



Трезвой России быть!

ГОРЯТНИК

Газета Союза борьбы за народную трезвость

14+

№ 3 (287) – апрель 2024 г.

Издаётся с июня 1994 года

Лиха беда начало




УКАЗ
ГЛАВЫ РЕСПУБЛИКИ ТЫВА
ТЫВА РЕСПУБЛИКАНЫЦ БАШТЫЦЫНЫЦ
ЧАРЛЫ

Об учреждении Дня пропаганды трезвости в Республике Тыва

В целях реализации антиалкогольной политики в Республике Тыва и формирования в обществе трезвого, здорового образа жизни постановляю:

1. Установить 22 марта Днем пропаганды трезвости в Республике Тыва.
2. Разместить настоящий Указ на «Официальном интернет-портале правовой информации» (www.pravo.gov.ru) и официальном сайте Республики Тыва в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет».
3. Настоящий Указ вступает в силу со дня его официального опубликования.

Глава Республики Тыва  В. Ховалыг

Красноярское региональное общественное движение ТРЕЗВАЯ СИБИРЬ

20.03.2024 № 24

Главе республики Тыва
Ховалыг В.Т.

Уважаемый Владислав Товарищтайович!

От всей души поздравляем Вас лично и всех жителей республики Тыва с национальным праздником возрождения народа – «Днём пропаганды трезвости»! Трезвенники Красноярского края, как и Енисейской Сибири, всей России – Российской Федерации не только пристально, но с восторгом наблюдают за успехами противоалкогольной деятельности на территории возглавляемого Вами региона.

Мы благодарим Вас за проявленную действенную любовь к соплеменникам и соотечественникам, за понимание сути Трезвости, за мужественное противодействие скрытым угрозам политики алкогольной индустрии. В связи с чем позвольте Вас считать нашим соратником и вместе порадоваться начавшемуся государственному утверждению Трезвости в умах коренных народов России. Знание того, что будущее принадлежит трезвым народам; что только трезвая Россия станет великой державой – делает нас чуткими, бдительными и ответственными за всё, происходящее вокруг нас!

КРОД «Трезвая Сибирь» является неотъемлемой

частью Пятого трезвенного движения, начавшегося в 1981 г. с доклада академика АМН СССР Ф.Г. Углова, раскрывшего пагубную роль алкоголя в депопуляции народонаселения. Как региональное общественное движение, «Трезвая Сибирь» официально действует на территории Красноярского края с 14 мая 2009 г., идейно объединяя всех честных, благоразумных граждан, проживающих на территории Енисейской Сибири. На протяжении этого времени КРОД «Трезвая Сибирь» проводит неуклонный курс на отрезвление общества и сохранение здоровья и жизни людей, на что указывает и Президент РФ В.В. Путин, призывая «внедрять в сознание и в практику молодёжи трезвый образ жизни».

Вместе мы обязательно победим! Пропаганда трезвости, трезвенное воспитание и просвещение народных масс – первейшая задача по закреплению и утверждению в общественном сознании сибиряков трезвости как традиционной нормы, обязательной ценностной основы личностного и национального мировоззрения россиян.

ПОМОГАЙ ВАМ БОГ!

С уважением –
председатель КРОД «Трезвая Сибирь»
кандидат педагогических наук **С.С.Аникин**



Российское общественное народное движение
«За трезвую Россию»
Союз борьбы за народную трезвость
105203, г. Москва, Измайловский пр-т, 115-а – 6, trezvo@yandex.ru, (913) 445-59-06

Исх. № 18
« 21 » марта 2024 г.

Главе республики Тыва
Ховалыг В.Т.

Уважаемый Владислав Товарищтайович!

От имени трезвеннического движения России благодарю Вас за установление Дня пропаганды трезвости в Республике Тыва! Поздравляю Вас лично и всех жителей республики с национальным праздником возрождения народа – с «Днём пропаганды трезвости»!

Несомненно, это послужит реализации антиалкогольной политики в Республике Тыва и формированию в обществе трезвого, здорового образа жизни.

Трезвенники России пристально наблюдают за успехами противоалкогольной деятельности на территории возглавляемого Вами региона и ставят вашу Республику в пример другим регионам. Проводимый в последние годы в Республике Тыва неуклонный курс на отрезвление общества и сохранение здоровья и жизни людей, на что указывает и Президент РФ В.В. Путин, призывая «внедрять в сознание и в практику молодёжи трезвый образ жизни», позволяет надеяться, что в скором времени это приведет к утверждению и закреплению в общественном сознании людей трезвости, как традиционной нормы, обязательной ценностной основы личностного и национального роста.

Пропаганда трезвости, трезвенническое воспитание и просвещение народных масс – первейшая задача по народосбережению. Желаю Вам дальнейших успехов в этом благородном деле! Готовы помочь Вам в формировании республиканской антиалкогольной политики, чтобы День пропаганды трезвости стал месяцем трезвости, годом трезвости в вашей Республике.

Только трезвая Россия станет великой!

Председатель Общероссийской ОО
Союз борьбы за народную трезвость,
профессор

В.Г. Жданов

Праздник трезвости состоялся

Дорогие, друзья! Всех поздравляю с Днём пропаганды трезвости в Республике Тыва! 7 лет назад на сходе граждан 9-ти кожуунов нашей республики принято решение о защите и утверждении трезвости человека, семьи и общества. Именно в этот день возродилось народное движение «Сыны народа за трезвость». Это был гнев народа, мудрость народа и сплочение народа против зла, против отравы и плохих устоев. Будьте всегда трезвыми и здоровыми, и только тогда будете счастливы! Никогда не сдавайтесь!

Сегодняшний особый день начался с обряда «Саң салыр» – просьба

всегда проводим состязание по армейскому спорту. По традиции уроки завершаем спортивными состязаниями и на этот раз самым сильным в школе с. Черби стал восьмиклассник Александр Киликеев.

Также ответственными ведомствами точно проводится профилактические мероприятия в коллективах.

Как отметила главный врач «Реснаркодиспансера» Аяна Хертек, целью Дня пропаганды трезвости является реализация антиалкогольной политики в регионе и формирование трезвого здорового образа жизни. Для этого в республике разработан целый комплекс мер.

Например, в регионе проходит конкурс «Трезвое село», в дни национальных государственных праздников в республике запрещают продажу алкоголя. О вреде алкоголя рассказывают и в учебных заведениях.



силы от природы и благопожелание народу. Далее по плану республиканского оргкомитета:

Круглый стол Союза трезвых сил Республики Тыва.

Серии лекций в рамках проекта «ШКОЛА трезвости» с охватом всех категорий населения.

Флешмобы, раздача трезвеннических материалов идёт во всех уголках Тувы на общественных местах.

Проведены серии уроков мужества и трезвости в МБОУ СОШ с. Черби и филиале ГБПОУ РТ «Тувинский строительный техникум» г. Шагнар. После урока трезвости



Сайдаш Викторovich Монгуш.
<https://web.whatsapp.com/>

Черноморский слет 2024

Уважаемые соратники!

С 1 по 8 сентября 2024 года в станице Благовещенской, Анапского района, на базе «СОЦ Анапа 1» (Спортивно-оздоровительный центр института им. Плеванова) состоится **Черноморский слёт трезвых сил России**.

В этом году слёт будет посвящён 120-летию со дня рождения Фёдора Григорьевича Углова.

На слете будет много интересных людей:

В.Г. Жданов проведет обучающий семинар по собриологии.

С.Н. Варанкина проведет курс по восстановлению зрения по методу Шичко-Бейтса.

А.Н. Глуценко проведет курс по приобретению полезных навыков и творческих способностей по методу Шичко-Павлова.

А.В. Кормильцев проведет занятия для мужчин и юношей, а также для детей и родителей.

Семинары, лекции, мастер-классы проведут и другие специалисты-собриологи, состоятся круглые столы по обмену опытом. Полную программу слета сформируем позже.

Все, кто желает провести на слете



какие-то мероприятия, пишите или звоните С.Н. Варанкиной.

Во время слета состоятся очередные съезды Общероссийской ОО Союз борьбы за народную трезвость и Общероссийской ОО «Объединение Оптималист».

Во время занятий взрослых с детьми также будут проводиться интересные для них обучающие и развлекательные мероприятия.

По утрам традиционно проводятся зарядки, пробежки по берегу моря и другие оздоровительные мероприятия.

По вечерам будут вечерки и песни у костра под гармошку и гитару. Также планируется походная баня на берегу моря.

И, конечно, проведем концерт талантов и праздник Нептуна.

Заявить о своем участии в слете и заказывать места для проживания у Софьи Николаевны Варанкиной, тел: 8 918-093-77-39 (есть вацап, вайбер, телеграмм), email sofya_varankina@mail.ru.

Проживание в 1-2-4 местных комнатах благоустроенных домиков, стоимость от 1400 до 2000 рублей в сутки с трехразовым питанием в столовой на территории базы. На территории базы возможно также размещение палаток в ограниченном количестве.

Добраться до базы от ЖД вокзала Анапы автобусом № 106 до конечной остановки пансионат «Малахит», далее пешком 1100 метров.

Оргкомитет слета



ТЕМА ОЧЕНЬ АКТУАЛЬНА

Забайкальская региональная общественная организация «Трезвое Забайкалье»

№ 1 От 20.02.2024 г

Губернатору
Забайкальского края
Осипову А.М.

О «наливайках» в г. Чите

Председателю
Законодательного
собранияЗабайкальского края
Кон Ю. М.**Уважаемый Александр Михайлович!**
Уважаемый Юрий Михайлович!

В нашей стране действует ряд важных документов, касающихся решению проблем потребления алкоголя и последствий от употребления алкоголя. Среди прочих «Концепция сокращения потребления алкоголя в Российской Федерации на период до 2030 г.», утвержденная распоряжением Правительства РФ от 11 декабря 2023 г. Концепция принята в интересах укрепления общественного здоровья, в том числе психического здоровья населения, общественной безопасности, на реализацию национального проекта «Демография», развитие стратегических национальных приоритетов на долгосрочную перспективу. В Забайкальском крае проблема алкоголизации населения не решается вообще, а если и есть какие попытки, то они не приносят необходимого результата. Вместо закрытой сети «Айпара» открываются «Свежий розлив» и другие. В дни, когда запрещена торговля алкоголем, многие продавцы нарушают закон и торгуют. Ежегодные рейтинги трезвости регионов и другие аналитические показатели по Забайкальскому краю показывают худшие результаты среди регионов Российской Федерации.

В наш адрес поступает много жалоб от населения края. Совместно с сотрудниками УМВД России по Забайкальскому краю мы проводим рейды, выявляем нарушителей, но этого крайне недостаточно для достижения результата. Главы администраций Забайкальского края не поддержали проект «Трезвые территории», в то же время Якутия лидирует как по количеству трезвых наслегов, так и по другим жизненно важным показателям. В целом в РФ, согласно «Концепции реализации государственной политики по снижению масштабов злоупотребления алкогольной продукцией и профилактике алкоголизма среди населения Российской Федерации на период до 2020 года», потребление алкоголя составило на момент ее принятия 18 литров этанола на душу населения в год (8 л на душу населения ВОЗ считает предельной для выживания нации). По данным Министерства здравоохранения РФ общее потребление алкогольной продукции в 2021 году снизилось до 8,82 л на душу населения благодаря отдельным регионам (Якутия, Башкортостан, Чечня, Ингушетия и др.).

А в городах и селах Забайкальского края множатся так называемые «наливайки» – магазинчики и кафешки по спаиванию взрослых и детей. Так в микрорайоне «Северный» в г. Чите проживает 18 тыс. человек, на которых приходится 41 торговая точка по продаже алкогольных изделий (1 магазин на 450 человек!!!). В некоторых селах края один такой магазин приходится менее чем на 100 человек, в большинстве своем это нелегальные продажи. Из этого следуют проблемы такие как, убыль населения Забайкальского края, смерти, разного рода преступления разводы и многое другое. Проблему необходимо решать незамедлительно!

С 1 апреля регионам дано право устанавливать дополнительные условия работы для «наливаек», которым необходимо воспользоваться нашим региональным органам власти. Кроме этого пересмотреть Постановление от 25 апреля 2013 г. администрации городского округа «г. Чита» «Об определении границ, прилегающих к некоторым организациям и объектам территорий, на которых не допускается розничная продажа алкогольной продукции» в сторону увеличения. На ближайшую перспективу необходимо решать вопрос по выносу всей алкогольной продукции за пределы населенных территорий в спец-магазин. Для этого необходимо следовать следующим принципам:

- системный, межведомственный и междисциплинарный подход при реализации мероприятий по сокращению потребления алкоголя;
- защиты детей от рисков, связанных с потреблением алкоголя;
- приоритет интересов общественного здоровья при выборе мер по предотвращению и сокращению потребления алкоголя.

Председатель Забайкальской
Региональной общественной
организации
«Трезвое Забайкалье»**Куржумова Н.А.**
nadiakuniTmail.ru

Заместитель председателя Правительства Забайкальского края

19.03.2024 № А-20-3700

Председателю Забайкальской региональной
ОО «Трезвое Забайкалье»
Куржумовой Н.А.

Уважаемая Надежда Александровна!

На Ваше обращение, поступившее в интернет-приемную официального портала Забайкальского края на имя Губернатора Забайкальского края А.М. Осипова, сообщая следующее.

Затронутая Вами тема очень актуальна. Об этом свидетельствует рост заболеваемости синдромом зависимости от алкоголя и алкогольными психозами, на 1 января 2024 года по краю он составил 95,0 на 100 тысяч населения, что выше соответствующего показателя 2022 года (70,5) на 34,7%, выше показателя по Российской Федерации (46,6) в 2 раза и показателя по Дальневосточному федеральному округу (81,1) на 17%. Из районов Забайкальского края самые высокие показатели в Акшинском (209,6), Петровск-Забайкальском (179,8), Газ-Заводском (162,3), Карымском (160,3), Шелопугинском (157,6) районах.

В связи с этим Правительство Забайкальского края выделяет одну из первоочередных задач – снижение масштабов злоупотребления алкогольной продукцией и профилактика алкоголизма среди населения, преследуя цель сократить доступность алкогольной продукции путем ограничения ее розничной продажи по месту и времени, и ужесточить требования к розничной продаже алкогольной продукции и розничной продаже алкогольной продукции при оказании услуг общественного питания.

Несмотря на то, что в Забайкальском крае мероприятия, направленные на снижение потребления алкогольной продукции, осуществляются в соответствии с Государственной программой Забайкальского края «Комплексные меры по улучшению наркологической ситуации в Забайкальском крае», утвержденной Постановлением Правительства Забайкальского края от 15 августа 2014 года № 467; подпрограммой «Профилактика правонарушений» государственной программы Забайкальского края «Совершенствование государственного управления», утвержденной постановлением Правительства Забайкальского края от 30 июня 2014 года № 383; Планом межведомственных мероприятий по снижению алкоголизации населения Забайкальского края на 2021-2024 годы, утвержденного распоряжением Губернатора Забайкальского края от 17 ноября 2021 года № 599-р; Планом межведомственных мероприятий по реализации Концепции профилактики злоупотребления психоактивными веществами детьми и молодежью в образовательном пространстве Забайкальского края на 2022-2025 годы, утвержденной распоряжением Правительства Забайкальского края от 9 декабря 2022 года № 494-р, над решением данной задачи постоянно ведется работа, в том числе, в части расширения полномочий органов государственной власти субъектов Российской Федерации и наделение последних правом устанавливать дополнительные ограничения для организаций общественного питания, а также по взаимодействию с органами местного самоуправления в части увеличения расстояний к границам прилегающих территорий, на которых не допускается розничная продажа алкогольной продукции.

На территории Забайкальского края по состоянию на 15 марта 2024 года действует 254 лицензии в 2676 торговых объектах, при этом в среднем плотность размещения торговых объектов по региону составляет 3 торговых объекта на 1000 человек. Административный центр - городской округ город Чита – 772 торговых объекта (2,3 торговых объекта на 1000 чел.).

Согласно данным Единой государственной автоматизированной информационной системы учета объемов оборота алкогольной и спиртосодержащей продукции (далее – ЕГАИС) на территории Забайкальского края уровень потребления алкогольной и спиртосодержащей продукции в среднем за 2023 год составляет 10,1 л/ч, что на 4% выше в сравнении с предыдущим периодом.

Региональная служба по тарифам и ценообразованию Забайкальского края (далее – РСТ Забайкальского края) формирует показатель потребления на основании данных ЕГАИС о розничных продажах алкогольной продукции при сканировании каждой единицы реализованной продукции, а также на основании данных об объемах списания алкогольной продукции, который преимущественно применяется организациями общественного питания, а также при реализации пива и пивных напитков, однако причиной списания может служить и порча, кража, бой, иные цели. Таким образом, указанные данные значительно отличаются от официальных данных Росалкогольтабакконтроля.

На территории Забайкальского края по состоянию на 15 марта 2024 года минимальное расстояние в 100 метров границ территорий, на которых не допускается розничная продажа алкогольной продукции до торгового объекта, установлено в 21 муниципальном образовании, дифференцированный подход применен в 7 муниципальных образованиях, в оставшихся 7 муниципальных образованиях установлены минимальные значения допустимого расстояния от 20 метров до 50 метров (г. Петровск-Забайкальский, г. Чита, Чернышевский район, Краснокаменский район, Сретенский район, Балейский район, Агинский район). Анализируя показатели потребления алкогольной продукции, следует обратить внимание, что значительно выше употребление алкогольной продукции в тех муниципальных образованиях, где установлены минимальные значения границ прилегающих территорий, на которых не до-

пускается розничная продажа алкогольной продукции. Кроме того, значительные уровни продаж алкогольной продукции фиксируются в организациях, которые под видом оказания услуг общественного питания фактически круглосуточно реализуют алкогольную продукцию, обходя тем самым временные ограничения продаж.

С учетом принятого моратория, а именно постановления Правительства Российской Федерации от 10 марта 2022 года № 336 «Об особенностях организации и осуществления государственного контроля (надзора) муниципального контроля», когда контрольно-надзорные мероприятия приостановлены, кроме случаев, которые повлекли угрозу или причинение вреда жизни и здоровью граждан, контрольно-надзорная деятельность продолжается в основном в рамках Программы профилактики рисков причинения вреда (ущерба) охраняемым законом ценностям, в соответствии с полномочиями. К сожалению, данный механизм профилактического воздействия является менее действенным, нежели привлечение к административной ответственности.

При этом, РСТ Забайкальского края совместно с правоохранительными органами и органами Прокуратуры Забайкальского края за 2023 год проведено более 50 контрольных мероприятий, а также Службой отказано в 88 заявлениях на выдачу лицензии подобным организациям, в результате чего их количество удалось сократить с 76 объектов до 28 объектов.

