



Трезвой России быть!

СОБРАТНИК

Газета Союза борьбы за народную трезвость

14+

№ 3 (304) апрель-май 2026 г.

Издаётся с июня 1994



ДОРОГИЕ СОБРАТНИКИ,
ДРУЗЬЯ!
ПОЗДРАВЛЯЕМ ВАС СО
СВЕТЛЫМ ПРАЗДНИКОМ
ВОСКРЕСЕНЬЯ ХРИСТОВА!
ДОБРА, ЛЮБВИ,
РАДОСТИ,
БЛАГОДЕНСТВИЯ,
МИРА В ДУШЕ И НА
ЗЕМЛЕ ЖЕЛАЕМ ВСЕМ
ВАМ!
ДА ХРАНИТ ВАС ГОСПОДЬ
И ПОМОЖЕТ ВО ВСЕХ
ДОБРЫХ ДЕЛАХ!
ХРИСТОС ВОСКРЕСЕ!

ПРАВЛЕНИЕ СБНТ



ДОРОГИЕ ВЕТЕРАНЫ ВЕЛИКОЙ ОТЕЧЕСТВЕННОЙ
ВОЙНЫ, ТРУЖЕНИКИ ТЫЛА, ДЕТИ ВОЙНЫ,
СОБРАТНИКИ, ДРУЗЬЯ!
СЕРДЕЧНО ПОЗДРАВЛЯЕМ ВАС С ДНЁМ ПОБЕДЫ!

Праздник 9 Мая золотыми буквами вписан в героическую
летопись Отечества. Эта священная дата навсегда
останется в памяти россиян, как день нашей
НАЦИОНАЛЬНОЙ ГОРДОСТИ.

Наша общая задача – не допустить возрождения нацизма
и противостоять попыткам развязать новую войну.

Желаем нашим воинам успешно завершить специальную
операцию и одержать новую победу над нацизмом!

Желаем всем мира, добра, здоровья, энергии, оптимизма,
СИЛЫ, ТВЕРДОСТИ ДУХА И СКОРЕЙШЕЙ ПОБЕДЫ НА
ТРЕЗВЕННИЧЕСКОМ ФРОНТЕ!

ПРАВЛЕНИЕ СБНТ

9 мая С ДНЁМ ПОБЕДЫ

С 6 по 10 апреля Владимир Георгиевич Жданов посетил Удмуртскую Республику с рабочим визитом, в ходе которого провёл серию лекций на тему «Причины вымирания России».

Вот уже второй год подряд министр культуры Удмуртской Республики Владимир Михайлович Соловьёв инициирует приглашение председателя СБНТ Владимира Георгиевича Жданова в свой регион для

Жданов вновь в Удмуртии



На приёме у министра культуры В.М. Соловьёва

старинный купеческий город Сарапул. После лекции, которая проходила в лицее № 8, Владимир Георгиевич пообщался с директором Александром Васильевичем Сахаровым, который, как оказалось, ранее работал директором коррекционной школы и не понаслышке знает, и обеспокоен проблемой рождения детей с различными умственными отклонениями, причиной которых является

родительский алкоголизм.

После Сарапула последовала встреча в небольшом городе Камбарка, который расположен на границе с Башкортостаном у реки Кама. Снова полный зал, и даже несмотря на то, что в зале было отключено отопление и было очень холодно, ни один слушатель не покинул встречу до конца лекции. Стоит отметить, что каждую лекцию Владимир Георгиевич завершал всего тремя словами, которые вместе с ним скандировал весь зал: «Надо жить трезво!»

На следующий день слушатели ждали Жданова в историческом городе Воткинске, где родился и до 8 лет жил великий русский композитор Пётр Ильич Чайковский. Конечно же, Владимир Георгиевич



В.Г. Жданов и Р.Ф. Нуриманов у памятника П.И. Чайковскому



Зал скандирует: «Надо жить трезво!»

популяризации трезвого образа жизни и информирования граждан о пагубности употребления алкоголя.

В ходе данного визита Владимир Георгиевич вместе со своим пресс-секретарём, который отвечал за организацию всех встреч, посетили 5 городов и 2 районных центра Удмуртии, в том числе столицу региона – город Ижевск.

Общая численность слушателей за все дни превысила 3 000 человек.

Финансовую часть в организации данного события взял на себя наш соратник из Ижевска Расуль Габдрафиков,

который обеспокоен демографической ситуацией в стране и в регионе в частности.

Нынешние встречи с профессором Ждановым решили в большей степени посвятить педагогам и всем сотрудникам сферы образования Удмуртской Республики, поэтому в работу активно включились управления образования города Ижевска и других муниципальных образований.

Первым городом в списке выступлений стал Ижевск, где в самой современной школе № 8 с залом на 500 мест и прошла первая лекция. После встречи педагоги окружили Владимира Георгиевича, чтобы поблагодарить за знания, которые, по уверениям педагогов, они донесут своим воспитанникам в школах.

Следующим пунктом стал



Лекция В.Г. Жданова в посёлке Ува

не смог не посетить музей-усадьбу семьи великого музыканта. После экскурсии по усадьбе В. Г. Жданов оставил в книге пожеланий несколько слов от своего имени.

В Воткинске встреча проходила в музыкально-педагогическом колледже имени П. И. Чайковского, где основными слушателями стали студенты колледжа.

Сразу после Воткинска Владимира Георгиевича ждали в селе Шаркан – родина удмуртского Деда-Мороза – Тол-Бабая. Здесь, в стенах нового концертного зала вместимостью 500 человек, не было свободного места. Стоит отметить высокую организацию и ответственный подход к данному мероприятию начальника управления образования Шарканского района Василия Анатольевича Турова, который посодействовал приезду на лекцию не

только жителей Шаркана, но и жителей близлежащих деревень, организовав подвоз на школьных автобусах.

В заключительный день лекции на тему «Причины вымирания России» Владимир Георгиевич Жданов провёл в городе Можга и посёлке Ува, где была самая высокая явка. Желающих услышать правду от профессора Жданова было столько много, что многим пришлось тесниться, стоя в проходах зала.

В Можге Владимир Георгиевич встретился со своими давними друзьями и соратниками Николаем Анатольевичем Муриным и Мисхатом Имамудиновичем Муфтаховым, с которыми за чашкой чая провёл незапланированное собрание о жизни и работе СБНТ.

В день отъезда из Удмуртии состоялась официальная встреча Владимира Георгиевича Жданова и министра культуры Удмуртской Республики Владимира Михайловича Соловьёва.

В ходе данной встречи В. Г. Жданов и В.М. Соловьёв обменялись словами благодарности за проведённые встречи с жителями региона и обсудили перспективы дальнейшего сотрудничества.

Владимир Георгиевич Жданов заявил о необходимости дальнейшей личной встречи с руководством Удмуртии для передачи успешного опыта по оздоровлению Вологодской области и возможности стать вторым ответственным регионом, взявшимся за борьбу по спасению своего народа и повышению уровня здоровой демографии!

Рамиль Фаилович Нуриманов,
пресс-секретарь В.Г. Жданова

Фото автора.

ПРИЧИНЫ ВЫМИРАНИЯ РОССИИ

Наш президент В.В. Путин неоднократно заявлял, что Запад ведёт против России гибридную войну на наше полное уничтожение. Алкогольная война – одна из главных составляющих гибридной войны.

