ноябрь 2019 г.

Издается с июня 1994 года

## Красный день календаря

День 7 ноября - красный день календаря...

Поздравляю всех со 102 годовщиной Великой Октябрьской социалистической революции. Это была величайшая победа трезвого трудового народа над международным капиталом. Впервые в истории люди труда стали хозяевами своей земли - отечества; впервые богатства всей страны принадлежали всем трудящимся - социалистическому государству, а не капиталистам; впервые лодыри и лентяи стали работать, паразиты и эксплуататоры - пахать и сеять (правда, труженики из них никчемные, зато надзиратели и погонялы отменные).

Человечество с восторгом смотрело в сторону России, где люди разных национальностей радостно и вдохновенно, весело и задорно все вместе строили советскую страну. Это было что-то небывалое: не богатые правила, а бедняки, которые установили 8-ми часовой рабочий день, ввели повсеместно бесплатную медицину, дали всем бесплатное образование. За 10 лет, несмотря на разруху, которую принесла гражданская война, страна догнала Европу по уровню экономического развития. Не соха и лошадь стали символом новой России, а трактор и самолет.

Наш народ, наши деды и отцы показали и доказали всему миру, что они, простые люди способны творить чудеса, которые не под силу ни всему эксплуататорскому классу,

ни одному капиталисту, какими бы богатствами он не обладал. Кухарки и землепашцы научились управлять государством, чем утерли нос всем ненавистникам простого люда, считавшим себя незаменимыми. Пусть знают и помнят, что заменимы, и ещё как заменимы!

Сегодня ситуация в стране намного хуже, чем 100 лет назад. Международная мафия, захватив власть в социалистическом государстве, практически уничтожила социалистический народ, опошшила саму идею коммунизма, разрушила завоевания советской власти.

Но пусть она не радуется! Недалек тот день, когда дети, внуки и правнуки революционеров изгонят вон вражью силу, повяжут по рукам и ногам предателей и казнокрадов: никто не уйдет от народного гнева.

Товарищи! Наша борьба за трезвость народа, есть революционная борьба, ибо пробуждая сознание соотечественников, мы оживляем революционную массу. И пусть изменники и враги нации твердят: «Чтобы не было майдана, Русь должна быть вечно пьяна», мы все вместе, хором скандируем: «Только трезвость - спасение наших народов! Трезвость - путь к свободе!»

Данко, ты слышишь, мы идём за тобой!

С уважением -

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

## Заявляем решительный протест

### К ОБЩЕСТВЕННОСТИ РОССИИ (Обращение Российского Трезвеннического Движения)

В день памяти жертв геноцида Общероссийское трезвенническое движение выражает своё твёрдое убеждение в том, что **распространение алкоголя любым способом является актом геноцида.**

Ряд правительственных актов последнего времени, принятых под давлением производителей алкоголя: разрешение продажи пива на спортивных мероприятиях, откровенное пробивание гендиректором «Международного информационного агентства «Россия сегодня» и председателем Союза виноградарей и виноделов России Д. Киселёвым законопроекта о вине и другие меры, являются ничем иным как действиями, способствующими геноциду. Совсем недавно по ТВ прошла новость из уст проправительственного журналиста Д. Киселёва о том, что в России решили всерьёз заняться «качественным» виноделием, мотивируя, как обычно, «пользой для народа». На самом же деле у нас появилось несколько крупных земельных собственников на юге России, в том числе и в Крыму (Михалков, Макаревич, тот же Киселёв и др.), которые очень желают получать от этой собственности прибыль. Вот и вся забота богатых о народе.

К тому же спикер верхней палаты парламента Валентина Матвиенко неоднократно в различной форме высказывала обеспокоенность снижением доходов от алкогольной отравы.

И это происходит в то время, когда в России заметно наметился интерес населения к **созидательной культуре трезвости**; снижается потребление алкоголя в целом, увеличивается количество сознательных трезвенников. Казалось бы, эта тенденция, способствующая оздоровлению нации, повышению рождаемости, снижению травматизма, аварий и т.п. должна радовать руководство страны. Однако меры, предпринимаемые властью говорят об обратном.

Мы заявляем решительный протест таким мерам, не совпадающими с интересами народа.

#### Общественные организации Трезвеннического Движения:

- Международная академия трезвости, президент **А.Н. Маюров**;
- Общероссийская ОО Союз борьбы за народную трезвость, председатель (СБНТ) **В.Г. Жданов**;
- Общероссийская ОО «Объединение Оптималист», председатель **В.В. Куркин**;
- Партия Сухого закона России, председатель **В.И. Мелехин**;
- Общероссийское общественное движение «За трезвость нашего народа», председатель КРОД «Трезвая Сибирь» **С.С. Аникин**;
- Межрегиональная ОО «Молодежь за трезвую Россию», председатель **В.В. Василец**;
- Региональная общественная организация «Трезвая Москва», председатель **А.И. Ельцов**;
- Региональный благотворительный фонда «Трезвость» Республики Татарстан, президент **С.В. Коновалов**;
- Общественной Организации «Трезвая Святая Русь», председатель **В.В. Кодаченко**;
- Кемеровская региональная ОО «Содружество борьбы за народную трезвость», председатель **В.В. Титов**;
- Региональная общественная организация «Трезвое Забайкалье», председатель **Н.А. Куржумова**;
- Амурское региональное отделение СБНТ, председатель **Н.Т. Дегтярёв**;
- Санкт-Петербургское отделение Межрегиональной ОО «Здоровое поколение», руководитель **В.А. Селина**;
- Челябинская областная ОО «Общее дело», председатель правления **О.Ф. Бакиров**;
- Информационно-методического центра «Трезвый город», Новосибирск, председатель Совета **С.Е. Крупенько**.

## Международный день памяти жертв преступления геноцида

**«Геноцид является самым страшным преступлением против человечности... Вспоминая события прошлого и отдавая дань памяти погибшим, мы подтверждаем нашу решимость предотвращать повторение подобных событий в будущем».** Из выступления специального советника по предупреждению геноцида Адама Дьенга.

В сентябре 2015 года Генеральная Ассамблея ООН, по инициативе Армении, своей резолюцией (A/RES/69/323) постановила провозгласить 9 декабря Международным днём памяти жертв преступления геноцида, чествования их достоинства и предупреждения этого преступления (International Day of Commemoration and Dignity of the Victims of the Crime of Genocide and of the Prevention of this Crime). Дата была выбрана в связи с тем, что в этот день в 1948 году Генассамблея приняла Конвенцию о предупреждении преступления геноцида и наказании за него. Резолюция была принята на 103-м пленарном заседании 69-й сессии на основе консенсуса, её одобрили 80 стран-членов Ассамблеи. Инициатива исходила из положений представленной Арменией резолюции о предотвращении геноцидов, принятой на состоявшейся 27 марта текущего года в Женеве 28-й сессии Совета ООН по правам человека. Настоящая резолюция нацелена на дополнение усилий Армении, направленных на стимулирование и консолидацию международной деятельности в борьбе против преступления геноцида.

ступления геноцида и наказания за него геноцид определяется как «действия, совершаемые с намерением уничтожить, полностью или частично, какую-либо национальную, этническую, расовую или религиозную группу...». В Конвенции подтверждается, что геноцид, независимо от того, совершается он в мирное или военное время, является преступлением, которое нарушает нормы международного права и против которого участники Конвенции обязуются «принимать меры предупреждения и карать за его совершение». Главная ответственность за предупреждение и пресечение геноцида возлагается на государство, в котором это преступление совершается. И отмечено, что важным фактором в предупреждении геноцида является борьба с безнаказанностью за это преступление. Принимая эту резолюцию без голосования, все 193 государства-члена тем самым подтвердили, что каждое отдельное государство ответственно за защиту своего населения от геноцида, что такая ответственность предполагает предупреждение этого преступления, в том числе подстрекательства к нему.

Поэтому цель этого Дня - повышать известность Конвенции о предупреждении преступления геноцида и наказании за него и её роли в борьбе с геноцидом и предупреждении этого преступления, как оно определено в Конвенции, и чтобы поминать людей, ставших его жертвой, и чтить их память. Поскольку и сегодня геноцид действительно продолжает представлять собой глобальную угрозу для мирового сообщества.

#### ПОСЛАНИЕ АНТОНИУ ГУТЕРРИША

по случаю международного дня памяти жертв преступления геноцида 9 декабря ООН 9 декабря 2017 г.

На протяжении всей истории геноцид был - и остается по сей день - причиной колоссальных и болезненных потерь для всего человечества. В 1948 году, единогласно приняв в Генеральной Ассамблее Конвенцию о предупреждении преступления геноцида и наказании за него, государства-члены признали, что защита групп людей от угрозы самому их существованию представляет для них общий интерес и является их общим долгом. В этой Конвенции, принятой столь скоро после Холокоста и Второй мировой войны, нашла отражение коллективная решимость защитить людей от зверств и не допустить подобных трагических событий в будущем. Геноцид не происходит случайно - он совершается умышленно, и у него есть свои тревожные симптомы и предвестники. Зачастую он становится кульминацией многих лет изоляции, ущемления прав человека и других нарушений. Поскольку геноцид может происходить как в военное, так и в мирное время, мы должны всегда сохранять бдительность. Несмотря на четкое определение геноцида, данное в Конвенции, и на более глубокое понимание нами соответствующих факторов риска, геноцид повторился вновь, и неоднократно. Мы все еще принимаем ответные, а не превентивные меры, и зачастую переходим к действиям лишь тогда, когда становится слишком поздно. Мы должны прилагать больше усилий для того, чтобы реагировать как можно раньше и не допускать эскалации насилия. Это обязательство всех без исключения государств - участников Конвенции.

(публикуется в сокращении - ред.)

#### О Дне памяти жертв алкогольного геноцида в России

Этой датой должно стать 9 декабря - Международный день памяти жертв преступления геноцида. Все мы, сознательные трезвенники, прекрасно понимаем, что ежегодные людские потери в нашей стране от 400 до 700 тысяч человек - ни что иное, как алкогольный геноцид, творимый алкогольной мафией при попустительстве и даже поддержке властей самого различного уровня.

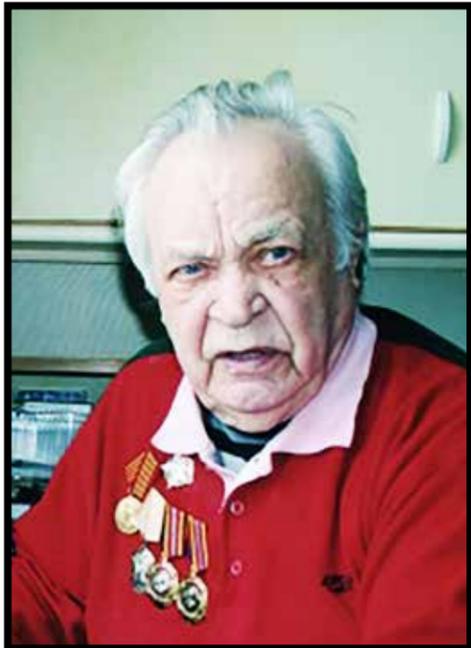
Наша задача как можно быстрее изменить общественное сознание в данной проблеме от понятий «водочка», «пивко», «веселье» к тому, что составляет реалии, связанные с алкогольными наркотиками. А это - болезни, смерть, могилы, распад семей, матери-одиночки и сироты. Введение в широкую практику отмечать День памяти жертв алкогольного геноцида, несомненно, будет способствовать этому. При этом мы должны не только вспоминать жертв алкогольного геноцида, но и прямо называть его организаторов и пособников, призывая не просто к их осуждению, но и к заслуженному наказанию.

Считаю также необходимым обратиться в Организацию объединенных наций с предложением о признании Дня памяти жертв алкогольного геноцида в России составной частью Международного дня памяти жертв преступления геноцида и предупреждения этого преступления.

Предлагаю 9 декабря провести во всех городах присутствия активных трезвеннических организаций единый День памяти жертв алкогольного геноцида в России.

**Геннадий Степанович Купавцев,**  
председатель региональной ОО «Трезвый Кузбасс»

# Иван Последний – Первым стал



17 октября 2019 года в Москве, на 96 году жизни, отошла ко Господу душа Ивана Владимировича Дроздова (25.05.1924(22) – 17.10.2019) – русского писателя, ветерана Великой Отечественной войны, председателя общественного Движения «За трезвость нашего народа», первого Старейшины русского народа.

Трезвенники Красноярского края, вместе со своими соотечественниками, молятся за упокое души своего учителя, человека, который выпестовал себя до высоты Отца и ещё при жизни стал вровень с павшими

героями и святыми небесного Отечества. Мы помним слова, которыми Старейшина напутствовал участников Первого съезда Трезвых сил Сибири, прошедшего в Красноярске, 18 мая 2017 года.

«Я особенно приветствую этот съезд, как явление неожиданное, с одной стороны, с другой стороны, нужнейшее нашему народу. Они, как бы, (сибиряки, как это часто бывает с сибиряками) они почувствовали, что идёт время, когда мы свои задачи решим только, если будем трезвыми. Поэтому идёт время, когда мы трезвенническим Движением должны победить, должны насадить такую атмосферу, которая не терпит никакой другой – только трезвость. Всякое другое не просто отвергать, презирать надо, как наиболее вреднейшую и опаснейшую для нашего времени. Вот как я отношусь к этому съезду, как удивительному явлению, народного, душевного чутья нашей обстановки.

В каком мире мы живём? В какой вере? Куда входим?

Мы входим в этап, когда России нелегко победить. У неё увеличивается количество людей, которые её не поддерживают, которые начинают, так называемые, палки в колеса ставить. Вот!

Они об этом не говорят, но они это первыми почувствовали. Это часто бывает с сибиряками.

Затем, внушают сейчас нам, что Сибирь это главнейший район, на который мы должны обратить внимание всей России. Помочь ей, чтобы она пришла к тем рубежам, которые сейчас поставила на съезде.

Это впервые регион, район России со-зывает трезвеннический съезд – съезд трезвенников.

В моем лице вы имеете убежденного и постоянного поклонника Трезвости. Потому что я пьянство не только не принимаю и не люблю, я презираю пьяных людей, и вообще, я их не понимаю. А тут вот, целый район, и наш главный район – Сибирь, эту же мысль сейчас на всю страну нам декларирует, на весь мир объявляет, что она считает, что победить Россия может только в том случае, если она будет трезвой! Пьянству бой, и не просто бой, а пьянству нет места в нашей русской земле!

Поэтому я приветствую этот съезд, особенно ребят, которые его организовали, которые сумели собрать людей, сумели поставить нужные вопросы на нем, и заставили всех нас говорить об этом, всех нас ещё раз задуматься, что же такое Трезвость.

А Трезвость – это счастье народа всего, это его будущий успех, это его необходимость для его выживания, и затем счастливой жизни. НЕ МОЖЕТ БЫТЬ СЧАСТЛИВОЙ ЖИЗНИ БЕЗ ТРЕЗВОСТИ! То есть, как в семье, если есть пьяница, есть и несчастье, так и в стране, не должно быть пьянства, не должно быть места. Вот почему они не просто какое-нибудь совещание собрали, это было у нас уже, они СЪЕЗД первый Сибирь объявила!

Это ж, какие молодцы!

Поэтому я их приветствую, я им благодарен, за то, что они всех нас, как бы, подтягивают до уровня своего правильного сознания».

Все сибиряки, красноярцы, в память об этом прекрасном человеке, могут заказать его книги на сайте писателя <http://ivandrozdov.com/>

**Красноярский гражданский комитет  
«Трезвый набат»**

Иван Последний умер на Руси...  
Скорбит Земля: был вечности достоин.  
Строга Россия. Ждёт. Не голосит.  
Пал не юнец - ушёл могучий воин.

Старейшина великого народа!  
За русский мир стоял он до конца.  
Как великан держал он небосводы  
Отечества, словами мудреца.

Питал умы он правдой бытия,  
Чтоб каждый знал тропинки вития.  
Чтоб помнил: враг уж сотни лет,  
То голодом морит, то смертью косит,  
Порой, как ныне, эполеты власти носит  
- Иуда есть рассадник всех вселенских бед.

Когда за трезвость нашего народа  
Иван сынов Руси с собой позвал,  
Народ узрел, в чем есть Его Свобода,  
И честь свою, как знамя подымал.

Эй, русские! – мы стали с ним сильней,  
Нас стало больше, мы окрепли верой,  
На мир смотреть мы стали веселей,  
И правда снова стала нашей мерой.

Не смейте об Иване слезы лить!  
Умолк певец, чтоб гимном возродиться.  
Вознесся в Небеса бессмертной птицей  
Чтоб Сириусом вечно с Русью быть.

Душа его в отеческом строю  
Духовной тканью защитит Отчизну.  
Мы празднуем сегодня вместе тризну –  
Жизнь и победу русскую свою.

Иван Последний помер на Руси...  
Чтоб Ванями Россия всколосилась,  
Не причитала: Господи, спаси,  
А трезвостью народа возродилась.

Иван Последний – Первым стал из нас,  
Чтоб словом правды ты Россию спас!

С уважением –

**Аникин Сергей Сергеевич**

Ушёл в мир иной наш старейшина, наш мудрый наставник и отважный боец за русскую честь – Иван Владимирович Дроздов. Он показал всем нам, его ученикам и всем добрым людям, каким должен быть настоящий русский человек. Из гонимого судьбой неграмотного беспризорника он стал отважным лётчиком, героем-артиллеристом, смелым и проницательным журналистом, прославленным писателем-академиком, лидером трезвеннического

движения России.

Судьба много раз испытывала его на прочность, то поднимала его на вершину славы, то бросала вниз в пучину бед. После того как процветающие ныне русофобы из газеты «Известия» изгнали его из редакции, он написал свой знаменитый роман «Последний Иван», где показал всем русским людям, какими бдительными мы должны быть.

Иван, за льготами последний, Защитник русский самый первый!