С 1 сентября 2023 года вступил в силу законопроект, разработанный РСТ Забайкальского края, которым установлено ограничение розничной продажи пива, пивных напитков, сидра, пуаре, медовухи, осуществляемой организациями и индивидуальными предпринимателями в торговых объектах, расположенных в нежилых, во встроенных, в пристроенных, во встроенно-пристроенных помещениях в многоквартирных жилых домах, т.е. запрет на продажу данных алкогольных напитков в розлив в магазинах. В связи с этим проводятся контрольные мероприятия, которые приводят к прекращению деятельности хозяйствующих субъектов.

Относительно предложения о размещении торговых объектов, реализующих алкогольную продукцию за пределы населенных пунктов.

На территории Забайкальского края с 4 июля 2022 года установлен полный запрет на розничную продажу алкогольной продукции, за исключением розничной продажи алкогольной продукции при оказании услуг общественного питания, на территориях отдельных населенных пунктов Забайкальского края на основании законодательных инициатив представительных органов городских, сельских поселений, муниципальных районов, муниципальных и городских округов, в состав которых входят данные населенные пункты.

С учетом положений законодательства подобный запрет может быть установлен только в отношении розничной продажи алкогольной продукции, осуществляемой торговыми объектами (магазинами), при этом в отношении организаций общественного питания таких полномочий со стороны субъекта не предусмотрено. Возникает существенный риск увеличения числа организаций общественного питания, которые фактически осуществляют круглосуточную реализацию алкогольной продукции, а также увеличения количества дорожно-транспортных происшествий в состоянии алкогольного опьянения ввиду отдаленности расположенных объектов.

Губернатором Забайкальского края направлена инициатива в Законодательное Собрание Забайкальского края, которой предлагается внести изменение в пункт 2 статьи 16 Федерального закона № 171-ФЗ, установив запрет реализации алкогольной продукции в объектах общественного питания, которые в соответствии с нормативным правовым актом субъекта Российской Федерации включены в реестр объектов общественного питания, расположенных вблизи автомобильных дорог федерального значения, регионального или межмуниципального значения.

В целях комплексного подхода к решению указанной проблемы 1 февраля 2024 года принят закон, который предусматривает право регионов устанавливать ограничение времени розничной продажи алкогольной продукции при оказании услуг общественного питания (за исключением ресторанов), расположенных в многоквартирных домах и (или) на прилегающих к ним территориях, а также ряд полномочий, предусматривающий ужесточение требований к продаже пива и пивных напитков. В настоящий момент проведено несколько рабочих встреч с Законодательным Собранием Забайкальского края и прорабатывается концепция внесения ограничения времени розничной продажи алкогольной продукции при оказании услуг общественного питания в Забайкальском крае.

На основании вышеизложенного сообщая, что работа в данном направлении будет продолжаться на постоянной основе. Выражаю благодарность за Вашу активную позицию и готовность сотрудничать с Вами по всем вопросам, связанным со снижением алкоголизации.

Исполняющая обязанности заместителя председателя
Правительства Забайкальского края **В.В. Бессонова**Исполнители: Баирма Цыреновна Дашиева, Гончикжапова
Лилия Алексеевна, Олег Павлович Дубинин

Кто спаивает Россию

Топ-50 алкогольных производителей и дистрибьюторов на рынке РФ увеличили доходы в 2022 г. на 20% – с 1,87 до 2,24 трлн. руб., подсчитало «Равенство» по данным их отчетности. Чистая прибыль компаний выросла на 66% – до 124 млрд руб.

Крупнейшая алкогольная компания РФ – группа Mercury (сеть Красное и Белое и Бристоль). Ее выручка в

2022 г. выросла с 727 до 944 млрд руб. (+30%), а прибыль – на 61%. Владельцы – Игорь Кесаев, Сергей Кациев и Сергей Студенников. Ранее они владели группой через кипрский офшор и лишь в декабре 2022 г. перерегистрировались в РФ.

На 2 и 3 месте – иностранные пивные концерны Carlsberg (контролирует Балтику) и AB InBev Efes. Главный в РФ производитель

водки «Белуга Групп» Александра Мечетина также до 2022 г. управлялся через офшор (на о. Джерси). Сейчас – через российские фирмы-прокладки. До 2020 г. контролировали через офшоры и часть группы «Арома» Павла Задорина, а владельцем «Русского стандарта» Рустама Тарико по-прежнему числится офшорная Pasalba (Кипр). Как видно, прибыль от спаива-

ния россиян долгие годы шла в офшоры олигархов и иностранным корпорациям.

Крупнейшие алкокомпании в РФ по выручке в 2022 г., млрд. руб.

1. Mercury – 944 (+30%)
2. Carlsberg – 112 (+22%)
3. AB InBev Efes – 106 (+15%)
4. Beluga Group – 97 (+30%)
5. Арома – 66 (+17%)
6. Традиции успеха – 62 (+12%)
7. Русский стандарт – 58 (-25%)
8. Luding – 55 (+5%)
9. АСГ – 53 (+21%)
10. Татспиртпром – 51 (+21%)

Государство получило основной кусок – за счет акцизов. Так, Белуга отдала в бюджет в 2022 г. 30 млрд. руб., или 24% с оборота.

В 2021 г. бюджет собрал 439 млрд. руб. Но ущерб на другой чаше весов на порядок больший – 5 трлн. руб. в год только из-за потерь трудоспособности, а ещё рост преступности и ДТП, сверхсмертность. Алкоголизация России – одна из главных причин 4,9 млн. избыточных смертей трудоспособных мужчин за 1990-2022 гг, отмечало «Равенство».

Алкокомпании в РФ	Оценка выручки, млрд руб.		Прибыль, млрд руб.	Рентабельность, %	Предполагаемые основные владельцы
	2022	22/21			
Mercury Group	944	+30%	46	5%	И. Кесаев, С. Кациев, С. Студенников
Carlsberg (Балтика)	112	+22%	11	10%	Carlsberg Group
AB InBev Efes	106	+15%	15	14%	AB InBev, Anadolu Efes
Beluga Group	97	+30%	8,4	9%	Александр Мечетин
Ароматный мир	66	+17%	0,9	1,3%	Павел Задорин
Традиции успеха	62	+12%	1,2	2%	Александр Беспалов
Русский стандарт	58	-25%	-2,3	-4%	Рустам Тарико через Pasalba Ltd
Luding	55	+5%	1,1	2%	А. Варжапетян, А. Шахазизян
АСГ	53	+21%	-4,2	-8%	Лариса Стрелец
Татспиртпром	51	+21%	1,9	4%	правительство Татарстана
Simple	47	+10%	2,6	5%	Максим Каширин
Русские перцы	43	+36%	0,5	1,2%	П. Ивашкин, О. Гульянц, Л. Апоян
Heineken	42	+14%	2,5	6%	семья Хейнекен
Московская ПВК	38	+16%	3,3	9%	А. Лифшиц и Е. Кашпер через E.S.
Трехсосенский	36	+6%	0,1	0,4%	Михаил Родионов
Bacardi	33	+8%	4,7	14%	Bacardi
Ладога	30	+48%	1,0	4%	Вениамин Грабар через
Stellar Group	28	+71%	1,6	6%	Stellar Group, ранее Д. Давыдов
Евразийская АГ	23	+18%	1,6	7%	Отар Балинов
Очаково	21	+70%	1,0	5%	Алексей Кочетов
Топ-50 компаний	2249	+20%	124	5,5%	

Обозначения на инфограмме

Вид деятельности

- производство
- продажа
- импорт

Вид изделия

- водки
- пива
- вина
- спиртного

Топ-30 производителей и поставщиков алкоголя в России			Оценка выручка (без акцизов), млн руб.			Оценка чистой прибыли, млн руб.			Оценка рентабельности, %	
Компания	Деятельность	Предполагаемые владельцы	2021	2022	22/21 %	2021	2022	22/21%	2021	2022
Carlsberg (Балтика)	произ-во пива	Фонд Карлсберг	91370	111582	22%	6164	10705	74%	6,7	9,6
AB InBev Efes	произ-во пива	EPS SA, BRC Sàrl	92251	105859	15%	7748	14605	89%	8,4	13,8
Beluga Group	произ-во водки	Александр Мечетин	74937	97316	30%	3860	8442	119%	5,2	8,7
Традиции успеха	произ-во водки	Александр Беспалов	55610	62156	12%	631	1221	94%	1,1	2,0
Русский стандарт	произ-во водки	Рустам Тарико (Кипр)	77161	58061	-25%	-920	-2304	150%	-1,2	-4,0
Алкогольная сибирская группа	произ-во водки	Лариса Стрелец	43720	52711	21%	-60	-4158	6830%	-0,1	-7,9
Татспиртпром	произ-во водки	правительство Татарстана	41983	50800	21%	1357	1900	40%	3,2	3,7
Русские перцы	пр-во спирт-го	П. Ивашкин, О. Гульянц, Л. Апоян	31397	42751	36%	212	500	136%	0,7	1,2
Heineken	произ-во пива	семья Хейнекен	36923	41978	14%	879	2495	184%	2,4	5,9
Московская пивоваренная компания	произ-во пива	Echelon Systems (БВО), с.А. Лифшицем и Е. Кашпером	32521	37663	16%	1361	3295	142%	4,2	8,7
Трехсосенский	произ-во пива	Михаил Родионов	34282	36399	6%	21	142	576%	0,1	0,4
Bacardi	импорт. произ-ль	Bacardi (Бермуды)	30059	32609	8%	1518	4652	206%	5,1	14,3
Евразийская алкогольная группа	произ-во вина	Отар Балинов	19056	22540	18%	872	1555	78%	4,6	6,9
Очаково	произ-во пива	Алексей Кочетов	12337	20985	70%	576	1018	77%	4,7	4,9
Кубань-Вино	произ-во вина	Александр Кретов	13476	20757	54%	2896	5014	73%	21,5	24,2
Алвиса	пр-во коньяка	Камиль Аскендеров	11140	19377	74%	672	2148	220%	6,0	11,1
Pernod Ricard	импорт. произ-ль	Pernod Ricard (Франция)	27495	19205	-30%	2140	2015	-6%	7,8	10,5
Абрау-Дюрсо	произ-во вина	Борис Титов	9871	11864	20%	1350	1772	31%	13,7	14,9
ЛВЗ «Саранский»	произ-во водки	Л. Тетина, Е. Сидоров	8790	10771	23%	1046	1488	42%	11,9	13,8
Diageo	импорт. произ-ль	Diageo (ВБ)	26697	10294	-61%	1784	-34	-102%	6,7	-0,3
Росспиртпром	пр-во спирт-го	РФ	9630	9684	1%	1046	1260	20%	10,9	13,0
Фанагория	импорт. произ-ль	Е. Романишин, С. и А. Стороженко	7197	9237	28%	1602	2849	78%	22,3	30,8
Башспирт	произ-во водки	правительство Башкирии	7848	8609	10%	-131	-233	78%	-1,7	-2,7
Томское пиво	произ-во пива	Иван Кляйн	6455	7772	20%	1756	1856	6%	27,2	23,9
Campani	импорт. произ-ль	Davide Campani-Milano	6212	7511	21%	209	508	143%	3,4	6,8
Бочкарев	произ-во пива	Вадим Смагин	4754	6641	40%	435	501	15%	9,2	7,5
Удмуртспиртпром	произ-во водки	Николай Сорокин	4504	5265	17%	297	612	106%	6,6	11,6
Тульский винокуренный завод 1911	произ-во водки	Дмитрий Гительман	3672	4975	35%	28	35	25%	0,8	0,7
ВКЗ Альянс-1892	пр-во коньяка	М. Мовшевич и А. Николаев	5464	4935	-10%	933	944	1%	17,1	19,1
Дербентский винно-коньячный комбинат	пр-во коньяка	Калимат Расулова	3560	4930	38%	313	380	21%	8,8	7,7
Amber Beverage Group	пр-во спирт-го	Юрий Шефлер	4113	4802	17%	469	647	38%	11,4	13,5

Из предложений трезвеннического движения в программу по реализации антиалкогольной Концепции до 2030 года.

Поэтапное введение государственной монополии на розничную торговлю алкогольной продукцией.

Плановое повышение налоговых ставок по акцизам на этиловый спирт, алкогольную и спиртосодержащую продукцию, в том числе пиво, на 20–30% ежегодно.

Вынесение на законодательной основе торговлю алкоголем и табаком из продуктовых в специализированные магазины с запрещением в них входа лицам до 18 лет (после изменения до 21 года).

Вынесение на законодательной основе специализированных магазинов торговли алкоголем и табаком за пределы территорий населенных пунктов.

Введение ограничений по времени и по дням продажи алкогольных изделий.

Усиление контроля за производством и оборотом этилового спирта, создание государственного органа исполнительной власти, уполномоченного осуществлять контроль за производством и оборотом алкогольной и спиртосодержащей продукции.

Создание Здорового трезвого шага Урала

«Жизнь есть дорога. А дорогу осилит идущий» Народное выражение.

Третьего марта 2024 года под Первоуральском, у истока реки Шайтанки собрались друзья здорового трезвого образа жизни из Екатеринбург, Первоуральска и Староуткинска поговорить о наших проблемах, потребностях, стремлениях, о нашем настоящем и будущем, заодно и в баньке попариться. Всего было более 30 человек.

Все участники встречи согласились, что нездоровый образ жизни – удел малообразованных людей.

Ровно 162 года назад, 19 февраля 1861 года по старому стилю император Александр II подписал Манифест об отмене крепостного права, положивший начало бурному развитию России. Манифест назывался «О всемилостейшем даровании крепостным людям прав состояния свободных сельских обывателей», и Положение о крестьянах, состоявшее из 17 законодательных актов (военная, судебная и другие реформы, учреждение земства, и др.). Крестьяне получили личную свободу и право распоряжаться своим имуществом. Об этом знают многие. Но далеко не каждый знает, что накануне эпохальных реформ предшествовало этому.

В 1858-1861 годы в России состоялся первый этап крестьянского трезвеннического движения, в котором принимали участие несколько сотен тысяч крестьян против винных откупов. Трезвенническое движение было подавлено царскими войсками.

Накануне встречи были проведены консультации с активом здоровых трезвых сил Свердловской области. Достигнута предварительная договоренность с участниками из городов: Екатеринбург, Нижний Тагил, Каменск-Уральский, Первоуральск, Рева, Невьянск, пос. Староуткинско о создании региональной общественной организации с предполагаемым наименованием: «Здоровый трезвый шаг Урала» (ЗТШУ). Членом ЗТШУ может стать

житель Свердловской области, сознательно не употребляющий алкоголь и табак, достигший возраста 16 лет, регулярно уплачивающий членские взносы, не достигшие 18 лет и пенсионеры от взносов освобождаются.

Ежемесячно в Первоуральске в третье воскресенье на территории лесного массива пос. Динас с 12.00 до 13.30 будет проходить лекторий «Союза здоровых трезвых сил Урала» по темам здоровья и основам собриологии. Также будут организованы практические занятия по ходьбе с палками с 10.00 до 12.00 от станции Подволошная, посещение бани.

Академия здоровья доктора Мелехина при Свердловской региональной образовательной просветительской общественной организации «Общество ЗНАНИЯ – НАРОДУ» сообщает темы лекций на 2024 год.

По СОБРИОЛОГИИ: 1. Основы собриологии (наука об отрезвлении общества). 2. Культура трезвости против культуры питья. 3. Геннадий Шичко и его метод. 4. Экстремальные курсы трезвости. 5. Ходьба с палками и метод Шичко – путь к здоровью. 6. Демография и дезалкоголизация России. 7. Как отрезвить Россию. 8. Трезвенническое движение России: прошлое, настоящее, будущее.

По ЗДОРОВЬЮ: 1. Культура здоровья. 2. Здоровый образ жизни. 3. Формула здоровья. 4. Трезвость – фундамент ЗОЖ. 5. Физическая активность (основы учения о тренировке). 6. Дневник здоровья ходьбы с палками. 7. Ключ к активному долголетию. 8. Первая помощь при несчастных случаях в быту (основы сердечно-легочной реанимации).

Наш адрес для связи: 620105 Свердловская область, г. Екатеринбург, ул. Рябинына дом 18, корп. 2, оф. 22. «Здоровый трезвый шаг Урала» тел. +7 919-379-34-15, e-mail: val@melekhin.ru, сайт: www.partia-tr.ru.

Валерий Иванович Мелехин, председатель партии сухого закона России Val@melekhin.ru

Первые уроки

В это непростое для страны время все трезвеннические организации объединяются, делятся опытом. Лидеры, руководители этих организаций, осознанные люди, проводят в своих городах уроки трезвости для подростков.

11 марта в Вечерней школе города Железногорска мы с нашим товарищем Сергеем Григорьевым, провели урок трезвости.

К сожалению, первый опыт знакомства с алкогольной заразой, а часто и привычка постоянного её употребления приходит к нашим детям (особенно тем, кто не получает должного внимания со стороны родителей, а часто наоборот – получает уроки и примеры пьянства) слишком рано. Поэтому разговор о естественном состоянии человека – трезвости с подростками 15-16 лет очень важен.

Когда приходят двое трезвых мужчин и на своем примере и опыте показывают преимущества ведения трезвого и здорового образа жизни, эффект от таких бесед значительно возрастает! И это явно ощущалось во время нашего урока, когда дети сами просили тех, кто недостаточно внимательно слушал и шумел, прекратить мешать. Очень надеемся, что эти ребята и девчонки вырастут сильными и здоровыми и создадут крепкие семьи!

20 марта мы с Сергеем Григорьевым провели второй урок трезвости в школе № 7. Урок прошел успешно и стал полезным для учеников, расширив их знания о важности трезвого образа жизни.

Важно помнить, что образовательные мероприятия по таким темам как трезвость, могут оказать значительное воздействие на молодежь, поддерживая их в принятии здоровых жизненных решений!

Юрий Александрович Королев, председатель Железногорского ГО СБНТ, yaoml@jurij-korolev.ru



Уральский Байкальчик встречает друзей

Отмечаем день советской Армии и Военно-Морского флота

«Чтобы понять, куда вам идти, сначала поймите, где вы сейчас» Из высказываний о смысле жизни.

лесу зимой!