В рейтинге трезвости регионов России первые пять мест традиционно держат пять Северо-Кавказских мусульманских республик: Чечня, Дагестан, Ингушетия, Кабардино-Балкария, Карачаево-Черкесия. У них высокая рождаемость и низкая смертность. Вы скажете: Кавказ – это солнце, горы, экология, долгожители. Но вот данные переписи населения: с 2010 по 2020 гг. число чеченцев выросло на 17%, ингушей – на 16%, черкесов – на 16%, кабардинцев – на 19%, и только численность осетин **сократилась на 8%**. А ведь Осетия – это тоже Кавказ!

1 января 2026 года в Чечне родилось 83 ребёнка (48 мальчиков и 35 девочек), в Дагестане родилось 122 ребёнка (65 мальчиков и 57 девочек), а в **Северной Осетии – всего 4 ребёнка (2 мальчика и 2 девочки)**.

Все остальные регионы России так же, как и православная Северная Осетия, катастрофически вымирают. Причём чем выше уровень потребления алкоголя, тем выше уровень смертности населения и ниже уровень рождаемости детей.

Чтобы не быть голословным, приведу статистику: в Вологодской области в 1960 г. на 27 родившихся приходилось 10 умерших: 27 – 10 = +17 – хороший прирост, а в 2018 г. (до ковида) – на 27 родившихся приходилось 40 умерших: 27 – 40 = -13 – вымирание. Таким образом, смертность на 1 родившегося ребёнка в Вологодской области выросла в 4 раза (!!!).



Республика Удмуртия. В 1960 г. на 35 родившихся приходилось 10 умерших: 35 – 10 = 25 – хороший прирост, а в 2023 г. – на 35 родившихся пришелся 51 умерший. Здесь число умерших на 1 родившегося ребёнка выросло в 5 раз (!!!).

Подобная демографическая статистика – во всех остальных регионах России. Таким образом, **пиво, вино, водка, самогон являются оружием массового уничтожения русского народа и других пьющих коренных народов России.**

Кроме того, алкоголь является опаснейшим мутагеном, действует на зародышевые клетки примерно так же, как и радиация – повреждает их. Поэтому в пьющих регионах России катастрофически высок процент больных новорождённых детей. Причём болезни серьёзные, в том числе – врождённые аномалии (пороки развития), деформации и хромосомные нарушения.

По данным Минздрава РФ в 2022 году в трезвой Ингушетии родились с отклонениями по здоровью 2% всех новорождённых

детей, а в пьющей Удмуртии – 22%, в ещё более пьющей Амурской области – 25% (каждый четвёртый ребёнок).

Вы опять скажете: плохое питание, плохая экология. Но вот вам ещё статистика. В 1980 г. в СССР самый высокий уровень экологии и медицинского обслуживания был в Прибалтике, а в Туркмении была экологическая катастрофа (много лет хлопчатники поливали пестицидами, гербицидами и другими ядами). Так вот, самый высокий уровень рождения детей с отклонением в умственном и физическом развитии был в Эстонии (11%) и в Молдавии (9%), а самый низкий – в Туркмении (1,5%). Причина проста. Эстония была единственным регионом СССР, где крестьянам официально разрешалось варить хмельное пиво. Они пили это пиво и рожали «эстонских тормозов». В Молдавии – вино привело к таким печальным результатам. В то время как Туркмения была самой трезвой республикой СССР.

Таким образом, **пиво, вино, водка, самогон являются оружием массового уничтожения русского народа и других пьющих коренных народов России.**

Основные причины употребления алкоголя: 1) доступность, 2) убеждения людей в том, что надо пить, 3) наркотическая природа алкоголя.

Мы не можем изменить наркотическую природу алкоголя, но в наших силах уменьшить его доступность вплоть до полного запрета и сформировать трезвые убеждения у детей и молодёжи. Прекрасное подтверждение этому – опыт трезвых сёл в Якутии и опыт ограничительных мер в Вологодской области.

Рекомендуется для публикации в СМИ

В Якутии на сегодня 204 поселения (из 500) являются территориями трезвости. Там, по требованию жителей, полностью запрещена торговля алкоголем. Вот типичный пример, что такое территория трезвости. В посёлке Бьясь-Кюэль 700 жителей. В пьяном 2007 г. родилось всего 2 ребёнка. В 2013 г. посёлок стал территорией трезвости и в 2018 г. родилось уже 18 детей.

Уровень преступности на территориях трезвости в 6 раз меньше, чем по республике. Смертность мужчин трудоспособного возраста сократилась на 41%. Жизнь изменилась неузнаваемо! Повысилось благосостояние людей. В некоторых поселениях школьники младших классов никогда не видели родителей пьяными.

А вот как прокомментировал существенные ограничения продажи алкоголя в Вологодской области её губернатор Г.Ю. Филимонов: «Мы ведём масштабную борьбу за выживание Вологодской области. И это – необходимые меры для выхода из депопуляции».

В 2025 году впервые за одиннадцать последних лет в Вологодской области начался рост рождаемости!

**Только ТРЕЗВАЯ Россия
станет ВЕЛИКОЙ!**

Владимир Георгиевич Жданов, профессор, председатель Союза борьбы за народную трезвость, советник губернатора Вологодской области по антиалкогольной политике и демографии
https://vk.com/v_g_zhdanov

Трезвость как тренд

Трезвость как тренд: Вологда в огне борьбы с алкоголем и вейпами.

Вологодская область превращается в стерильный полигон для масштабного социального эксперимента. Губернатор **Георгий Филимонов** объявил о финальной стадии зачистки регионального рынка от «наливаек» и вейп-шопов.

К 1 мая ландшафт области окончательно лишится привычных точек с дешевым разливным алкоголем и электронными испарителями. Власти действуют хирургически: 610 алкомаркетов уже стерты с бизнес-карты региона, а оставшиеся единицы ждёт неминуемый демонтаж систем сбыта.

Зачистка территории: цифры и факты.

Региональная машина регулирования набрала пиковые обороты. Вместо постепенного выдавливания суррогата Вологда выбрала путь тотального блокирования каналов продаж. С 1 марта в силу вступили поправки, которые превратили существование «наливаек» в юридически невозможный процесс. Из 125 точек, имитировавших общепит ради ночной торговли, 88 уже закрыты. Те, кто пытался обойти систему через лазейки в законодательстве, столкнулись с жестким административным прессом.

«Это не косметический ремонт рынка, а его полная переборка. К 1 мая мы планируем выйти на проектную мощность – ноль действующих «наливаек» в жилых домах», – отметил в беседе с Pravda. Ru региональный экономист **Валерий Козлов**.

Еженедельно в области закрывается по 10 точек. Это не просто статистика — это изменение городской среды. Пока Кремлевский сад Вологды готовят к реновации по старым фото, торговые ряды современности проходят через аналогичную фильтрацию. Власти буквально заново прописывают дизайн-код города, в котором нет места витринам с

наркотическим зельем на каждом углу.

Биохимия трезвости: как падает статистика.

Результаты эксперимента выражены в литрах абсолютного спирта. За год потребление упало с 9,37 до 7,95 литра на человека. Это колоссальное снижение для такого короткого периода. Пока курьеры Вологды бьют рекорды по зарплатам, развозя еду, спрос на «жидкое топливо» исчезает. Снижение реализации алкоголя на 16,5% говорит о том, что предложение действительно формировало спрос.

«Бизнес, построенный на продаже суррогата в жилых массивах, долгое время пользовался проблемами в ФЗ-171. Вологодская область создала прецедент, когда местная воля подавляет лоббизм», – объяснила в беседе с Pravda. Ru юрист **Светлана Владимировна Фёдорова**.