Иван Владимирович, дорогой, ты навсегда с нами! Подрастают трезвые новые Иваны: Иван Иванович, Иван Владимирович, Иван Петрович... И они читают и будут читать твои славные романы и учиться тому, каким должен быть настоящий русский человек. Слава тебе веками!  
Твои ученики

**Николай, Нина Январские,**  
и все трезвые соратники  
Удмуртии и России

## Ушел из жизни настоящий патриарх трезвости России

Ушел из жизни Иван Владимирович Дроздов. Трезвенническое движение России, да и всего мира, понесло невосполнимую утрату. Это был человек-легенда, не было бы Ивана Владимировича — не было бы и Федора Григорьевича Углова. В 1986 году я, Мелехин Валерий, познакомился с Иваном Владимировичем. Хорошо помню его слова: «Наш девиз был и будет одним — в любых

обстоятельствах наращивать усилия по отрезвлению соотечественников. Свет и истина пробьют себе дорогу и спасут всех нас». От лица всех членов партии Сухого закона России, от всех честных сознательных трезвенников России выражаю искренние соболезнования родным и близким.

**Валерий Иванович Мелехин,**  
председатель партии  
Сухого закона России

**Похоронен Иван Владимирович Дроздов на Введенском кладбище  
Москвы, метро «Семеновская»**

## Немного из прошлого

(выдержка из репортажных материалов об объединенном съезде трезвеннических организаций и движений России, прошедшем 5-6 октября 2013 года в Санкт-Петербурге)

По окончании съезда состоялась интересная познавательная и во многом поучительная встреча с выдающимся русским писателем современности Иваном Владимировичем Дроздовым. После общения с писателем соратники с большой заинтересованностью приобретали книги с романами И.В. Дроздова, что советуем сделать и вам, уважаемые читатели. Как это сделать – публикуем информацию в этом номере.

Более полный рассказ об этих событиях в репортажном материале А.А. Фарина, также публикуемой в нашей газете, а видеозапись А.И. Белоглазова всех выступлений на съезде будет размещена в Интернете, о чем мы сообщим дополнительно.

**Григорий Стрельников**  
\*\*\*

Еще одно знаменательное событие, о котором нельзя не рассказать, произошло во время съезда – встреча с Иваном Владимировичем Дроздовым.

В зал вошел в сопровождении близких людей седой, сухощавый человек с палочкой в руке, довольно хмурый, как мне показалось вначале. Его усадили в центре президиума за стол.

В.Г. Жданов представил коротко – Иван Владимирович Дроздов, великий русский писатель. И вот слово предоставлено долгожданному гостю. Зал замер. Его очень тихий голос довольно уверенно зазвучал в замершем пространстве.

Рассказывал Иван Владимирович очень эмоционально, о детстве, о своем становлении как человека и как писателя. Говорил, словно

читал свой роман «Последний Иван», в котором он и описал всю свою жизнь. При этом, то живо жестикулируя руками, то хмурясь, то улыбаясь, то озорно, как в детстве, дразня тех миллионеров, которые валились с кручи, пытаясь догнать бездомных детей.

Соратники словно замороженные, слушали и внимали каждому слову русского писателя. Нам трудно даже вообразить, какую трудную и, в то же время, интересную и насыщенную жизнь прожил этот человек. Как он, практически не участь в школе, стал не просто писателем, а Великим Писателем. Возможно, объяснение этому кроется в мысли, высказанной Иваном Владимировичем и которая прозвучала для многих, как откровение. А сказал он следующее. Обучаясь в обычной школе, общаясь с учителями, ребенок, как правило, общается с такими же ординарными людьми, как и большинство в его окружении. Читая же книги, литературную классику, человек общается с великими умами человечества, а зачастую – с гениями. Так вот, как следовало из рассказа Ивана Владимировича, за четыре года своего беспризорного пещерного существования он прочитал сотни таких книг. Не оставил он это занятие и в своей дальнейшей жизни.

Рассказывал Иван Владимирович и о своей писательской деятельности – им написано 22 сильнейших романа о жизни простых русских людей.

Представил он и свой новый роман «Часы Бога идут для тех, кто живет на своей земле».

По окончании встречи, конечно же, каждый хотел хотя бы словом перемолвиться с Иваном Владимировичем и заполучить снимок на память.

В Центр трезвости были привезены книги И.В. Дроздова из серии «Русский роман», начиная с «Геннадий Шичко и его метод» и до последнего нового романа «Часы Бога...», которые охотно приобретались соратниками. К тому же, все эти книги были с автографом знаменитого автора. Благодарим Германа Геннадьевича Клементенка за организацию незабываемой встречи с любимым писателем и за возможность иметь в своей библиотеке трезвенника столь ценные романы о простых русских людях, о историческом и недавнем прошлом нашей страны, без прикрас описанном Иваном Владимировичем Дроздовым.

Помню, такое же благоговейное состояние я впервые испытала, когда Валерий Иванович Мелехин устроил мне встречу и общение с Леонидом Владимировичем Власовым – соратником, объехавшим на велосипеде с пропагандой трезвости всю Россию. Тогда, в свои 75 лет, он был настолько деятелен, настолько светел умом, что это поразило меня до глубины души и вдохновило на жизнь, на труд ради спасения русского народа и моей Родины.

**Александра Фарина,**  
партия «Сухого закона России»  
**Иван Владимирович Дроздов**

– на встрече с участниками съезда ТД в СПб 6 октября 2013 г. (видео) – <http://youtu.be/IUXL7Ymk598>

Съемка – А.И. Белоглазов, разместил В.Г. Любый

**Рекомендую посмотреть всем!**  
**Г.И. Тарханов**

Посмотрел видео - встреча с писателем И.В. Дроздовым. Получил огромное удовлетворение. Бесхитростный рассказ человека, который из подвалов и подземелий

в разрушенной, разоренной стране, не имея возможности получить обычное общее образование в школе, не сломался, не скис, не извлялся в аморальной грязи, а стал сначала читателем, затем рабочим человеком, солдатом и, наконец, журналистом и писателем. Выдающимся писателем современности, равным М. Горькому.

Спасибо соратникам – А.И. Белоглазову и В.Г. Любому - за то, что один сделал съемку, второму – за то, что выложил в интернете, и обоим за то, что дали возможность послушать и посмотреть рассказ Ивана Владимировича Дроздова!

**Е.Г. Батраков**

*Газета «Соратник» № 9(205) – октябрь-ноябрь 2013 г.*

## КНИГИ И.В. ДРОЗДОВА

Книги Ивана Владимировича Дроздова можно приобрести через официальный сайт писателя <http://ivandrozdov.com/> в разделе «Книги-Магазин».

**В наличии имеются книги:**

1. Последний Иван, 2. Вчера была война, 3. Баронесса Настя, 4. Ледяная купель, 5. Филимон и антихрист, 6. Дубинушка, 7. Шальные миллионы, 8. Суд идет, 9. Морской дьявол, 10. Разведенные мосты, 11. Славянский котел, 12. Митяй в гостях у короля, 13. Похищение столицы, 14. Часы Бога идут для тех, кто живет на своей земле и другие.

Стоимость одной книги – 300-400 руб.,

Комплект из 15 книг - 4200 руб.

**Кроме того есть уникальное, нужное всем соратникам издание «Геннадий Шичко и его метод» – стоимость 100 руб.**

Книг Унесенные водкой, Судьба чемпиона, Человек среди людей, Оккупация, Голгофа, Прости меня, грешного, Горячая верста, Желтая роза, Покоренный Атаман, Радуга просится в дом, Подземный меридиан, Шахтёрская династия – в настоящее время, к сожалению, нет.

Стоимость указана без затрат на пересылку

**Г.И.Тарханов**

Сентябрь, октябрь – время проведения по всей стране Угловских чтений. Традиция участия в этом проекте в г. Котельнич началась в 2016 году. Наряду с обзором книг о здоровом образе жизни, о Фёдоре Григорьевиче Углове, академике, писателе, общественном деятеле, услышали на предприятиях

# Человеку мало века

графия России». Потом сказала о том, как трудно сохранить себя в условиях отсутствия трезвой среды, что приоритетной задачей сегодня

фильм о Липецкой общественной молодёжной организации. После просмотра фильма я обратилась с вопросом о том, какое участие могут они принять в общем деле оздоровления жизни в обществе. А спокойная мелодичная песня из фильма «Перекрёсток» («Перекрёсток семи дорог») заставила всех задуматься о своём нравственном выборе – как жить в этом мире. На прощание напутствовала: «Любите жизнь, учитесь, добивайтесь благородных жизненных целей, ищите смыслы жизни. Когда человек занят, ему некогда искать сомнительные удовольствия» – и предложила сфотографироваться на память. Важно уложиться во времени, не затянуть мероприятие.

Чем интересен проект «Угловские чтения»? Ф.Г. Углов сформулировал основные принципы активного долголетия. Он, мечтая о профессии врача, ещё в молодые годы, сделал для себя единственно верный выбор – быть трезвым. Следовал этому принципу всю жизнь и призвал читателей следовать трезвому, здоровому образу жизни. Именно в этом он видел залог долголетия человека.

Почему именно ему была предоставлена Богом такая продолжительная жизнь, ведь и другие следуют принципам трезвости и здорового образа жизни? К осуществлению своей мечты – помогать людям вернуться к трезвой жизни – шёл он всю жизнь. Очень точно сказал Габриэль Гарсиа Маркес: «Неправда, что люди перестают двигаться к своим мечтам

только потому, что они стареют. Они стареют, потому что перестают двигаться к своим мечтам».

Его мечта сбылась: он стал величайшим хирургом, его напутственное слово через книги, статьи, выступления дошло до сердец людей. Очень многие последовали его советам, приобщились к здоровому образу жизни. Он спас миллионы человеческих жизней. Можно сказать, стал святым при жизни. Для исполнения своей мечты титанически много трудился,

боролся за трезвость. Его слово не расходилось с делом. Он не только следовал трезвому образу жизни, но и не передал, обливался холодной водой, выполнял всегда несложную зарядку, всю жизнь трудился и учился, жил для других, всегда помня завет матери: «Делай добро».

Он считал, что отказ от вредных пристрастий, нормальная семья, честный труд, умение радоваться жизни и любить людей значительно продлевают умеренный срок пребывания на земле. «Злые люди долго не живут», – предостерегает нас академик Углов. Он писал: «К здоровью своему, которое тебе подарили при рождении, отнесись



«Вымпел – М» и «Янтарь», куда мы вышли с библиотечкарем из центральной городской библиотеки А. А. Четвериковой. Инициатором мероприятия стал молодой человек, наш земляк, работающий в Кирове.

Затем появилось желание создать презентацию для пропаганды наследия Ф.Г. Углова. В 2017 году мероприятие «Человеку мало века» с её использованием было проведено для первокурсников медучилища в городской библиотеке имени Рахманова. В 2018 году Угловские чтения здесь же прошли для трёх групп первокурсников Кировского сельскохозяйственного техникума (КСХТ). Подготовили мероприятие совместно мы с библиографом В. М. Глушковой. Она сделала обзор книг Углова, имеющихся в библиотеке: «Сердце хирурга», «Под белой мантией», «В плену иллюзий». В 2019 году (к 115-летию со дня его рождения) 30 октября на Угловских чтениях присутствовала группа Г-11 КСХТ в составе 24 человек.

Хочу поделиться коротко о содержательной части мероприятия. Труднее было не с подготовкой презентации (в интернете выложено немало картинок), а с оформлением к ней. Какие слова подобрать, чтобы молодые люди оторвались от гаджетов? Во вступительном слове я напомнила о тревожной демографической проблеме сегодняшних дней, прочитав стихотворение Бориса Кардаша «Сгорают демо-

является борьба за здоровье нации. Перейти к основной части можно со словами Ф.Г. Углова: «Только трезвая Россия будет великой». «Почему мы должны знать об этом человеке и хранить светлую память о нём?», – задала я вопрос аудитории.

Дальше через слайды презентации рассмотрели всю его богатую биографию, достижения, основные положения научного, творческого наследия, жизненные принципы. В заключение, подчеркнув, что дело Углова подхватила молодёжь, показали 17-минутный



строил свою жизнь по заповедям Божиим, служил своему Отечеству, своему народу. В этом видел он залог счастья.

Как Дон Кихот, он ещё с 50-ти

разумно и с благодарностью за такой прекрасный, драгоценный дар. Здоровье надо беречь, сохранять. Но и не изнеживаться...»

Недаром Ф. Г. Углов родился в Международный день учителя. Для многих миллионов людей он стал настоящим Учителем. Насвосхищают его глубинная внутренняя убежденность жить трезво, мыслить трезво и нести ответственность за свои поступки и судьбы близких. Мы, угловцы, продолжаем его дело примером и словом.

**Светлана Алексеевна Селезнёва,**  
Котельничский район,  
Кировская обл.

**На фотографиях:**

Первая семья Ф.Г. Углова; Федор Григорьевич с супругой Эмилией Викторовной и семьей младшего сына Григория; Федор Григорьевич с учениками-соратниками на 100-летнем юбилее.



## Про кружку пива, фужер шампанского и Новый год

**Советы доктора Углова**

Предыдущую статью данной рубрики об отношении к женщине и сексу Федор Григорьевич закончил утверждением, что не только нарушение полового режима, но и употребление алкоголя колоссально влияет на потенцию и сохранение половой активности в пожилом возрасте. В этом номере газеты известный трезвенник страны, председатель Союза борьбы за народную трезвость, академик Ф. Г. Углов рассказывает о своем отношении к алкоголю.

В своей книге «Половой вопрос» А. Форель еще в начале века писал: «Потребление алкоголя – это искусственно вызванный нарост, удручающий род человеческий. Этот нарост нужно просто вырезать. Полное устранение алкоголя принесет только пользу, так как оно не принадлежит человеческой природе».

Еще в 1910 году был опубликован опыт 17-летней работы специальной комиссии, куда входили крупнейшие ученые, медики и общественные деятели России. В решении этой комиссии было сказано, что алкоголь является ядовитым и наркотическим веществом, разрушающим образом действующий на все ткани и органы, особенно на мозг

и репродуктивную сферу. Нет таких доз и такой степени разведения, которые были бы безвредны для человека, поэтому выводы комиссии были однозначны: алкоголь не должен употребляться, а его производство и продажа должны быть запрещены государством. Введенный вскоре после этого сухой закон, более 10 лет благополучно действовал в тогдашней России. За этот период сократилось количество больных, опустели тюрьмы, настал мир в семьях, в домах появился достаток. Все эти данные можно проверить и по большой медицинской энциклопедии и по многим научным трудам того времени.

В 1990 году был опубликован анализ 353 научных работ, проведенных Всемирной организацией здравоохранения в мировом масштабе, в которых последствия потребления алкоголя были разделены на три группы: социальные, психологические и физические последствия. По всем трем параметрам выявились очень тяжелые и многочисленные последствия, смертельно опасные для психологического, социального и физического здоровья общества. Ни в одной из этих работ не было указано ни одного примера положительного влияния алкоголя на человека. Почему же замалчивают эту правду об алкоголе те средства массовой информации,

которые столь яростно убеждают своих читателей, зрителей и слушателей в обратном? В результате этой оголтелой пропаганды уже не считается зазорным 17-летней девушке или подростку идти по улице с бутылкой или банкой пива, да и солидные люди наивно пытаются утолять жажду этим отравляющим веществом.

Наша семья редко смотрит телевизор, но когда мы все-таки включаем его, всякий раз негодуем: такой разнузданной, поголовной пьянки, такой беспардонной демонстрации лжи, льющей из рекламных роликов, пропагандирующих такой страшный яд и наркотик, которым является пиво, не было ни в одной стране мира ни в какие времена. Сознательно происходит такое спаивание России или по недомыслию?

Я не случайно назвал пиво опаснейшим ядом и наркотиком. Определять это алкогольное изделие напитком и твердить о его полезности можно лишь из подлости или от глупости. Давно доказано, что пиво, реализуемое сегодня на всех углах, содержит в себе немалый процент спирта, или этанола, который во всех справочниках и энциклопедиях определяется как яд нейротропного, паралитического и протоплазматического действия, разрушающего все органы и клетки

человеческого организма. Научно доказано, что наш мозг лишен биологической защиты от алкоголя и потому человек способен поглощать его сверх меры и возможностей. Опасность пива и любого слабоалкогольного вещества многократно повышается, так как внушенные нам мифы об их безобидности действуют на центр удовольствия, а его потребление всячески поощряется конченостниками. Иначе не назовешь тех, кто производит, рекламирует и продает это страшнейшее оружие массового уничтожения. Чтобы убедиться в этом, достаточно вспомнить хотя бы печально известный праздник пива в Минске, в процессе которого сотни напившихся праздничным пивом молодых людей передавали друг друга в переходе, пытались спрятаться от дождя. Вероятно у всех на памяти и недавние события в центре Москвы, когда накачанная пивом молодежь крушила все вокруг себя. А сколько смертей, преступлений, обморожений и несчастных случаев констатируют медики в периоды праздников и после них. Любому человеку известно множество таких примеров, но это не останавливает его от покупки очередной порции яда, так художественно рекламируемого по телевидению.

Продолжение на стр. 12

«Концепция духовно-нравственного воспитания и развития личности гражданина России», разработанная в рамках федеральных образовательных стандартов второго поколения (ФГОС 2) предусматривает в числе других национальных ценностей воспитание патриотизма и веры в свою страну.

Что такое патриотизм? Это идеологическое понятие или нечто природное? Почему каждое живое существо стремится защитить свою территорию? Даже травинка борется за своё место под солнцем. Наверняка, потому, что одна из главных витальных потребностей человека каждого живого существа – выжить. А если речь идёт о сохранении вида (в животном мире) или сохранении целого народа или человеческой цивилизации, это невозможно без защиты, сохранения и обустройства своей территории.

Понятие патриотизма связано с верой в собственную страну, с уважением к её истории, культуре, к принятию своей страны со всеми её достоинствами и недостатками, то есть, с воспитанием чувства ответственности за всё что происходит с тобой, твоей семьей, в твоём окружении. Патриотизм ничего общего не имеет с потребительским отношением к своей Родине. Надо воспитывать потребность не только брать, но и давать. Общество потребления, в котором мы оказались после распада СССР, всячески внушает молодёжи, что надо «*брать от жизни всё здесь и сейчас*», что Родина там, где тебе хорошо. Если ты недостаточно благополучен и успешен, виновата страна, в которой ты живёшь, поэтому лучшее, что можно сделать – это при удобном случае «*свалить из этой страны*», а ещё лучше устроить цветную революцию, и тогда на смену придёт нечто (обычно извне), кто наведёт порядок. Какой порядок приходит после цветных революций мы хорошо видим на примере Ирака, Ливии, Украины. Такие настроения витают в социальных сетях и думается, что насаждаются среди молодёжи и других слоёв населения специально обученными людьми в рамках гибридной войны (информационной, экономической, санкционной и т.п.), развязанной против России. На деле, здесь прячутся серьёзные геополитические интересы определенных стран, претендующих на наши территории и природные ресурсы.