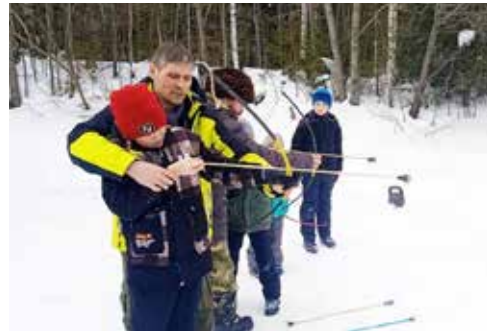
За неделю прорубь замерзает основательно. Пришлось электропилой выпиливать отверстие. Все дружно собрались на льду. Выступали с речами по случаю Дня Советской Армии и Военно-Морского Флота. Под гармонь Сергея Саблина спели несколько военных песен. Ребяташки тут же на льду устроили сражение детскими мечами, стреляли из лука под



25 февраля 2024 года на Уральском Байкальчике под Первоуральском собрались трезвые соратники из Первоуральска, Екатеринбург и Староуткинска со своими детьми, чтобы отметить день Советской Армии и Военно-Морского флота. Взрослых более 30 человек и детей более 10.

Со станции Подволошная прошел с северными палками по выверенному многолетними годами маршруту через лесные тропы, дороги, тропинки и лыжные трассы за час до озера старицы Шайтанка. Снега навалило нынче много, но по насту было легко передвигаться, к тому же ветра практически не было. После города сразу заметно, что в лесном массиве Динаса снег чистый, после 11 часов, выглянуло солнце и снег заискрился чуть-чуть с синевой. Машин по дороге было мало. В хвойном лесу стояла торжественная тишина. Хорошо в

руководством опытных тренеров. Затопили баню, пока она нагревалась, наносили воды, посидели за столом, где Александра Аркадьевна раздала мужчинам подарки с оберегами. Пирог с капустой, картошкой и мясом, шаньги и блины шли влет как в сухомятку, так и запивались душистыми чаями с настоями из трав. Ну и порадовали всех наши мужчины. Каждый вспоминал свои молодые годы, службу в рядах Вооруженных Сил СССР. Были исполнены гимны артиллеристов, Воздушно-десантных войск, ПВО, Военно-Морского флота, авиации, пограничников, пехоты и связистов. Не были забыты песни Красной Армии, а также времен Русско-японской войны. Пospела баня и все было продолжено уже при температуре выше 90 градусов. Веники хвойные и дубовые были в



Дети были заняты интереснейшими делами: стреляли из лука, учились владеть саблей, даже кнут был.

В бане нынче, как говорится, некуда было яблоку упасть.

Столы ломились от пирогов, блинов, кексов и всевозможных чаев на травах, даже сбитень отведали – вкуснотища!!!

В.И. Мелехин, А.А. Фарина, Екатеринбург, Первоуральск

Женский день отметили дважды. Праздник весны 8 марта

Женский день отметили дважды. Фольклористы на субботней вечерке поздравили женщин и преподнесли оригинальные подарки: чалму и массажную губку для бани. Пели песни про женщин: Катя-Катерина, Александра, Надежда..., частушки. Плясали кадрили, пили чай со сладостями, мужики даже пирогами напекла по такому случаю.

В воскресенье собрались на Байкальчике,



Мотаем куколок обережных

попели, попарились в баньке, покунались в проруби, наобнимались, отдохнули от будничных проблем в кругу родных и дорогих друзей и соратников.

Не обошлось и без лекций об истории возникновения женского дня 8 Марта. Да, у наших женщин каждый день праздник, потому что трезвый муж – это счастливая семья!

Всем желаем мира, успеха, любви и добра.

Александра Фарина



чтобы поздравить наших активных

помощниц и спутниц трезвого здорового образа жизни. Сергей Иванович Черемных поздравил женщин и вручил замечательные презентки, сделанные руками наших мастериц куколочки-обережки. Пусть оберегают они вас, родные, от всяких бед и напастей.

Очень славно провели время на при-



Липа Черемных

Неожиданная реакция

Неожиданное поведение семиклассников на уроках Трезвости удивило меня.

19 и 20 марта я провёл встречи с ребятами из альметьевской школы № 12. В феврале я уже был там в 9а и 8а, а в этот приезд побеседовал с 6б, 7в, 8в и 9б. Так получилось, что в каждом классе говорили о Трезвости с разных сторон. Самым неожиданным получился урок в 7-м классе, где тему защиты Трезвости я внедрил в урок географии. Пообщались о таких разных территориях: о маленькой Чечне и об огромной Якутии. Оказывается, что у них есть общее – законодательство, защищающее людей от никотина и алкоголя. А неожиданным оказалась тишина и дисциплина семиклассников, которые обычно самые шумные. Вспоминаю слова Сухомлинского: «Опытные учителя "привязывают" внимание детей к своему рассказу, объяснению, изложению НЕ с помощью каких-то особых приемов воздействия на учащегося, а содержанием урока».

В очередной раз я задавал ребятам вопрос: сколько торговых объектов встречается вам по пути от дома до школы и сколько из них реализуют алкоголь или

никотин? Ученица, которая посчитала первая, дала ожидаемый, но грустный ответ: 5 из 5-ти. А как у ваших детей?

Благодарю за организацию уроков зам. директора по воспитательной работе Индиру Фаритовну Садикову и педагога-организатора Орешкину Оксану Владимировну. А за очередной тёплый приём в Альметьевске спасибо соратникам – семье Кондаковых.

Все уроки Трезвости в Альметьевске я провожу на общественных началах. Буду рад поддержке моей просветительской работы всероссийского масштаба.

На майские праздники мы будем учить родителей со всей страны легко общаться с детьми о Трезвости на образовательном слёте в Таганроге. Регистрация идёт полным ходом здесь <https://vk.com/trezvoslet2024>.

Виктор Александрович Пономарёв, учитель Трезвости, г. Ростов на Дону victor.ponomarev@mail.ru

Источник: https://vk.com/wall4475428_37366 – ред.

Стань свободным

Тема профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних – многогранная и многоаспектная проблема. Ею занимаются представители многих областей знания: педагоги, психологи, психотерапевты, наркологи, социологи, валеологи, юристы, криминологи и др.

Профилактическая работа планируется и ведется с учетом целей и задач, возрастных и личностных особенностей подростков, положения семей. Деятельность осуществляется с учетом реализуемых воспитательно-образовательных программ и проектов в разных направлениях, с использованием активных форм и методов работы.

Так как интересы наркомана сосредотачиваются только на добыче и употреблении наркотиков, в кругу его общения находятся, в основном, антисоциальные личности. Наркоман с опытом не имеет работы, друзей, семьи. Для общества он совершенно бесполезен и только доставляет проблемы. Поэтому общество не только ради своего комфорта, но и в гуманных целях стремится уменьшить рост наркомании и вернуть к полноценной жизни людей, зависимых от наркотиков.

И самым доступным и современным способом для этого является профилактика наркомании и токсикомании. Ведь именно подростки



обучение сознательному отказу от употребления психоактивных веществ (ПАВ), формирование ценностного отношения к себе и к собственному здоровью, умения выходить из проблемных ситуаций, формирование уверенности в себе.

Хорошая профилактическая работа среди подростков дает ощутимые результаты, и она, на мой взгляд, должна вестись постоянно и в широких масштабах. Ибо правильно проведенные профилактические мероприятия среди подростков обязательно станут сдерживающим фактором и уменьшат количество молодых людей, «присевших» на наркотики.

Основной принцип их основан на заполнении информационного вакуума по профилактике наркотизма.

Как известно, отклоняющееся поведение подростков является следствием нарушения процесса социализации. И ее коррекция возможна через несовершеннолетних в сфере досуговой деятельности, так как здесь они более открыты для влияния и взаимодействия с различными социальными институтами. А это значит – прямая дорога в клубы, в которых подростки проводят свободное время. У несовершеннолетних формируется интерес к коллективному творчеству, навыки взаимовыручки и взаимопомощи. Так они выплескивают энергию, направляя ее в мирное русло. Занятый досуг не оставляет времени на негативные привычки с плохой компанией. Социально-педагогические возможности различных видов содержательной деятельности, в которые включаются подростки в рамках дополнительного образования, базируются на том, что они связаны с удовлетворением исключительно важных для них со-



циальных, материальных и духовных ценностей, зафиксированных и определенных в целях, содержании деятельности, а также в социальных ролях, нормах, правилах поведения. Это способствует кор-

ректировке поведения подростков в соответствии с общепринятыми социальными нормами и ценностными ориентациями.

Другими словами, молодежный (подростковый) клуб – современный социальный институт, способствующий формированию и становлению личности. Здесь осуществляется индивидуальное развитие детей и подростков на основе взаимодействия с представителями различных возрастных и социальных групп на базе общности ценностей, интересов, совместной досуговой деятельности. Максимальное разнообразие видов творческой деятельности, неформальные отношения, ориентация на индивидуальные интересы, склонности детей и подростков – важные принципы деятельности нашего клуба, которые являются магнитами, притягивающими ребят. При этом важно не просто привлечь детей и подростков микрорайона к участию в различных мероприятиях в качестве гостей или зрителей, ведь такое участие вряд ли можно считать помощью в социализации. А вот если подростки станут активными организаторами мероприятий, станут приходить на них в качестве хозяев, ведущих – это будет способствовать формированию их гражданской позиции, поможет развивать лидерские качества, определиться со своим местом в социуме, может быть, и с выбором профессии. К этому мы стремимся в настоящее время. Наши подростки сами организуют дискотеки, участвуют в сценариях в качестве ведущих и героев, проводят акции.

Например, наши подростки в прошлом году приняли участие во Всероссийских акциях «Отраву – за поселения», «Сообща, где торгуют смертью», «Саулык» – территория здоровья», «Трезвый водитель», «Все вместе против наркотиков», «Праздник трезвости», «За чистые легкие» и ряде других. В рамках этих акций были подготовлены и проведены такие профилактические мероприятия как круглый стол в форме позиционного анализа «Жизнь без наркотиков», конкурс плакатов «Дети против наркотиков», аукцион «Жизнь без табачного дыма», беседы «Наркомания – знаменье», «Табакорение и его последствия», час общения «Не оставайтесь наедине со своими чувствами».

Методы и формы воспитательной работы выбраны, исходя из их выраженной практической направленности:

Познавательная – проведение

викторин, интеллектуальных и познавательных игр, бесед на темы: «Кем быть?», «Дороги, которые мы выбираем», «В стране интересных дел», «Я люблю тебя Россия»;

гражданско-патриотическая – проведение акций, интерактивных игр, бесед на темы: «Добрые дела клуба», «Белая ромашка», «Мы за чистый город», «Дороги, которые мы выбираем», «Листая памяти страницы», «Этих дней не смолкнет слава»;

экологическая – проведение викторин, игр, эстафет на темы: «Эта хрупкая планета», «Экополис», «Поговорим о матушке природе», «Веселая спартакиада»;

спортивно-оздоровительная – проведение эстафет, подвижных игр, организация турниров по настольному теннису, шашкам, шахматам, и другим видам спорта;

профилактическая – беседы и лекции, интерактивные занятия на темы профилактики употребления ПАВ, к которым относятся также табак и алкоголь, пропаганды здорового образа жизни. А также беседы на темы: «Подростковые группировки», «Профилактика вредных привычек в подростковом возрасте», «Семья сегодня».

Особой популярностью у подростков пользуются психологические тренинги, в основу которых положены принципы самоопределения и ответственности за самостоятельное принятие решения.

Профилактическая работа – вещь



очень не простая, так как одной из основных функций подросткового возраста является сепарация от взрослых. Это проявляется в отрицании опыта взрослых, противопоставлении себя им. Подростки склонны «отгораживаться» от информации, исходящей от взрослых, которая затрагивает их личностно. Самый частый ответ на такую информацию: «Это не про меня». Проводя тренинг, педагог пытается изменить структуру личностных качеств подростка, активно влияя на его накопленные жизненные ценности и мотивацию поведения. Знания здесь уже не являются, в строгом смысле, научными. Скорее, это целый набор собственных наблюдений, мнений друзей, семейных традиций, СМИ, что составляет личный опыт и формирует собственное устойчивое мнение или собственную установку. В данном случае в вопросе употребления ПАВ.

В настоящее время работаем над созданием добровольческого движения по профилактике негативных явлений. В данном случае работу по первичной профилактике среди подростков и молодежи проводят их сверстники – волонтеры. Это позволяет нам одновременно решить несколько задач: охватить достаточно большую молодежную аудиторию, что важно при дефи-

ците специально подготовленных психолого-педагогических кадров; сформировать устойчивые антиалкогольные и антинаркотические установки, как у самих волонтеров, так и у их собеседников, развить чувство самоуважения и ответственности; через общественно полезное дело сформировать навыки, важные для взрослой жизни, в том числе для будущей профессиональной деятельности. В свою очередь участие в волонтерской деятельности помогает подросткам и молодежи реализовать свое потенциальное стремление к лидерству, формирует у них чувство ответственности за все происходящее вокруг, помогает им выработать гражданскую позицию в отношении



к общественно значимым проблемам. В будущем решаем вопрос о создании на площадках клуба «Саулык» подготовку молодежных лидеров «Здоровье моего друга».

Еще одно направление – проведение антинаркотических мотивационных акций, фестивалей и

других форм массовой работы. В нашем клубе накоплен большой опыт проведения таких массовых мероприятий. Например, Марафон здоровья, в рамках которого в течение месяца в клубах города проводятся многочисленные мероприятия, способствующие пропаганде ценностей здорового образа жизни, итоговым действием становятся массовые мероприятия, посвященные Всемирному дню борьбы с наркоманией и незаконным оборотом наркотиков, Всемирному дню без табака, Международному дню против СПИД/ВИЧ-инфекции. По итогам марафона определяются победители. В наших планах есть еще одна очень интересная форма работы – это шоу-семинар, который предполагает проведение дискуссий, обсуждение видео-сюжетов с чередованием конкурсов, игровых и танцевальных программ. Идея безалкогольной дискотеки построена на том, чтобы не кричать о проблемах СПИДа, наркомании и других видов аддикций, а продемонстрировать свою позицию: аселиться можно без употребления спиртного и наркотиков. Лозунг «Стань свободным!» делает расстановку понятий, что не наркотик дает свободу, как порой считает некоторая часть молодежи, а отказ от него.

И в заключение несколько цифр – за 2023 год клуб провел около 600 мероприятий с более чем с 4,5 тысяч посещений, опубликовал в социальных сетях 147 различных статей, постов на тему профилактики употребления наркотиков, с которыми познакомились 2700 читателей.

Людмила Ивановна Костарева, заведующая молодежным (подростковым) клубом «Саулык», г. Альметьевск, Республика Татарстан



Человеку мало века

Глава 4. Говорить правду

Федор Григорьевич Углов

Никто не может жить долго, если впереди мрак, если у человека нет никакой надежды на лучшее будущее.

В наше тяжелейшее время смут и беззакония, когда все святое погрязло и оплевано, а народ ограблен и обманут, я встретил в своей жизни удивительного, светлого и мудрого человека – митрополита Санкт-Петербургского и Ладожского Иоанна. Беседа с ним, его книги давали мне надежду, он указывал пути спасения от этой страшной разрушительной смуты.

Я считаю, что Владыка Иоанн оставил нам великое духовное наследие, и особую ценность оно представляет для нас, русских. Он показал, что учение Христа отвечает нашему национальному характеру и обычаям – я имею в виду все три ветви русских – великороссов, малороссов и белорусов.

«Блаженны алчущие и жаждущие правды». А разве это не в нашем характере?

«Блаженны изгнанные за правду...» – говорится в священном писании... Миллионы наших людей смело шли на изгнание во имя святой правды, за верность своих идей, за народ. Учение Христа, все учение православной веры так близко соотносится с характером русских людей, что создается впечатление, что все построено как бы для них, и они взяты за образец духовной жизни православного человека. И так понятны сегодня слова святого праведного отца Иоанна Кронштадтского, который писал: «Русские люди перестали понимать, что такое Русь! Она есть подножие престола Господня, русский человек должен понять это и благодарить Бога за то, что он русский!».

«Человек! Всеми силами старайся насаждать, развивать и укреплять в душе своей искреннее ко всякому человеку доброжелательство и любовь и нещадно гони всегда из сердца зарождающуюся зависть и недоброжелательство или притворство, неприязнь и ненависть, которые суть исчадие дьявола».

И вот читаю у Владыки Иоанна: «Горе нам, если под грузом тягот и лишений тяжелейшей смуты, перед лицом предательства, ненависти и злобы, обрушившейся на нас со всех сторон, дрогнем и отречемся от служения, дарованного Господом нашему народу за веру, самоотверженность и готовность к бескорыстной жертве».

Лучше, чем этими словами, не осветишь нашу духовную жизнь и задачу каждого.

Основная заповедь православной веры – любовь к ближнему. Любить ближнего как самого себя. Отличительной чертой нашей духовной жизни была и есть соборность, а это есть единство народа во исполнении христианского долга и самоотверженности, в стремлении посылить приближения к Богу.

Ведь в молитве мы говорим: «Избави нас от лукавого...», не меня, а нас, у нас всенародная и общая молитва, и мы молимся за весь народ, мы русские православные люди составляем единое целое. И в этом наша сила и непобедимость.

Русские всегда отличались высокой нравственностью и бескорыстием. Жадность, стремление к наживе за счет других всегда осуждались. В почете было благородство,

смелость, подвижничество, самопожертвование во имя Родины, в защиту православия. Поэтому православная вера с ее высокими нравственными принципами, с ее правдивостью, честностью, с ее стремлением к жертвенности во имя добра и правды, прочно вошла в жизнь русского народа, став его духовной сущностью. Чем тверже соблюдались духовные заповеди православной веры, чем полнее и тверже соблюдались в повседневной жизни, тем выше и достойнее становилась духовная жизнь русского народа, **находившего свое счастье не столько в своем личном, сколько в общественном благополучии.**

Среди самых высоких черт в характере русского человека была и есть его доброта, правдивость и доверчивость, которые в кругу себе подобных позволяли находить искренних друзей и бескорыстную помощь в трудных случаях жизни. Особо ценилось данное слово. Оно всегда было законом и не требовало для подтверждения никаких документов, и традициями из поколения в поколение передавалась правда, на которой и училась подрастающая молодежь.

Законы православия: честь, совесть, бескорыстие, благородство – вошли в жизнь русского человека как неременное условие человеческого достоинства... Не богатство, а благородные дела, самоотверженность во имя Родины или ближнего приносили славу человеку. Все эти черты русского человека являлись его силой и славой в среде подобных, но при встрече с людьми низкой нравственности нередко приносили ему горе.

Особым доверием в русском народе пользовалось честное слово. Сказать неправду считалось большим грехом, нарушение слова оценивалось как недопустимая низость, несовместимая со званием человека... К сожалению, в последнее время некоторые люди ложь превратили в свое самое сильное оружие, переплетая с ложью прессу...