Ответы на популярные вопросы о запрете алкоголя в Вологде.

Где теперь можно законно купить алкоголь в регионе?

Розничная продажа разрешена только в специализированных отделах крупных супермаркетов и легальных ресторанах, имеющих соответствующую лицензию, в строго отведенные часы.

Коснется ли запрет обычных продуктовых магазинов?

Запрет в первую очередь бьет по алкомаркетам и точкам разливного пива. У продуктовых магазинов ужесточены требования к расположению и времени продажи.

Почему закрывают вейп-шопы, а не просто штрафуют за продажу детям?

Опыт показал неэффективность штрафов. Полная ликвидация точек – единственный способ разорвать физическую доступность никотиносодержащей продукции.

<https://gog.su/KfA2>

Из первых рук



продажи вейпов. В прошлом году ликвидировали все 610 алкомаркетов, до конца месяца в регионе не останется магазинов, торгующих алкоголем на разлив. С точками продажи курительных смесей будет тоже самое. Составлен план ликвидации с четкими сроками. Работаем.

13 апреля

По итогам 1 квартала этого года Вологодская область заняла 4 место в СЗФО по суммарному коэффициенту

рождаемости. Данные опубликованы Росстатом. В общероссийском рейтинге регион поднялся на 33 место. По итогам марта показатель составил 1,386 единицы. Это выше, чем в среднем по СЗФО (1,217) и по стране (1,362). Напомним, что по итогам 2025 года Вологодская область заняла 40 место, а суммарный коэффициент рождаемости составил 1,381 единицы. При этом регион показал максимальный прирост за последние 13 лет, а реальный рост числа рождений был достигнут впервые за 11 лет. Такие результаты – показатель нашей системной работы. Реализуем региональную программу «Семья – оплот Русского Севера», мероприятия нацпроекта «Семья» и комплекс народосберегающих инициатив. Только в 2026 году новыми мерами поддержки уже воспользовались более 2,5 тыс. семей. Вологодчина также входит в число лучших регионов страны по поддержке многодетных семей. Об этом Президенту России Владимиру Владимировичу Путину доложила директор Агентства стратегических инициатив Светлана Витальевна Чупшева. Продолжаем создавать условия, в которых семьи чувствуют уверенность в завтрашнем дне.

20 апреля

Филимонов LIVE в MAX
https://max.ru/filimonov_official

Провёл профильное совещание по вопросу ликвидации «наливаек» и точек продажи вейпов.

Продолжаем жёсткое регулирование рынка алкогольной продукции и курительных смесей. Заслушал доклад заместителя губернатора С.Н.Сорокина. В прошлом году ликвидировали все 610 алкомаркетов, до конца месяца в регионе не останется точек продажи алкоголя на разлив. Закрыто уже 94 из 125 «наливаек», прекратили работу 295 из 316 магазинов с вейпами. На контроле остаются 31 «наливайка» и 21 точка продажи вейпов. Потребление алкоголя в пересчёте на безводный спирт на человека сократилось на 1,42 литра – с 9,37 до 7,95 л. Объём реализации алкогольной продукции за год снизился на 16,5%. Поручил отслеживать ситуацию ежедневно. Поставленные задачи должны быть выполнены к 1 мая.

4 апреля

Провёл традиционное профильное совещание по вопросу ликвидации «наливаек» и точек продажи вейпов.

Еженедельно оцениваем результаты ограничительных мер. Заслушал доклад заместителя губернатора С.Н.Сорокина. Закрыты 101 из 125 «наливаек», прекратили работу 298 из 316 магазинов с вейпами. На контроле остаются 24 «наливайки» и 18 точек

Поправка о стометровке к 171 ФЗ

Депутат Государственной Думы Е.Е. Марченко внёс на рассмотрение законопроект № 1159354-8 О внесении изменения в статью 16 Федерального закона от 22.11.1995 г. № 171-ФЗ «О государственном регулировании производства и оборота этилового спирта, алкогольной и спиртосодержащей продукции и об ограничении потребления (распития) алкогольной продукции» (об установлении минимального расстояния до мест розничной продажи алкогольной продукции) <https://sozd.duma.gov.ru/bill/1159354-8>.

Законопроект предлагает внести изменение в абзац первый п.8. статьи 16 № 171-ФЗ: «Границы прилегающих территорий, указанных в подпункте 10 пункта 2, абзаце первом пункта 4.1 настоящей статьи, определяются с учетом результатов общественных обсуждений органами местного самоуправления... в соответствии с правилами, установленными Правительством Российской Федерации» дополнив его словами: «, но не могут составлять менее 100 метров от внешних границ земельного участка, на котором расположены указанные объекты, в соответствии с записями в Едином государственном реестре недвижимости».

Также Статья 2 этого законопроекта устанавливает

«1. Настоящий Федеральный закон вступает в силу с момента официального опубликования.

2. Органы местного самоуправления муниципальных районов, муниципальных округов и городских округов, органы местного самоуправления внутригородских муниципальных образований городов федерального значения Москвы, Санкт-Петербурга и Севастополя обязаны привести нормативные акты, устанавливающие границы прилегающих территорий, в соответствии с настоящим Федеральным законом в течение 6 месяцев со дня вступления в силу настоящей статьи. До указанного момента нормативные акты органов местного самоуправления применяются в редакции, действовавшей на дату вступления в силу настоящего Федерального закона»

Законопроект включен в примерную программу решением Совета Государственной Думы на июнь 2026 года. Срок представления отзывов, предложений и замечаний в комитет до 14.05.2026.

Считаем необходимым обеспечить всемерную поддержку законопроекта № 1159354-8 всем трезвенническим движением и активными гражданами, заботящимися об ограждении

подростающего поколения от вовлечения в алкоголепотребление.

Предлагаем примерный текст такого письма.

*Депутату Государственной Думы
Марченко Е.Е.*

Уважаемый Евгений Евгеньевич!

Выражаю Вам искреннюю благодарность за внесение нужной поправки в Федеральный закон № 171-ФЗ (законопроект № 1159354-8). Установление минимального расстояния (не менее 100 метров) от внешних границ земельных участков образовательных и спортивных учреждений до точек продажи алкоголя – это действительно прогрессивное решение, учитывающее защиту подрастающего поколения от навязчивой продажи и продвижения алкоголя вместе с дешёвыми шоколадками и мороженым, как делают это некоторые торговые сетевые магазины.

Учитывая, что целью поправки, вносимой законопроектом № 1159354-8 и статьи 19 Федерального закона № 15-ФЗ, является защита несовершеннолетних от вредной продукции, прошу Вас инициировать унификацию подходов к определению расстояний. То есть, внести соответствующую поправку в № 15-ФЗ, устанавливающую запрет на торговлю табачной и никотин содержащей продукцией на расстоянии менее 100 метров от внешних границ земельного участка, на котором расположены объекты образовательных и спортивных учреждений в соответствии с записями в Едином государственном реестре недвижимости», а также заблокировать дальнейшее продвижение законопроекта № 1024775-8, который по существу разрешает продажу сигарет прямо у школ и детских садов

Заранее благодарю за внимание к проблеме и надеюсь на вашу поддержку.

С уважением,

ваше Ф.И.О и адрес для обратной связи.

Письма подобного содержания направлять через электронную приёмную обращений в Государственную Думу: riemnaaya.duma.gov.ru. Адресовать не только инициатору законопроекта, но и руководству Госдумы, во все фракции и профильные комитеты ГД, а также депутатам от ваших регионов и другим депутатам на ваше усмотрение.