В 2020 году Россия готовится отметить 75-летие Победы в Великой Отечественной войне. Мы в долгу перед старшим поколением, защитившим наш суверенитет и государственность, спасшим народы от дальнейшего истребления. В последние годы делаются многочисленные попытки оспорить нашу победу, уничтожаются памятники воинам-освободителям, страну, защитившую мир от фашизма, объявляют агрессором и оккупантом, а фашистских пособников – героями. В братской славянской стране Украине, сильно пострадавшей от фашистской немецкой оккупации и понесшей тяжёлые потери в ходе той войны, запрещают георгиевскую ленточку как символ нашей общей победы и провозглашают героями пособников фашистов Бандеру и Шухевича. Это очень опасная ситуация, которая де факто уже является началом Третьей Мировой Войны, которая в любой момент может привести к войне горячей и уничтожению десятков миллионов людей и целых государств.

Что делать в сложившейся ситуации? Президент, патриотически настроенные политики, общественные и государственные деятели, просто неравнодушные граждане ищут пути к спасению и укреплению нашей государственности.

После инаугурации 7 мая 2018 года президент Владимир Путин

# КАК ВОСПИТАТЬ ВЕРУ

## Как воспитать веру в свою страну и в своё будущее у подрастающего поколения?



подписал указ, в котором поставил перед правительством цели, достичь которых надо до 2024 года. Для этого разрабатываются национальные проекты по 12 направлениям социально-экономического развития: *здравоохранение* (снижение заболеваемости и смертности), *образование* (вхождение России в число 10 ведущих стран мира по качеству общего образования; создание современной и безопасной цифровой образовательной среды); *жильё и городская среда*; *экология*; *автодороги*; *рынок труда*; *наука*; *цифровая экономика*; *культура*; *сотрудничество и экспорт*; *магистральная инфраструктура*.

Главная задача нашего государства на современном этапе – сохранение и приумножение нашего народа. Никто, кроме нас наши задачи решать не будет и в развитии нашей страны не заинтересован. Главный наш капитал – люди. Но именно с людьми – самые большие проблемы.

Вице-премьер РФ **Татьяна Голикова** на совещании с членами научно-образовательного медицинского кластера Северо-Западного федерального округа «Западный» заявила, что Россия катастрофически теряет население: «*За четыре месяца (2019 года) естественная убыль населения у нас составила порядка 149 тыс. человек*». Сокращение за весь прошлый 2018 год составило почти 87 тыс. человек.

Получается, что по сравнению с 2018 годом, наметилась тенденция к ухудшению демографической ситуации. По данным Росстата, численность постоянного населения России на 1 января 2019 года составила 146,794 млн. человек, а на начало 2018 года в стране проживало 146,880 млн. граждан.

Как сообщает **Юрий Пронько**, ведущий программы Царьград ТВ, Россия занимает *первое место в мире по числу самоубийств среди мужчин*. Наши соотечественники едут на заработки в Монголию, т.к. там зарплаты выше, чем в соседней Бурятии и Забайкальском крае.

Есть много данных о том, что важнейшую роль в сегодняшнем демографическом и социально-экономическом кризисе в России играет *алкоголизация и общая наркотизация общества* в целом.

**С 6 по 16 октября 2019 года в Сочи состоялся XXVIII Международный форум по собриологии, профилактике, социальной педагогике и алкоголи «100 лет Ленинскому закону трезвости»**, организованный **Международной академией трезвости (МАТр)**, на

котором обсуждалась алкогольная ситуация в современной России и пути решения алкогольно-наркотических проблем. В общей сложности в форуме приняли участие около 100 делегатов из разных регионов России, Литвы, Финляндии, Казахстана и были заслушаны выступления десятков участников.

**В Резолюции форума** приводится следующая статистика. По сведениям Министра здравоохранения России Вероники Скворцовой «*70% смертности – это алкоголь-ассоциированная смертность, причём не только острая... но и накопительная алкогольная смертность – циррозы, язвенная болезнь желудка и все осложнения, панкреонекроз, ранняя гипертоническая болезнь*». Базовый показатель (смертности мужчин) в России в 2017 году – 735,7 (человека) на 100 тыс. населения, а Россия должна выйти через пять лет на показатель 530. *Этот показатель в Евросоюзе сейчас – 200-230 (человек), почти в 3 раза ниже.*

К 2018 году в России на медицинском учете состояло 820 тысяч наркозависимых. Международная практика показывает: для получения реальной картины количество зарегистрированных наркоманов надо умножать на «5». Некоторые эксперты считают, что для России оптимален коэффициент «7». В Российской Федерации от 2 до 5 миллионов беспризорных и безнадзорных детей, которые сплошь и рядом употребляют алкоголь и другие наркотики. Россия и Украина занимают первое место в мире по темпам роста ВИЧ-инфицированных. Число носителей ВИЧ, примерно, в 7 раз выше, чем в США, и в 9 раз выше, чем в Китае.

Свыше 80% детей в детских домах в России – дети родителей лишенных родительских прав из-за алкоголя. У оставшихся 20% детей основная причина смерти родителей – алкоголь. За 2018 год число детей в сиротских учреждениях составило 78000. Число детей, переданных в приемные семьи или под опеку, составило более 400 000. Алкоголь – это основная причина сиротства в нашей стране.

Вино и пиво является «лестницей» для введения подростков в наркоманию. Серьезно старается вопрос, что Русская православная церковь решила заняться производством вина в Краснодарском крае Российской Федерации, а известный телеведущий Дмитрий Киселёв активно продвигает возрождение винной отрасли в России. При этом телеведущий признаётся,

что вино, которым торговали у нас в последние десятилетия, является настоящей отравой: «*Хватит травить ядом наших людей!*».

Ясно, что такое продвижение вина приведёт к новой волне спаивания населения, особенно среди женщин и молодёжи, ведь именно с вина и пива начинается приобщение детей к алкоголю. Согласно исследованиям, проведенным ФГУ ЦНИИОИЗ Росздрава, если подросток не употребляет алкоголь, то вероятность его обращения к наркотическим веществам, составляет всего: среди мальчиков – 0,03%, а среди девочек – 0,01%. Алкоголь – это основная причина тяжких преступлений в нашей стране.

Так в учреждениях судебно-медицинской экспертизы тринадцати крупных районов Забайкальского края был проведён анализ карт умерших, который показал, что алкоголь в крови у погибших от внешних причин определялся в 67% случаев; алкоголь в крови был обнаружен: при самоубийствах – в 60% случаев; при убийствах – в 73%; при ДТП – в 56% случаев. По другим регионам России статистика близка к аналогичной.

Согласно докладу Детского фонда ООН (ЮНИСЕФ), в 1992 году в России было 44 миллиона детей. На январь 2014 года – 27 миллионов. Миллионы перешагнули порог совершеннолетия, а новые – не родились. Многие просто умерли, от того же алкоголя и прочих наркотиков. В стране сокращается население трудоспособного возраста. По прогнозу кафедры демографии МГУ, к 2025 году количество нетрудоспособных превысит количество трудоспособных на 15 миллионов.

Взаимосвязи между демографией и алкоголизацией общества легко прослеживаются на сопоставлении ситуации в трезвых и пьяных регионах. Как сообщил в своём докладе **Б.А. Соловьёв**, Тверская область уже несколько лет подряд находится в лидерах по смертности среди регионов России. Смертность здесь в 2,4 раза выше, чем в Москве, и средняя продолжительность жизни составляет 63 года. Самая низкая смертность и самая высокая рождаемость в России наблюдается в Чеченской республике, где фактически действует право местного запрета. Согласно выступлению **К.Г. Башарина**, серьёзные улучшения по всем показателям наблюдаются в республике Саха (Якутия), где в последние два десятилетия власть держит твёрдый курс на отрезвле-

ние общества и где почти в трети населённых пунктов действует право местного запрета, 188 сёл и улусов являются территорией трезвости. За 25 лет курса на отрезвление употребление алкоголя в республике уменьшилось на 43 процента.

Таким образом, **трезвость**, по мнению российских трезвенников – прорывная идея улучшения демографии, социально-экономического благополучия общества. Трезвость по определению собриологов – естественное состояние человека, семьи и общества. Это – фундаментальная составляющая здорового образа жизни и духовно-нравственного возрождения и патриотизма. Утрата трезвости приводит к деградации личности, семьи и общества.

На форуме было представлено несколько докладов по истории трезвеннического движения и «*сыхому закону*» в России 1914-1925 годов. В докладе известного историка, профессора МАТр **Павла Владимировича Тулаева** были разоблачены мифы о трезвой революции в России. Наоборот отказ от политики отрезвления, взятый правительством Николая Второго, начался почти сразу после гражданской войны, и первые серьёзные ограничения были сняты ещё при жизни Ленина в 1920 году и окончательный отказ от «*сыхого закона*» был осуществлен при Сталине в 1925 году. Накануне распада СССР народ находился в пьяной агонии (14,8 л абсолютного алкоголя на душу населения). Попытка Горбачёва отрезать народ в 1985-1987 гг. была успешно провалена силами, не заинтересованными в отрезвлении народа накануне планируемого развала страны.

В ряде докладов говорилось о химической природе алкоголя и опровергались мифы о его пользе в любых количествах, высказывались идеи о необходимости полной денормализации алкоголя в обществе (**К.Г. Башарин, М.Г. Козловский и др.**).

Стержнем эффективной анти-алкогольной политики является политика прессы между предложением и спросом. Чтобы уменьшить спрос, необходимо улучшение социально-экономических условий жизни граждан, оказание качественной реабилитационной помощи алко- и наркозависимым и реализация образовательных проектов по формированию трезвого мировоззрения граждан, прежде всего, подрастающего поколения. Следует разоблачать мифы, что алкогольно-наркотические проблемы решаются сами собой, когда народ станет жить лучше. Есть много стран, где уровень социально-экономического развития гораздо ниже, чем в России, но где алкогольных проблем нет или почти нет (страны, исповедующие буддизм и ислам).

Интересным опытом реабилитации и ресоциализации с наркологической патологией в Забайкальском крае поделилась кандидат медицинских наук, зав. отделением реабилитации **Татьяна Олеговна Нечаева**. Здесь разработана психотерапевтическая модель 12 шагов, сочетающая медицинские и социальные аспекты воздействия на болезнь. Проводится консультирование и обследование зависимых, затем формируются устойчивые группы, объединённые общими интересами и симпатиями. В числе применяемых методов работы с пациентами – социально-психологический тренинг, арт-терапия, куклотерапия, сказкотерапия, рукоделие, анализ чувств, танцевальная терапия, физиотерапия, трудотерапия, спорт-терапия. Применяется междомственный подход.

Продолжение на стр. 5

**Продолжение, начало на стр. 4**

Особое внимание на форуме было уделено методам и формам работы с детьми и молодёжью:

- Десанты здравосоздания: лекции, беседы, музыкальные занятия, концертные выступления, встречи с трезвыми творческими людьми.
- Работа в социальных сетях.
- Создание и публикация авторских фото и видео материалов.
- Круглые столы, конференции, форумы.
- Проведение уроков трезвости в школах и других образовательных организациях.
- Научно-исследовательская работа со студентами.

Идейными вдохновителями и организаторами трезвенной работы со студенческой молодёжью в Якутии являются доктор медицинских наук, профессор, академик МАТр **Карл Георгиевич Башарин** и его супруга доктор филологических наук, профессор, академик МАТр **Зоя Константиновна Башарина**. В рамках ежегодных Угловских чтений, в честь великого хирурга и великого трезвенника Фёдора Григорьевича Углова, там проводятся комплексы мероприятий с подготовкой научных докладов, показом трезвенных фильмов, художественной самодеятельностью.

На форуме выступила студентка медицинского института **Роксана Рудольфовна Павлова** из Якутии с докладом о роли ветерана атомной промышленности и цветной металлургии СССР, кандидата технических наук, Отличника охраны природы РС(Я), вице-президента Общины якутян и наставника студентов Якутии в Новосибирске, трезвенника Иоганна Егоровича Максимова.

Интересный опыт с молодёжью был представлен профессором и вице-президентом МАТр **Борисом Алексеевичем Соловьёвым**. Его трезвенные мероприятия среди детей и молодёжи обычно сопровождаются песенным творчеством. Талантливый сочинитель и исполнитель, он принял участие в Международном конкурсе «На благо мира» (2018 г.) и завоевал 24 место из 103. Молодежь не может жить и нормально развиваться без музыки и песен. Современное музыкальное пространство сильно замусорено низкопробными, а зачастую безнравственными произведениями, пропагандирующими пороки. Необходимо повышать музыкальную культуру детей и молодёжи через лучшие образцы мирового и отечественного искусства.

Собственным педагогическим опытом поделился **Николай Владимирович Январский** из Удмуртии, автор «Программы проведения уроков культуры здоровья и трезвости, развития творческих способностей учащихся среднего и старшего школьного возраста». Продолжая русские православные традиции, в частности более строгих по отношению к алкоголю староверов, Николай Владимирович обращает особое внимание на эффективность привлечения самих школьников к пропаганде ЗОЖ.

Важный метод Январского – опора на молодёжного лидера. Известно, что в школьной среде подростки ориентируются на поведение авторитетного ровесника, подражая ему, а не старшему учителю. Если лидер группы молодёжи – убежденный трезвенник, на него равняются и другие.

**В.И. Симаков** из Финляндии предложил идею создания трезвых поселений как образцов здорового быта и как способ сохранения генофонда нации. Такие поселения уже созданы в Красноярском крае. Жители поселений не являются

изгоями, ходят в обычные школы и работают на обычных предприятиях, при этом они остаются верны своим идеалам и формируют вокруг себя трезвую среду.

Особый интерес вызвало сообщение кандидата педагогических наук **С.С. Аникина** (г. Красноярск) о проведении форума с представителями Чукотки, Сахалина, Камчатки, Красноярского края и других северных регионов о необходимости жестких ограничений в алкогольной политике по отношению к северным народам, которые особенно уязвимы для алкоголя.

В рамках форума было проведено около 10 мастер-классов. Профессор МАТр **Н.К. Пирожков** провёл семинар по проблемам общения, взяв за основу метод саногенного мышления Ю.М. Орлова. **Д.А. Раевский** из республики Крым, редактор сайта «Научи хорошему», который посещают сотни тысяч людей, провёл мастер-класс о том, как противостоять разложению нашей молодёжи.

На форуме были подведены итоги международного конкурса среди творческой молодёжи «Выдающиеся борцы за трезвость в России и в мире», награждены победители из Кирова, Саратова, Удмуртии.

Во второй день форума выступила Алена Викторовна Новгородова, председатель Фонда сохранения и развития научного, литературного и общественного наследия академика Ф.Г. Углова, великого хирурга и выдающегося лидера трезвеннического движения 1980-1990-х годов. Его портрет украшал главный баннер нашей конференции, рядом с трибуной.

Фонд собирает и исследует архивные документы Углова, переиздаёт его книги, делает документальные фильмы. Отпечатаны значительными тиражами такие выдающиеся труды Фёдора Григорьевича, как «Сердце хирурга», «Ломехузы», «Человеку мало века». Большой популярностью пользуется новый сборник «Советы 100-летнего хирурга». Работает также лекторий на базе Государственной публичной библиотеки. Более подробно обо всём этом смотрите на сайте: [www.uglov-fund.ru](http://www.uglov-fund.ru).



Украшением форума стало присутствие двух вдов великих людей и великих трезвенников из СПб – вдовы Ф.Г. Углова Эмилии Викторовны и вдовы оперного певца Бориса Штоколова – Нины Сергеевны с которыми мне лично посчастливилось съездить на экскурсию в Олимпийский парк.

Каким был мой личный вклад? На пленарном заседании я выступила с презентацией мероприятия в студенческом общежитии ЕГУ им. Бунина **виртуальная экскурсия «Трезвый Елец»**. Преимуществом такого подхода



является популяризация трезвых традиций родного края, информирование о выдающихся трезвенниках-земляках. Оказалось, что Елецкий край связан с именами таких великих трезвенников, как **Святитель Тихон Задонский**, священник, церковный писатель и этнограф **Дмитрий Гаврилович Булгаковский**, священник и просветитель, основатель и руководитель Рождественского Аргамаченского общества трезвости **Николай Брянцев**, великий государственный и политический деятель, один из организаторов антиалкогольной кампании 1985-1987 гг. **Михаил Сергеевич Соломенцев**. Ельчане с полным правом могут гордиться и великим трезвенным наследием писателя **Льва Николаевича Толстого**, который связан с Елецким краем фактом своей смерти, теперь станция Астапово, на которой он умер, носит название – город Лев Толстой. Эстафета трезвости подхвачена Липецким отделением Союза борьбы за народную трезвость (Н.А. Гринченко, Д.А. Афанасьев), Липецким православным братством «Трезвение», возглавляемым врачом-наркологом и священником иереем **Вячеславом Колягиным**. Активным помощником отца Вячеслава является **Елена Анатольевна Никулина**, православный психолог, имеющая большой опыт работы с зависимыми. Братством были разработаны 2 проекта: «Живи трезво» и «Трезвься и бодрствуй», получившие региональный и, последний из них, – президентский грант. В рамках последнего проекта были подготовлены: 1) второе издание книги **Н.А. Гринченко и Д.А. Ляпина** «Трезвый Елец», которая стала основой для создания документального фильма об истории трезвеннического движения в Липецкой области. Фильм будет доступен по ссылке, о чём будет сообщено дополнительно; 2) издание учебно-методического комплекса (УМК) «Уроки трезвости и здравомыслия» (**В.Н. Самарин, Ю.С. Бадалова, Н.А. Гринченко**)

В рамках единого бесплатного для всех семинара я провела **мастер-класс** по вышеупомянутому УМК на тему «Мифы о безопасном курении». Несколько добровольцев-участников конференции выступили в роли обучающихся. Аprobация данного УМК в образовательных организациях города Ельца показала, что в полном объёме спецкурс в современных школьных условиях реализовать трудно из-за перегруженности основной образовательной программы школы. Единственный школьный ресурс сегодня – это классные и кураторские часы, и отдельные мероприятия в вузе. Оптимальный возраст обучающихся 16-18 лет, т.е. старшеклассники и студенты первого-второго курсов. При известной адаптации и упрощении уроки можно проводить, начиная с 8-го класса.