Вот что писал об этом митрополит Иоанн: «Тем, кому памятна страшная разрушительная роль, сыгранная средствами массовой информации в нашем недавнем прошлом, небезынтересно ознакомиться со следующими строками, написанными сионскими мудрецами сто лет назад: «Если золото первая сила в мире, то пресса – вторая. Мы достигнем нашей цели только тогда, когда пресса будет в наших руках. Наши люди должны руководить ежедневными изданиями. Мы хитры, ловки и владем деньгами, которыми умеем пользоваться для достижения наших целей...»

А что это за цели нам можно не объяснять, ибо благородные цели не достигаются подкупом.

На что же направляют эти люди захваченную прессу? Об этом они пишут откровенно: «Необходимо вырвать из ума людей принципы божества, дискредитировать священнослужителей, разрушить духовную жизнь...»

Эти мракобесы отлично понимают, что если разрушить нравственную, духовную жизнь человека, то его можно направить на любые бесчестные и подлые дела, и не только по отношению к отдельным людям; **ложь, переданная много раз через средства массовой информации, может разрушить нравственную и физическую жизнь целого народа и довести его до гибели.**

Ярким примером этого варварства является хитрая и многолетняя политика **спаивания нашего на-**

рода и его духовное разложение. Через все виды массовой информации, используя печать, радио и телевидение, соответствующие чиновники и негодяи, наши враги вели и ведут бессовестную борьбу за спаивание нашего народа с тем, чтобы полностью уничтожить русский народ и захватить нашу страну с ее природными богатствами. Вот пример этого бесчеловечного по своей наглости и подлости документа, опубликованного митрополитом Иоанном в газете «Россиянин» (№ 15-16 за 1993 год).

В его статье «Битва за Россию» мы читаем: «В Великую Отечественную войну сама Россия, истекая кровью, явила чудеса героизма и мужества, спасая своих союзников... Не успел стихнуть гул послевоенных боев, как западные союзники круто изменили свое отношение к России, решив ее разрушить, разграбить, а русский народ уничтожить».

«Посев в России хаос, – писал в 1945 году американский генерал Аллен Даллес, руководитель политической разведки США в Европе, ставший впоследствии директором ЦРУ, – мы незаметно подменим их ценности на фальшивые и заставим их в эти фальшивые ценности верить. Как? Мы найдем своих единомышленников, своих помощников и союзников в самой России. Эпизод за эпизодом будет разыгрываться грандиозная по своему масштабу трагедия гибели самого непокорного на земле народа, окончательного необратимого угасания его самосознания. Из литературы и искусства, например, мы постепенно вытравим их социальную сущность. Отучим художников, отобьем у них охоту заниматься изображением, исследованием тех процессов, которые происходят в глубине народных масс. Литература, театры, кино – все будет изображать и прославлять самые измененные человеческие чувства. Мы будем всячески поддерживать и поднимать так называемых творцов, которые станут насаждать и вдальбивать в человеческое сознание культ секса, насилия, садизма, предательства – словом, всякой безнравственности.

В управлении государством мы создадим хаос и неразбериху. Мы будем незаметно, активно и постоянно способствовать самодурству чиновников, взяточников, беспринципности. Бюрократизм и волокита будут возводиться в добродетель. Честность и порядочность будут высмеиваться и никому не станут нужны, превратятся в пережиток прошлого. **Хамство и наглость, ложь и обман, пьянство и наркоманию,** животный страх друг перед другом и беззащитность, предательство, национализм и вражду народов, прежде всего **вражду и ненависть к русскому народу:** все это мы будем ловко и незаметно культивировать.

И лишь немногие, очень немногие будут догадываться или понимать, что происходит. Но таких людей мы поставим в беспомощное положение, превратим в посмешище. Найдем способ их оболгать и объявить их отбросами общества».

«Оглянемся вокруг, – пишет митрополит Иоанн, – какие еще доказательства нужны нам, чтобы понять, что против России, против русского народа ведется подлая, грязная война, хорошо оплачиваемая, тщательно спланированная, непрерывная и беспощадная. Борьба эта – не на жизнь, а на смерть, ибо по замыслу ее дьявольских вдохновителей уничтожению подлежат страна целиком, народ как таковой – за верность своему историческому призванию

и религиозному служению... за то, что через века, исполненные смут, мятежей и войн, он пронес и сохранил святыни религиозной нравственности, сокровенное во Христе понимание божественного смысла мироздания, твердую веру в конечное торжество добра».

Мафия, захватившая власть в России, предоставила полную свободу всем лиходеем для грабежа и насилия в полном соответствии с планами Даллеса. И в этом небывалом по своей жестокости и подлости хаосе четко проглядывается целенаправленная тенденция всеми средствами, в особенности с помощью алкоголя, разграбить Россию и уничтожить «самый непокорный в мире» наш великий и добрый русский народ. И митрополит Иоанн, открывая нам глаза на злодеяния внешних и внутренних врагов России, призывал нас одуматься, протрезветь и, как можно быстрее и полнее, вернуться к православию с его законами любви к ближнему, бескорыстию, честности, трудолюбию и к беззаветному служению Родине.

И наш святой долг перед Родиной – остановить нравственное разложение соотечественников и, в первую очередь, молодежи, на которую, главным образом, и направлена пропаганда зла, насилия, разврата, накопительства и всего того, что нам день и ночь преподносит радио, телевидение и многие органы печати, выполняющие волю наших зарубежных и внутренних врагов.

Все то, что разлагает молодежь, воспринимается ею лучше всего, когда она находится под одурманивающим влиянием алкоголя, табака, наркотиков. И потому рынок заполнен этими ядовитыми наркотиками до предела, а вовлечение молодежи в наркотические сети остается и поныне основной задачей наших врагов. Вся пропаганда этих ядовитых наркотических веществ основана на лжи, утверждающей о безвредности, а то и пользе «умеренных» доз, которых для наркотиков не существует.

Между тем, все виды наркотиков, включая алкоголь, в любых дозах несут болезни, нищету, разрушение семьи и раннюю гибель. Но эти наркотики, разлагая и убивая людей – разоряя семьи и государство, приносят огромные богатства тем, кто их производит и продает, т. е. внутренней и внешней мафии, поставившей целью уничтожить наш народ и наше государство и одновременно нажить баснословный капитал.

О том, какие прибыли несут спиртные изделия алкогольной мафии, говорит следующий исторический пример.

Когда в 1911 году в России началось движение за трезвость, барон Гинзбург заявил в своем кругу, что его поставки алкоголя дают ему золота больше, чем все его золотоносные прииски на Лене (Бодайбинские прииски), поэтому он принимает все меры к тому, чтобы доказать, что, так называемые, умеренные дозы водки (200—250 г) для русского человека безвредны.

Известно, что в то время крупнейшие русские ученые во главе с академиком И. П. Павловым категорически восстали против такой пропаганды, доказывая, что безвредных доз нет. Но сам по себе этот факт говорит о том, что алкогольная мафия наживает на водке золота больше, чем им дают золотоносные прииски.

В наше время алкогольная мафия наживает на алкоголе не меньше, и она спаивает нас не бескорыстно. В 1988 г. академик Б. И. Исаков установил, что алкогольная мафия на алкоголе наживает бешеные деньги, откладывая себе лично до 10 миллиардов золотых рублей в

год. Поэтому неудивительно, что мафия, зарабатывая на крови народа бешеные деньги, может подкупить не только всех чиновников и руководителей соответствующих ведомств, но и все средства массовой информации. Ведь не зря же мы не слышим нигде слова правды об алкоголе и наркотиках. Наоборот мы слышим на каждом шагу бесстыдную пропаганду этих ядовитых веществ, и ни слова правды вы не прочтете в печати, не услышите по радио или по телевизору. Между тем, еще в советской энциклопедии было сказано, что алкоголь сокращает жизнь человека в среднем на 20, а табак на 8 лет, не говоря уже о ранней инвалидности и длительных болезнях по вине этих наркотиков.

Чтобы оправдать свое стремление спойти народ, мафия упорно старается доказать, что продажа алкоголя выгодна для государства. На самом же деле это грубейшая ложь. Алкоголь несет огромные убытки и разорение обществу и государству. Даже при государственной монополии каждый рубль, полученный за алкоголь, несет государству 6-7 рублей убытку – и в целом разоряет страну.

Так, например, в 1960 году душевое потребление алкоголя составило 3 литра в год. В это время национальный доход составил 11—12%. К 1982 году, когда мафия добилась резкого увеличения производства и продажи алкоголя, душевое потребление алкоголя составило 12 литров. При таком массовом производстве и продаже алкоголя мы, по словам мафии, должны бы разбогатеть и национальный доход должен был увеличиться в 4 раза. Он же снизился почти в 6 раз, составив всего 2%, и продолжает падать. Поэтому алкоголь является губительным не только для пьющих граждан, но и разорителем общества и государства.

Эти цифры содержатся в отчетах, но они тщательно замалчиваются и искажаются. Такую же ложь распространяет мафия и по поводу самогонварения, убеждая нас в том, что увеличение продажи официального хмеля ведет к уменьшению самогонварения. На самом деле как раз наоборот. Чем больше алкоголя производит государство, тем больше народ варит самогона.

Так, например, в 1983 году, когда алкоголем залили всю страну, самогонварение составило почти 70% от государственной продажи алкоголя.

В строгом соответствии с уровнем потребления идет рост заболеваемости и смертности населения, а особенно преступности. Последняя, как в зеркале, отражает уровень потребления алкоголя.

По данным Всемирной организации здравоохранения, страна, где будет прекращено производство и продажа алкоголя, может закрыть 9/10 своих тюрем.

Поэтому ради спасения наших соотечественников и особенно нашей доверчивой молодежи мы должны не уставая говорить правду людям, призывая их одуматься и прекратить убивать себя и разорять свою Родину, хотя бы во имя наших детей.

И где только можно говорить людям правду и обращаться к уму и совести наших депутатов и правительства – призывая их прекратить убивать русских людей и разорять нашу Святую Русь с помощью ядовитых напитков.

Уже несколько лет мы имеем позорные демографические показатели, когда умирает больше, чем рождается, и мы за последние годы потеряли уже много миллионов наших собратьев, а рождаемость детей упала до катастрофически низких цифр, говорящих о геноциде русского народа.

О каком долголетии можно тут говорить?

Продолжение на 7 стр.

Глава 5. Сердце – источник радости и горя

Продолжение, начало на 6 стр.

Чем отличаются долгожители от других людей? всю жизнь они подвижны, легко и быстро ходят, что называется «легки на подъем». Движение – это основа жизнедеятельности. Это не только работа мышц, это активность всего организма, всех его основных систем, составляющих его единое целое.

Недостаток физических движений – гиподинамия – сокращает жизнь даже в эксперименте. Крысы, вынужденные находиться в состоянии гиподинамии, жили на 6-8 месяцев меньше контрольных.

Мышечная деятельность – естественный фактор физиологической стимуляции – поддерживает и совершенствует десятки приспособительных механизмов на разных уровнях жизнедеятельности.

А вот перегрузка отрицательно сказывается на организме – особенно пожилых людей. Чем старше человек, тем бдительнее он должен относиться к нагрузкам – и умственным, и физическим – помня, что границы между тренировкой и хроническим истощением, совершенствованием и срывом регуляции у него сближаются. Поэтому если ходьба – даже по несколько километров в день – при здоровом сердце может быть рекомендована и в более старшем возрасте, то к бегу надо относиться с большой осторожностью, особенно людям, предварительно не тренированным. И если движение – основа жизни, то ведь бег – это испытание жизни! Поэтому бегать ради жизни в пожилом возрасте надо осторожно.

Трудовая деятельность, как я уже говорил, – естественное условие существования человека, и она должна сохраняться на всю его жизнь. Будучи естественным состоянием, труд не может изнашивать организм. Наоборот – вне труда организм, не получая необходимых стимулов для отправления жизненных функций, просто теряет способность к продолжительной жизни. Опыт показывает, что все долгожители не прекращали своей физической или умственной деятельности до конца своих дней (Ф. М. Коломийцев. Профилактика старости. Медгиз, 1960, с. 17).

Конечно, всякий труд должен разумно сочетаться с отдыхом. Как эксперименты, так и клинические наблюдения показывают: как бездеятельность, так и чрезмерные нагрузки, ведущие к перенапряжению, сокращают жизнь человека.

Долгожители, как правило, умерены в еде. Полных среди них практически не бывает. Человеку более старшего возраста лучше недоест, чем переест. Излишний вес сказывается отрицательно на продолжительности жизни. Это с математической точностью доказано страховыми компаниями. Еще в 1932 году были опубликованы данные одной страховой компании о смертности в различных возрастных группах мужчин, застрахованных в период с 1909 по 1928 г. (США). Оказалось, что в группе лиц в возрасте от 50 до 59 лет, вес которых на 15-20% превышал норму, показатель смертности был на 17% выше, чем соответствующий показатель для всего населения. Если превышение веса было 25-34%, показатель смертности становился на 41% выше! В возрастных группах от 20 до 59 лет показатель смертности был тем выше, чем выше был вес застрахованных.

В более позднем исследовании приведен анализ данных с 1925 по 1934 г. И здесь смертность тучных людей выше, чем лиц с нормальным весом, независимо от того, к какому полу они принадлежат. Кроме того, смертность тучных в возрасте от 20 до 29 лет на 80% выше смертности людей с нормальным весом.

Но переядение – не единственный фактор преждевременного старения. Имеет значение также

характер пищи, в частности, слишком высокое содержание в рационе жиров животного происхождения. Характер пищевого режима при прочих равных условиях оказывает заметное влияние на частоту возникновения атеросклероза и инфаркта миокарда и обуславливает в какой-то степени преждевременное старение и смерть.

Поданным В. Риса люди, страдающие ожирением, живут в среднем на 6-8 лет меньше, чем люди с нормальным весом. Что же все-таки имеет важное значение для долгой жизни?

1. Труд, постоянный и энергичный.
2. Правильное сочетание труда, отдыха и питания.
3. Хороший психологический климат в коллективе и семье.
4. Мера, отсутствие излишеств во всем.
5. Честность, открытость, доброжелательность и уменьшение конфликтных ситуаций.
6. Духовно-материальная удовлетворенность в жизни.
7. Отсутствие вредных привычек.

Хотя все эти факторы и имеют большое значение для продолжительности жизни человека, все-таки не они определяют в основной массе людей преждевременный износ, раннее старение и гибель. Если взять, например, тысячу родившихся и проследить, сколько из них останется в живых до 2-го года жизни, до 3-го, 5-го и даже до 95-го, то оказывается, что до 45-летнего возраста вымирание мало заметно, здесь по разным возрастам отмечаются небольшие колебания. Показатель смертности круто поднимается начиная с 50-55-летнего возраста. Быстрое вымирание отмечается с 60-65 лет – при этом не от старости, а от болезней. К 85-95 годам в живых остается очень малое количество людей.

Может быть, виновато бурное развитие техники и культуры, резкое увеличение потока информации? Трудно себе представить, что при наших темпах может не быть напряжения и стрессов.

Значит, для того чтобы избавиться от сердечно-сосудистых заболеваний, необходимо приостановить прогресс и снизить темпы промышленного и культурного развития? К счастью, в этом нет необходимости. Перенапряжение нервной системы и психо-эмоциональные стрессы только в тех случаях приводят к печальным последствиям, когда они вызваны отрицательными раздражителями. То есть к сердечным заболеваниям приводит только то нервное перенапряжение, которое вызвано нашими низменными поступками.

Я уже писал выше о том, что во Вьетнаме во время войны с американцами среди местных жителей было ничтожно мало заболевших сердечно-сосудистыми заболеваниями, несмотря на не выносимые тяжелые условия, в которых приходилось жить этим людям. Они были объединены одной идеей, одной задачей – отстоять свою Родину, не пустить врага на свою территорию. О том же самом я сообщал много раньше, на конференции в Ленинграде вскоре после снятия блокады. Несмотря на голод, постоянные обстрелы и бомбежки, пожары, непосильный труд – при вскрытии умерших людей практически не обнаруживались глубокие изменения в коронарных сосудах!

В мирное время нервное перенапряжение или психо-эмоциональный стресс возникают у людей не в результате напряженной работы. Все мы знаем, с какой полной отдачей всех духовных и физических сил работают люди труда и науки, не испытывая при этом никаких болезненных явлений.

Болезни и срывы наступают в случаях, когда имеет место резкое несоответствие между

возможностями человека и задачами. Болезни и срывы часто наступают там, где присутствуют грубость, оскорбления, угрозы, страх (особенно – страх за близких людей), неуверенность в завтрашнем дне.

Часто пожилой человек, лишившись с уходом на пенсию привычного дела, похоронив родных и знакомых, начинает ощущать себя одиноким и никому не нужным. Он рискует утратить всякий интерес к жизни; а если у него при этом и недостаток ограничен, ему, помимо всего, угрожает полуголодное существование. При таком психологическом настрое даже легкое заболевание укладывает человека в постель – и иногда надолго. После длительного пребывания в постели наступает атония, то есть слабость мышц – а это усугубляет пассивность – и человек вообще отказывается вставать с постели, превращаясь в живой труп.

У меня в клинике лежала женщина с явлениями выраженной стенокардии. Она говорила, что муж ее, бывший директор крупного завода-института, будучи физически вполне здоровым, ушел по возрасту на пенсию и сразу же ощутил перемену отношения к себе не только официальных лиц, но даже и хороших знакомых. Он очень это переживал, а еще больше за него переживала жена. В результате она с тяжелой стенокардией легла к нам в клинику.

После лечения у нее наступило значительное улучшение, она была выписана домой. Прошло полгода. Она пришла ко мне на амбулаторную консультацию осунувшейся, с еще более выраженными явлениями стенокардии. За это время, как она рассказала, муж ее не перенес бестактного и несправедливого отношения к нему со стороны людей, с которыми он работал. Бывших помощников стало не узнать – так они изменились, превратившись из почитательных и льстивых в грубые и наглые. Он очень болезненно переживал такую перемену в людях, которым сделал немало добра. У него случился инфаркт, от которого он и умер.

Но этим не закончились тяжелые переживания моей больной. Не успела она похоронить мужа, не высохли еще слезы на ее глазах, как со службы и из горжилотдела пришли чиновники с требованием, изложенным в грубой, императивной форме, чтобы она срочно переезжала из своей квартиры в комнату, которую ей «подобрали». И сколько она ни просила, ни спорила, ни говорила о том, что при жизни мужа ей обещали сохранить эту квартиру за ней, что она готова платить за излишнюю площадь, чиновники были неумолимы. И ей, еще не оправившейся после смерти мужа, пришлось собирать вещи и переезжать в какой-то дальний район, удаленный от ее друзей и знакомых, которых появилось у этой семьи немало за 40 лет жизни в доме. При этом ей не дали, как обещали и как было положено по закону, отдельную квартиру меньших размеров, а поселили ее в коммунальной квартире, в которой к тому же среди соседей одна женщина-алкоголичка создает невозможную жизнь и днем, и ночью.