Г.И. Тарханов,
первый зам председателя СБНТ

Как быть

Властные структуры отказываются признавать наличие в спиртосодержащих жидкостях наркотика – этанола.

А как быть?

В.И. Левашов

Как быть? – спрашивает в своём письме соратник.

ПИСАТЬ, РАЗЪЯСНЯТЬ, НАСТАИВАТЬ.

Словом: не опускать руки, крепко держать пишущее перо и настойчиво выводить звуки правды в иероглифы слов, знаменующие факты, дышащие заботой о нашем народе, разоблачая тем ложь и лукавство противника.

Другого пути нет, Вадим Иванович! Только долгая, изнурительная, порой кажущаяся бесполезной, просветительная работа: вскрытие алкоголизма как идеологии колониальной политики, прививаемой сознанию детей, каждому ребёнку с момента его появления на свет Божий, ради превращения того в бездумную скотину, даже уже не

рабочую, а лающую, скулящую тварь, ничего общего не имеющего ни с человеком, ни с наследником – носителем культуры своих предков. Вы должны, как никто другой, понимать это!

Пишите правду: как чувствуете, как понимаете, как знаете.

Мы руководствуемся принципами:

- Если не я, то кто?
- Осознал сам – помоги другому!
- Спешите делать добро.

Я сам в ответе за свой род, за жизнь потомства, за народ!

Самое главное, что мы – носители правды, той живой воды, истиной скрепляющей разрушенные части богатырского тела и воскрешающей мертвеца есть, а это является наибольшей опасностью для лжецов.

Правда за нами – значит и Бог с нами!

Сергей Сергеевич Аникин,
кандидат педагогических наук,
практический психолог

Восстановить научное определение спирта этилового

В виду того, что властные структуры отказываются признавать наличие в спиртосодержащих жидкостях наркотика – этанола – предлагаю организовать единовременное обращение всех наличных трезвеннических организаций, от каждой отдельно, в адрес Госдумы РФ с требованием возобновить действие Государственного стандарта на этиловый спирт ГОСТ 18300-72.

Мы знаем, как в течение нескольких лет после развала СССР в угоду алкогольному бизнесу менялся этот ГОСТ с целью удалить из него определение о наркотических свойствах спирта.

Так, по ГОСТ 18300-72 пунктом 5. Требования безопасности, подпунктом 5.1. спирт этиловый определялся как «легко воспламеняющаяся, бесцветная жидкость с характерным запахом, относится к сильнодействующим наркотикам».

ГОСТ 5964-82 пунктом 4. Требования безопасности, подпунктом 4.1 уже смягчил это определение до: «Спирт этиловый – легко воспламеняющаяся, бесцветная жидкость с характерным запахом, относится к сильнодействующим наркотикам».

ГОСТ 5964-93 пунктом 7. Требования безопасности, подпунктом 7.1 завершил эту преступную трансформацию, доведя до безобидного определения: «Спирт этиловый – легко воспламеняющаяся, бесцветная жидкость с характерным запахом», развязав тем самым руки бизнесу беспрепятственно производить, пропагандировать и навязывать покупателю это опасное для здоровья и жизни наркотическое вещество.

Все попытки трезвеннического движения как-то хотя бы ограничить

эту преступную деятельность на- талкиваются именно на это ГОСТовское определение спирта – «легко воспламеняющаяся, бесцветная жидкость с характерным запахом». Потому необходимо добиться восстановления определения спирта, как то было в ГОСТ 18300-72, как то существует во многих медицинских и других справочниках: спирт этиловый – наркотическое вещество.

Мы не знаем механизма принятия и изменения Государственных стандартов. И хотя Государственная Дума РФ, скорее всего, не имеет прямого отношения к разработке и принятию ГОСТов, однако депутаты, представляющие интересы всего народа, они обязаны обратиться в свой адрес общественных организаций, политических партий, просто граждан России, призывающих восстановить определение ГОСТ 18300-72, характеризующего содержащийся в алкогольных изделиях этиловый спирт как сильнодействующий наркотик. Выполняя свой долг, они обязаны обратиться в органы, принимающие и изменяющие Государственные стандарты с соответствующим требованием в отношении ГОСТ 5964-93 – изменить определение этилового спирта на его научное определение как сильнодействующего наркотика, чем он фактически и является.

Именно поэтому нам, всем трезвенническим организациям, одновременно, но от каждой организации отдельно, нужно обратиться в адрес Госдумы РФ с этим требованием. Координацию этих действий, на мой взгляд, может взять на себя Правление СБНТ.

Владимир Иванович Леашов,
г. Красноярск

«Опора России» за наркотизацию молодежи?

25 марта 2026 года Государственная комиссия по противодействию незаконному обороту промышленной продукции приняла историческое решение – полностью запретить вейпы в России. Это решение поддерживают миллионы родителей, врачи, педагоги.

Известный факт, что вейпы сейчас являются основным фактором наркотизации молодежи. Приобретение к наркотикам происходит через добавление в вейпы синтетических наркотических веществ.

По данным Минздрава, каждый четвертый подросток сейчас употребляет вейп. А за последние четыре года число употребляющих вейп выросло в десять раз.

Но организация «Опора России» считает, что так и должно быть и направила письмо вице-премьеру Мантурову с требованием отказаться от запрета и пригрозила Конституционным судом.

Чьи же интересы отстаивает «Опора России»?

Производство никотинсодержащей продукции в России на 100% принадлежит иностранным компаниям из недружественных стран: Philip

Morris (США), British American Tobacco (Великобритания), Imperial Tobacco (Великобритания) Jaraп Tobacco (Япония).

Эти корпорации зарабатывают миллиарды рублей на распространении никотиновой зависимости среди россиян, особенно детей. И они не хотят терять свой «русский рынок». И нашли себе «Опору».

Никотин – сильнейшее наркотическое вещество. И подростки, которые сейчас употребляют никотин в вейпах, становятся зависимыми. В дальнейшем им уже будет сложно отказаться от курения электронных сигарет или обычных.

«Опора России» кричит о «нарушении прав» и готовится в Конституционный суд. Но они забывают, что часть 3 статьи 55 Конституции РФ прямо разрешает ограничивать права ради защиты здоровья граждан.

Конституционный суд сам признал: «Здоровье человека – высшее неотчуждаемое благо, государство обязано принимать меры по его сохранению». Продажа товаров, причиняющих вред здоровью, противоречит статье 7 Закона

«О защите прав потребителей» и статье 238 УК РФ (сбыт опасной продукции). То есть, организация «Опора России» лоббирует деятельность, которая уже сегодня является уголовно наказуемой.

Что делать?

Мы уже направили обращения: Д.В. Мантурову – с требованием не поддаваться давлению и ускорить запрет. М.В. Мишустину – с просьбой проверить «Опору России» на предмет незаконного лоббизма в интересах иностранных корпораций. В.В. Володину – с просьбой проведения Думского расследования.

Присоединяйтесь! Ставьте «+» в комментариях, если вы за запрет вейпов. Делитесь постом. Пусть каждый знает, кто на самом деле стоит за «Опорой России», или, вернее, «Опорой табачников».

«Общее дело» – за здоровое будущее наших детей.

https://vk.com/wall-41817979_217512

Ставить «+» в комментариях – считаем недостаточным. Надо и самим проявить активность в этом противостоянии, направив аналогичные требования в Госдуму и Правительство – ред.

Поддерживают увеличение расстояний

Для меня как главы города очень важно опираться на мнение жителей перед принятием важных решений.