Кроме того, в рамках семинара был показан видеоролик трезвости в Липецком колледже сервиса и дизайна, проведённый с обучающимися в рамках прошлогоднего регионального этапа «Рождественских чтений», который получил высокую оценку участников форума.

На форуме был также представлен мой опыт научно-исследовательской работы со студентами в рамках общей темы «Воспитание культуры здоровья школьников в процессе иноязычного образования». В ЕГУ им. Бунина выпущена коллективная монография с одним названием под общей редакцией научного руководителя Н.А. Гринченко. Речь идёт о создании дидактических продуктов на уроках иностранного языка и внеурочной деятельности с применением облачных технологий. Монография, как и другие вышеупомянутые книги, изданные на базе ЕГУ им. Бунина, будут отправлены в библиотеку на сайт СБНТ, где её смогут скачать все желающие.

Предложения и рекомендации участников Форума (в кратком изложении)\*:

Правительствам (стран участниц форума) срочно ввести механизмы экономического стимулирования отрезвления народов. Доходы от алковывручки **не должны поступать** в местные бюджеты. Эта мера снимает финансовую наркозависимость местных советов и их финансовую заинтересованность в спаивании местного населения. Предусмотреть материальное стимулирование работников-трезвенников премиями, например, до 10-20% к окладам и ставкам, как это уже сделано в ряде стран в некоторых коллективах.

Правительствам и другим государственным органам, оценку эффективности работы по отрезвлению общества центральных, региональных и местных властных структур оценивать не числом мероприятий, а конечным результатом – среднелюдским полным алкоголепотреблением (с учетом нетоварного алкоголя).

При правительствах стран мира создать государственные фонды трезвости, в целях более активного финансирования трезвеннической работы и пропаганды.

Правительствам стран планеты переиздать все работы мировых классиков, прямо или косвенно относящихся к алкопроблеме и трезвости. Переиздать все работы и произведения крупных советских, российских, украинских, белорусских, казахских, прибалтийских, молдавских и других писателей и деятелей науки, литературы и искусства по алкопроблеме.

Создавать новые профилактические документальные и художественные фильмы по указанным проблемам, открыть специальные бюджетные государственные сайты профилактической, здравосозидательной и трезвеннической направленности.

Усилить юридическое и правовое направления борьбы за трезвость. Распространить антинаркотическое законодательство на алкоголь.

Повысить возрастной рубеж лиц, которым запрещено продавать алкоголь в любых видах и по любому поводу в наших странах до 21 года, чтобы вывести студенчество, призывной возраст нашей молодёжи из ловушки привыкания к алкоголю.

Рассмотреть на Советах безопасности наших стран вопросы о неудовлетворительном выполнении «Концепции государственной политики по снижению масштабов злоупотребления алкоголем и профилактике алкоголизма среди населения Российской Федерации на период до 2020 года», от 30 декабря 2009 г. №2128-р

Правительствам и законодательным органам наших стран ввести в обязательность полной трезвости (сухого закона для себя) применительно ко всем работникам руководящих и административных органов, работникам здравоо-

хранения, образования, культуры, руководящему административно-хозяйственному составу, высшему офицерскому корпусу ФСБ, МВД, Министерства обороны, прокуратуры, суда, депутатскому корпусу и т.д.

Правительствам стран создать при ведущих, федеральных, государственных ВУЗах наших стран специальные НИИ по социально-экономическим проблемам экологии человека и собриологии.

Правительствам наших стран, совместно с учеными-историками и общественностью создать музеи трезвости во всех городах-миллионниках.

По примеру Швеции, Норвегии, Финляндии и других государств рекомендовать Государственной Думе РФ 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.

Государственной Думе РФ и Совету Федерации РФ воспрепятствовать прохождению инициативы Минпромторга РФ о выведении пива из категории алкогольных изделий, а в случае внесения такого законопроекта добиваться его безусловного отклонения.

Государственной Думе РФ и Совету Федерации РФ дать право региональным и местным законодательным органам право законодательной инициативы по регулированию оборота алкоголесодержащих и табачных изделий. В числе основных рекомендаций:

- запрет торговли алкоголем и табаком в жилых домах;
- вынос торговли алкоголем и табаком в специализированные магазины;
- вынос торговли алкоголем и табаком в спецмагазины за пределы поселений.

Правительству России обратить особое внимание на системное развитие трезвых поселений и трезвых территорий в Сибири и на Дальнем Востоке Российской Федерации, расширяя и преумножая тот трезвый и здоровый опыт, который сегодня имеется в ряде субъектов страны: Республике Саха (Якутия), Республике Тыва, Республике Бурятия, Алтайской Республике, Красноярском крае и других территориях. Предлагаем Государственной Думе подготовить, рассмотреть и принять закон, специально поддерживающий развитие трезвых территорий в Российской Федерации.

Участники форума предлагают ВОЗ, ИНТЕРПОЛ, ЮНЕСКО и другим подразделениям ООН объявить 2022 год Всемирным годом трезвости. Международной академии трезвости соответственно выйти на подразделения ООН с настоящим предложением.

**Наталья Александровна Гринченко**, доцент Елецкого Госуниверситета

Доклад был прочитан перед педагогами Липецка в рамках регионального этапа XXVIII Международных Рождественских образовательных чтений 7 ноября 2019 г., г. Липецк. Липецкий колледж сервиса и дизайна.

**На фотографиях:** Участники форума – фотография на память;

Н.С. Штоколова, Н.А. Гринченко, Э.В. Углова в Олимпийском парке; Выступает Н.А. Гринченко.

\*Рекомендации XXVIII Международного форума по собриологии опубликованы в газете «Подспорье» № 8(191) – ред.

# Помогите увидеть обман

Вновь акции, проводимые через сетевой продуктовик «Пятёрочка», направленные на унижение и уничтожение РУССКОЙ цивилизации:

Магазин выложил рекламный буклет продаваемой продукции под названием «Уют в кругу семьи». Несколько листов в буклете отведены алкогольным изделиям. А вот, что это ядовитое наркотическое пойло – об этом даже намёка нет!



Соотечественники! Кто способен различать это страшнейшее зло, - оцените цинизм, с которым алкогольное пойло мягко НАВЯЗЫВАЕТСЯ населению! И последствия не заставляют себя долго ждать (см.

## ГОРОДОВОЙ

**11 июня** в период с 3 по 11 мая с неохранными территориями аэродрома Дорохово пропали металлические конструкции из профильного листа.

**12 июня** неустановленное лицо, перепилив два навесных замка, проникло в гараж гр-на В. 1951 г.р. и похитило имущество на общую сумму 4500 руб. Возбуждено уголовное дело.

**15 июня** около 22.00 в квартире гр-ки М. 1992 г.р. на почве бытовой ссоры и находясь в состоянии алкогольного опьянения, ей угрожал убийством, демонстрируя нож, сожитель гр-ка Е. 1992 г.р. Угрозу убийством гр-ка М. восприняла реально. В

действиях гр-на Е. присутствуют признаки состава преступления, предусмотренные ст. 119 УК РФ.

**16 июня** гр-ка Ч. заявила о том, что со двора дома при неизвестных обстоятельствах пропал не принадлежащий ей велосипед красного цвета.

*По информации МО МВД России «Бежецкий»*

следующие пару картинок). Это всего лишь только официально зарегистрированные случаи! А сколько остаётся не регистрируемых всевозможных отклонений от нормальной жизни? Сколько поломанных судеб...? 80% всех убийств производится по причине алкоголя... У массы всевозможных заболеваний генераторами является алкоголь! Причина большинства сердечно-сосудистых заболеваний – это воздействие алкоголя на клетки организма!!! Пьяные пожары, разного рода нездоровые происшествия, хулиганство, ссоры, драки... А кто сможет подсчитать неврозёрки в семьях из-за алкоголя? А распавшиеся семьи и семьи на грани разрушения... Брошенные дети... Дети с пониженным потенциалом развития... – ПЕРВОпричина этому алкоголю!

Кто это ПОНИМАЕТ, для кого это неприемлемо – помогите увидеть и понять это близким, друзьям, знакомым...

Помощь утопающих – дело рук САМИХ утопающих!!!

## ГОРОДОВОЙ

**16 сентября** нарядом ДПС был остановлен автомобиль ВАЗ 2115 под управлением гр-на М. 1972 г.р., который был за рулем в состоянии алкогольного опьянения будучи лишенным права управления транспортным средством. В действиях гр-на М. присутствуют признаки состава преступления, предусмотренные ст. 264.1 УК РФ.

**17 сентября** неустановленное лицо, подломив доски сарая, принадлежащего гр-ну М. 1980 г.р., проникло внутрь и похитило 4 колеса зимней резины. Сумма ущерба 20 тыс. руб. Возбуждено уголовное дело по п. б, в ч. 2 ст. 158 УК РФ.

**18 сентября** у гр-на Н. 1973 г.р. при неизвестных обстоятельствах пропал велосипед марки «Стелс», оставленный им без присмотра возле поликлиники для взрослых.

**19 сентября** неустановленное лицо путем взлома замка входной двери и разбора части

печи с чердачного помещения проникло в дачный дом гр-на Ф. 1937 г.р. и похитило имущество на сумму 18 тыс. руб. Возбуждено уголовное дело по п. а ч. 3 ст. 158 УК РФ.

**20 сентября** в приёмный покой Бежецкой ЦРБ поступила гр-ка К. 1968 г.р. с открытой черепно-мозговой травмой. В ходе проверки полицией установлено: при распитии спиртного, в ходе ссоры телесные повреждения, ударив 4 раза по лицу и голове, нанес муж, гр. К. 1966 г.р.

*По информации МО МВД России «Бежецкий»*

Александр Николаевич Дмитриев, г. Бежецк, Тверская обл. [trezvy\\_bezheck@mail.ru](mailto:trezvy_bezheck@mail.ru)

# Перестаньте тупить!



Инфо портал «Ведомости» 29 октября опубликовал озабоченность хозяина сети «Магнит» снижением получаемой от сети прибыли и принятом решении об изменении гипермаркетов сетевика в меньший масштаб... Приводится рассказ гендиректора «Магнита» Яна Дюнинга («русская» фамилия). Чем же планируют наполнить магазины сети? «...планирует перезапустить все крупные магазины в виде больших супермаркетов с «атмосферой открытий»: «Дегустации, новинки, скидки и акции и др.». Обратите внимание: первым указано – ДЕГУСТАЦИИ, т.е. на приобретение людей к алкоголю – СПАИВАНИЮ! отводится главенствующая роль! Нет в сетевике русского духа! – одна иностранщина, основанная на том, чтобы максимизировать прибыль! Здоровье, развитие и благополучие русских и России третьестепенны! – в магазине постоянно проводятся акции, пропагандирующие западные ценности и идеалы! Таким образом сетевик используется для насаждения западных интересов через рекламу чуждых русской цивилизации, например, праздножителей (спойте население, сделать его примитивным в соответствии с западной культурой!)

Управление людьми в стране ведётся, прежде всего, БЕЗСТРУКТУРНЫМ образом! (никто ничего не приказывает, но тем не менее люди сами делают нужное хозяину!) Информация (культура – всё, что мы видим, слышим, читаем...) распространяется такая, что русского в ней ничего нет! А вот иностранщина

просто прёт во всё! Так поработается русскость. Ребёнку, растущему в такой среде, уже проблематично гордиться тем, что он РУССКИЙ! Уже трудновато ассоциировать себя с русской цивилизацией, быть патриотом РУССКОЙ Родины! А ведь именно РУССКАЯ цивилизация воспитывала своих граждан так, что уже неоднократно русский дух спасал всю Планету от порабощения! Ближайшие известные всем события – захват стран и народов Наполеоном, Гитлером, сломавшим себе зубы именно о русскость!!!

Глобализаторы, стремящиеся обрести людей на Планете в рабов (Гитлер – яркий проводник этой идеи!) давно изучили приёмы порабощения сознания, понижения нравственных основ – манипуляции людьми. И мощными инструментами для этого у них являются ТЕЛЕВИДЕНИЕ (обратите внимание, опять же русского там почти нет!), – смотря его почти все и набирают обороты различные продуктовые сетевики (где русского тоже нет!), которые посещает основная масса населения! И в магазинах навязываются образы ЧУЖДОЙ нам культуры запада!!! ведущей к примитивизации и ДЕГРАДАЦИИ! К выдавливанию НАШЕЙ ЦИВИЛИЗАЦИОННОЙ РУССКОЙ культуры, замене её на примитивное!

Чиновники – перестаньте ТУПИТЬ! Займитесь, наконец-то, самообразованием (ведь олигархат с мировыми законами целенаправленно содержат всех нас в невежестве, о чём они сами уже открыто говорят – уверены, что простонародье уже не способно даже и это понять: <https://www.youtube.com/watch?v=oN3ahxjsr6I&t=25s>), НАСТОЯЩИМ анализом происходящего! Изучите тему ПО-НАСТОЯЩЕМУ, без блудливого тупого следования навязанным стереотипам! Изучайте Концепцию общественной безопасности – как управлять, чтобы был достаток всем, чтобы, наконец-то, сотворить счастье на планете нашими руками!!!

Становись на путь от нынешних НЕДОЛЮДКОВ в Человечность, с Большой буквы «Ч»!

Александр Николаев

# Вот что говорит про алкоголь медицина

**МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ (МИНЗДРАВ РОССИИ)**

Рахмановский пер., д. 3, Москва, ГСП-4, 127994  
тел.: (495) 628-44-53, факс: (495) 628-50-58  
14-0/3076148-17739

Департамент медицинской профилактики, скорой, первичной медико-санитарной помощи и санаторно-курортного дела в дополнение к письму от 29.07.2013 № 14-3/30553502-11554 сообщает, что рассмотрел совместно с главным внештатным специалистом наркологом Минздрава России, директором ГБУЗ «Московский научно-практический центр наркологии» Департамента здравоохранения г. Москвы Е.А. Брюном Ваши обращения по вопросу о безвредной норме употребления алкоголя, поступившие на официальный сайт Минздравсоцразвития России – [www.minzdravsoc.ru](http://www.minzdravsoc.ru) от 24.07.2013 и от 31.10.2013.

Официально утвержденных норм безвредного употребления алкоголя не существует и большинство специалистов в области психиатрии-наркологии считают, что лучше вообще отказаться от употребления алкогольной продукции.

Заместитель директора Департамента Н.С. Маркарян

Алкоголь вызывает разрушение организма! На примере головного мозга это выглядит следующим образом: кислород к клеткам головного мозга доставляют эритроциты. Вокруг эритроцита – тончайшая жировая оболочка (липидный слой). Спирт, как известно, используется для обезжиривания и очистки поверхностей. При попадании в кровь молекулы спирта сталкиваются с эритроцитами, это приводит к нарушению жировой оболочки вокруг них. Эритроциты при этом приобретают новое свойство, они начинают слипаться. Образуются склейки (тромбы), размер которых может достигать до сотен и даже тысяч штук (зависит от количества выпитого). И когда такая склейка подходит к месту разветвления сосуда на более тонкие участки, происходит закупоривание, и кровоснабжение их прекращается. Примерно через две минуты нейроны мозга, кровоснабжение которых прекратилось, начинают испытывать острую нехватку кислорода. Именно это состояние кислородного голодания клеток головного мозга воспринимается нами как опьянение, некий шум в голове...

Проходит ещё минут пять, максимум семь и эти нейроны погибают навсегда. Таким образом, с каждым приёмом (даже с одного глотка) спиртодержательного изделия (водка, вино, шампанское, пиво – принципиальной разницы нет) внутрь, человек обязательно становится необратимо глупее!

Погибшие клетки на следующее утро выводятся из организма вместе с мочой. Т.е. тот, кто пьёт вино, пиво..., на утро мочится своими собственными мозгами. Как бы ни грубо это звучало, но специалисты в области медицины подчёркивают точность этой терминологии.

Причём в первую очередь страдают самые тончайшие структуры мозга, которые отвечают за критику разума, нравственность, интуитивные прозрения.

Особенно опасны пиво, шампанское и коктейли, содержащие малую долю спирта. Именно с них начинается приучение к алкоголю детей и женщин. Ядовитая жидкость – спирт, в них замаскирована остатками сула, различными добавками, приятными на вкус, не вызывающими отторжения.

Алкоголь вызывает поражение всех без исключения органов и систем человека, нарушает физиологические процессы организма, изменяет биополе, искажает работу интеллекта, являясь мутагенным веществом – вызывает дефекты в поколениях, ПОДРЫВАЕТ ГЕНОФОНД, ведя родовые линии к ВЫРОЖДЕНИЮ!!!

# Выпивка дальше – порядка больше

**Свинья грязи найдёт?**  
Нынешнее лето обозначилось не только традиционными сборами соратников ТД, но и инициативой прокуратуры Красноярского края по ликвидации торговли алкоголем в жилых домах. В этом поступке проглядывает рука нашего замечательного активиста – Сергея Сергеевича Аникина. Доброго ему здоровья! (справедливости ради надо сказать, что этому способствовала активная и настойчивая деятельность в продвижении данного законопроекта путем гражданской инициативы, поддержанной 5000 жителей Красноярья, Сергея Владимировича Митина – ред.)

Может показаться, что скромный шаг в ограничении доступности алкоголя не многого стоит, но пренебрегая малым, мы рискуем не достигнуть большего. К тому же инициативами от властных структур надо дорожить особо.

Писучая братия в лице журналистов как правило не поддерживает политику отрезвления страны. И не мудрено, потому как они накрепко подключены к идеологии и практике питья. «Свинья грязи найдёт» – их дежурная фраза в ответ на попытки объяснить эффективность любых мер по ограничению доступности алкоголя. А ведь тому доказательство – многовековая практика спаивания населения и целых народов (американские индейцы, северные народы России и другие). Местные власти имеют возможность видеть эту связь каждый день, когда просматривают сводки преступности в дни торговли спиртным и в т.н. сухие дни. Если кратко – небо и земля. В Саратове «сухими» днями являются: Татьянин день, День Молодёжи, Выпускной вечер, 1-е сентября, День Трезвости 11-е сентября. Имеет место запрещение продажи в ночное время, а в перспективе – вынос торговли алкоголем за черту города.