— Если бы не ваше лечение, проведенное полгода назад, я бы ни за что не выдержала этих испытаний, которые выпали мне. Я ведь и сама много лет работала учительницей, никогда не считалась с собой, учила детей бережному обращению с человеком. И муж сорок лет проработал на этом заводе – от рядового инженера до директора. Сколько имел наград и поощрений, а вот чуть состарился – и к нему стало такое отношение, что он и года не выдержал. А после него и со мной обошлись еще хуже.

О какой долгой жизни можно говорить при таком отношении к пожилому человеку? Во все века

в русском народе сохранялось глубокое уважение к старшим. Еще будучи мальчишкой, я с удивлением смотрел на то, как отец, уважаемый в нашей местности человек, при встрече со старшими, особенно пожилыми людьми обязательно снимал шапку и кланялся. Я, бывало, спрошу: «Это, папа, Ваш знакомый?» «Нет, сынок, – говорит отец. – Я его не знаю. Но он пожилой человек, своим трудом за свою долгую жизнь он заслужил, чтобы его уважали. Своим приветствием я отдаю дань уважения его возрасту». Такое отношение к старшим я отмечал во многих местах нашей Родины как в городах, так и в деревнях. Пренебрежение к пожилым людям не свойственно нашему народу. Это наносное, вредное, пришло к нам откуда-то со стороны, от тех, кто ненавидит людей, кто к традициям, ко бычаям, ко всему нашему прошлому относится с пренебрежением.

Между тем, мы должны настойчиво воспитывать бережное отношение к каждому человеку и, особенно, к пожилым, а также к подчиненным и зависимым людям. Благородный человек никогда не позволит себе разговаривать со старшим, а тем более с подчиненным повышенным тоном, накричать на него, потому что тот не может ответить тем же. Только тот достоин уважения, кто и со стариком, и с юношей, с министром и дворником будет разговаривать одинаково вежливо.

Я специально остановился в этой главе, посвященной болезням сердца как причине сокращения нашей жизни, на психических переживаниях человека. Нарушение взаимоотношений, грубость, бестактность и пренебрежение к личности явно способствуют развитию тех заболеваний сердца, которые в настоящее время стали бичом человечества, являясь основной причиной смертельных исходов у большинства людей. К этим заболеваниям относятся стенокардия и инфаркт миокарда, гипертония и атеросклероз.

Стенокардия, то есть боли в области сердца, называется еще коронарной или ишемической болезнью, а также коронарной недостаточностью. Боли в сердце, как правило, вызываются неполноценным кровоснабжением сердца, которое осуществляется через вены или (по латыни) коронарные артерии. Затруднение прохождения крови по сосудам происходит чаще всего от атеросклероза, при котором стенки артерий утолщаются, становятся жесткими, ригидными, на них образуются бляшки, просвет сосуда суживается. Иногда бляшки, возникнув у основания сосуда, приводят к полному закрытию притока крови к сердцу, и если не будет оказана немедленная медицинская помощь, может наступить остановка сердца.

Такая катастрофа случилась с моим блокадным другом, о котором я писал в книге «Сердце хирурга», Юрием Георгиевичем Смоленским. Могучего телосложения, здоровый и выносливый, он всех нас порадовал своей неутомимостью. Как специалист по зеленому благоустройству города, он нередко приезжал к нам в выходные дни на дачу, и мы с друзьями под его руководством устраивали дорожки, сажали цветы и кусты. Бывало, все мы уже едва двигаемся, хозяйки давно зовут к обеду, а он все нас подгоняет: «вот сюда, на бровку подбрось лопатки три земли, вот здесь перекопай поглубже...» А сам работает все время больше всех нас и не знает усталости. А придем после работы в дом – он садится за пианино и может играть часами. Слух у него был замечательный. Когда начинаем песню – он тут же подберет аккомпанемент и такие вариации разыгрывает, неизвестно, что приятнее слушать – наше пение или его игру.

Он и на работе не знал удержу.

Трест строительства зеленых насаждений, которым он руководил более 20 лет, все эти годы был образцовым. Сколько он ни пытался перейти на другую, в частности, преподавательскую работу, его не отпускали. Знали, что никто не сможет так руководить этим делом.

Он был прекрасным собеседником, эрудированным человеком, с которым можно с интересом и подолгу разговаривать. Позже он ушел на преподавательскую работу. Его дипломанты всегда защищали свои дипломы с отличием.

Одно нас постоянно тревожило, и я часто говорил ему об этом – он не соблюдал режима. Не ест целый день, а потом на ночь плотно поужинает. Сядет играть в преферанс накануне выходного дня – и играет всю ночь. Да еще во время игры и коньячок попивает. Но он только снисходительно улыбался: дескать, русскому богатырю ничего не делается. Он и действительно выглядел богатырем: рост 190 см и вес более 100 кг.

Однако каким бы могучим ни был организм, систематическое нарушение режима подорвет любое здоровье. Исследование выявило у него коронарную недостаточность. Кое-как поговорили его амбулаторно провести курс лечения, выдержать диету. В результате состояние улучшилось, и он года два не показывался. Затем снова повторили курс лечения, и он чувствовал себя неплохо. В последний год я стал замечать, что он все чаще прикладывает руку к сердцу. Значит болеет. Уговариваю лечь в клинику – отказывается. У него пять дипломников заканчивают свои проекты, надо им помочь. «Вот защитят дипломы, тогда и я могу позволить себе расслабиться».

Приехал он как-то ко мне на дачу в выходной день со знакомым плотником. Надо было крыльцо немного поправить. Плотник работает, мы с Юрием Георгиевичем на подхвате. Уже под вечер сели за стол. Выпивать он не стал, хотя обычно любил после работы выпить две-три рюмки коньяку, приносил с собой – знал, что мы спиртного не держим.

У меня эти два дня подряд именины моих друзей, я два вечера провел у них. Пили порядком, закуска была хорошая – до сих пор в себя прийти не могу.

Выпил чаю с домашним печеньем и больше ничего не стал ни есть, ни пить. Посидели мы часок, поговорили, а затем они с плотником пошли на электричку. Через несколько часов звонит врач «скорой помощи»: «На платформе скончался Юрий Георгиевич Смоленский. Провожающий сказал, что он Ваш знакомый. Вот я Вам и звоню... Когда мы приехали, ничего сделать уже было нельзя. Скончался от сердечного приступа», – добавил он.

На вскрытии у него обнаружили большой тромб в самом начале коронарной артерии. Он перекрыл просвет сосуда и вызвал внезапную остановку сердца.

Так умер человек в возрасте 65 лет. А ведь это был настоящий богатырь. Не относись он так небрежно к своему здоровью ему бы и до ста лет износа не было.

Что же привело этого человека к тому, что он погиб от острого инфаркта миокарда? Казалось бы, при чем тут износ?

Завелась бляшка в венечной артерии, питающей сердце, и привела к тромбозу крупного сосуда.

Нет, это произошло не само по себе. Появление бляшки не случайно. У него была коронарная болезнь, плод совокупности его образа жизни и той среды, в которой он находился. Думаю, не последнюю роль здесь сыграло то, что нормальная семейной жизни у него, по-видимому, не было. Во всяком случае, к нам он с женой не приезжал никогда.

Продолжение в следующем номере

КОМПЛЕКСНАЯ ИГРА «МЫ ВЫБИРАЕМ ТРЕЗВОСТЬ»

К числу последствий употребления алкоголя, табака и наркотиков (АТН) относятся падение уровня здоровья населения, преждевременная смертность, которая, например, среди мужчин достигает 70 % процентов в структуре общей смертности, большие дети, которых рождается так много, что сегодня «особенных» детей стали попросту отправлять в массовые общеобразовательные школы, распад семьи, безотцовщина, отказ матерей от детей в роддомах, переполненные детские дома, сиротство приживых родителей. Средняя российская семья тратит на алкоголь и табак до 15% своего дохода.

Алкоголь, табак, наркотики являются частью общего разложения и одной из главных причин тяжелейшего со времён Великой Отечественной войны (1941-1945) демографического кризиса, несут угрозу национальной безопасности и самому существованию России как единого государства.

Как быть в сложившейся ситуации? Как отрезвить взрослых? Как защитить детей? Медицинская помощь – это борьба с последствиями. Есть две базовых причины, которые заставляют людей отравлять себя наркотическими ядами:

1) ложные убеждения в том, что это – нормально;
2) доступность (по времени, местам продаж, ценам на эти яды).

Они и программируют людей от мала до велика на то, что рано или поздно надо начать себя отравлять.

В истории человечества самыми эффективными моделями профилактики химических зависимостей были религиозные ограничения и запреты. Еще на заре человечества, едва были обнаружены вещества, способные изменять психическое состояние людей, их брали под контроль вожди и шаманы. Полный запрет на алкоголь предписан в индуизме, буддизме, исламе (Коран запрещает употребление любых одурманивающих веществ. В современном христианстве есть три течения: модерационизм (умеренность), абстиненцизм (воздержание по разным критериям), прогибиционизм (полный запрет).

В светском государстве действуют 3 основные **модели профилактики**:

Юридическая – ограничительные меры вплоть до полного запрета.

Медицинская – борьба с последствиями употребления АТН.

Образовательная, которая в наши дни представляется наиболее перспективной, так как через образовательные организации проходит всё население страны. Кроме того, доказано, что через просвещение детей достигается **отражённое влияние** и на родителей.

Длительное время в образовательной модели преобладал разоблачительный подход. Рассказывалось о том, какой вред причиняют АТН, каковы последствия их употребления для здоровья человека и благополучия личности, семьи и общества.

Современен пришло понимание, что разоблачать недостаточно, что больше надо говорить о преимуществах трезвости и положительных альтернативах. Однако полное замалчивание информации о веществах, которые находятся в шаговой доступности от населения, включая детей, неправильно. Вопрос состоит лишь в соотношении количества разоблачающей и созидательной информации.

Такой подход сегодня преобладает среди российских трезвенников, который можно выразить формулой: «Трезвым родился – трезвым живи!». Учеными-собриологами разработан понятийный аппарат, согласно которому **«трезвость – это естественное биологическое состояние человеческого организма, свободное от отравлений любыми одурманивающими веще-**

ствами, сознательный отказ от их употребления, а трезвенник – это человек, который сознательно сохраняет естественную трезвость или навсегда восстановил её в случае утраты».

С точки зрения образовательной модели, нас интересует понятие **трезвенное воспитание** как система воспитательной работы, нацеленная на формирование трезвых установок, убеждений, привычек, поведения, позволяющая сохранять естественную врождённую трезвость и восстановление её в случае утраты». Более узкое понятие **трезвенное просвещение** – организованный процесс, имеющий целью формирование трезвенного мировоззрения как системы установок и убеждений.

Союз утверждения и сохранения трезвости «Трезвый Урал» разработал комплексную программу отрезвления на государственном уровне «Трезвость – воля народа!» (Тюмень, 2022), которая является подлинно народным проектом по утверждению сознательной трезвости. Вот основные пункты программы:

1. Закон должен утверждать правду;
2. Прекращение информационного террора;
3. Уроки Трезвости. Правдивая информация;
4. Отраву за поселения – в спецмагазины;
5. Сокращение времени работы спецмагазинов;
6. Прекращение доступности этанола для отравления людей;
7. Сохранение Трезвости в России на вечные времена.

Поставлена задача создания новой области права, где трезвость станет ключевым понятием. С точки зрения образовательного подхода, нас интересуют пути трезвенного воспитания и просвещения обучающихся. В школах царской России в начале XX века официально проводились «антиалкоголические» уроки по «Учебнику трезвости» А.И. Мендельсона и другим учебным пособиям, а учителей трезвости готовили на высших «антиалкоголических» курсах.

Сегодня в России нет юридически утверждённого учебного предмета по профилактике химических зависимостей, хотя делалась попытка ввести отдельные уроки валеологии, есть потенциал для внедрения элементов антинаркотического просвещения в курсе учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности». Но в разговорах о здоровье и безопасности вообще тема отрезвления теряется, и речь в сущности идёт лишь об отсрочке приобщения к АТН.

В Законе «Об образовании в Российской Федерации» и в «Федеральных государственных образовательных стандартах» второго и третьего поколений термин «трезвость» отсутствует, но используются «профилактика», «здоровьесберегающие (образовательные) технологии (ЗТ и ЗОТ)», «охрана здоровья обучающихся», «культура здоровья». Учёными и педагогами-энтузиастами разработан ряд учебно-методических пособий: «Уроки культуры здоровья», «Полезные привычки», «Предупреждение наркомании», «Программа для проведения интерактивных занятий» («Общее дело») и др. Некоторые из них даже имеют гриф «Рекомендовано» (см.: *Н.А. Гринченко. Трезвый образ жизни, часть 2*).

Чтобы оформить **новую образовательную дисциплину**, нужно решить ряд проблем: во-первых, получить одобрение или рекомендацию со стороны Министерства просвещения, подготовить **юридическое обоснование** основных понятий и содержания предмета; во-вторых, необходимо подготовить учебно-методический комплекс, учебные пособия и другие

средства обучения, получившие грифы Министерства образования «Рекомендовано» или «Допущено»; в-третьих, нужны **специалисты**, подготовку которых необходимо наладить на государственном уровне на базе университетов; в-четвёртых, решить вопросы финансирования данного проекта; в-пятых, найти место для нового учебного предмета в Основной Образовательной Программе (ООП) школы.

Что в реальности? С учётом перегруженности ООП, введение отдельного учебного профилактического предмета является весьма проблематичным. В рамках ОБЖ или валеологии как учебного предмета, как уже было отмечено, для **трезвенного просвещения** слишком мало места.

Остаётся 2 пути: 1) использовать потенциал дополнительного образования (региональный и внутришкольный компоненты); 2) потенциал других учебных дисциплин. Каким образом?

Подсказку можно найти в опыте советских педагогов, прежде всего, Антона Семёновича Макаренко, который многократно апробировал и описал **«метод взрыва»** – перекровку мировоззрения и изменение поведения воспитанников в кратчайшие сроки с минимальными затратами энергии и материальных средств.

Один из идейных последователей великого педагога Лидия Михайловна Иванова, работавшая педагогом-организатором во всесоюзной здравнице «Артек» и защитившая кандидатскую диссертацию на тему: «Творческие комплексные игры как средство сплочения пионерского коллектива» (1977), разработала технологию **творческой комплексной** или так называемой **длительной игры**.

В наши дни комплексный системный подход практикуется в рамках **недели/декады/месячника** «Правил дорожного движения», «Культуры страны изучаемого языка», «Здорового образа жизни», «Городов-побратимов» и т.д.

Основное отличие комплексной или длительной игры от таких форматов состоит в широком применении игровых элементов с учётом возрастных особенностей обучающихся. У нас есть личный опыт неоднократного проведения комплексной длительной игры трезвенной направленности в образовательных учреждениях, показавший свою высокую эффективность, как в позднем СССР, так и в новой России.

Целью профилактических мероприятий в общеобразовательной школе, с точки зрения собриологического подхода, является утверждение и сохранение сознательной трезвости на весь период взросления, желательно на всю оставшуюся жизнь.

Общими **задачами** для всех образовательных ступеней, являются **духовно-нравственное** развитие («Я сам в ответе за свой род, за жизнь потомства и народ»), а также воспитание **безопасной/жизнеспособной личности** (личная безопасность должна ограничиваться безопасностью других).

Руководством к действию являются нижеперечисленные **принципы**: системность; комплексность; научно-методическая обоснованность; валеологическая направленность; возрастная и культурная адекватность; аксиологичность; информационная безопасность и практическая целесообразность; диагностичность; многоаспектность; социальная активность; формирование ответственности обучающихся за своё здоровье; легитимность.

Системность – это учёт в профилактике всех причин (социальных, психологических и др.), приводящих к асоциальному и саморазрушительному поведению;

соблюдение логических связей в процессе формирования мировоззренческих знаний об одурманивающих веществах.

Комплексность – выработка отрицательного отношения ко всем видам одурманивающих веществ, т.к. это – комплекс однородных по сути явлений. Кроме того, данный принцип предполагает согласованное взаимодействие семьи и школы, и для трезвенного просвещения родителей можно привлечь самих детей – через утренники и вечера, совместные школьные родительские собрания.

Научно-методическая обоснованность определяет необходимость планирования и проведения всей профилактической работы в соответствии с рекомендациями специалистов, основываясь на данных науки и проверенной временем практикой.

Валеологическая направленность состоит в том, что предупреждение конкретных форм зависимости следует рассматривать как один из элементов приобщения школьников к здоровому образу жизни.

Возрастная и культурная адекватность, аксиологичность. Это – учёт возрастных особенностей развития, опора на традиционные национальные ценности, учёт культурных традиций. В Древней Руси, в отличие от Древней Греции и Древнего Рима, не было Бога вина. В русской православной культуре трезвость – это добродетель и этическая категория. Никогда не было регулярного и бесконтрольного употребления даже слабоградусных алкогольных изделий домашнего приготовления, внедрять традиции «культурного», «умеренного» потребления сейчас, тем более с детского возраста, как это предлагают делать некоторые авторы.

То же самое можно сказать о коренных народах России, исповедующих ислам и буддизм. В целом российская цивилизация была значительно трезвее западноевропейской. Накануне введения «права местного запрета» в 1914 году уровень употребления абсолютного алкоголя в Российской империи был в 7 раз ниже, чем во Франции. Трезвее нас была только Норвегия. В современной наркотической ситуации самое разумное – восстановить ценностное отношение к трезвости, прежде всего, среди женщин, детей и молодёжи.

В наши дни самые высокие показатели рождаемости и самые низкие показатели смертности наблюдаются в Чеченской Республике, Ингушетии, Дагестане, где смогли возродить трезвые традиции и максимально ограничить доступность алкоголя.

Информационная безопасность и практическая целесообразность подразумевает приоритет положительных воздействий над отрицательными. Нужно агитировать не против вредных привычек, а за полезные привычки, иначе легко перейти грань, когда профилактический эффект замещается популяризаторским, когда вместо профилактики начинается пропаганда алкоголя, табака и других наркотиков. Поэтому лучше говорить о трезвости, о преимуществах трезвой жизни, учить детей жить трезво, отдыхать трезво, общаться трезво, хотя тренировка, например, навыков отказа от наркотика в конкретной ситуации тоже может пригодиться. Практическая целесообразность базируется на **принципе диагностичности**.

Диагностичность означает, что необходимо владеть информацией о наркотической ситуации в конкретном коллективе и постоянно отслеживать необходимость и эффективность тех или иных собриологических воздействий. Она также предполагает инфор-

мированность обучающихся по проблемам употребления алкоголя, табака и наркотиков. Следует давать только действительно необходимую информацию, чтобы не превращать уроки в пропаганду наркотиков и безнравственного образа жизни. Принцип **«Не навреди»** – главный.