На отчетных встречах в этом году мы проводим голосования в реальном времени, чтобы определить уровень поддержки ужесточения требований по размещению алкомаркетов.

На состоявшейся сегодня встрече с работниками финансовой, экономической и ИТ отрасли города все в

зале, порядка 150 человек, получили возможность выразить свое мнение по данной проблеме.

По итогам голосования 97% поддерживают увеличение расстояний от социальных объектов (школ, детсадов, учреждений здравоохранения).

При этом 82% жителей – с нынешних 300 метров до 1000 метров.

За Трезвый Якутск

Табачные киоски могут приблизиться к школам и детским садам

Вот он – результат работы волков в овечьей шкуре: «не надо ничего запрещать», «я против сухого закона», «запретный плод сладок», «не нужно ни с кем бороться, нужно только утверждать трезвость», «я против борьбы, я только лекции про трезвость читаю», «дело не в веществе» и т.д. Возможно, американскому табачному бизнесу стоит заплатить премии Звереву и другим адептам УСТ. Да, есть среди «лекторов-трезвенников» те, кто (по моему мнению) работает на алкотабачный бизнес, результат показателен.

Шокирующие поправки в законодательство инициированные табачными лоббистами – сигаретные ларьки приблизятся к школам. Поправки изменят правила расчета расстояния от школ до табачных киосков.

По действующему закону запрещается продажа табака и вейпов «на расстоянии менее чем 100 метров по прямой линии без учета искусственных и естественных преград от ближайшей точки, граничащей с территорией учреждения образовательных услуг». То есть от двери табачного ларька до входа в школу должно быть именно 100 метров, причем по прямой. Поправки, которые внесены в Госдуму, предлагают принципиально другой отсчет. Так, в нем говорится о расстоянии от двери до двери с учетом искусственных и естественных преград. Фактически это позволит размещать табачные павильоны прямо напротив школы (если вход в нее находится сбоку или на противоположной стороне). Так что из окон классов ребята будут видеть курящих людей.

Депутаты уже одобрили в первом чтении законопроект № 1024775-8, ссылка sozd.duma.gov.ru/bill/1024775-8, который разрешает продажу сигарет прямо у школ и детских садов.

Защитники здоровья детей намерены обратиться с председателю ГД Вячеславу Володину с просьбой обратить внимание на законопроект, который может погубить молодое поколение. Эксперты уверяют: иностранные табачные компании нацелены на российских детей и подростков как основных потребителей вейпов.

Статья в MKRU (Ева Меркачева) <https://vk.cc/cWJtCk>

Непосредственно законопроект № 1024775-8 (абзац пятый подпункт «ы» пункта 6 статьи 1, это стр. 25) предусмотрена возможность после завершения срока действия лицензии продолжать торговлю вейпами и сигаретами у школ в случае, если школа открывается на расстоянии менее 100 метров от магазина или павильона, при этом магазин уже имеет лицензию. В законопроекте установлено, что даже после завершения срока действия лицензии магазин или павильон, которые находятся на расстоянии менее 100 метров от школы, могут получить еще одну лицензию на пять лет, невзирая на действующие ограничения.

Сама методика расчета меняется поправками к этому законопроекту с хорошей на плохую (выгодную табачному бизнесу).

К новому табачному законопроекту нужно предложить поправку. Необходимо исключить из законопроекта норму, со-

гласно которой существует возможность продолжать торговлю табачной продукцией и вейпами у школ в случае, если школа открывается на расстоянии менее 100 метров от магазина или павильона, которые имеют лицензию на торговлю табаком.

Законопроектом предусмотрено, что в этом случае торговля у школ может продолжаться до истечения срока действия лицензии, при этом даже после завершения срока действия лицензии магазин, который находится на расстоянии менее 100 метров от школы, может получить еще одну лицензию на пять лет, невзирая на действующие ограничения.

Для исправления ситуации необходимо исключить абзац пятый подпункта «ы» пункта 6 из статьи 1 законопроекта.

Лицензирование это хорошо, но надо вносить поправки и убирать те положения, которые ухудшают ситуацию.

Денис Александрович Шевчук, юрист, denisikjurist@gmail.com

Обращение с убедительной аргументацией требования при рассмотрении законопроекта № 1024775-8 во втором чтении отклонить правительственные поправки, изменяющие методику расчета 100-метровой защитной зоны, и сохранить действующую норму, закреплённую Федеральным законом № 15-ФЗ, было подготовлено и разослано всем депутатам Государственной Думы РФ инициативной группой соратников в начале апреля. В то же

время Председатель Государственной Думы. Вячеслав Викторович 16.04.2026 провёл на площадке мессенджера МАХ опрос общественного мнения по вопросу изменения расчёта расстояния торговых точек табачными изделиями до образовательных учреждений.

БОЛЬШИНСТВО – 62% – высказалось ПРОТИВ СОКРАЩЕНИЯ РАССТОЯНИЯ от школ, колледжей, вузов и других образовательных организаций до точек продажи табачной продукции.

За – 31%, всё равно – 7%.

В.В. Володин написал в своём чате:

«В комментариях вы также отмечали, что принимать решение об УМЕНЬШЕНИИ ДИСТАНЦИИ НЕЛЬЗЯ!! Так как это может пагубно повлиять на здоровье подрастающего поколения и снизить уровень защиты детей.

Кроме того, многие обращали внимание на необходимость увеличения расстояния и выработки более радикальных мер.

Спасибо за обратную связь!»

Учитывая всё это, есть определенная надежда, что правительственная поправка, изменяющая методику расчета 100-метровой защитной зоны, при рассмотрении законопроекта № 1024775-8 во втором чтении будет отклонена. Однако нам нельзя расслабляться. Надо отслеживать ход событий, связанных с дальнейшим прохождением этого законопроекта, а в случае необходимости – оперативно реагировать.

Г.И. Тарханов, первый зам председателя СБНТ

Защита здоровья граждан является приоритетной

Краевой суд подтвердил законность антиалкогольных мер в Забайкалье.

В конце февраля Забайкальский краевой суд вынес решение о том, что нормы регионального закона, которые установили ограничения для продажи алкоголя во встроенных помещениях в жилых домах, законны. Об этом рассказала глава комитета по экономической политике и предпринимательству Заксобрания Юлия Жирякова.

Она уточнила, что норма – площадь объекта в 300 квадратных метров и полная изоляция помещения с алкоголем – была принята Законодательным Собранием Забайкальского края и действует с сентября 2025 года. Несколько предпринимателей обратились в краевой суд, чтобы оспорить введенные нормы.

«Несколько предпринимателей обратились в Забайкальский краевой суд с оспариванием данной нормы, указывая и мотивируя тем, что наш закон нарушает Закон о защите прав предпринимателей и Закон о защите конкуренции. На сегодняшний день, законность нашего закона подтверждена как Забайкальским краевым судом, так и апелляционной инстанцией», – уточнила Юлия Жирякова.

Также она добавила, что из решения суда следует, что законодатели действовали в

рамках своих полномочий, и все, что они преследовали, было рассчитано на защиту жителей Забайкалья от влияния алкоголя.

«Защита здоровья граждан для нас, как законодательной, так и для всех органов исполнительной власти является приоритетной. И все нормы закона, которые мы принимаем в данной части, они направлены исключительно на это», – подчеркнула Юлия Жирякова.