В завершение темы два стихотворных бульжника в сторону далеко не лучшей части российской журналистики.

Чтобы свинье чистюлей стать, Подальше надо грязь убраться. И луже быть не за углом, А там, куда идти ей «влом».

«Культура» питья – «виньетка ложной сути»  
«Культура» питья – отчаянная блажь.  
«Культуре» питья, уж вы не обессудьте  
Я выношу вердикт и говорю: «ШАБАШ!»

Лев Сергеевич Козленко, ветеран ТД, г. Саратов

Рекомендуется для публикации в СМИ

## Нашим женщинам урок

Слова песни той намёк, нашим женщинам урок.

Вот уже много раз, примерно с сентября месяца, стал часто слышать песню, льющуюся из автомагнитол, айфонов, проигрывателей: «Алкоголичка, Алкоголичка, несмотря на милое личико – Алкоголичка». Песня звучит на работе, на отдыхе, в дороге. Лично мне она противна и я бы никогда её не слушал и не транслировал. Но многие молодые люди, закачав её в свои айфоны и автомагнитолы в иномарках и микроавтобусах, с удовольствием её крутят. Видно это им «по сердцу». Первый раз эту песню исполнил Александр Рева под псевдонимом Артур Пирожков в клипе, выпущенном 7 июля 2019 года, где вместе с ним снялся известный шоумен Галлустян. Суть этого клипа: новорожденного ребёнка на «феррари» приехали, выражаясь казённым языком, «распивать спиртные напитки» у реки. Тут к ним подъезжают какие-то «люмпены» и предъявляют права на это место. В результате всё оканчивается совместной пьянкой с танцами. В них принимают участие и молодые женщины с главной героиней клипа, молодой красивой «алкоголичкой». По данным СМИ за 2 суток этот клип набрал 6 миллионов просмотров. Главная задача клипа – это внушить и показать молодёжи «как надо жить»: бухай, танцуй, имей красивую «тачку», но главное пей и всё будет хорошо, радостно и весело. По тому, как лихо многие начали закачивать себе эту мелодию, можно сделать вывод, что кукловоды добились своей цели в «обыздлении» нашей молодёжи, а особенно наших девушек и молодых женщин, чьих-то дочерей, внушек, жён, сестёр и матерей. Какая-то часть из них и вправду станет алкоголичками. Ну, да ладно про алкоголичек. Основная масса женского населения в нашем районе, читающие «Балейскую новь» скажет: «Это не про нас, мы не какие-нибудь пьянчужки». Давайте тогда о Вас, милые женщины.

Самая главная и страшная опасность употребления женщиной алкоголя состоит в следующем. В период полового созревания у девушки имеется 250-300 тысяч яйцеклеток. Природа так устроила, что оболочка яйчников, где созревают яйцеклетки, хорошо защищает их от влияния отрицательных факторов. Ведь потомство, наши дети – это святое. Эта защитная оболочка обладает 10 кратным запасом прочности от отрицательных факторов. Другие клетки организма такого запаса не имеют. И эта защита бессильна только перед одним веществом – этиловым спиртом, содержащемся в пиве, вине, водке, самогоне и других спиртных изделиях. Защита клетки не способна справиться с проникновением этилового спирта.

Благодаря тому, что данное вещество является прекрасным растворителем,

оно стремительно попадает внутрь яйчника и разрушает генетическую структуру яйцеклетки. С каждым последующим распитием спиртных изделий увеличивается количество неполноценных клеток. Точный объём спиртного, который может спровоцировать тяжкие последствия – неизвестен. Это индивидуальный фактор и зависит от многих условий. Но точно известно, что может произойти и так, что женщина за свою жизнь выпила только один бокал вина или шампанского, а по истечении нескольких лет при зачатии оплодотворится из 250 тысяч именно поражённая алкоголем яйцеклетка и ребёнок родится инвалидом. Ничего не поделаешь – принцип русской рулетки. И случаев таких полно даже у нас в Балее. Знаю, вроде бы нормальная женщина, а ребёнок инвалид. Причины назовут разные, но только не алкоголь.

Так что женщинам, которые желают родить здорового ребёнка, следует с рождения забыть обо всех «напитках», содержащих спирт в любых количествах. Существует тесная связь между возможностью зачатия мамы и её дочери. Если женщина выпивала алкогольные изделия, курила, численность половых клеток её дочери будет намного ниже нормы. К тому же в таких яйцеклетках часто отмечаются изменения на генетическом уровне, что передается в свою очередь дальше, следующему поколению. Наберите в поисковике в интернете: «Как алкоголь влияет на зачатие ребёнка» и найдите видеоролик студии «Общее Дело» – там все подробно описано.

А тем временем клип «Алкоголичка» Александра Рева делает своё чёрное дело, подводя народ к самоуничтожению. Видя и слыша сколько у нас в Балее женщин имеют проблемы со спиртным, как много женщин гуляет в кафе «Дружба» и «Даурия» в выходные, и то, что мелодия «Алкоголичка» многим пришлась «по сердцу», можно сделать логический вывод: ждите новых женщин «алкоголичек», которых не ожидает ничего хорошего.

Выход из порочного круга один – принять сознательную трезвость раз и навсегда. А кто уже имеет проблемы – обращайтесь в нашу общественную организацию. Только сознательные трезвенники, такие как в «Трезвом Забайкалье» могут помочь в решении этой проблемы, хотя многие не считают это проблемой.

**Иван Васильевич Куртов**,  
председатель Балейского отделения  
ЗРОО «Трезвое Забайкалье»,  
a.kurtova@inbox.ru, 914-445-48-43

*Автор не возражает против публикации статьи в местной прессе за вашей подписью, естественно, изменив название города (населенного пункта) на ваш и название газеты на ту, в которой собирается опубликовать – ред.*

## Бить противника его оружием

Если говорить о ТЕХНОЛОГИЯХ продвижения идеи СОЗНАТЕЛЬНОЙ ТРЕЗВОСТИ в широкие массы, о технологии пропаганды, то таковых исследований, сделанных сознательными трезвенниками, я не нашёл. А меж тем эти исследования крайне нужны. Неоднократно наблюдал, как трезвенники с должностью и медалями Чельшова, фанатично вдалбливают в умы непросвещённых, заблуждающихся граждан идею абсолютной трезвости. Это вызывает у меня уныние. Думаю это подрыв нашего авторитета и создание имиджа ПАРАНОИКОВ. Мера в нашем деле крайне необходима! Чтобы её чувствовать, нужны квалифицированные знания. Исследования. Тесты и опросы! А их нет!

Видимо, таковые исследования лежат в области СОЦИАЛЬНОЙ ПСИХОЛОГИИ.

Точно так же нужны исследования в области психологии ГОСУДАРСТВЕННОЙ ТЕХНОЛОГИИ СПАИВАНИЯ, (пропаганды идеи ПИТЬ НАДО!!!) Наше сознание, и СОЗНАНИЕ ДЕТЕЙ обрабатывается на научной основе специалистами с высокими окладами, а противостоят этому дилетанты в области психологии пропаганды хотя и с желанием, но... без нужных знаний!

И тут пора определиться и проголосовать. Принимаем ли мы исследования социологов, психологов – НЕ трезвенников, или НЕ принимаем? Этот вопрос висит в неопределённости уже тридцать лет!

Лично я много важного нашёл у учёных НЕ трезвенников. Взять хотя бы «Малую медицинскую энциклопедию». Статья Соловьёва «Алкогольное опьянение – сочетание ПСИХИЧЕСКИХ РАССТРОЙСТВ». В списке причин распространения алкоголизма указана ПРОПАГАНДА СМИ!!! Очень много написано об истории трезвого движения. А доктора наук, наркологи, Пятницкая и Портнов, перечислили в 2005-м году проблемы, по которым антиалкогольная пропаганда для детей сегодня безрезультатна!

Государственную технологию спаивания гораздо эффективнее бить исследованиями их же, государственных специалистов. Ведь для чиновника, сенатора, абсолютные трезвенники изначально больные ФАНАТИКИ, думаю, так?

С уважением,

**Владимир Михайлович Казанцев**,  
психолог, движение «В защиту прав  
детей на трезвую среду»,  
trezvo41@mail.ru

## Енисейская Сибирь

Современное трезвенническое движение берет свое массовое начало с 1981 года. Точкой отсчета стал прочитанный на Всесоюзной научно-практической конференции доклад лауреата Ленинской премии, доктора медицинских наук, академика Ф.Г. Углова, который он закончил вопросом:

«Если не будет введен «сухой закон», то необходимо объяснить народу, во имя каких «высших» идеалов мы делаем хроническими алкоголиками миллионы сограждан, содержим сотни тысяч людей, которые их обслуживают? Во имя каких «великих» целей мы производим на свет сотни тысяч идиотов и дефективных людей, которые всю жизнь сами мучаются, мучают других людей и ложатся бременем на плечи государства? Во имя чего мы несем огромные материальные и людские потери, ослабляем нашу экономику и обороноспо-

собность?!»

С тех пор, мафия, рвущаяся тогда к власти, а ныне удерживающая её, посредством алкоголя умертвила десятки миллионов наших соотечественников, в том числе населяющих сибирские регионы.

Предполагается, что проект «Енисейская Сибирь», в котором принимают участие Красноярский край, республики Хакасия и Тыва, будет инновационным культурно-экономическим кластером, с передовыми технологиями и прогрессивным типом развития, успех которого зависит от качества человеческого капитала.

Трезвенники-«угловцы» отстаивают право коренных народов на жизнь, в первую очередь, на жизнь в безалкогольной среде, ибо этанол – это яд и наркотик, который врагами нации, колонизаторами издревле используется для обогащения, порабощения и массового

убийства аборигенов.

Трезвенники-«угловцы» считают, что Россия это не колония, а коренные народы Российской Федерации – не рабы, Россия – независимое государство, а мы – свободные люди! Сибиряки, проживающие на берегах Енисея, против того, чтобы природные богатства вокруг него были разграблены, вывезены из страны, а Енисейская Сибирь выжжена, обезвожена, превратилась в пустыню и обезлюдела.

Обсуждению этого вопроса был посвящен «круглый стол» по теме: «Всероссийский день трезвости: Енисейская Сибирь за «сухой закон», прошедший 11 сентября 2019 года в Красноярской городской библиотеке им. А.М. Горького.

**Сергей Сергеевич Аникин**,  
сопредседатель Красноярского  
гражданского комитета  
«Трезвый набат», председа-  
тель КРОД «Трезвая Сибирь»

## Пить в России стали меньше, но местами – отчаяннее

Люди доводят себя до смерти алкоголем не только в провинции, но и в околостолничных регионах. От усталости и отчаяния.

Названы регионы с самой высокой смертностью от алкоголя. Лидируют Чукотка и Магаданская область, следом идут окрестности Москвы и Петербурга. В чем причина такой пугающей географии? И как это соотносится со статистикой, согласно которой Россия стремительно трезвеет?

О том, что в нашей стране пьют все меньше, мы слышим уже который год. Сначала об этом рассказывали доморощенные эксперты, а недавно оптимистичную динамику подтвердила ВОЗ. Из недавнего доклада международной организации следует, что за последние 13 лет потребление алкоголя в России сократилось на 43%.

Такая бодрая статистика не особенно расходитя и с наблюдениями обывателя, особенно столичного. Куда ни плюнь, кругом ЗОЖ, вегетарианство, любительские марафоны, осознанность, трудоголизм, перфекционизм и прочие скучные «измы». И вдруг — какая-то алкогольная смертность. К слову, Россия по этому показателю в рейтинге той же ВОЗ занимает четвертое место в мире, после Молдавии, Литвы и Белоруссии. Ну а отдельные наши регионы переплюнули в убийственном пьянстве и эти страны.

И ладно бы только Чукотка да Магадан. Это же «край земли», там «делать нечего» и «любой бы спился с тоски». Но в Новгородской-то области, в Ярославской, в Ивановской, в Тверской, в Тульской, во Владимирской что происходит? Туда что, ЗОЖ не завезли? Или люди просто не научились «брать ответственность за свою жизнь»? Там же культура, история, кремли-монастыри-заливные луга — а народ мрет от водки! И, кстати, от водки ли? ставляет задуматься. Если в лидирующих по летальному пьянству Чукотке и Магаданской области в год покупают

более 20 литров крепкого спиртного на душу, то вот в Тульской области продается меньше 9 литров на человека — а смертность от алкоголя в два раза выше средней по стране. В Ивановской, Новгородской области показатель смертности еще выше, а уровень продаж в алкомаркетах не превышает среднероссийского. Что за чертовщина?

Между тем во внезапный алкогольный ад на фоне жизнерадостной статистики Россия уже падала. И не так давно. Конец 2016-го, массовые отравления поддельным «Боярышником». Помните? Тогда еще больше пострадавших были женщины, среди них оказались медсестра и воспитательница детского сада.

Никто не утверждает, что новгородцы или владимирцы массово сидят на «фунфыриках». Не хочется переоценивать и фактор возвращения в хозяйство самогонных аппаратов (хотя говорят, что это будто бы сейчас даже модно). Более того: чтобы допить до смерти, не обязательно быть законченным алкоголиком. Статистика учитывает не только смерти от цирроза печени или несвоевременного опохмела, но и отравления, пьяные ДТП, утопления во время купания навеселе и прочие несчастные случаи под градусом.

Может быть, пить и правда стали меньше. Но, по всей видимости, отчаяннее. И вот это уже легко объясняет кажущуюся географическую странность.

Люди, живущие на столичной периферии, часто зарабатывают в столицах. Жизнь их чрезвычайно трудна. В Москве и Петербурге они обычно трудятся вахтами на тяжелых работах, живут по месяцам в нечеловеческих условиях. А некоторые, наоборот, мотаются до столиц из соседних областей каждый день — по 150-200 километров в одну сторону. Каждый день этим людям пить некогда, а вот в выходные им, вконец измученным, хочется расслабиться. Переключиться. Забыться. Было бы удивительно, если бы после адской недели эти

несчастные мечтали о походе в театр. К тому же напиться — дешевле. И катарсис, быть может, глубже.

Есть и другой момент. Пить могут не от усталости и задерганности, а от отчаяния. Те, кто не работает в богатых мегаполисах, часто туда наезжают по каким-нибудь делам или к родственникам. Туляки, оказавшиеся в Москве, или новгородцы, гостящие в Петербурге, чувствуют чудовищную несправедливость. Они видят разницу в зарплатах в полтора-два-три раза, видят благоустроенные дворы, красивые проспекты, просторные и ухоженные парки, новые поликлиники и школы, детские развивающие центры. Они не понимают, почему одни имеют все это просто по праву прописки, а другие этого лишены, потому что не там родились. Люди негодуют. Но куда им пойти со своим негодованием? Они идут в винный магазин. Или к приятелю самогонщику.

Разумеется, картина отнюдь не такая однородная. Допиваются до смерти не только от неустойчивости — и не только дешевой водкой. Путевки на тот свет выписывают себе, казалось бы, вполне благополучные и даже успешные граждане. Их дорога в ад может быть вымощена бутылками дорогого вина, рома или виски. Кто-то пьет от скуки, у кого-то экзистенциальный кризис, у кого-то «неудачные гены» или просто «что-то в жизни пошло не так».

И все же новая география российского пьянства явила нам вдруг такие закономерности, которые трудно просто взять и отбросить. Феномен алкогольного пояса столиц нуждается в более пристальном изучении.

**Марина Ярдаева**,  
<https://www.rosbalt.ru/>

*Причины пьянства ищем во всем, кроме главного — программирования и доступности алкоголя, то есть, принудительно спаивания. Наша задача — нести людям правду — ред.*

**Межрегиональная общественная организация содействия формированию здорового образа жизни «Здоровое поколение»**

Депутату Государственной Думы  
**В.В. Милонову**

Уважаемый Виталий Валентинович.

Обсуждение Вашей инициативы об ограничении продажи детского шампанского на территории нашей страны получило широкий общественный резонанс.

Благодарим Вас за то, что разделяете уверенность тысяч российских трезвенников.

Мы убеждены, Ваше обращение поможет в который раз принять верное решение и послужит вкладом в будущее нашей страны и наших детей, в их душевное и телесное здоровье.

На сегодняшний день широкая линейка слабоалкогольной продукции стимулирует интерес подростков.

Если учитывать склонность детей к экспериментированию, приобщению себя миру взрослых, через распитие спиртных напитков и обмен таким опытом среди сверстников, то вырисовывается безрадостная перспектива количества вовлеченной в потребление алкоголя молодежи.

Такая же ситуация и с табачными изделиями. Появились различные модификации сигарет - «легкие», с ароматизирующими кнопками, «элегантной» формой, ароматными наполнителями, электронные сигареты, вместе с тем развивается псевдо культура вейпинга (открыты магазины, где в свободной продаже можно купить привлекательные по внешнему виду парогенераторы, в интернете можно найти большое количество роликов как замешивать смесь для вейпа и способы его «парения»).

Существует разнообразие никотинсодержащих смесей: «снюс», «насвай», «снав» и др., которые достаточно легко приобрести и удобно хранить. Для некоторых подростков употребление данных смесей служит альтернативой курению, в том числе из-за того, что от них нет запаха, таким образом, повышается вероятность остаться незамеченными взрослыми. Подростки знают, что потребление алкоголя, табака детьми – это социально неодобряемое поведение, но так хочется «примерить» на себя мир взрослого. На вопрос о мотивах и стимулах к табакокурению и употреблению алкоголя, в графе «Хотят показаться взрослыми», утвердительно ответили 59% опрошенных подростков 9-11 классов. Потребность присоединиться к миру взрослых проявляется, через приобщение к алкоголю и табаку. Чтобы оградить свой «взрослый мир» от взрослых, подростки предпочитают использовать ПАВ не вызывающие подозрения: со сниженным видимым эффектом действия вещества, без резкого запаха; в удобной, не привлекающей внимание взрослого упаковке.

В 21 веке перед обществом остро встала проблема массового распространения употребления психоактивных веществ населением страны. Под психоактивными веществами (ПАВ) следует понимать – любое химическое вещество (или смесь естественного или искусственного происхождения), которое влияет на функционирование центральной нервной системы, приводя к изменению психического состояния. К ним относятся: психотропные средства, наркотики и токсиманические вещества, включая алкоголь, табак.