Многоаспектность – это сочетание разных направлений социальности деятельности: социальный аспект ориентирован на формирование положительных моральных и нравственных ценностей, выбор трезвого здорового образа жизни; **психологический** направлен на формирование стрессо-устойчивых личностных установок, формирование навыков положительных выборов, в том числе в ситуации предложения одурманивающего вещества.

Социальная активность. Трезвенные убеждения формируются в трезвенной деятельности, которая понимается: во-первых, как частный случай ответственности за своё поведение и здоровье вообще: **«Я сам в ответе за свой род, за жизнь потомства и народ»**; **«Тот России патриот, кто не курит и не пьёт»**; **«Куришь ты, он, она – гибнет целая страна»**; во-вторых, как деятельность по отрезвлению других. Трезвенная деятельность может стать тем «деланием», «новой идеей», вокруг которой можно объединиться, приняв ценности трезвости, и это уже будет объединение добровольцев/волонтеров не на отрицательной, а на положительной почве.

Последовательность предусматривает этапность всех проводимых мероприятий, разделение на общие стратегические и частные этапные задачи.

Легитимность предполагает наличие необходимой правовой базы профилактической деятельности, разрешения административного уровня.

Большинство из вышеназванных принципов вполне реализуемо в рамках **трезвенного образовательного десанта**, когда группа волонтеров – учителей трезвости отправляется в образовательную организацию и проводит комплекс уроков и трезвенных мероприятий **для всех образовательных ступеней**, которую мы называем **комплексной длительной игрой**. Но с задачей организации такого десанта может справиться и один учитель-трезвости, если будет знать и уметь, как находить себе помощников в самой образовательной организации.

В комплексной длительной игре как нельзя лучше реализуется выдвигаемая в российской педагогике идея о том, что **образовательные и воспитательные держатся на трёх китах: знаниях, эмоциях и ценностях**. Она сочетает в себе возможности формирования понятийного мышления и воспитания средствами искусства. В процессе игры целесообразно воспользоваться преимуществами разновозрастного коллектива и привлечь старшеклассников для трезвенной работы с младшими школьниками.

Осуществление комплексной длительной игры требует педагогического руководства, желательно со стороны педагога, профессионально подготовленного к профилактической работе. Таким может стать волонтер-учитель трезвости, либо учитель с трезвенными убеждениями, радеющий о нравственном и физическом здоровье детей. Конечно, целесообразно вооружить даже опытного педагога методичкой с рекомендациями по проведению такого трезвенного десанта.

Наталья Александровна Гринченко, кандидат педагогических наук, профессор МАТр

Продолжение в следующем номере – ред.

Судебная хроника над этиловым спиртом

Тищенко Ольга Васильевна, учитель химии и биологии

Цели.

1. Обобщить и расширить знания учащихся о предельных одноатомных спиртах; Закрепить представления о применении спиртосодержащих веществ, основанном на их свойствах;

2. Профильное знакомство учащихся с формой проведения «судебного заседания» и знакомство с основными специальностями Юридических факультетов ВУЗов;

3. Пропаганда трезвого образа жизни среди учащихся. Выяснение (с помощью анкет) отношение учащихся к проблемам пьянства и злоупотребления спиртными напитками, подчеркнуть необходимость специальных знаний в антиалкогольной пропаганде среди населения.

Оборудование: таблицы «Строение этанола», «Применение этанола», шаростержневая модель молекулы этанола, плакаты с выражениями, кинофильм «Пока не поздно!», мультимедийная система.

Действующие лица: судья, присяжные заседатели, адвокат, прокурор, секретарь, свидетели обвинения, врач, социолог, сотрудник министерства внутренних дел, химик, этанол.

Пословицы

Вино с разумом не ладит.
Высока у хмеля голова, да ноги жиденьки.

Спирт и опиум – близнецы ада и гибели.

Долой алкоголь! Не губите молодые жизни этим ядом!

Пьянство – добровольное безумие.

Человек пьющий ни на что не годен.

Подготовка мероприятия

Вначале определяется форма мероприятия – ролевая игра – суд. Выбираются участники «судебного заседания» они выбирают для себя роль: судья, судебные заседатели, адвокат, прокурор, обвиняемый, секретарь суда, свидетели обвинения. С помощью учителя учащиеся подбирают материал для выступления на суде согласно своим ролям; социолог составляет текст анкеты и с помощью учителя проводит анкетирование и анализ анкет, с которым и выступит на судебном заседании.

Для оформления зала были подобраны цитаты из высказываний писателей, философов, великих людей об алкогольном зле, вывешены в классном кабинете, рассказывающие о пагубном влиянии алкоголя на здоровье.

Был подобран кинофильм «Пока не поздно!», рассказывающий о пути человека, пристрастившегося к выпивке.

Судебное заседание

Вступление учителя: борьба с пьянством и алкоголизмом – социальная задача большой важности и победы в этой борьбе мы добьемся тем скорее, чем решительнее и, как говорят, всем миром выступим против алкогольного зла.

Убежденность и вера – великая сила. Если человек точно знает, что ему грозит, какое пагубное влияние оказывает алкоголь на все системы его организма, на здоровье потомства, то можно дать почти гарантию, что он не станет употреблять алкоголь.

Донести эти знания, эту правду до каждого – наш общий долг. И, конечно, особая роль во всенародной борьбе за трезвость принадлежит вам – будущим гражданам России. Умело и настойчиво разъяснять людям, что потребление алкоголя разрушает здоровье, пагубно сказывается на способностях и возможностях их детей, причиняет большой материальный и моральный ущерб обществу, – вот наша задача, вот наш общественный долг.

Секретарь: Встать! Суд идет! В открытом судебном заседании слушается гражданское дело №1 «Об ответственности этанола за вред, наносимый организму человека».

Перечисляется состав суда, и представляются участники игры.

Судья: Начинаем заседание суда. Позвольте огласить поступившее в суд заявление. «Доводим до сведения следственных органов Российской Федерации, что этанол (он же этиловый спирт, он же винный спирт), формула C_2H_5OH ведет антиобщественный образ жизни, вызывая ряд серьезных заболеваний в организме человека. Просим суд призвать к порядку этанол, изгнав его из мира органических веществ».

Прокурор: Много говорят и пишут об алкоголизме как о тяжёлом, нелегко поддающемся лечению заболевании. А виновником этого заболевания является этиловый спирт. Пришла пора действовать и принять строгие меры к этому, можно сказать, страшному веществу.

Адвокат: Поступившее в суд заявления мне хотелось бы опровергнуть тем большим значением, которое имеет судимое сегодня вещество. Вы услышите множество раз личных мнений противоположных сторон, но, надеюсь, встанете на защиту этанола. Нельзя допустить его изгнания из мира органической химии.

Эксперт: Этиловый спирт является представителем одноатомных спиртов. Это бесцветная жидкость с характерным запахом, неограниченно растворима в воде. Проявляет следующие химические свойства: горения, взаимодействия с активными металлами, окисления. Последнее свойство является наиболее опасным для организма человека, так как при этом образуются последовательно уксусный альдегид и уксусная кислота, являющиеся промежуточными продуктами, разрушающими печень человека, употребляющего алкогольные напитки. Получение этилового спирта – одна из древнейших химических реакций, открытых и используемых человеком. В процессе брожения из растворов, содержащих углеводы, получаемых из риса, картофеля, кукурузы и других растений, является довольно сложной реакцией. Так получают этиловый спирт, используемый в медицине и винокуреннии.

Прежде чем ругать алкоголь за его разрушительное действие на психику и здоровье человека, нужно вспомнить, что он содержится в таких отнюдь не алкогольных продуктах питания, как кефир и сыровотка.

Научные исследования показали, что дружеские отношения с алкоголем могут пойти на пользу организму: несколько бокалов вина в неделю уменьшают риск заболеваний сердечно-сосудистой системы, также они улучшают самочувствие человека на некоторое время. Они помогают справиться со стрессом и расслабиться, привести в радостное состояние, снять напряжение, волнение, развеять тоску. Но при слишком близком общении с ним у людей возникают такие болезни, как цирроз печени, гипертония, панкреатит, эмфизема, трахеобронхит, нефропатия. В печени этанол окисляется до альдегидов, и в результате образуются продукты, из-за которых начинается ее жировое перерождение. С физиологической точки зрения этанол является депрессантом и напоминает анестетик общего действия. Все эти эффекты связаны с одной и той же особенностью поведения этанола в организме человека: он подавляет активности центральной и периферической нервной системы. И тем самым наносит человеку

вред, во много раз превосходящий временное улучшение состояния.

Этиловый спирт применяют в промышленности для получения многих материалов и органических соединений, в том числе бутадиеновый каучук, медицинский эфир, растворителей и многого другого. Его используют в виде топлива, например, для паяльных ламп и осветительных приборов.

Судья: Спасибо, господин эксперт. Мы примем во внимание все, что Вы нам сообщили.

Прокурор: История сосуществования человека и алкоголя насчитывает не одно тысячелетие. Давайте послушаем историка.

Секретарь: В зал приглашается историк.

Историк: «Похититель рассудка» – так именуют алкоголь с давних времен. Об опьяняющих свойствах спиртных напитков люди узнали не менее чем за 8000 лет до н.э. – с появлением керамической посуды, давшей возможность изготовления алкогольных напитков из меда, плодовых соков и дикорастущего винограда. Так, известный путешественник Н.Н. Миклухо-Маклай наблюдал папуасы Новой Гвинеи, не умеющих еще добывать огонь, но уже знавших приемы приготовления хмельных напитков.

Алкогольные напитки в древности получали из пальмового сока, ячменя, пшеницы, риса, проса, маиса. В древней Индии приготавливали напиток «сома», который пили жрецы во время ритуальных церемоний, жертвоприношений, он считался напитком бессмертия.

В древней Греции виноградное вино считалось даром богов. Уже тогда было замечено, что умеренное употребление любых опьяняющих напитков опасно. Поэтому греки, как правило, пили виноградное вино, разбавленное водой, так оно лучше утоляло жажду, и человек не пьянел.

Чистый спирт начали получать в VI–VII веках и называли его «алкоголь», что означало «одурманивающий». Первую бутылку водки изготовил араб Рабед в 860 году. Перегонка вина для получения спирта резко усугубило пьянство. Не исключено, что именно это и послужило поводом запрета употребления спиртных напитков основоположником ислама Мухаммедом. Этот запрет вошел в последствие и в Коран. С тех пор на протяжении 12 столетий в мусульманских странах алкоголь не употребляли, а пьяницы жестоко карались.

В средневековье в Западной Европе также научились получать крепкие спиртные напитки путем выгонки вина и других бродящих сахаристых жидкостей. Согласно легенде, впервые эту операцию совершил итальянский монах алхимик Валентиус. Испробовав вновь полученный продукт и придя в состояние сильного алкогольного опьянения, алхимик заявил, что он открыл чудодейственный эликсир, делающий старца – молодым, утомленного – бодрым, тоскующего – веселым.

Распространение пьянства на Руси связано с политикой господствующих классов. Было даже создано мнение, что, пьянство является якобы старинной традицией русского народа. Но это клевета на русскую нацию. Русский историк и этнограф, знаток обычаев и нравов народа профессор Н.И. Костомаров доказал, что в древней Руси на избранные праздники варили медовуху, брагу или пиво, крепость которых не превышала 5–10 градусов. Чара пускалась по кругу, и из нее каждый отпивал несколько глотков. В будни никаких спиртных напитков не полагалось. А пьянство

считалось величайшим позором и грехом.

Водка стала проникать в страну вначале из-за границы, а потом внасиле и собственное винокурение. Правительство, начиная с Ивана III, стремилось сохранять за собой право изготовления и продажи водки в учреждаемых кабаках. Слово «кабак» в переводе с татарского означает «постоялый двор». Если население не выпивало на планируемое государством сумму, недоимка раскидывалась на всех. Ограничение продажи водки состояло в том, что кабаки открывались и закрывались в определенные часы, не торговали в великий пост, воскресные дни, праздники.

Таким образом, на протяжении столетий в народе насаждалось пьянство, правящие круги заботились только о том, чтобы больше получить дохода от продажи водки. Практически никаких мер, направленных на защиту здоровья народа, его нравственности, не предпринималось.

Судья: Слово предоставляется адвокату.

Адвокат: Люди пили, пьют и будут пить! Что только не делали властители и правители в разные времена и с разными народами, а эффект практически нулевой. Значит, зачем-то это человечеству надо! Людей не пугает смертельная казнь.

Выступают свидетели адвоката.

Менеджер по рекламе парфюмерной фабрики: В повседневной жизни мы пользуемся предметами туалета, содержащими спирт, например духами, одеколонами, дезодорантами и т.п. Почему же именно этанол содержится в них? В состав продукции парфюмерной промышленности входят эфирные масла, а они плохо растворяются в воде, но легко в спирте. Поэтому спирт широко применяется в парфюмерной промышленности в качестве растворителя. Духи – это спиртовые или водноспиртовые растворы смесей душистых веществ и настоев. В зависимости от сорта духи содержат различные количества композиций и настоев (от 5 до 50% душистых веществ). Одеколоны предназначаются для освежения и дезинфекции кожи, крепость спирта в них не ниже 60% и не выше 70%.

Поэтому если бы не было спирта, то мы вряд ли могли так прекрасно пахнуть.

Технолог завода по производству синтетического каучука: По методу академика С.В. Лебедева синтетический каучук получают из этилового спирта. Прежде всего, из сырья – древесины, нефтяных газов, картофеля получают этиловый спирт-сырец. На заводе синтетического каучука он поступает в спиртопаратель, где нагревается до температуры кипения. Пары спирта идут в стальные «реторты», заполненные катализатором, «реторты» помещают в печах, температура которых превышает 1000 градусов C° . Под действием высокой температуры и с помощью катализатора пары спирта претерпевают сложные химические превращения. Образуется контактный газ. Он состоит из смеси различных газов. Один из них, бутадиен, – исходный мономер для получения синтетического каучука.

$C_2H_5OH \rightarrow$ бутулен \rightarrow бутадиен \rightarrow СКД
 $nCH_2 = CH - CH = CH_2 \rightarrow (-CH_2 - C = C - CH_2 -)_n$ (где = двойная связь)
 Синтетический каучук находит широкое применение в химической промышленности: резиной защищают внутреннюю поверхность

различных аппаратов, труб. Синтетический каучук необходим для получения шин, электрических кабелей, защитной одежды, оболочек аэростатов, резиновой обуви и т.д.

Фармацевт. Большое количество продукции фармацевтической промышленности изготавливается на основе этилового спирта. Например: смесь для ингаляций. В ней содержание спирта 95%. Она применяется для вдыхания при заболеваниях дыхательных путей; хорошо всем известны растворы йода 5% и бриллиантового зеленого 1% (зеленка). Они применяются в качестве антисептического средства;

кардиовален и корвалол (содержат 96% спирт) используются при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.

Итак, спирт убивает возбудителей многих болезней, является идеальным растворителем для некоторых лекарств.

Заведующий лабораторией органического синтеза. Одним из продуктов, получаемых из этилового спирта, является уксусная кислота.

$CH_3CH_2OH + O_2 - CH_3 \rightarrow COOH + H_2O$

Уксусная кислота и получаемые на её основе полупродукты (кетон, уксусный ангидрид, хлоруксусная кислота и др.) играют большую роль в производстве полимеров, средств, для борьбы с насекомыми и болезнями растений, стимулятора роста растений, в получении лекарств, красителей. Большие количества расходуются для производства ацетатного волокна, негорючей киноплёнки, органического стекла. Многие сложные эфиры уксусной кислоты (этилацетат, бутилацетат) хорошо растворяют полимеры, природные масла и другие органические вещества. Венилацетат используют для производства пластмасс.

Химик-лаборант демонстрирует опыты.

Опыт №1: В двух стаканах с водой на дне помещены семена гороха. В первый стакан в воду добавили спирт, а во второй нет.

Во втором стакане семена проросли, а в первом – нет.

Опыт №2: В стакан со спиртом влили белок сырого яйца. Он стал белым. Произошла денатурация белка.

Опыт №3: В стакан со спиртом поместили кусочек сырого мяса. Через некоторое время мясо стало выглядеть, как вареное.

Повар: Гармоничное вкусовое сочетание является главным условием правильного блюда. Белое столовое вино рекомендуется к рыбным блюдам, к сыру; мадера, портвейн, херес – к первым блюдам; красные столовые вина – ко вторым мясным блюдам; полусладкие вина и полусладкое шампанское – к овощным блюдам, к цыплятам и мелкой дичи; мускаты, токаи, кагоры – к сладким блюдам; шампанское сладкое – к фруктам, мороженому. Желаю вам хорошего аппетита!

Заключительное слово прокурора: Алкоголь «бьет» не только самого пьющего, но и людей окружающих его. Борьба с алкоголизмом – крупнейшая социальная и медицинская проблема любого государства. Вред алкоголя доказан. Даже малые его дозы могут стать причиной больших неприятностей или несчастий: травм, ДТП, лишения работоспособности, распада семьи, утраты духовных потребностей и волевых черт человека. Нет, и не может быть безвредных

Продолжение на 10 стр.

Продолжение, начало на 9 стр.

доз алкоголя! Алкоголь в любых дозах – яд! Поэтому, я как прокурор, требую изгнания этанола из мира веществ органической химии.

Заключительное слово адвоката: Для многих людей потребление спиртных напитков является нормой поведения, позволяющей использовать их по самым разным поводам: как средство облегче-

ния общения, самолечения и для возбуждения аппетита. Ни один человек не может представить себе жизнь без продуктов производств, необходимым компонентом которых является этанол. Давайте на минуту представим, что мы не пользуемся духами, одеколоном, туалетной водой, дезодорантом; из нашей жизни исчезла резина, уксусная кислота, пластмассы,

лаки, краски, растворители, многие лекарственные препараты. Это только небольшая часть того, что ждет нас в жизни без этанола. Поэтому прошу суд оставить этиловый спирт в рядах органической химии.

Далее слово для зачитания приговора предоставляется судьям...

Давайте вспомним строки, написанные много лет назад Авиценной:

Все хорошо, друзья, что в меру. Возьмем вино мы для примеру. Вина избыток – как отраву, А в меру выпьешь – как отрада! Не наливай вина глупцу, Полезно пить лишь мудрецу!

Ну что тут скажешь? Полезное дело превратили этим заключением в его полную противоположность. Действительно, подача

материала в игровой форме, неверно, лучше воспринимается и усваивается детьми. И если кто-то из вас, соратники, будет использовать такую форму, думаю, у вас найдутся аргументы, чтобы завершить этот «суд» достойным приговором, не оставляющим у участников процесса никаких сомнений в вине алкоголя и в принятии для себя трезвости – ред.