Напомним, с 1 сентября 2025 года вступили в силу законы, направленные на борьбу с алкоголизацией населения. В частности, ограничено время продажи алкоголя в объектах торговли ежедневно с 12.00 до 22.00. Также с 1 марта этого года в Забайкалье начали действовать ограничения по времени продажи алкогольной продукции в объектах общепита – с 23 часов вечера до 12 часов следующего дня.

Как ранее сообщал глава региона Александр Осипов, из-за антиалкогольных законов число алкомаркетов в Чите сократилось вдвое: с 770 до 380. При этом, на месте закрывшихся начали открываться продуктовые магазины, офисы, студии и спортивные секции.

Информация с сайта Правительства Забайкальского края

Энергетический аспект Трезвеннического движения

Вопрос возник в год 40-летия Указа Горбачёва.

Факт первый: Трезвенническое движение (ТД) выжило в жутких условиях перестроечного погрома. Факт второй: ТД получило официальное признание Государственной власти. Факт третий: людские потери от алкоголя за последние 20 лет снизилась с 700 000 до 500 000 в год. Доля населения, живущего в трезвости, стабилизировалась в районе 30%. Снижение потребления алкоголя подтвердило правильность политики отрезвления. Тем не менее, определённая стагнация показателей жизни побуждает рассмотреть энергетическую составляющую процесса отрезвления Российского общества.

Первоначально в пору призыва «к борьбе за трезвость» (1981) ожидалось, что энергию трезвости сполна обеспечит неотразимая правда об алкоголе. Но этого не произошло по причине того, что правду горячо приняли только высоко социально ответственные граждане, а их оказалось всего 5%. И категорический отказ этих товарищей от алкоголя показал не силу и энергию правды, а особенности альтруистической организации человека. И это согласовалось с утверждением Геннадия Шичко о том, что даже безупречная по силе аргументация против алкоголя даёт лишь штучные результаты.

Следующая мысль: трезвость сильна энергией ЕЕ проводника – проповедника и агитатора. В этом же случае мешает результату редкость наличия харизмы и выдающегося таланта агитатора у проводников трезвости в жизнь. А если шире, то неготовность отдавать за трезвость свою жизнь. Именно поэтому неправильно считать трезвенников фанатиками и сектантами.

Что подтверждает вышеизложенное? А то, что по разной причине просто трезво живущие не детонируют трезвость ни у родных, ни у близких по отношению к себе людей. Сила примера практически не регистрируется. В то время, как алкоголь забирает массы, как по разнорядке, в свои липкие сети. Люди, привыкшие жить с алкоголем, даже не представляют, как можно обойтись без

этого коварного «помощника».

А ведь вырубивать обществу на трезвость просто необходимо. В противном случае пьющее общество вырождается по закону трёх поколений. И где прикажете брать ЭНЕРГИЮ? Сохраняется возможность пополнить таковой ресурс за счёт увеличения числа альтруистов, пока не получивших знание правды об алкоголе. Федеральные каналы СМИ закрыты, а региональные недостаточно авторитетны. Но пока не иссяк авторитет федеральных СМИ, надо нам успеть ими воспользоваться, для чего выбить к ним доступ ТД.

Вот нужна же для этого энергия, а где она? Число сознательно трезвых ограничено 5% альтруистов, и поэтому крайне необходима достаточная накопленность чувства долга и ответственности перед своими соотечественниками, потребляющими алкоголь. Нужен рост не в ЗНАНИИ, а в ЧУВСТВЕ. А это тот самый высший пилотажа на сегодняшний день. Ищем и обрящем!?

Есть опять же мысль о союзе ТД с другими общественными движениями, которым мы (наше ТД) симпатично. Вдруг где-то что-то окажется новенькое, что позволит раздвинуть границы наших общих надежд? Менее вероятно, что ДРУГИЕ ОО передадут свою накопленность нашему ТД «по прямому проводу».

Следующая, но наверное не последняя, ИДЕЯ состоит в том, чтобы малую энергию отдельных соратников и обществ фокусировать на одном, но крайне важном, вопросе. К этому близка задача поиска главного звена ЦЕПИ.

Из трёх десятков факторов поддержки потребления алкоголя в России выбираем один и все силы сосредотачиваем на одном вопросе. Например, на возвращении к ГОСТу-72 на этиловый спирт. Солидность, а значит и энергию, нашим требованиям должны придавать лексически безупречные тексты без излишней патетики. И достаточное их количество в нужные инстанции.

Лев Сергеевич Козленко, ветеран ТД СССР-России, канд. мед. наук.



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
« 28 » апреля 2026 г

Законодательное собрание
Забайкальского края
Правительство
Забайкальского края

Уважаемые депутаты Забайкальского края!
Уважаемые руководители Забайкальского края!

От имени Общероссийской общественной организации Союз борьбы за народную трезвость (СБНТ) выражаю вам благодарность за принятие региональных антиалкогольных законов, направленных на защиту здоровья и жизни жителей Забайкальского края, а также поздравляю вас с успешным завершением судебного процесса, подтвердившего, что нормы регионального закона, которые установили ограничения для продажи алкоголя во встроенных помещениях в жилых домах, законны.

Первый зам председателя СБНТ

п/п

Г.И. Тарханов

Выход из демографического кризиса: вопрос национальной безопасности

Всё чаще в СМИ и прессе от учёных, депутатов, духовенства и от самого президента звучат обеспокоенные слова о демографическом кризисе, который в настоящее время настиг Россию. Демографическое развитие России в XX веке было глубоко травмировано катастрофическими историческими событиями.

Основные факторы демографических потерь:

- Первая мировая и гражданская войны (1914–1922): миллионные потери, разрушение социальной инфраструктуры, голод и коллективизация.

- Великая Отечественная война (1941–1945): самая страшная катастрофа, унесшая жизни более 27 миллионов человек.

- Распад СССР и кризис 1990-х: экономический шок, резкое падение уровня жизни, социальная нестабильность. В 1992 году впервые в мирное время начался процесс депопуляции (убыли населения, когда смертность превышает рождаемость). Профессор В.В. Локосов на заседании РАН отмечал, что безвозвратные демографические потери России за последние 100 лет составили порядка 140 миллионов человек.



Кривая смертности пересекла кривую рождаемости именно в 1992 году, после чего началось устойчивое вымирание народа на протяжении нескольких десятилетий. Что происходило в это время, когда послевоенная Россия строила социализм: войны и голод миновали, наступила стабильность, а кривая рождаемости падала? А разгадка в том, что в 1953 году Никита Хрущёв, придя к власти, разрешил аборт. Было время, когда число аборт в России поднялось до немислимых величин. В середине 1960-х годов их число достигало 5,5-5,6 миллиона, почти три из четырех зачатий заканчивались аборт. СССР занимал одно из первых мест в мире по числу сделанных аборт на число рождённых детей. На 100 родов в 90-е приходилось 250 аборт. Всего же с 1957 по 2018 год по данным демографов было сделано 208 млн. аборт. Добавьте это к данным профессора Локосова – 140 млн. потери от войн, голода, репрессий, коллективизации и раскулачивания. И мы получим 350 млн. – это жертвы исторических событий XX века. Только вдумайтесь, если бы они все были живы, сейчас в России проживало бы полмиллиона человек!

А между прочим, по подсчётам Д.И. Менделеева, в 1950 году в стране должно было проживать 282,7 млн. человек, а в 2000 году – население России должно было достичь 594,3 миллиона.