Развитие технологий привело к созданию более изощренных способов распространения ПАВ (через интернет, «закладки» и др.) и вариативности их видов.

# Приглашение к сотрудничеству

Это письмо адресовано Депутату Государственной Думы В.В. Милонову. Однако его содержание и суть гораздо шире. Это приглашение к широкому сотрудничеству всех организаций, государственных и общественных деятелей в деле защиты от алкогольно-табачной, наркотической угрозы и трезвления нашего общества.

Мы, Союз борьбы за народную трезвость (СБНТ), готовы к такому сотрудничеству. Готовы обмениваться планами и опытом трезвеннической деятельности, участвовать в совместных мероприятиях и акциях.

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



Помимо наркотиков растительного происхождения и сделанных на их основе (полусинтетических), появляется большое количество синтетических наркотиков (искусственного происхождения). На 2018 год в списке наркотических веществ и психотропных средств зарегистрировано более 200 наименований, оборот которых в Российской Федерации запрещён, около 150 веществ были введены в список последние 10 лет. Увеличилась линейка алкогольной продукции, особенно слабоалкогольных изделий. Появились такие слабоалкогольные напитки, как: алкогольные коктейли; крошоны; тонизирующие алкогольные напитки: хайболы, рикки, коллинзы, физы, джейзи, спинги, кулеры, джулепы, сангари, коблеры, фиксы; фруктовые напитки с небольшим содержанием алкоголя; энергетика с алкоголем («Ягуар» и «Страйк») и т.п.

Маркетинговая политика алкогольных и табачных компаний направлена на подростков, как потенциальных потребителей их продукции в течение еще продолжительного времени, при этом, в первую очередь опираются на «слабые места» в их психологии. Для снижения страха приобщения к алкоголю, табаку, вовлечение в потребительскую активность используют приемы: «привлекательного образа»; «нейтрального или приятного вкуса»; «финансовой доступности»; «использование медийных личностей»; привлекательных для молодежи – блогеры, реперы и пр., желательна с большой интернет аудиторией; «участие в конкурсах» – купи и выиграй и т.д.; «рекламы безалкогольной линейки продукции компании, которая выпускает и алкоголь в том числе»; «использование лозунгов, хэштегов на упаковке», хэштег применяется как связующий элемент с группами где идет реклама компании и конкретного продукта, с сообществами, которые проводят концерты, вечеринки под эгидой бренда; прием «информационных вбросов», например, о пользе пива и др.

Красочная упаковка с картинками ассоциируется с безалкогольным напитком (с одной стороны мозг подростка воспринимает такой напиток, как безопасный, с другой

стороны позволяет замаскировать принадлежность такого напитка к алкогольной группе). Также нейтральные или приятные на вкус слабоалкогольные напитки, ароматизированные сигареты, не вызывающие рвотного рефлекса, и дающие легкий эффект эйфории, напрямую воздействуют на психику.

Сочетание приятного, или, по крайней мере, не отталкивающего по вкусовым качествам алкоголя, с низким токсическим эффектом и удовлетворение ведущей потребности подростка, или снятие дискомфорта психоэмоционального состояния имеет все шансы стать ситуацией, в которой произойдет аттачмент (стойкая и сильная эмоциональная фиксация на воздействие, изменившем дискомфортное психическое состояние). Аттачмент влечет за собой интенсивное желание повторить пережитое состояние. Появляется чувство возможности контролировать самостоятельно свои эмоциональные состояния, избавляться от нежелательных эмоций без чьей-либо помощи, что было ранее невозможно. Осознание такой возможности контроля само по себе имеет сильный психологический эффект, так как повышает самооценку, веру в собственные силы, избавляет от межличностной зависимости. Создается опасная иллюзия самостоятельности, независимости, свободы. Таким образом, аттачмент становится началом формирования зависимости от алкоголя и других ПАВ, а отсутствие негативного эффекта от современных алкогольных напитков, только усиливают такую реакцию.

Возраст наиболее массового начала употребления обучающимися общеобразовательных организаций табака (сигарет, вейпов, снюсов) – 11-12 лет, алкогольных напитков (исключая пиво) – 14-15 лет, пива 13 лет, наркотиков 13 лет. (Нужна статистика по Москве). Общая динамика распространения ПАВ среди молодежи по стране не утешительна. Так наблюдается рост подростковой наркомании, табакокурения, в частности среди девушек. Курящими являются около 40% подростков, около 25% из них – это юные дети.

Рассматривая факторы риска

приобретения подрастающего поколения к ПАВ, нужно понимать, что в первую очередь вызов брошен взрослым, которые обязаны защитить детей. Мы же в свою очередь, большинство взрослых, достаточно некомпетентны в вопросах профилактики. Проблемой становится, когда некомпетентные взрослые начинают проводить профилактику. Иногда такая профилактика наоборот возбуждает интерес подростков к веществам или поведению, на которые были направлены превентивные меры. Проводимые мероприятия не должны содержать сведения о способах получения и применения ПАВ, об особенностях их воздействия и связанных с ними приятных ощущениях, чтобы не стимулировать нездоровое любопытство.

Многие родители представления

При поддержке Антинаркотической комиссии Санкт-Петербурга и по благословению Митрополита Санкт-Петербургского и Ладожского Варсонофия, в Санкт-Петербурге с 11 по 22 сентября 2019 года состоялся первый Санкт-Петербургский Фестиваль трезвости «Трезвая волна».

Фестиваль был приурочен к Всероссийскому дню трезвости в России, который празднуется ежегодно 11 сентября.

Цели фестиваля – не только привлечь внимание общества к проблеме алкогольной зависимости, но и показать людям, как можно трезво отмечать праздники и проводить досуг весело и интересно без алкоголя. Ведь если химическая зависимость в настоящее время осознается как глобальная угроза, то проблема алкоголизма до конца не признана со всей серьезностью, несмотря на миллионы разрушенных судеб и семей.

Организаторами выступили Координационный центр по противодействию наркомании и алкоголизму Санкт-Петербургской епархии, Общественная организация «Здоровое поколение», Содружество Анонимных Алкоголиков России, общественное движение «Трезвая Жизнь».

## Волна первая.

11 сентября в 15:00 состоялся традиционный Соборный молебен о страждущих недугом винопития и наркомании. Молебен прошел в Храме Воскресения Христова у Варшавского вокзала. В богослужении приняли участие священнослужители Санкт-Петербургской епархии и общины трезвости Санкт-Петербурга.

## Волна вторая.

20 сентября состоялся круглый стол для специалистов, а также экскурсия по Александро-Невской Лавре с посещением Никольского кладбища.

## Волна третья.

21 сентября в 16:00 в рамках Фестиваля в концертном зале АО «Завод АТИ» (Цветочная улица, 16) прошел семейный спектакль «Поллианна» в постановке благотворительного театра «С миру по нитке».

## Волна четвертая.

22 сентября в Московском парке Победы состоялся большой семейный праздник Трезвости с обширной концертной программой. Посетителей заинтересовали конкурсы и кроссворды «Трезвая семья – счастливая семья», игры для детей и подростков, а также танцевальные мастер-классы, спортивные соревнования и призы.

Открылся праздник торжественным молебном перед чудотворной иконой Божией Матери «Неупиваемая Чаша».

Интерес вызвала выставка программ и проектов, занимающихся помощью алко- и наркозависимыми в Санкт-Петербурге и Ленинградской области.

В день мероприятия в Парке можно было анонимно пройти экспресс-тестирование на ВИЧ.

**Пресс-конференция**, посвященная Первому петербургскому фестивалю трезвости «Трезвая волна», прошла в Доме журналиста (Невский пр. 70) 18 сентября

## В ней приняли участие:

**Светлана Габуева**, главный специалист сектора по обеспечению деятельности Антинаркотической комиссии в Санкт-Петербурге;

**Надежда Бондаренко**, начальник 4 отдела Управления по контролю за оборотом наркотиков Главного управления Министерства внутренних дел Российской Федерации по г. Санкт-Петербургу и Ленинградской области;

**Протоиерей Максим Плетнев**, руководитель Координационного центра по противодействию наркомании и алкоголизму ОЦБСС Санкт-Петербургской епархии;

**Владислава Селина** исполнительный директор фестиваля «Трезвая волна», руководитель Санкт-Петербургского отделения Межрегиональной общественной организации «Здоровое поколение»;

**Андрей Нечаев**, генеральный директор АО «Завод АТИ», г. Санкт-Петербург, руководитель общественного движения «Трезвая жизнь».

не имеют о всём разнообразии ПАВ и способах их распространения. Более того, многие находятся в заблуждениях о безвредности некоторых психоактивных веществ. Стоит сказать о том, что наблюдается дисбаланс между ответственными сторонами, призванными организовывать профилактическую работу.

Мы предлагаем всем заинтересованным сторонам, солидарным с нашей миссией, выйти на сотрудничество с нашим Движением «Здоровое поколение».

Будем признательны за Вашу профессиональную оценку такого сотрудничества. Мы готовы рассмотреть любые Ваши предложения по формату совместной работы.

Приложение: Информационная справка об успешно проведенном профилактическом мероприятии в 2019 году – фестивале «Трезвая волна»

**Владислава Александровна Селина**,

Руководитель Санкт-Петербургского отделения Межрегиональной общественной организации «Здоровое поколение», Исполнительный директор фестиваля «Трезвая волна» Тел. +7-911-930-98-04, +7-921-375-17-18 vladislava.selina@yandex.ru

## Приложение



# Родники родные Родины зовут



9-10 ноября 2019 года в г. Ижевске прошла Межрегиональная конференция «Мудрость и молодость в трезвой жизни», на которой присутствовали более 100 активистов общественных организаций, учёных, врачей, педагогов и других граждан, заинтересованных в оздоровлении Удмуртии и России.» В работе конференции принимали участие члены Регионального общественного движения «За трезвую Удмуртию», члены клубов, обществ и братств трезвости из всех городов и 11 районов Удмуртии, а также ученые из Татарстана, Чебоксар, Кирова, Екатеринбург. Через Интернет в обсуждении вопросов утверждения здорового трезвого образа жизни принимали участие ученые Москвы, Краснодарского края, Нижнего Новгорода, Якутска, Красноярска, Томска, Сочи, Челябинска и других городов.

Конференция традиционно началась с исполнения гимна России и гимна «За трезвую Удмуртию». Конференция была просвещена 35-летию создания ижевского методического клуба «Родник», Когда речь зашла о про-

исхождении названия клуба «Родник», то звучала песня «Клуб трезвости «Родник» в исполнении Людмилы Бабинцевой, Веры Камашевой и Николая Январского.

**Песня о клубе трезвости «Родник»**  
Рек больших и славных на Руси немало,  
А родник – начало для любой реки.  
Ручейки Сибири, кипуны Урала –  
Нас роднят с тобою родники.

Клуб «Родник» родился от любви к упавшим,  
От святых и горьких материнских слёз,  
От слезинки детской, от росинки каждой  
И от белоснежных над ручьём берёз.

**Припев:**  
Клуб трезвости «Родник»  
Свет чистый сохрани!  
Клуб трезвости «Родник»  
Смелее нас родни!

Наша память – речка, сколько ты вместила  
Ручейков, бегущих через даль веков.  
А мелеют реки? – это в наших силах -  
Чтобы стало больше родников.

## Припев

Над Россией снова вороньё летает,  
Молодые души грязью обдаёт.  
Но зимой и летом родники омоют,  
Родники родные Родиной зовут.

## Припев

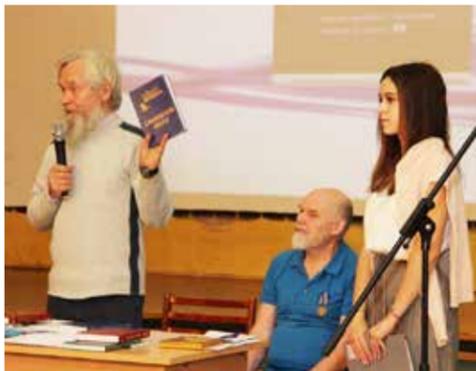
Горячими аплодисментами были встречены прибывшие гости, приехавшие, чтобы поздравить клуб с 35-летием. В.М. Шашарин, старейшина трезвенников Нижнекамска подарил клубу великолепного слона, чтобы клуб стал ещё более мощным. Преподаватель университета из г. Чебоксары Н.Г. Русинова привезла подарок от соратников Чувашии. В.И. Мелехин, председатель партии «Сухого закона России», блестяще продемонстрировал оздоровительную ходьбу с палками при одновременном чтении лекции об утверждении трезвости. Учёный из Кирова Владимир Николаевич Волков, наш общий любимец, и его дочь Аня стали победителями в Российском конкурсе творческих работ о выдающихся трезвенниках России и мира. Его дочь Аня получила медаль МАТР имени Н.И. Пирогова и диплом лауреата.

Было много воспоминаний о работе клуба за 35 лет.

Благодаря методической помощи клуба трезвости «Родник» были созданы клубы и общества трезвости в большинстве районов Удмуртии, созданы объединения РОД «За трезвую Удмуртию» и «Молодёжь за трезвую Удмуртию», «Трезвый Ижевск», Ижевская Школа здоровья.

В Ижевской Школе здоровья и ее филиалах прошли курсы по методу Г.А. Шичко по избавлению от вредных привычек более 11 тысяч человек. Сегодня сотни соратников благодарно повторяют слова Г.А. Шичко: «Занятия по избавлению от вредных привычек должны начинаться и заканчиваться в клубах трезвости. Где есть клубы трезвости,

там трезвость начинается. Где нет клубов трезвости – она заканчивается». Активисты клуба трезвости такие как А.А. Салахутдинов, Т.В. Бушуева, Т.В. Шутова, И.А. Миловидова, О.Т. Слесарева, Н.И. Январская, Г.Ф. Еремина, Э.В. Чекина, В.В. Шкляев, В.И. Копысов, И.И. Жигалов и другие были награждены грамотами и почетными призами, в том числе книгами И.В. Дроздова.



Особенно тепло приветствовали соратники спектакль «Русский крест» по поэме Николая Мельникова, с которым члены клуба «Родник» побывали во многих селениях Удмуртии. Важным решением конференции было создание профсоюза трезвенников, что было поддержано всеми участниками конференции. В настоящее время руководят клубом трезвости «Родник-трезвая семья» совет клуба и его сопредседатели А.А. Салахутдинов, Т.В. Шутова и Н.В. Январский.

**Николай Кочанов,**  
г. Ижевск

## На фотографиях:

Общая на память;  
Лауреат конкурса Аня Волкова награждается книгой И.В. Дроздова

Выдержки из итогового документа конференции см. «Подспорье» №8(191) – ред.



**Крафт Иван Иванович** стал губернатором Енисейской губернии 15 августа 1913 г. До этого назначения Иван Иванович в течение семи лет служил губернатором в Якутии, сделав множество преобразований в жизни этого далекого сибирского региона. Опыт, полученный в предыдущем губернаторстве, огромное желание помогать людям, любовь и сострадание – все это новый губернатор использовал в своей деятельности в Приенисейском регионе. Иван Иванович в своих начинаниях нашел особенно сильную поддержку в лице главы епархии – епископа Никона (Бессонова). И губернатор, и архиерей главной задачей своей работы видели решение самых сложных социальных проблем – борьба с пьянством, проституцией, с бедностью, помощь сиротам, больным, расширение благотворительности и просветительства. Тот энтузиазм и энергия, с которой губернатор и епископ Никон начали воплощать свои замыслы – дали хороший результат.

Первое из направлений в совместных проектах епископа и главы региона – это борьба с пьянством. Государство с начала XX века всячески призывало население создавать общества трезвости. Различные просветительские организации совместно с медиками

## Губернатор Крафт и его дела

читали публичные лекции о вреде алкоголя. В губернии трезвенническая работа была эпизодической и слабо организованной, тогда как алкоголизм среди населения возрос, особенно благодаря переселенцам. Епископ Никон и губернатор И.И. Крафт 26 сентября 1913 г. организовали в Красноярске праздник трезвости, с крестным ходом, который собрал значительное число людей. Вечером того же дня в архиерейском доме состоялось собрание трезвенников, на котором присутствовал губернатор Крафт. Участие губернатора и высших сановников в этом событии давало надежду на оживление трезвеннической работы в регионе. Так и случилось. Сотрудничество светской и церковной властей приводило к возрождению Красноярского общества трезвости во главе с епископом Никоном. Очередной праздник трезвости в Красноярске провели 9 апреля 2014 г. Подобные торжества прошли в Минусинске и других населенных пунктах губернии. На празднике читали лекции, ставили спектакли, распространяли листовки, собирали пожертвования на трезвенное движение. Общество трезвости расширило свою деятельность с началом Первой мировой войны. В стране был введен запрет на свободную продажу алкоголя в условиях военного времени. Трезвенническая работа Красноярского общества трезвости стала очень актуальной.

Еще одним важным событием стала в июне 1914 г. паломническая поездка членов Братства трезвости в г. Иркутск, откуда была привезена частичка мощей святого Иннокентия Иркутского. Иннокентий Иркутский являлся самым почитаемым сибирским святым. Масштаб паломничества, организованность, торжественность, с которой проведено было мероприятие, говорят о том, что без поддержки губернатора это событие не осталось.

Большое внимание губернатор

И.И. Крафт уделял помощи беднякам, детям сиротам, больным, старикам. Его социальная политика, опирающаяся на организацию местных сил, сбор пожертвований, была направлена на помощь самых незащищенных и обездоленных слоев населения. Среди наиболее важных проектов стоит назвать создание городской глазной лечебницы с амбулаторией, где с платой принимали только состоятельных людей, а люди бедные получали помощь бесплатно. В губернии начало работу Отделение попечительства о слепых под председательством Ивана Ивановича. Отделению удалось открыть приют для слепых при Знаменском женском монастыре в память Трехсотлетия царствования Дома Романовых. Император Николай II выразил благодарность губернатору и епископу за их благое начинание, подтверждающее сердечную поддержку и сотрудничество руководителей региона.

В продолжение социальных проектов губернатор ходатайствовал перед городской думой об отводе участка земли под колонию для душевнобольных. Подобные колонии существовали во многих городах и содержались на средства земств. В Красноярске душевнобольные пока содержались при городской больнице, в тесноте и изоляции.