Трезвое лобби: письма депутатам и сенаторам



Мы часто сидя на диване критикуем депутатов, при этом за всю историю трезвого движения мне не известен ни один факт рассылки каждому из них хоть одного грамотного трезвого письма. Писать письма на деревню дедушке, просто в ГД – оно с большой вероятностью попадет прямо к алколоббу в комитет по экономике (в урну).

А делать надо так. Создаем личный кабинет в ГД <https://priemnaa.duma.gov.ru/ru/registration/>. Обращаем ваше внимание, что данные, введенные вами при регистрации, после ее подтверждения нельзя будет редактировать. Поэтому необходимо внимательно заполнять свои регистрационные данные.

После подтверждения регистрации в течение 2-х рабочих дней будет активирован ваш Личный кабинет пользователя портала Приемная Государственной Думы, который позволит отслеживать обработку отправленных им через портал обращений в Государственную Думу, а также вести историю личных приемов и принимать участие в видео приемах депутатами Государственной Думы.

Берем Шаблон письма депутатам ГД, и шлем лично каждому (их всего 450), свое обращение в виде вложения, плюс можно набирать в окне сообщение еще до 300 знаков. Пример.

«Добрый день!

Во вложении – мое обращение к Вам по поводу катастрофической ситуации с потреблением алкоголя и табака в РФ и предлагаемые пути решения, анализ текущих норм законодательства и необходимых поправок. Потребление алкоголя и табака в РФ наносит огромный ущерб бюджету страны (многократно превышая доходы), блокирует развитие экономики, сотни тысяч смертей в год только по причине алкоголя и табака».

Примерный текст основного письма

(можно дополнить или сократить)

«Добрый день!

Я увидел сообщение, что Председатель ГД поручил проверить исполнение закона о запрете продажи алкоголя возле школ duma.gov.ru/news/54603/. Но я не видел такого закона, нет установленной нормы и в 171-ФЗ такого. Прошу сообщить, какой закон поручено проверить, если он есть (номер и дату). В законе против табака есть запрет продавать табак у школ, против алкоголя нет федерального запрета продавать у школ.

Более того, в последние годы в 171-ФЗ внесено много коррупционных поправок в интересах производителей вина и пива, раз-

решили продавать спиртное ИП и фермерам, отобрали у регионов право вводить свои ограничения.

Прошу принять поправку в 171-ФЗ о запрете продавать любые алкогольные изделия начиная с 1,5 (полутора) градусов на расстоянии менее чем сто метров по прямой линии без учета искусственных и естественных преград от ближайшей точки, граничащей с территорией, предназначенной для оказания образовательных услуг. При этом не делать никаких коррупционных исключений для вина, пива и пивных и иных алкогольных изделий менее 16 градусов, ИП и фермерам и т.п. Сельское хозяйство – это виноград и изюм, а не вино, служащее начальной ступенькой к пьянству и алкоголизму, со всеми вытекающими из этого последствиями. Фермеры и ИП должны продавать продукты питания.

Прошу убрать коррупционные «дырки» в 171-ФЗ: запрещающие регионам вводить ограничения; исключения для ИП и фермеров; исключения для вина и пива и других изделий до 16 градусов, так как их внесение в закон – это результат деятельности алкогольного лобби, несомненно, побуждаемой коррупцией.

Регионы должны иметь право вводить любые ограничения на продажу/потребление любого алкоголя вплоть до полного запрета, в том числе в пунктах питания, алкоголь – не питание (а источник преступности, заболеваемости и смертности).

Проблемы.

Важнейшая демографическая и социальная проблема – алкоголь и табак. Вторая по количеству трупов после абортов. **0,5-0,7 млн.** смертей в год от алкоголя и **0,4 млн.** от табака, всего порядка **1 млн. в год.** Больше **8 литров** чистого спирта на человека в год ведет к неминуемому **вымиранию нации** – таково заключение ученых, закрепленное решением ВОЗ.

Курящие школьники Москвы в 17 раз чаще наркоманят, чем некурящие. Убрать алкоголь и табак – наркобизнес просто рухнет, практически нереально некурящего убежденного трезвенника заставить наркоманить (особенно если он еще и приобщен к православному ценностям).

82% убийств в России совершается в состоянии алкогольного опьянения (РосПравосудие, 2013).

После федерального запрета на ночную торговлю алкоголем в Москве общая преступность упала на **24%**, похожее и по другим регионам, в среднем на четверть по РФ.

90% детей в детских домах в РФ – дети родителей, лишенных родительских прав из-за алкоголя, это жертвы лжетеории «культурного питья», считай, пьянства.

Убыток бюджету РФ от алкоголя **1,7 трлн.** руб. в год (данные ОП РФ, 2009 г.) – в 25 раз больше акцизов, от табака **1,2-1,5 трлн.** руб. (Минздрав) – в 10-15 раз больше акцизов. **3-4 трлн.** руб. в год мы тратим из бюджета на последствия потребления алкоголя и табака.

Сегодня называется и более страшная цифра: «По оценкам экспертов, минимальный размер ущерба для России от алкоголя составляет **5 трлн. руб. в год...**

Сюда относятся и так называемые внешние эффекты: дополнительные медицинские расходы (в случае общественных систем здравоохранения), снижение производительности (в учебе и на работе), преждевременную смертность, вовлеченность в криминальную деятельность, нанесение вреда третьим лицам и т.п. Доходы бюджета России в 2019 г. от реализации алкогольной продукции составили **372,4 млрд. руб.**», – Пояснительная записка к законопроекту № 401976-8.

Можно просто прижать эти две наркоманские отрасли и построить на сэкономленные средства 3 млн. квартир в год. За каждого ребенка, начиная с первого, можно дарить по квартире, деньги в бюджете есть. Сразу решится проблема демографии, абортов, поддержки многодетных семей и многие другие. Плюс к этому сэкономленные населением затраты на эту отраву.

Алкоголь – наркотик, яд, мутаген, канцероген (вызывает массу видов рака), тератоген (уродства плода), депрессант (вызывает депрессию) и немотивированную агрессию). Три причины потребления алкоголя и табака: запрограммированность на их употребление, доступность, наркотические свойства. Ограничительные меры заметно уменьшают потребление этих ядов.

3 причины потребления алкоголя и табака:

запрограммированность (в основном через родителей, друзей, окружение, СМИ, фильмы-сериалы, заказные статьи);

доступность (территориальная и ценовая);

наркотические свойства (алкоголь и табак – легальные наркотики) Плюс к этому более 50 мифов про алкоголь и больше 20 про табак, в том числе распространяемые и в СМИ.

Совершенно непроверяемые такие факты:

Количество соблазнений до брака не с будущим мужем прямо пропорционально потреблению чистого спирта на душу населения.

Количество изнасилований прямо пропорционально потреблению чистого спирта на душу населения. Количество преступлений общее (особенно насильственных) прямо пропорционально потреблению чистого спирта на душу населения.

Количество разводов прямо пропорционально потреблению чистого спирта на душу населения.

Количество детдомовцев при живых родителях прямо пропорционально потреблению чистого спирта на душу населения.

Количество абортов прямо пропорционально потреблению чистого спирта на душу населения.

Самая популярная у алкобизнеса и самая лживая реклама – лжетеория «культуры питья» (именно она направлена на вовлечение и приобщение молодежи и детей к употреблению алкогольных изделий).

Количество сердечно-сосудистых и онкологических заболеваний прямо зависит от потребления алкоголя и табака.

Видение будущего.

Нормальная семья – за трезвый образ жизни. Уменьшение потребления алкоголя и табака в 10 раз (всех видов!). Более ¼ населения

России – абсолютные трезвенники, некурящие.

Ожидаемые эффекты

Значительное уменьшение смертности, преступности, заболеваемости, разводов, абортов и т.д.

Пути решения

Уменьшение доступности алкоголя (любого! – от полутора градусов!) и табака и сокращение мест разрешенного их потребления. Запрет на спонсорство в любых видах (особенно спорт, культура и СМИ), любых отношений алкобизнеса со СМИ и властью (криминализация), любой рекламы и пропаганды (включая рекламу алкотабачного бренда в безалкогольной и безникотиновой продукции), запрет псевдо-общественников (созданных и финансируемых алкобизнесом/табачной мафией НКО). Запрет публичных упоминаний о якобы пользе или безвредности любых доз алкоголя и никотина. Публичное разоблачение мифов.

Попытка ограничить только крепкий алкоголь – навязана коррупционным вмешательством алкобизнеса и не имеет смысла (приведет не только к росту потребления пива и вина, но и повлечет увеличение количества алкопотребителей). Запретить на уровне ФЗ относить любой алкоголь выше полутора градусов к сельхозпродукции, запрет льгот и финансирования из бюджетов РФ, регионов и муниципальных образований производителей вина. Запретить на уровне ФЗ использование Почты РФ для продажи и рекламы алкогольной, табачной продукции. Запретить на уровне ФЗ использование слов «русский», православной и ассоциированной с ней символики в алкогольной/табачной продукции.

Тысячи граждан РФ во всех регионах требуют запретить продажу эту отраву в продуктовых магазинах (в одном помещении с продуктами питания) вынести продажу алкотабачных изделий за территорию жилых поселений. Люди выходят за плакатами за это на пикеты и митинги уже много лет, но их не слышат.

Необходимо ввести уголовную ответственность за продажу и хранение любых самогонных аппаратов (сейчас этого нет вообще) и за продажу любого самогона, независимо от количества и цены (сейчас нужно доказывать неоднократность и определенный объем по цене).

Необходимо на уровне ФЗ установить обязанность правоохранительных органов изымать всю нелегально продающуюся алкогольную продукцию с последующим полным ее уничтожением (а не хранением). Любые попытки лоббировать интересы алкобизнеса госчиновниками должны приводить к немедленному увольнению с возбуждением уголовного дела, даже если это министр спорта или руководитель субъекта РФ (например, откровенно коррупционные предложения вернуть пиво на стадионы или рекламу пива в СМИ, разного рода эксперименты с ослаблениями антиалкогольных ограничений и т.д.), даже если это высшие чиновники Минпромторга, Минсельхоза, Почты РФ и т.д.

Если коррупционеры будут врать,

что ограничения якобы не работают или якобы приводят к плохим последствиям, пусть отменяют УК РФ, это же сплошные ограничения.

Уже 3 года замечательный **проект Федерального закона 809844-7** и с прошлого года **законопроект № 401976-8** лежат в ГД без рассмотрения, хотя подобные проекты нужно в интересах народа принимать незамедлительно.

На данный момент, как нам представляется, позиция законодателя – пусть народ спивается. Поручение проверить несуществующий, непринятый закон, вместо того чтобы его принять, тому подтверждение. Причем продажу алкоголя необходимо запретить рядом со всеми организациями образования, включая организации дополнительного образования и организации дополнительного профессионального образования.

С уважением,
ставите свои ФИО и мэйл

Аналогичное письмо можно и нужно направить всем 170 сенаторам, так же создав свой Личный кабинет в электронной приемной Совета Федерации <https://vk.cc/cvKKkS>.

В «Личном кабинете» виртуальной приемной, как Госдумы, так и Совета Федерации, после авторизации вам предоставляется возможность получения хронологически структурированной информации о ходе и результатах рассмотрения отправленных вами через «Личный кабинет» обращений или запросов В «Личном кабинете» размещаются данные по каждому отправленному Вами обращению или запросу с момента регистрации автора на информационном ресурсе «Личный кабинет».

Примерно в 50% случаев будут приходиться какие-либо ответы – это нормальная статистика. Все письма обязательно читает либо помощник депутата/сенатора, либо сам депутат/сенатор, оба варианта нам полезны. Написать даже одно официальное письмо депутату куда эффективнее, чем «открытое письмо» всему миру непонятно на каком ресурсе (который депутаты читать не обязаны и не читают). Нужно успеть каждый созыв просветить такими письмами, отправив хотя бы один раз всем депутатам и всем сенаторам. Работа нудная, но очень важная и эффективная. Не нужно крикливых оскорбительных слов – только язык депутатов/чиновников, который они понимают. Пока мы этого не сделали – мы формально не имеем права ругать власть (она про нас не знает и мы в этом виноваты). Хорошо пить чай с трезвенниками, а лучше – написать лично депутату.

Шаблон письма и обращения можно также скачать в группе вконтакте. Трезвый контроль - гражданский контроль vk.com/akzakop. Точная ссылка этих шаблонов vk.com/wall-21247602_5563.

Электронную версию статьи и шаблона можно также запросить в редакции газеты или у меня по denisikjurist@gmail.com

Денис Александрович Шевчук, юрист, экономист, журналист, писатель, litr.ru/denis-shevchuk-30567201

УМ ЗА РАЗУМ ЗАШЁЛ?

Ум: постигающий не всякому доступное (ясный, пронзительный, понимающий).

Разум: духовная сила, могущая помнить постигаешь, познавать, судить (соображать, применять, сравнивать) и заключать (решать, выводить следствия до цели, до конца, особенно в приложении к делу).

Ум, ratio, vernunft. Разум, intellectus, Владимир Даль

К этому прибавим ещё следующее из этого же источника. **Ум** – обиходная часть способности (низшая степень, а высшая, отвлечённая: **РАЗУМ** intellectus). Низшая степень ума должна быть признана за животными. Умная лошадь, собака сказать можно, а разумная – нельзя. «С ума спятил, да на Разум набрёл – с будничного ума по людским пересудам напал на путь истинный, духовный. «Умён, да не разумен» **«Ум за разум заходит, ум разуму не указ, ум без разума – беда».**

Вот такое вступление в тему о положении в стране с алкоголем.

А что, собственно, такого происходит с алкоголем в стране, что заставляет взывать к уму и к разуму? Видимо одного ума не достаточно, чтобы не появилось 5000 сортов ВОДКИ. До сих пор не могу дать название этой фантазмагории. Даже разума не хватает. Так помогите же, коли есть этот разум у вас, дорогой читатель.

Идём далее. Врачи рекомендуют коньяк и не только его, но и другие спиртосодержащие изделия, зная, что спирт официально признан наркотическим веществом, да ещё под номером 1 (один). Минздрав против этого не выступает. На фоне некоторого снижения потребления зелья продолжает свирепствовать ПЬЯНОЕ ДЕЛО в России, унося, как ветром, тысячи ДЕТЕЙ в тысячах пьяных ЧП. Не устают появляться на свет умственно отсталые и разным образом повреждённые дети вследствие процветающего **пьяного зачатия**.

И вот до сей поры 99% наших грамотных соотечественников считали, что государство наше имеет доход в бюджет с пьянства. Трезводвиженцы устали объяснять, что питье для государства разорительно, поскольку суммарный ущерб превышает выручку примерно в 5-6 раз. И вот, наконец-то, случилось невероятное: эксперты Госдумы привели следующие цифры: минимальный (!) ущерб страны от алкоголя за год равен **5 (пяти)!!! триллионам рублей**, а выручка от продажи зелья составила за год **375,4 млрд. рублей**. Делим одно на другое и получаем разницу в 13 раз!!! Лично я считаю эти цифры и к ним 5000 сортов водки ЭПОХАЛЬНЫМИ. Если мы не погибнем от ядерной войны и не выродимся от пьянки, то потомки наши не смогут признать нас людьми РАЗУМНЫМИ. Умными признают, а разумными нет, не признают. Впрочем, может быть я зря так разоряюсь, ведь масса ныне пьющих заявляет: «после нас хоть потоп».

Ориентироваться на отвызанных не будем и попробуем порекомендовать некий разумный подход к хотя бы частичной, но всем заметной разгрузке общественной жизни от безумного засилья питья. Во-первых, объясним владеющим грамотой гражданам, что поскольку спирт относится по науке к токсическим веществам и входит в перечень наркотических соединений (ВОЗ, 1975 г.), к тому же воздействующим в первую очередь на клетки головного мозга (ГМ) и, что ещё важнее, на клетки коры ГМ. Потребление практически любых доз спиртного приводит к расстройствам работы ГМ разной степени тяжести. Лёгкое опьянение – расстройством первой степени по

классификации болезней и причин смерти (МКБ). Другие органы и системы организма тоже по-разному страдают, но основной ущерб обществу приносит воздействие на ГМ!

В Народном проекте «Сознательно трезвая Россия» поставлена задача: с помощью Учителей Трезвости разъяснить каждому всю пагубность жизни с алкоголем и наряду с этим блага Трезвости, добиваясь привития идеологии и морали Трезвости.

Крайне важно мобилизовать живое творчество масс. Само собой оно не объявится. Трудно сказать почему, но этот феномен проявляется в случаях проникновенного и честного обращения лидера нации ко всему народу. Региональный формат разного рода обращений не воспринимается и не работает. Так вот, достаточное количество Учителей Трезвости должно подготовить достаточное количество людей, овладевших идеологией и моралью Трезвости, которые явятся социальной базой Трезвости. Только в этом случае можно перейти к осуществлению социального заказа на Трезвость и Программы «Трезвость – воля народа».

Гладко было на бумаге... Учительство учительством, а ослаблять работу по другим направлениям не следует. И здесь можно предложить точки оживлённой атаки на Законодателей. Перечислим новое.

1. Следует добиваться возврата Советского ГОСТа на этиловый спирт от 1972 года. Без этого спиртные изделия будут продолжать считаться пищевыми продуктами.

2. Добиваться от Минздрава РФ распоряжения запрещающего врачам любой квалификации рекомендовать кому бы то ни было принимать алкоголь внутрь, кроме аптечных настоек в каплях. Рекомендующих зелье врачей считать профнепригодными.

3. В ЗАГСАх и женских консультациях разместить информацию о пагубной роли «пьяного зачатия» и употребления спиртного и курения во время беременности и после рождения ребёнка.

4. Необходимо добиваться введения суровой ответственности **организаторов**, а также **участников пьянок за тяжёлые последствия** таковых. Законёрщикам за пьянку с жертвами – реальный срок, участникам – выплата компенсации родственникам потерпевших.

5. **Подразделить статистику ПЬЯНОГО ДЕЛА** (ЧП, ДТП, пожарам, утоплениям, насилиям в семьях, драках с поножовщиной и др.).

Существенное добавление.

В условиях, когда производство алкоголя в руках частного капитала, а прибыли его несметны, законодатели, как люди достаточно образованные, могут не только знать, но и понимать существо дела, то есть не только умом, но и разумом тоже.

Если не отказывать в разуме, то приходится допускать воздействие на законодателей посторонней силы и сразу же подумать об алколоббии. Было же время, когда пиво изъяли из алкогольных изделий, а позже убрали «Общее Дело» с Первого канала ТВ (2009 г.).