Столь колоссальные цифры сейчас вызывают скептицизм у многих людей, мол, ошибся химик в подсчётах демографии. Хотя для своего времени Менделеев был видным демографом. Например, его прогноз для Америки сбывался, он подсчитал, что к середине XX века население США достигнет почти 180 млн. человек, и действительно в 1959 году в США проживало 179 млн. человек. В Соединенных Штатах не было войн и революций, которые обрушились на Россию в первой половине XX века.

А вот прогноз ООН. При современных тенденциях смертности и рождаемости в России к 2050 году останется 116 млн. человек.

Есть в США такой демограф – Николас Эберштадт. Учёный исследует мировые демографические проблемы. В частности, за его авторством в США вышла книга «Демографический кризис России

в мирное время». В книге указывается на критические и необратимые проблемы с демографией, которые влекут за собой изменение положения России на мировой арене и даже изменение географических границ. «Пути назад нет. Вряд ли Россия будет спасена или спасет себя сама от такого истощения человеческого капитала, которое сделает её неконкурентоспособной или даже нежизнеспособной», – утверждает он.

И ещё одна его цитата: «...В ближайшее десятилетие в России, скорее всего, произойдет резкое снижение численности молодежи. За период с 1975 по 2000 гг. число молодых людей в возрасте от 15 до 24 лет составляло от 10 до 13 млн человек. По подсчетам ООН к 2025 году в России останется не более 6 млн молодых людей этой возрастной категории. Кроме очевидного влияния депопуляции на военную мощь, налицо также очевидное воздействие на социально-экономические показатели».

Россия не первая цивилизация, медленно вымирающая под воздействием алкоголя и прочих ядов на генетику и интеллект населения. Демографическая проблема была одной из самых острых и в Византии. Византийская империя была одной из мощнейших и богатейших империй в те времена, когда Западная Европа и Русь находилась на уровне формирования государственности. История Византийской империи насчитывает более 1000 лет, её наука, культура подарили миру основы юриспруденции, систему образования и университетов, базовые принципы дипломатии. В Византии было около 1000 городов – почти столько же, сколько в современной России. В период расцвета Византии на её территории проживало 50–65 миллионов человек. Перед падением осталось 5 млн. На демографические процессы влияли войны, завоевания, эпидемии. Всё очень похоже с ситуацией в современной России, тем более, что демографические проблемы были в том числе и в том, что граждане Византийской империи не хотели заводить большие семьи.

Русь при крещении во времена святого равноапостольного князя Владимира стала духовной преемницей Православия, наследницей духовной мудрости, но, кажется, и многих проблем Византийской империи.

Сейчас работают меры поддержки рождаемости во многих государствах Европы. При этом коэффициенты рождаемости остаются и в Европе, и в России довольно низкими, не обеспечивающими восполнение населения.

Поддержка рождаемости в России.

Материнский капитал на первого ребёнка 728 921 рубля, и на второго – 236 983 рубля, в сумме 974 189 рублей.

Единое пособие положено семьям, в которых доход на одного человека меньше одного прожиточного минимума, установленного в регионе.

Семейная налоговая выплата введена с 2026 года. Это возврат части уплаченного НДФЛ для работающих родителей двоих и более детей. Налог пересчитывается по ставке 6% вместо 13%.

Единовременное пособие при рождении ребёнка. В 2026 году его размер составляет около 27 000 рублей.

Пособие по уходу за ребёнком до 1,5 лет. Для неработающих родителей фиксированный размер, для работающих – 40% от среднего заработка за последние два года.

Но дело в том, что при оценке их эффективности может выясниться две интересные особенности. Во-первых, большинство пособий получают маргинальные семьи, в которых доходы родителей ниже прожиточного минимума. Это либо семьи мигрантов, у которых нет «белой зарплаты», зато они с большой охотой оформляют пособия и живут на них. Либо русские иждивенцы из городов, кто не хочет работать и им удобнее жить за счёт спонсирования от государства, либо деревенские семьи, где работы просто нет. Поэтому в головах наших сограждан твёрдо укоренился стереотип, что много-

детная семья – это маргиналы. Во-вторых, если провести анализ эффективности влияния выплат на рост рождаемости, то он будет не существенный, а вот влияние на бюджет – существенное.

Так что может изменить ситуацию, решить демографические проблемы, которые десятилетиями не могут решить развитые страны, у которых с достатком и уровнем благосостояния всё даже лучше, чем в России? Что поможет не допустить падение рождаемости и предотвратить падение России, которое произошло с Византией и которое ожидают по всем прогнозам ООН и западные аналитики?

Необходима разработка комплекса мер.

В первую очередь необходимо изменение принципов материального стимулирования. Необходима отмена выплат мигрантам на детей, потому что происходит активное замещение русских детей на детей мигрантов и возрастает, в том числе, нагрузка на бюджет, ведь и лечат, и учат их за счёт бюджета. Помимо выплат малоимущим необходимо ввести прогрессивную шкалу выплат многодетным семьям, без учёта их нуждаемости, зато с учётом их вклада в детей. Например, если дети учатся на средний балл 4,5 – повышение выплат на 10%, если медалисты и победители олимпиад – повышение на 20%, если занимаются в спортивной секции или учатся в музыкальной, художественной школе – на 10%. Ведь очень многие секции платные, а даже в бюджетных домах культуры и спортивных секциях, чтобы собрать ребёнка, необходимы немалые средства. Если родители имеют высшее образование – предлагается тоже вводить повышение коэффициента, это будет стимулировать молодёжь получать высшее образование, а получив его, не только строить карьеру, но и заводить многодетные семьи и достойно воспитывать детей, опять же занимаясь их образованием. И можно придумать ещё много стимулирующих активность и образование критериев, например, общественная деятельность родителей и детей.

Должен меняться престиж многодетных семей с уровня «это не модно», «так получилось случайно», «сложно поднять детей», «дети многодетных преобладают сами себе» на уровень – «многодетная семья – это престижная, активная, спортивная, творческая, постоянно развивающаяся ячейка общества, патриотичная, занимающаяся культурой и воспитанием будущих граждан России».

Действительно, через престиж многодетности необходимо сдвинуть глубинные структуры психики современной женщины, в данный момент заинтересованной в своём комфорте, карьере и потреблении. Сегодня у образованной городской женщины «в голове» один-два ребёнка, больше она не родит при любом экономическом стимулировании. Ей тяжело отрываться от работы в офисе, потому что декретный отпуск – это потеря времени и довольно сложный с трудовой точки зрения этап, когда офис и привычное переключивание бумажек заменяет дом, быт и множество домашних дел с младенцем на руках, плач которого переносится плохо, ответственность за него глобальная, а степень оценки обществом – нулевая. Поэтому стали давно популярны частные детские сады и ясли с 1,5 лет, когда полтора года можно вытерпеть, а потом рвануть на работу и забыть декрет как страшный сон. Но что если представить себе декрет в 10-15 лет? Это ведь крах любой карьеры. Любкой – кроме карьеры многодетной мамы, где многодетность – и есть её карьера. Да, сейчас это звучит не модно и странно, хотя автор знает о чём пишет, пройдя этот этап декретного отпуска в 12 лет и ещё 3 года декрета в ближайшем будущем. Необходимо показать, что женщине-маме будет интереснее развиваться дома, без авралов на работе, когда её карьера и доход будет повышаться с каждым рождённым ребёнком, когда приобретённые навыки и знания помогут развиваться ей и детям, будут служить на пользу семье и окружающим. Вот у неё были малыши, а через пять лет уже школьники-медалисты, ученики

спортивных секций и музыкальных школ, а её карьера продолжается с новыми малышами.