По инициативе губернатора в Красноярске было создано Общество помощи бесприютным детям. Беспризорники были собраны и помещены в Синельниковский Щеголевский и Владимирский приюты в количестве 42 человек. Содержались дети за счет пожертвований, собираемых с горожан. Дети были одеты, сыты, не мерзли и не попрошайничали на улицах города. В приютах они обучались.

Также было образовано Общество попечения о нищих, которое содержало более 50 человек калеков и старцев. Для сбора средств в пользу обществ был устроен 26 сентября – день Святого Иоанна

Богослова – «Праздник Сердца», где продавались значки и иные изделия, собирались пожертвования, проводились благотворительные лотереи. И губернатор, и епископ призывали всех неравнодушных красноярцев поучаствовать в дне милосердия к беднякам.

Следующим совместным проектом Крафта и епископа Никона стало создание Иннокентьевского приюта для подкидышей и Общество попечения о подкидышах. Оставленных матерями детей и ранее принимали в родильном отделении при городской больнице, но это было не систематически, ребятишки становились обузой для отделения. Подкидышей в городе с каждым годом становилось все больше. Необходимо было создать организацию, способную не только принять младенцев, но и оказать им помощь, позаботиться о их судьбе. Также было крайне необходимо уберечь матерей от детоубийства, чтобы они могли отдать ребенка, а не лишиться его жизни. Приют организован был по замыслу губернатора, председателем избрали епископа Никона. Руководил приютом и решал все организаторские дела врач Н.Д. Агеев. Через год работы приюта, Агеев отчитывался: «Смертность детей велика. Большая часть подброшенных младенцев – рахитники, недоношенные, простуженные и зараженные». Однако результатом работы стало отсутствие преступного детоубийства и спасенные жизни 30 ребятишек. Значительную помощь в работе приюта оказывало Енисейское общество врачей. Также Агеев благодарил, что приюту охотно помогает население, жертвуя вещи, питание, кровати. При настойчивости губернатора приют получал от города ежегодное пособие в размере 500 рублей.

Забота о детях, которую проявлял губернатор Крафт, выразилась и в создании колонии для малолетних преступников, рассчитанной на 25

человек. При колонии для ребят был организован огород, столярная и слесарная мастерские для обучения детей. До открытия колонии дети преступников содержались совместно с родителями в тесных грязных камерах, плохо питались, не имели никакого занятия, сомнителен был и морально-нравственный облик людей, окружающих детей. Все общества и начинания губернатора требовали значительных средств, только одних добровольных пожертвований не хватало, и Иван Иванович просил городскую думу ассигновать 2000 рублей на содержание всех обществ.

С началом Первой мировой войны развернули активную помощь фронту. Эту помощь организовывали как через светские, так и через церковные благотворительные организации. Царствующая семья дома Романовых возглавила широкую благотворительную работу по оказанию различных видов помощи воинам и населению. Императрица Мария Федоровна руководила работой Красного Креста, который главной своей задачей видел организацию лазаретов, больниц, подготовку медперсонала для спасения жизни воинов. Помощь семьям ушедших на фронт солдат оказывал Елизаветинский комитет (Елизавета Федоровна), Ольгинский комитет (дочери императора Ольги Николаевны) – помогали найти работу женам солдат, Татьянинский комитет (дочери императора Татьяны Николаевны) занимался благоустройством беженцев. У нас в губернии наиболее масштабную деятельность развернул Елизаветинский комитет. Традиционно во главе этого комитета вставал губернатор, но у нас в губернии возглавил этот комитет епископ Никон в августе 1914 года. Губернатор, понимая, что значительно большую помощь смогут оказать приходские организации и церкви, передал благотворительную работу епископу. Никон смог открыть приходские попечительства в каждом приходе. Они собирали деньги,

Продолжение на стр.12

# ЗОЖ с поллитрой? Минздрав адекватен?



Недавно Федеральная служба государственной статистики, известная как Росстат, опубликовала результаты исследования о приверженности граждан страны здоровому образу жизни. Оказалось, что таких людей в России – всего 12%. Правда, доля зожевцев сильно отличается в разных регионах: от почти 50% в Ингушетии до 0,4% на Чукотке.

Подобные опросы проводятся различными организациями регулярно. Особенность этого в том, что он является составляющей Национального проекта «Демография» и такие обследования населения будут проводиться Росстатом ежегодно до 2024 года.

Собственно, в этой новости не было бы ничего необычного, если бы не одно обстоятельство. Оказалось, что для попадания в число приверженцев ЗОЖ, по методике Росстата, наряду с не курением, правильным питанием с овощами и фруктами, физической активностью и ограничением потребления соли, можно вполне себе пить, точнее – травить себя алкоголем, но в, так сказать, допустимых объемах: в пересчете на чистый спирт, не более 168 грамм в неделю.

## Пять официальных условий ЗОЖ по Росстату

- Отсутствие курения.
  - Потребление овощей и фруктов ежедневно в количестве 400 г.
  - Адекватная физическая активность не менее 150 минут умеренной или 75 минут интенсивной физической нагрузки (в неделю).
  - Нормальное потребление соли (не выше 5 г в сутки).
  - Употребление алкоголя не более 168 г чистого спирта в неделю для мужчин и не более 84 г для женщин.
- Методика по определению ЗОЖ была утверждена Росстатом в марте 2019 года.

Для понимания, 168 грамм этанола, или в объемных величинах – 210 мл, эквивалентны 525 мл 40-градусной! Более пол-литра водки! Следуя методике Росстата, мужчина, употребляющий в неделю не больше этого предела, например, пол-литровку водки в выходные, при этом не курящий (правда, что бывает крайне редко), и, тем не менее, вполне может назвать себя ЗОЖевцем. К этой же категории, с полным основанием, по методике Росстата, могут отнести себя и жительницы России, потребляющие, правда, в 2 раза меньше: то есть, полбутылки водки или эквивалентное количество любого другого спиртного.

Что же получается? Здоровый образ жизни, за который сегодня ратуют чуть ли не все, начиная от президента и до учителя в школе, это вот такой ЗОЖ?! С пол-литрой?

## Путин: Здоровый образ жизни должен стать нормой в обществе.

Президент выступил на учредительном съезде Ассоциации студенческих спортивных клубов (26 июня 2013 г).

Естественно, данное обстоятельство вызвало недоумение и возмущение в кругах сторонников трезвого образа жизни.

Вот, например, активисты Московского Союза борьбы за народную трезвость опубликовали во Вконтакте подборку под названием «Дегградация нации по нормам

## Важная и радостная новость! Создан информационно-аналитический Ютуб-канал «Трезвые вести»

Соратники! Группа товарищей из Новосибирска организовала канал «Трезвые вести». Уже выложено 6 роликов Первый - по табачной 100-метровке. <https://youtu.be/oleSYuالتgQ>. 27 октября выложен второй видеоролик о детях, гибнущих в пьяных пожарах [https://youtu.be/sM\\_JO9Oraps](https://youtu.be/sM_JO9Oraps)

Функции главного редактора исполняю пока я. Приглашаю к просмотрам и поддержке. Как обычно, подписывайтесь, ставьте лайки, оставляйте комменты. Критические замечания, даже жесткие, приветствуются.

Ссылка <https://www.youtube.com/channel/UCcpHgS5JswZmHIDtEzqJGg>. С уважением,

**Крупенько Сергей Евгеньевич**

*От себя добавлю. Очень радует, что создателем и редактором этого канала является С.Е. Крупенько – профессиональный журналист. Уже первый ролик демонстрирует этот профессионализм. Поддержка же канала, на мой взгляд, заключается не только и не столько в просмотрах, комментах и лайках, но и в максимальном распространении информации о выпуске канала «Трезвые вести». А главное, в том, чтобы все ваши видео и просто новостные сюжеты появлялись на этом канале, чтобы трезвые вести шли со всей страны. Для этого, все сюжеты, доступные по объему электронной почте, шлите на адрес редактора [trez-gorod@ngs.ru](mailto:trez-gorod@ngs.ru), а объемные видеоматериалы выставляйте на своем яндекс-диске и сообщайте редактору ссылку на них.*

*Здесь мы публикуем текстовый вариант ролика, вышедшего 14 ноября 2019 года «Поллитра водки ежедневно – это ЗОЖ?! Минздрав адекватен?» <https://youtu.be/3TrPJrXoYUo>. Обратите внимание на количество ссылок, приведенных в ролике в виде картинок (здесь мы все привели не могли, площадь не позволяет, дали их содержание в виде цитат). Найдти их, записать и смонтировать материал одному человеку крайне тяжело. И хотя Сергей Евгеньевич написал: «Группа товарищей из Новосибирска организовала канал», – фактически работает он пока один, не считая операторов, ведущих съемку. Ему очень нужны помощники! Поэтому я призываю соратников, знающих толк в работе с интернет-материалами, в поиске источников информации, в монтаже, наконец – предложить редактору свою помощь!*

*По значимости для трезвеннического движения, для распространения трезвеннических идей и информации в массы, считаю, что канал «Трезвые вести» встанет в один ряд со студиями «Общего дела» и «Думай сам/Думай сейчас». Поэтому его нужно не просто поддерживать, а всячески развивать. А это, без нашего участия, соратники, невозможно.*

*Кстати, кто не может оказать творческую и техническую помощь, но может поддержать канал финансово – это тоже можно и нужно делать.*

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

## нацпроекта «Демография»:

«Росстат 08 ноября 2019 года назвал число, ведущих «здоровый», но не обязательно трезвый образ жизни россиян.

На основании первых статистических данных в России только официально не деградируют 12% россиян».

А другой активист трезвеннического движения Равиль Тенишев опубликовал на своей странице такие рассуждения: «Сидит жена дома, приходит домой муж, отравленный алкогольным ядом в количестве 400 мл, и говорит что он зожник, а она ему и предьявить ничего не может, вот документ, читай!»

И в самом деле, что это за ЗОЖ по методике Росстата? Может быть, это какая-то самодеятельность малограмотных чиновников? Так, нет же! Вот в самом тексте соответствующего приказа Росстата есть ссылка на методику опроса ВОЗ – STEPS.

Вот и сама министр здравоохранения России Вероника Скворцова, комментируя итоги исследования Росстата, заявляет, что методика разработана при участии Минздрава по рекомендациям Всемирной организации здравоохранения.

Давайте, посмотрим эту методику опроса – STEPS.

Есть там вопросы и по алкоголю, в том числе по количеству выпитого спиртного в пересчете на так называемые стандартные дозы алкоголя – СД.

Известно, что стандартная доза алкоголя равна 8 граммам чистого спирта, или в объеме – 10 мл этанола. Есть ВОЗовские рекомендации по количеству этих самых доз и соответствующим рискам для здоровья, которые наш российский Минздрав также использует в своих методических и информационно-просветительских материалах.

Вот, например, рекомендации главного Центра профилактической медицины минздрава России, из которых следует, что для мужчины при употреблении 3-4 стандартных доз алкоголя в день и до 21 дозы в неделю существует лишь так сказать «низкий риск для здоровья». Для женщин, соответственно, 2-3 дозы в день, или 14 доз

в неделю.

На этом плакате, правда, авторы запутались в граммах и миллилитрах, ну, да ладно. Отсюда видно, как получаются те самые «зожевские» 168 грамм спирта в неделю: как произведение 8 грамм спирта на 21 дозу. Кстати, Росстат для женщин этот так сказать «низко-рисковый» объем спиртного почему то снизил с ВОЗовских 14-ти до 10,5 в неделю. Проявил, так сказать заботу.

Причем, сами специалисты Минздрава, наркологи, отмечают, что эти рекомендации по «низким рискам» - очень условны, так как рассчитаны на среднего по массе человека, со средней сопротивляемостью к отравляющему воздействию этанола, и могут использоваться только как крайние условные ориентиры.

Надо особо отметить, что специалисты ВОЗ, разработавшие эти рекомендации, отмечают, что не принятой дозу алко-яда нельзя «бонусом» переносить на другой день. А вот, в методике Росстата, одобренной Минздравом страны, этой оговорки уже нет. Если придерживаться рекомендаций ВОЗ, то речь должна идти о потреблении спиртного в сутки, а не за неделю. Поэтому только на одном этом основании методику Росстата необходимо пересмотреть.

При этом, сами специалисты ВОЗ, а теперь и специалисты российского Минздрава постоянно подчеркивают, что речь ни в коем случае не идет о безопасных дозах спиртного, что безопасных доз

алкоголя не существует.

Например, заходим на сайт Европейского регионального бюро ВОЗ и читаем комментарий доктора Ларса Моллера к вопросу «Возможно ли употреблять алкоголь без вреда для здоровья?».

Доктор Моллер отвечает: «Наверное, такой ответ не всем придется по душе, но безопасной дозы алкоголя не существует. Конечно же, есть уровень потребления, при котором риск будет достаточно невелик, однако ВОЗ не устанавливает четких значений для таких доз, поскольку фактические данные свидетельствуют о том, что для здоровья безопаснее всего не пить вообще». Конец цитаты.

Специалисты Минздрава России даже обижаются на журналистов, которые, мол, нередко переворачивают их рекомендации. Вот не так давно Центр профилактической медицины Минздрава даже специальное опровержение опубликовал, что мол, журналисты «Известий» ис-

## Министерство здравоохранения Российской Федерации

Информация ГНИЦПМ относительно допустимых норм потребления алкоголя

15 июня на страницах газеты «Известия» был опубликован материал Евгении Перцевой «Институт Минздрава подсчитал, сколько можно пить», в котором абсолютно бесосновательно говорится о нормах потребления алкогольных напитков, которые якобы рассчитаны сотрудниками Государственного научно-исследовательского центра профилактической медицины Министерства здравоохранения РФ (ГНИЦПМ).

Используя материалы листовки (во вложении), автор публикации произвела собственные расчеты и сделала собственные выводы, выдавая их за позицию ГНИЦПМ.

На самом деле не существует никаких НОРМ и БЕЗОПАСНЫХ уровней потребления алкоголя. Речь идет только о количествах алкогольных напитков, которые могут в той или иной мере увеличивать риск последствий их употребления для здоровья. Эти уровни действительно рекомендованы Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ) для работы с пациентами и могут быть использованы в информационной работе с населением.

Понятие стандартной дозы, о котором рассказывается в листовке, необходимо для расчета потребляемого человеком алкоголя. В нашей стране, как и в большинстве европейских стран, за эквивалент стандартной дозы принимается 10 г 96%этилового спирта.

Что касается этикеток, то речь идет о предложениях по размещению информации о количествах стандартных доз, которые содержатся в том или ином алкогольном напитке, но никак не о НОРМАХ его потребления.

Государственным научно-исследовательским центром в настоящее время проводится большая работа по внедрению в практику здравоохранения подходов, направленных на раннее выявление лиц, с риском пагубных последствий употребления алкоголя и оказания им медицинской помощи. В нашей стране стартовал проект, организованный ГНИЦПМ и поддержанный Министерством здравоохранения. В пилотных поликлиниках 5 регионов страны: Красноярском крае, Астраханской, Брянской, Вологодской и Томской области, подготовлены специалисты, которые будут выявлять людей с разумным уровнем потребления и оказывать им консультационную помощь.

## Методика расчета показателя «Доля граждан ведущих здоровый образ жизни (процент)»

Настоящая методика разработана для оценки показателя «Доля граждан ведущих здоровый образ жизни (процент)».

Показатель показателя «Доля граждан ведущих здоровый образ жизни (процент)» – интегральный показатель приверженности населения здоровому образу жизни, представляющий собой сочетание поведенческих факторов риска, является условной характеристикой здорового образа жизни и включает в себя следующие индикаторы/компоненты:

Отсутствие курения.  
Потребление овощей и фруктов ежедневно в количестве 400 г.

Адекватная физическая активность не менее 150 минут умеренной или 75 минут интенсивной физической нагрузки в неделю.

Нормальное (не выше 5 г NaCl в сутки) потребление соли.

Употребление алкоголя не более 168 г чистого спирта в неделю для мужчин и не более 84 г для женщин.

В расчете приверженности здоровому образу жизни учитывается распространенность факторов риска в популяции.

Распространенность анализируемых факторов риска определяется на выборке с использованием итогов опроса, проведенного по опроснику выборочного наблюдения состояния здоровья населения (вопросник STEPS, предложенный ВОЗ).

Утверждена Приказом Росстата от 29.03.2019 №181

Утверждена Приказом Росстата от 29.03.2019 №181



**Продолжение, начало на стр.10**

казили их слова и приписали некие безопасные дозы спиртного.

*Крутятся специалисты ГНИЦПМ, как вошь на гребешке. Крутятся, так как после публикации «Известий» было массовое возмущение общественности, в том числе и мы предлагали министру здравоохранения уволить таких «специалистов» по причине профессиональной некомпетентности – ред.*

Ну, а чего обижаться, если речь идет про «низкие риски». Ведь в понимании большинства граждан, низкие риски - это почти норма!

И чего обижаться, если вы, специалисты от Минздрава, сами допускаете сочетание ЗОЖ с употреблением спиртного. Вот почему-то для табака никаких допусков не сделано. Ни 1-й, ни 5-ти сигарет в день. Где логика?

Но важно даже другое. В государственной антиалкогольной концепции России, утвержденной в декабре 2009 года, формирование трезвого образа жизни обозначено

**V. Меры по реализации государственной политики...**

Мерами по реализации государственной политики по снижению масштабов злоупотребления алкогольной продукцией и профилактике алкоголизма среди населения Российской Федерации являются:

- организация в средствах массовой информации кампаний, направленных на укрепление общественной поддержки существующих или новых стратегий борьбы со злоупотреблением алкогольной продукцией;
- разработка и установление механизма координации информационных и обучающих программ и проведение кампаний по формированию здорового образа жизни среди различных слоев населения и возрастных групп;
- пропаганда здорового образа жизни среди детей и молодежи;
- укрепление нравственности и самосознания у детей и молодежи в целях развития у них способности эффективно противостоять употреблению алкогольной продукции;
- включение в основные и дополнительные общеобразовательные программы тематических вопросов по профилактике употребления алкогольной продукции среди обучающихся, воспитанников образовательных учреждений;

задача воспитания у детей и подростков устойчивых навыков отказа от употребления спиртного.

А как этого добиться, если сегодня у подростков с понятиями ЗОЖ, алкоголь, трезвость – в голове полная каша?