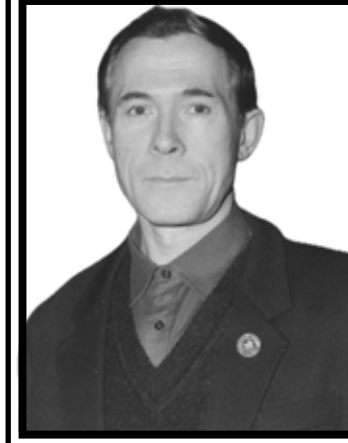
И если это так, кому идти жаловаться?

Владимир Даль пишет, что **«РАЗУМ это духовная сила, могущая решать, выводить следствия до цели, до конца, особенно в приложении к делу».** Выходит из этого, что законодателям нашим, чтобы быть разумными, надо ни много ни мало ещё с ДУХОМ СОБРАТЬСЯ. Вот ведь как! Всё очень не просто.

Лев Сергеевич Козленко,
ветеран труда и Трезвеннического движения СССР-России

Уходят ветераны

С прискорбием сообщаем об утрате нашего соратника Байкалова Анатолия Алексеевича



Был женат, воспитал двух дочерей.

В 1984 году Анатолий Алексеевич впервые услышал на аудиокассете лекцию В.Г. Жданова. Активно начал пропагандировать трезвость, нашел единомышленников сначала в своем городе, а затем и в стране. Активно включился в трезвенническое движение, участвовал в учредительном съезде СБНТ в 1988 году, а также в большинстве общероссийских форумов трезвеннического движения. Много лет возглавлял Иркутскую региональную организацию СБНТ и был членом координационного совета СБНТ. Анатолий Алексеевич был одним из первых преподавателей курсов по методу Шичко, проводил занятия не только в Иркутске, но и во многих городах Сибири и Дальнего Востока. Избавил от зависимостей многие сотни страждущих, часть из которых влилось в трезвенническое движение.

Анатолий Алексеевич первым применил метод Шичко для избавления от пищевой зависимости, помогая людям восстановить нормальный вес. Но и в этих курсах, как у многих его учеников и последователей, тема трезвости была одной из главных, что позволяло его слушателям в дальнейшем вести трезвый здоровый образ жизни. Способствовал созданию на местах проведения курсов клубов трезвости и здоровья.

В 2000-м году А.А. Байкалов предпринял первую попытку создания сайта СБНТ, участвовал в разработке символики СБНТ.

В 2002-м году перенес операцию на сердце. Почти четыре последних года из-за травмы ноги не мог ходить. Вел трезвый образ жизни до самого последнего дня.

Скончался 4 марта 2024 года от инсульта.

Анатолий Алексеевич Байкалов был непримиримым борцом за народную трезвость! Похоронен со значком СБНТ на груди.

Светлая память нашему другу и соратнику!

ОПРЕДЕЛЕНИЕ

о возбуждении дела № 065/05/7-109/2024

В Управление Федеральной антимонопольной службы по Сахалинской области из Департамента землепользования администрации города Южно-Сахалинска поступили обращения Ясинского А.К., Захарова Д.В., Миловой Н.А. по факту распространения наружной рекламы магазином «DrSmoke», содержащей признаки нарушения пункта 8 статьи 7 Федерального закона от 13.03.2006 № 38-ФЗ «О рекламе».

Из поступивших фотоматери-

алов Сахалинским УФАС России установлен факт размещения информации о табачной продукции, никотинсодержащей продукции, курительных принадлежностей...

ОПРЕДЕЛИЛ:

Возбудить производство по делу № 065/05/7-109/2024 по признакам нарушения пункта 8 статьи 7 Федерального закона от 13.03.2006 № 38-ФЗ «О рекламе». Назначить дело № 065/05/7-109/2024 к рассмотрению на 27 марта 2024 года

Немного о сектантстве

Есть один ритуал, исполняемый на любой праздник, а иногда и не только на праздник, а ещё и по выходным, после работы и по любому поводу вплоть до Дня независимости Зимбабве. Исполняется он большей частью населением нашей страны. Очень популярный. Читайте не спеша, проникнетесь.

Группа людей собирается вокруг стола, где для каждого уже заготовлена специальная чаша. В неё каждому наливается ядовитая жидкость наркотического действия в различных вкусовых вариациях и смешениях. Далее произносится некое заклинание, например, «За здоровье» или «Ну, шоб всё было».

Таким образом участники ритуала пытаются запрограммировать будущее, веря в силу своих заклинаний. Одновременно с этим они начинают слегка ударять свои чаши друг о друга.

Требуется, чтобы чаши соприкоснулись по принципу «каждая с каждой». Иначе ничего не сработает. Далее содержимое чаши (ядовитая жидкость наркотического действия) вливается внутрь организма через ротовую полость. Считается, что данное действие подкрепляет эффект от произношения заклинания и ритуал считается завершённым.

В течение одного ритуального цикла может быть выполнено от нескольких до более, чем десятка

повторений совершения данного ритуала с различными заклинаниями и с использованием различных жидкостей.

В ходе него должны соблюдаться некоторые правила, например, «нельзя ставить пустую бутылку на стол», «выпил – закуси», «руку не меняют» и другие. Их соблюдение также является обязательным. Иначе ничего не сработает. По завершении цикла у участников ритуала может наблюдаться разное состояние в зависимости от количества употреблённой жидкости.

Но во всех случаях наблюдаются физиологические последствия негативного характера (отравления, головные боли, потеря ориентации, обострение хронических заболеваний и т.д.), несмотря даже на то, что буквально только что ими были совершены ритуалы «За здоровье». Видя, что ритуалы по какой-то причине не сработали, его участники могут повторить их ещё несколько раз. Как это должно помочь, знают только сами адепты этого тайного учения.

В некоторых случаях ритуальные мероприятия заканчиваются в больницах или обезьянниках, а иногда ещё влекут за собой разнообразные последствия социального, физиологического или криминального свойства (применение физического насилия, в т.ч. по отношению к соучастникам

Рекомендуется для публикации в СМИ

ритуала, случайные оплодотворения самок (участниц ритуала) мужскими особями, летальные исходы, причинение материального ущерба различным видам собственности и др.)

Также отметим, что существует категория адептов данного учения, участники которой совершают ритуалы исключительно по одному-два раза в рамках одного ритуального цикла, а сами циклы проводят не чаще 1-2 раз в неделю. Несмотря на полное принятие идеологии этого учения, сами они себя её сторонниками не считают.

Безусловно, данный социальный феномен требует дальнейшего пристального изучения. Впрочем, описанное поведение является вполне нормальным и обыденным для современного человека.

А теперь вернёмся к вопросу о сектах. Есть такая категория людей - трезвенники - не пьют, не курят, здоровый образ жизни... Они даже в новый год трезвые, что уж говорить про 8 марта... Настоящие сектанты...

Автор неизвестен,
проект «Полезный юмор»,
<https://skies.land/categories-creators/30>

В списке творцов есть и наши соратники. Полный список - по ссылке – ред.

Восторжествовала ли справедливость?

В прошлом номере нашей газеты была опубликована в сокращении статья С.Н. Шевердина «Не требуя наград», на которую незамедлительно последовала реакция одного из ветеранов трезвеннического движения из Украины. Мы не сочли возможным ее не опубликовать. Тем более, что редакция сама сделала свое замечание непосредственно в тесе статьи, о том, что утверждение Шевердина о не просто редактировании доклада Углова Красноносоевым, но и заявившего: «Лучшие качества «Доклада Углова» – это исключительно (!) Красноносоев», – ничем не подтверждается и остается на совести автора, то есть Шевердина – ред.

Если согласиться со Станиславом Николаевичем Шевердиным, что значительная доля заслуг в редакции и упорядочении Доклада Углова принадлежит Игорю Александровичу Красноносоеву, то следует отметить, что Фёдор Григорьевич, будучи «более авторитетным пропагандистом», продуктивно использовал предоставленные ему возможности. Кроме того, научную добросовестность Фёдора Григорьевича Углова удостоверяет тот факт, что в 1995 году он включил в список литературы, рекомендованной для чтения членами СБНТ, книгу Ханса Олафа Фекьяера «Алкоголь и

иные наркотики: магические или химические вещества?» в переводе Константина Красовского – тогдашнего Председателя МНАТ. Тем самым, Фёдор Григорьевич заложил основы для плодотворного сотрудничества между СБНТ и МНАТ, дал новый мощный импульс ТД и исправил ошибки, на которые намекает Станислав Николаевич. («Не требуя наград», «Соратник» № 2 (296) за февраль-март 2024 года).

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

Снова о «наливайках»

В первом чтении приняли поправки в закон «О государственном регулировании производства и оборота этилового спирта, алкогольной и спиртосодержащей продукции и об ограничении потребления (распития) алкогольной продукции».

В числе прочего, поправки касаются так называемых «наливаек», расположенных прямо в жилых домах. Днем такая точка работает как магазин по продаже пива, а вечером «превращается» в кафе с одним-двумя пластиковыми стульями, чтобы до утра спокойно продавать алкоголь.

Такая точка это огромная проблема для жителей. У каждого депутата целые стопки обращений с просьбами закрыть подобные псевдо-кафе. Ведь «наливайка» как магнит притягивает любителей выпить, пошуметь и похулиганить, да так, что из подъезда выйти страшно. Ведь по статистике до 30% всех преступлений совершается «под парами». Конечно, по всей стране ситуация отличается. В столице «наливаек» почти нет, а где-то они – серьезная проблема.

Разработанные поправки позволяют региональным властям самостоятельно:

- запрещать розничным точкам, которые расположены в жилых домах, днем работать как магазин по продаже пива и пивных напитков, а ночью – как кафе;

- вводить запрет по продаже таких напитков где-либо, кроме ресторанов, кафе, баров или буфетов;

- ограничивать время продажи алкоголя в местах общественного питания, расположенных в жилых домах.

Также поправки, прошедшие сегодня первое чтение, запрещают добавлять этиловый спирт в напитки, где его по стандартам быть не должно. Кроме того, производители алкоголя не смогут вводить в заблуждение людей, приписывать алкогольной продукции особые свойства или состав, которыми она на самом деле не обладает.

Денис Александрович Шевчук,
deniskredit@gmail.com
Чат «Православные трезвенники»

О СВОБОДЕ И РАБСТВЕ

Многие пьющие, курящие и наркоманящие люди думают, что так они выражают свое свободолобие и протестуют против угнетения государством, семьей, родителями.

Даже рок-музыканты воображают себя певцами свободы, находясь под кайфом от наркотиков. Рок-клубы и прочие музыкальные заведения давно стали рассадниками пьянства, курения, наркомании.

Многие из молодых людей представляют собой неизвестные природе существа с кольцами в носу и нелепыми растрепанными прическами. Причем, символично, что кольца в носу всегда были у рабов и животных, которых водили на веревочке за эти кольца. Кольцо в носу всегда было символом самого жестокого рабства. Раб с кольцом в носу был лишен полностью своей индивидуальности и должен был служить своему хозяину и исполнять все его желания!

Глупые и несчастные малыши не понимают, что находятся в самом жестоком рабстве. Они запрограммированы специалистами по психологической обработке неокрепших умов наших детей, не умеющих определять, что их дурят,

зомбируют и загоняют в духовное рабство.

В этом духовном рабстве кольцо в носу, или пирсинг означает принадлежность к касте духовных рабов. Чтобы рабовладельцам было сразу видно где их рабы, чтобы использовать их и заставлять их делать то, что нужно рабовладельцам.

Такие же духовные рабы и пьющие, курящие и наркоманящие люди. Им внушили, что алкоголь, курение, наркотики – это свобода от всего и это, якобы, кайф.

Но на самом деле эти химические вещества очень неприятны. Просто их мозг, в результате внушения, начинает воспринимать эту гадость как, якобы, приятную. Происходит подмена, и дерьмо людям вручают как конфетку, хотя первые отравления бывают тяжелыми.

Им внушают, что химическая гадость, якобы, приятна. Что ядовитый дым вызывает приятность. Несмотря на то, что людей от него тошнит.

Первый прием алкоголя, наркотиков, курения вызывает отвращение, тошноту. Нужно много времени, чтобы мозг стал воспринимать противное, как приятное.

Но наш мозг специалист по подменам понятий и со временем адаптируется к отравляющему действию и начинает воспринимать яд как полезное вещество.

Поэтому, те кто хотят бросить курить должны преодолеть, в первую очередь, зомбирование своего мозга. Потому, что причина любой наркомании сидит в голове, в сознании. Голова рулит человеком.

Нужно осознать, что все зависимости – это результат зомбирования мозга зависимого!

И благодаря этому зомбированию он вынужденно, против своей воли, покупает отраву. Причем, он, иногда, даже понимает, что действует против своей воли и своих интересов, он осознает, что его зомбировали и заставляют травить самого себя, но вынужден самоотравляться потому, что его заставили исполнять волю своих хозяев-рабовладельцев, которые и производят эти ядовитые вещества!

Из всего вышесказанного можно заключить, что тот, кто пьет, курит, наркоманит – находится в рабстве у производителей ядовитых веществ.

Аликсий Сибирский,
г. Дивногорск

Если слово вырвать из контекста

Небрежно, второпях или под влиянием эмоций составленный текст, часто не учитывает контекст и потому допускает разные толкования.

Такую ошибку совершил Пётр Иванович Губочкин в статье «Восстановить истину», газета «Соратник» № 2 (286), когда выдернул слово «Самоотравление» из контекста теории Трезвости.

Геннадий Андреевич Шичко, как истинный учёный, в своих трудах особое значение придавал совершенству понятийного аппарата и его правильному толкованию.

Нужно отметить, что на долю Г.А. Шичко выпала редкая честь. Его научная школа живёт и развивается в самом народе. Возможно, это единственный случай в истории науки, когда науку продвигает и развивает сам народ! Назову для примера лишь несколько фамилий трудами, которых развивается теория Трезвости. Это А.Н. Маюров, В.П. Кривоногов, Б.И. Исаков, Е.Г. Батраков, Н.А. Гринченко, А.А. Карпачёв, Е.А. Ключникова и многие другие. Всех перечислить невозможно, тем более перечислить их научный вклад в становление теории Трезвости.

Из последних работ нужно особо отметить огромный труд, который завершил к.э.н. Андрей Аркадьевич Головин, президент МАТр, генеральный директор Союза некоммерческих организаций в сфере профилактики и охраны здоровья «Евразийская ассоциация здоровья». Работа выполнена в рамках «Института изучения и развития научно-общественного наследия Г.А. Шичко».

Удалось найти всё, что входит в научное наследие Г.А. Шичко, и опубликовать. Получилось два тома. Готовится к изданию третий том. Также удалось составить и опубликовать «Основную трезвенную терминологию» самого Г.А. Шичко.

Трезвое движение, работающее по идеологии утверждения и сохранения Трезвости, проводит огромную работу с опорой на подходы и методы, которые разработаны Г.А. Шичко, в том числе развивает понятийный аппарат. Нас радует, что на одно из понятий – «самоотравление» – обратил внимание П.И. Губочкин. Правда, он выхватил это слово из контекста, и потому истолкование получилось и предвзятым, и не научным.

Одна из задач стоящая перед трезвым движением – продвижение «Основной трезвенной терминологии» в общественное сознание. Внимательный читатель заметил, что я не разъяснял в каком контексте и как нужно понимать слово «самоотравление». Это сделано с целью получения от наших соратников неискажённую объяснениями обратную связь.

Г.А. Шичко отлично понимал, что настоящая наука живёт в развитии. Своё предисловие к словарю он заканчивает словами, которые я полностью разделяю и присоединяюсь: «Надеюсь получить объективные критические замечания и дружеские советы».

Александр Александрович Зверев,
председатель ТГОО УСТ «Трезвая Тюмень»,
trezvo_tm@mail.ru

ВНИМАНИЕ!

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

2202206322905485

– привязана к тел. 913-445-59-06

О своем отправлении сообщайте электронкой в редакцию: дату, сумму.

НАПОМИНАЕМ

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

Юбилейные даты

1 мая – исполняется 65 лет

Нечволоду Николаю Петровичу,

лидеру трезвеннического движения Иркутской области, руководителю клуба, профессору МАТр

2 мая – исполняется 85 лет

Огневу Вячеславу Степановичу,

ветерану трезвеннического движения СССР-России

2 мая – исполняется 75 лет

Шандыбину Василию Петровичу,

доктору альтернативной медицины, доктору психологических наук, вице-президенту МАТр

9 мая – исполняется 50 лет

протоиерею Виталию Бакуну,

председателю Донбасского православного общества «Трезвение», настоятелю храма г. Ясиноватая, ДНР

10 мая – исполняется 70 лет

Мерзлякову Владимиру Юрьевичу,

врачу-наркологу, активисту трезвеннического движения России

10 мая – исполняется 50 лет

Доронкину Валерию Константиновичу,

руководителю оординационного центра по утверждению трезвости и противодействию алкоголизму Синодального отдела РПЦ

14 мая – юбилейная дата

Костиной Галины Леонтьевны,

активистки трезвеннического движения Ярославской области

17 мая – юбилейная дата

Кочорашвили Веры Григорьевны,

активистки трезвеннического движения СССР, создателя первых клубов трезвости в Днепропетровске

20 мая – юбилейная дата

Колодезниковой Елены Дмитриевны,

активистки трезвеннического движения Якутии

22 мая – юбилейная дата

Рейш Галины Васильевны,

активистки трезвеннического движения России, доцента МАТр

23 мая – исполняется 75 лет

Журавлеву Валерию Васильевичу,

руководителю центра гармонично развитой личности Краснодарского края, учредителю МАТр

23 мая – исполняется 45 лет

Чернову Евгению Владимировичу,

активисту трезвеннического движения России, молодёжного движения «Трезвый Саратов»

25 мая – исполняется 75 лет

Жданову Владимиру Георгиевичу,

лидеру трезвеннического движения России, председателю Союза борьбы за народную трезвость, профессору, президенту МАП

26 мая – исполняется 70 лет

Зазулину Георгию Васильевичу,

Кандидату юридических наук, лидеру антинаркотического движения России

Поздравляем юбиляров с этими знаменательными датами!

Желаем Вам крепкого здоровья, творческих успехов, выдающихся достижений во всех ваших добрых делах и успехов в нашем общем деле!

Сил вам и крепости духа!

Президиум МАТр, Правление СБНТ

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 редакции: 655138, Республика Хакасия,
п. Расцвет, ул. Майская 5 – 2;
тел. (913) 445-59-06, (923) 278-57-26,
e-mail: trezvo@yandex.ru, http://www.sbntr.ru/

Газета издается на взносы
подписчиков. Перечислить их
можно на карту Сбербанка:
2202206322905485

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