В свое время, в 2014 году, Информационно-методический центр «Трезвый город» провел специальный опрос среди 1200 учащихся средней школы и системы начального и среднего профессионального образования Новосибирска. Был в анкете и такой вопрос:

Как вы считаете: Если человек ведет Здоровый образ жизни (ЗОЖ), то:

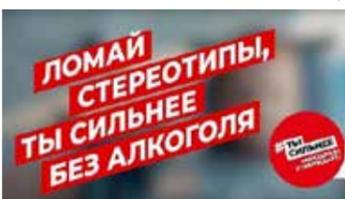
- Он вообще никогда не употребляет никаких алкогольных изделий.
- Может иногда (по праздникам) употреблять небольшое количество алкогольных изделий.
- Может употреблять регулярно, если при этом занимается спортом, хорошо питается.

Так вот, оказалось, что более 60% подростков считали, что ЗОЖ – это жизнь с салоголем, выбрали 2-й и 3-й варианты ответов.

Поэтому, может быть, и Минздраву, и Росстату, да и всему нашему обществу, пора, наконец, определиться с терминами. Хватит вводить в заблуждение граждан, и прежде всего молодежь.

Если мы хотим воспитать новое поколение нашей страны, готовое жить без спиртного, то надо обязательно связывать Здоровый образ жизни с трезвостью, со свободой от табачной, алкогольной и любой другой наркотической отравы.

И странно, что Росстат и Минздрав не интересуют, сколько же людей в стране вообще живет без спиртного, какая доля населения считает нормой жизни трезвость. Ведь в приведенном опроснике STEPS нет такого вопроса. Максимум, что можно узнать, так это долю людей, которые по каким-то причинам не употребляют спиртное 12 месяцев или не травмились им никогда. А если человек отказался от алкоголя,



например, под воздействием тех же антиалкогольных роликов Минздрава?

Какоценить эффективность антиалкогольной пропаганды?

А вот другая федеральная социологическая служба – ВЦИОМ

(Всероссийский центр изучения общественного мнения) этому вопросу уделяет внимание и интересуется процентом людей в стране, которые выбрали для себя

не занимается физкультурой, плохо питается и т.д.

Говоря иначе, трезвый образ жизни (ТОЖ) – это еще не обязательно ЗОЖ, но ЗОЖ без ТОЖ невозможен! И еще. Опросы, что Росстата,

населения. Это – одновременно, и мощный пропагандистский инструмент, показывающий процесс отрезвления нашей страны. Ведь, как бы ни были важны те же фрукты, витамины, физическая активность, сегодня основные потери населения мы, по-прежнему, несем именно из-за алкоголя. И сами руководители Минздрава постоянно об этом говорят.

Надеюсь, что специалисты Минздрава и Росстата обратят внимание на наш материал, а также на другие критические публикации по этому поводу. Полезны будут и обращения граждан, общественных организаций, представителей экспертного сообщества в адрес этих двух министерств с предложениями по изменению нынешней методики по исследованию доли населения, ведущей здоровый образ жизни, дабы исключить любое сочетание ЗОЖ и алкоголя. Не лишним будет и предложить министерствам выявлять при проведении опросов долю населения, выбравшего для себя безалкогольный, трезвый образ жизни.

Необходимо поправлять чиновников. И у них бывают ошибки и заблуждения!

И в завершение выпуска желаю всем вам, уважаемые зрители, вести только здоровый, и обязательно трезвый образ жизни.

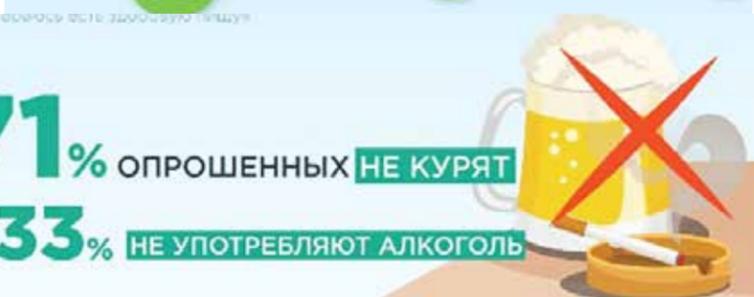
С вами был **Сергей Крупенько**

Подписывайтесь на наш ютуб-канал. Ставьте лайки, оставляйте комментарии.

До новых встреч на канале «Трезвые вести», [https://vk.com/@trezvyve\\_vesti](https://vk.com/@trezvyve_vesti)

С конца октября на ютуб-канале «Трезвые вести» были размещены ролики:

**ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ: МОНИТОРИНГ**



Скажите, употребляете ли Вы алкогольные напитки и если да, то, как часто? (закрытый вопрос, один ответ, % от всех опрошенных)

	2009	2011	2012	2018	2019
Несколько раз в неделю	8	7	5	3	6
Два - три раза в месяц	19	20	16	14	18
Примерно раз в месяц	19	16	12	16	16
Редко, чем раз в месяц	26	27	26	24	27
Не употребляю алкогольных напитков	26	28	39	40	33
Затрудняюсь ответить	3	2	3	3	0

полностью безалкогольный образ жизни.

Кстати, опрос ВЦИОМ весной этого года показывает тревожную тенденцию: сокращение тех, кто живет трезво.

Впрочем, может быть, для Минздрава этот показатель совсем не важен? С таким то подходом к ЗОЖ!

Еще несколько слов по терминологии. Не может человек вести здоровый образ жизни, если, пусть и в так называемых «умеренных» дозах, с так называемым «малым риском», периодически травит себя алкоголем. Да, возможно, этот образ жизни можно назвать спортивным, активным, но не здоровым!

С другой стороны, понятно, что нельзя назвать здоровым и образ жизни человека, который не употребляет алкогольные изделия, но



что ВЦИОМ – не просто замеры общественного мнения и поведения



«Табачная стометровка. Как добиться запрета продажи сигарет возле образовательных организаций?»; «Дети в России гибнут в «пьяных» пожарах! Кто виноват? Почему власть не принимает чрезвычайные меры?»; «Журналист-винооторговец Дмитрий Киселев. Пропаганда винопития в эфире главного теле-канала России»; «Трагедия в Нарьян-Маре. Алкоголик убил ребенка. Кто виноват? Что делать?» и представленный в этой статье. Работа продолжается.

**Миссия канала включает в себя:**

- информационную поддержку мер государственной политики, направленных на преодоление алкогольной угрозы;
- анализ и распространение опыта как органов власти, так и общественных организаций;
- помощь в координации действий всех сил, действующих в целях утверждения в России трезвого, безалкогольного образа жизни – ред.

в качестве одной из приоритетных задач

Более того, в отношении подрастающего поколения ставится

## Про кружку пива, фужер шампанского и Новый год

Продолжение, начало на стр. 3

Почему человек поступает вопреки здравому смыслу и элементарному инстинкту самосохранения? Да потому, что так влияют на него социально - зомбированное окружение и пропагандистские приемы, мастерски использующие механизмы внушения и убеждения.

В одном из недавних номеров газеты «Новый Петербург» в статье «Не верь, не бойся, не смотри» совершенно правильно говорилось о том, что мерцающий экран телевизора является гораздо более мощным гипнозом, чем обычный гипноз, когда человеку внушается что-то во время сна. Пребывая, якобы, в сознательном состоянии, человек убежден, что он критически анализирует информацию с экрана. Ан нет. Просматривая один и тот же ролик бесконечное множество раз, человек начинает пропускать его содержание мимо своего сознания, думая в этот момент о чем-то другом. Вот тут ловушка и захлопывается. Глаза и уши продолжают воспринимать грамотно поданную информацию, которая беспрепятственно поступает в наше бессознательное, откладываясь в долговременной памяти мозга. Если учесть, что 30 процентов выпитого алкоголя всасываются именно клетками мозга, составляющего всего два процента от массы тела, несложно представить, какая паника начинается на главном пульте управления человеческого организма. С чем, как вы думаете, связан тот факт, что именно после употребления пива у человека появляются непреодолимые позывы к мочеиспусканию, тогда как на такие же количества сока или минеральной воды мочевой пузырь реагирует совершенно спокойно? Дело в том, что процесс образования мочи регулируется специальным гормоном мозга – гипофизом, который отдает приказ почкам об уменьшении производства мочи, когда содержание воды в крови опускается ниже определенного значения. Поступление в организм алкоголя нарушает этот отлаженный ритм и почки в этой ситуации можно сравнить с автомобилем, у которого отказали тормоза. Они продолжают обильно выделять мочу даже при низкой концентрации воды в крови. В итоге организм обезвоживается и известный синдром «горящих труб» после обильного возлияния, не парадокс,

а закономерность. Прекращается и контроль мозга за объемом желудка, и за количеством и качеством съедаемой пищи. Недаром любители пива и вина часто имеют избыточный вес, одутловатые лица и характерные объемы животов, приводящие мужчин к гормональному состоянию и облику, схожим с женским и наоборот. Кроме того, большое количество жидкости вызывает серьезное заболевание сердца – дистрофию миокарда, так и называемую врачами «болезнь пивного сердца». Широко распространено и явление пивного алкоголизма во всех странах, жители которых систематически употребляют даже слабоалкогольные пивные изделия. Тяжесть потребления пива подростками усугубляется тем, что оно быстро ломает естественную защиту организма от алкоголя, пробивая дорогу более крепким спиртным изделиям и нелегальным наркотикам. Широкое распространение детской наркомании и женского алкоголизма в нашей стране – прямое следствие распространения мифа о безобидности малых доз алкоголя и безопасности потребления пива, вина и шампанского.

Обидно и то, что пьющий человек разрушает, прежде всего, вновь образованные нейронные связи в своем разуме, которые он нарабатывал в процессе упорного труда и обучения. А если учесть, что присутствие алкоголя в мозгу обнаруживается и через 20 суток у мужчин, и еще в течении 70 дней у женщин, можно смело вычеркивать эти дни и недели из полноценной жизни. Ничего принципиального нового невозможно познать и создать, пока мозг ведет отчаянную борьбу за сохранение живых клеток и выведение нейронов, погибших или изуродованных алкоголем. Чтобы избавиться от этого балласта мозг собирает и «склеивает» вместе погибшие клетки, выводя их в виде тромбов по сосудистой системе. На их месте образуются пустоты, мозг усыхает и это хорошо известно всем патологоанатомам, утверждающим, что «явление сморщенного мозга» наблюдается практически у всех пьющих людей уже через 4 года «умеренного» потребления алкоголя, независимо от количества и частоты выпивок. Не менее опасно для организма и поведение покидающих мозг клеток, которые в виде склеенных вместе

эритроцитов буквально протискиваются по сосудам. Любой спазм, стресс, перепад температур, - и тромб может застрять на любом из участков своего пути, перекрыв поступление питательных веществ, жидкостей и кислорода в жизненно важные органы. Инфаркты, инсульты, тромбозы, атрофия зрительных и слуховых анализаторов, потеря памяти, речи, координации, опасность рождения неполноценного потомства, бесплодие, импотенция, - вот неполный список последствий, вызываемых приемом «умеренных» доз пива, вина или шампанского.

Если же человек имеет хорошую сосудистую систему, которой удается благополучно протолкнуть и довести до цели мертвые нейроны, то знайте: сливая за собой воду из бачка унитаза по утру, вы смываете вместе с ней и свои мозги. Именно через мочеполовую систему покидают организм наши самые умные клеточки.

Напомню, что две бутылки пива или 750 грамм вина губят более 7000 активно работающих нервных клеток. Бутылка пива, согласно медицинским исследованиям, заметно снижает физическую и умственную работоспособность на несколько недель. И даже полстакана пива (5 грамм алкоголя) снижает остроту зрения, вызывает в человеческом организме неизбежные изменения, которые, постепенно накапливаясь, приводят к тяжелым, а нередко и неизлечимым заболеваниям.

Вопреки призыву известного поэта Р. Гамзатова, я убежден, что человек не должен пить никаких алкогольных изделий, нигде, ни с кем, никогда и нисколько.

Сам я не употребляю спиртное ни в каких видах и количествах. Я не представляю, зачем такой праздник как Новый год встречать в обществе ядов и наркотиков, которыми, несомненно, являются шампанское, пиво и все прочие алкогольные изделия. Я лично планирую встретить свой 99 Новый год в окружении жены, детей, внуков и правнуков за праздничным и совершенно свободным от алкоголя столом.

*Подготовила материал практический психолог, консультант по системам оздоровления и естественного восстановления зрения Светлана Троицкая*  
Газета «Соратник» №3(86), 2003 г.

Продолжение, начало на стр.9

шили одежду, собирали продукты, подарки солдатам. Все собранные пожертвования поступали в Кружок епископа, расположенный в архиерейском доме, и отправлялись на фронт. Также через приходские попечительства и кооперативы епископ и губернатор обратились к населению с призывом оказать помощь в уборке урожая семьям, призванных на фронт солдат.

Через некоторое время при Красноярском Успенском мужском монастыре удалось при участии Елизаветинского комитета открыть приют на 50 человек для детей-сирот или бедняков, призванных на войну граждан города Красноярска и Красноярского уезда. Приют работал временно, только на период военных действий. В других городах губернии также планировалось открыть такие же приюты. Детей должны были содержать на частные пожертвования. В сельской же местности население и приходские священники открывали ясли для семей солдаток, чтобы те могли справиться с уборочной страдой.

Значимы были и просветительские проекты Ивана Ивановича

Крафта. В октябре 1913 года губернатор предложил открыть вторую женскую прогимназию в Красноярске. Он рассчитывал на помощь населения и пособие от министерства народного просвещения. Подчеркивалось, что существующие учебные заведения города переполнены. Был образован особый комитет для изыскания средств на строительство прогимназии. Новая гимназия должна была иметь программу без изучения иностранных языков и следовательно имела бы более дешевую плату за обучение. Кроме того, по замыслу городской думы новая прогимназия должна была обслуживать бедные районы города. Члены комитета настаивали, что необходимо строительство собственного здания прогимназии, приспособленного для учениц, а не аренда случайных помещений. Это увеличивало расходы. Также губернатор настаивал, что открытие гимназии сделает доступным женское образование для красноярцев. По решению городской думы до Первой мировой войны успели отвести участок на Всехсвятской улице Красноярска.

С началом мировой войны Иван Иванович Крафт поддержал идею

правительства о том, чтобы все погибшие на войне солдаты и участники, вернувшиеся домой, хоронились на общих братских кладбищах, отдельно от основной массы людей. Это необходимо было для сохранения памяти о столь масштабной европейской войне. Также увековечить память о солдатах и фронтовиках призывали духовенство и различные общественные организации путем установкой табличек, крестов, часовен, памятников. Значимо было и то, что Крафт стал инициатором строительства в Красноярске здания краеведческого музея. Музей в этом году празднует 130 лет, а его здание одно из достопримечательностей города и Сибири.

Иван Иванович был у власти чуть более года. 21 ноября 1914 г. он умер в Петрограде, отправившись туда на лечение. О губернаторе Крафте у населения и интеллигенции остались самые добрые воспоминания. В Минусинске был открыт приют имени губернатора Крафта и при местной гимназии была учреждена стипендия имени губернатора Крафта.

**Виктор Белошапкин, Аида Терскова**

## Юбилейные даты

6 ноября - исполнилось 60 лет  
**Агееву Андрею Владимировичу,**  
активисту антиалкогольного движения в Удмуртии

9 ноября - исполнилось 95 лет  
**Болотнову Василию Федоровичу,**  
члену Центрального совета Всесоюзного добровольного общества борьбы за трезвость (1985 - 1990 гг.)

12 ноября - исполнилось 85 лет  
**Шевурдину Станиславу Николаевичу,**  
советскому журналисту, бывшему главному редактору журнала «Трезвость и культура»

21 ноября - юбилейная дата  
**Кузьминой Валентины Михайловны,**  
активистки трезвеннического движения Якутии, профессора Международной академии трезвости (МАТр)

26 ноября - исполняется 55 лет  
**Баркову Михаилу Николаевичу,**  
председателю правления Волгоградского отделения Общероссийской общественной организации «Общее дело»

27 ноября - исполняется 70 лет  
**Брицкову Александру Денисовичу,**  
активисту трезвеннического движения Татарстана и России, пропагандисту здорового образа жизни

*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»*

## Данные Красноярскстатуправления

Мы получили данные Красноярскстатуправления. Сказать, что они печальны, ничего не сказать. Данные по демографии населения Красноярского края за период с 1980 по 2000 гг. показывают, что после отмены Постановления партии и Правительства «О преодолении пьянства» в конце 1987 г. начался «грандиозный упадок». Поясно, я узнал, и для меня было неожиданным, следующее:

1. Ранее я Вам писал, что население г. Красноярска выросло в сравнении с 1.01.1989 г. По настоящее время в 1,2 раза, и это так. Но я не знал, что численность населения в крае УМЕНЬШИЛАСЬ и даже с учетом приезжих! Население края: на 1.01.1989 г. (в тыс. чел.) 3138,6, на 1.01.2019 г. – 2874,3. Самая высокая численность населения в крае была на 1.01.1992 г. – 3164,2 и даже за счет «запаса» численность хоть и уменьшалась, но оставалась выше, чем сейчас. Так на 1.01.2000 г. еще было 3022,1, т.е. более 3 млн. чел. При этом,

несмотря на меняющуюся социально-экономическую ситуацию в этот период, наблюдалось прибавление населения в крае до конца 1991 г. с 2756,1 тыс.чел на конец 1980 г. до 3164,2 на конец 1991 г. Сегодняшняя численность населения в крае на 1.01.2019 г. соответствует показателю на середину 1981 г. и составляет 2874,2 тыс.чел.! Мы сейчас находимся по численности населения в Красноярском крае на уровне середины 1981 года! Что же, – поздравляйте с этими успехами нашу власть! А также с другими «успехами», которые вы увидите в этом документе: <https://yadi.sk/i/Qeddo6crSlzCxxw> – изучите его. И еще, по этому поводу. Обращение с Собрании: <https://yadi.sk/i/6QukxsbTnr8LQ>. Прошу Вас, товарищи, будьте не просто носителями этой информации, А применяйте её в борьбе за наше дело! Особенно в письмах или в личных встречах с представителями власти. Эти данные – очень серьезный аргумент!

**Сергей Владимирович Митин**

### 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 электронный почтовый 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](mailto:trezvoe@yandex.ru)  
**www.sbnt.ru**

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

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