Надо сделать так, чтобы каждая женщина захотела стать многодетной мамой, чтобы это было также желанно, как отдых на Мальдивах, кольцо с бриллиантом (ну это материальные ценности) или, например, как карьера управляющей отделением банка. Однако, если на ТВ вещать в пользу материнства и младенчества, воспевать семейные радости, но при этом нажимать кнопки можно будет перейти на другой канал, где будут рассказывать об успехах бездетных блогеров, красиво путешествующих чайлд-фри – в этом случае ничего не получится. Любая женская конторская работа легче домашней. Даже работа повара, уборщицы, парикмахера, посудомойки, учителя, репетитора, няни, врача, швеи, фотографа легче работы мамой, потому что мама выполняет или может выполнять все вышеперечисленные функции в процессе ухода и воспитания, добавляя к функциям всегда любовь и заботу.

Значит, менять женскую психологию придётся весьма радикально. Женщина должна считать замужество и материнство главным делом жизни. А для этого как раз и требуется разработка комплекса мер нематериального уровня. Например, внедрение на телевидение престижности многодетности, приглашение многодетных мам на телевидение, создание телепрограмм о многодетности.

Что необходимо понимать нашим властям? Для решения демографической проблемы ставку нужно делать именно на «профессиональных» многодетных, у которых 4-5-8-10 детей, чтобы все хотели быть как они. Конечно, пока это звучит мифически. Следует упорно формировать в сознании молодёжи связь многодетности и успешности. Богатые и знаменитые – это многодетные. Их надо находить (они есть!) и продвигать в качестве ролевой модели. Нужно дать симпатичный, привлекательный образ многодетной мамы, и не один, а чтобы он был перед глазами постоянно. Взрослых уже не переделаешь, а если начать с молодёжи – это перспективно с точки зрения принятия ценностей этой категорией граждан.

Необходимо понять: если во всем нашем народе решительно не изменится отношение к рождению детей, если не будут предприняты и разработаны эти или подобные меры в поддержку престижа многодетности и в ближайшее время каждая семья не будет иметь хотя бы по 3-4 ребенка, то согласно простому анализу и прогнозам ООН, население нашей страны настолько сократится, что будет не в состоянии использовать и охранять всю её огромную территорию. Следовательно, страна будет захвачена без всякого кровопролития, без всякой войны, только лишь за счёт иммиграции, другими более многочисленными и деятельными народами. Нарушение естественного цикла воспроизводства народонаселения приводит к тяжёлым катаклизмам и катастрофам.

Семья Метелёвых



Здесь я не говорю о необходимости ликвидации алкогольной сверхсмертности, которая также тяжким образом влияет на демографию – это всем нам известно и совершенно необходимо. Но об этом наше трезвенническое движение много раз писало, говорило, делало и делает, чтобы искоренить пьянство в России и привести страну к трезвости.

Мария Метелёва, член КС СБНТ, многодетная мама, г. Новосибирск, skorpirona@mail.ru

ПРЕЗЕНТАЦИЯ для ВЫСТУПЛЕНИЯ перед старшкласниками и студентами здесь: <https://lyl.su/f5J5>.

В последнее время всё чаще стали проявляться противоречия между представителями Союза утверждения и сохранения трезвости (УСТ) и других трезвеннических организаций. Дело порой доходит до публичных обвинений и даже оскорблений.

В чём суть и причина этих разногласий? И, главное, как их устранить? Эти разногласия возникли, конечно, не вчера. Еще с середины 2000-х годов, когда А.А. Зверев и его соратники вышли из СБНТ и «Оптималиста», и образовали этот самый УСТ. Но как-то многие годы продолжали существовать параллельно, не касаясь друг друга. А в последние 2-3 года эти противоречия обострились со старыми трезвенническими организациями, и особенно – с Общероссийской ОО «Общее дело». УСТ обвиняют и в захвате клубов трезвости, в препятствии работать на той или иной территории, и в перевербовке соратников других организаций в свою. Но главные обвинения состоят в том, что УСТ ведет трезвенническую деятельность не на той идеологической основе, какая была заложена Ф.Г. Угловым, Г.А. Шичко и принята остальным трезвенническим движением. Де факто такая позиция УСТ работает на алкогольный бизнес. Не удивительно, что у соратников возникают подозрения, уж не подкармливает ли он устоцев.

В чём же суть этих противоречий?

Так, УСТ отказывается не только от слова «борьба», но и от борьбы за трезвость в своей деятельности, заменив её понятием «утверждение и сохранение трезвости». Не понимать же, что добиться утверждения трезвости одним только просвещением, по меньшей мере, неразумно. С одной стороны ясно, что алкогольный бизнес, алкогольная мафия, как мы его называем, добровольно от своих сверхприбылей отказываться не будет. Без мер принуждения и ограничений не обойтись. Обуздать аппетиты алкогольного

Вопросы требуют ответа

капитала можно только в упорной борьбе. Без решительных ограничительных мер отрезвление общества невозможно. И в этом второе принципиальное противоречие с УСТ.

Непринятие ограничительных мер. По мнению УСТ они могут вводиться только после создания необходимых условий: наличие социального заказа и социальной базы. Причем, как и когда полностью созреют эти условия, не говорится. Надо понимать, что в алкогольно-табачной войне с капиталом одними уговорами не обойтись. Нужна и борьба, нужны и ограничения.

При этом, как ни странно, рекламируемая УСТ Программа утверждения и сохранения Трезвости включает и жёсткие ограничительные меры (вынос торговли алкоголем за поселения, сокращение времени продажи, закрытие магазинов).

В отрезвлении общества хорошо зарекомендовала себя выработанная мировой общественной практикой система пресса: СОЗНАТЕЛЬНЫЙ ОТКАЗ + ЗАПРЕТ. И это – одновременно процессы, которые на нашей памяти происходили в Чеченской Республике, происходят в последние десятилетия в Якутии, сделаны первые решительные шаги на Вологодчине.

«Дело не в веществе», – это ещё один постулат УСТ, являющийся принципиальным противоречием. Это опровергается всей предшествующей теорией и практикой. Например, доктор медицинских наук Анатолий Михайлович Карпов, описывая алгоритм возникновения зависимости для всех типов и видов интоксикантов, признаёт зависимость болезнью, но при этом утверждает, что «болезнь не начнётся, если не будет приобщения к веществу». Современная наука (аддиктология, нейробиология) рассматривает

формирование зависимости как результат взаимодействия **трех факторов: агента** (вещества с его фармакологическими свойствами), **индивида** (генетическая предрасположенность, психотип) и **среды** (социальный и информационный контекст). Абсолютизация только одного фактора (в данном случае – информации) является упрощением, а значит – не даёт стойкого результата.

Отождествление теорий Г.А. Шичко и Х.О. Фекьяера УСТ также является ошибочным, потому что есть принципиальные различия. Геннадий Андреевич хорошо понимал химическую природу алкоголя и табака, поэтому выделял этапы «привычка» и «потребность», то есть психической и физической зависимости, но первопричину видел в психологической запрограммированности. Фекьяер же, утверждал, что дело только в ложных истолкованиях химических эффектов от веществ.

Из-за спорного толкования вышеназванных понятий имеют место и другие заблуждения, которые УСТ пропагандирует в своих лекциях, навешивая ярлыки типа: антиалкогольная кампания 1985-1987 гг. и нынешние ограничения в Вологодской области являются «провокацией», игнорируя имеющиеся исследования по результатам этого опыта отрезвления общества (Л. Овруцкий, А.А. Немцов, В.Г. Жданов, Ю.А. Разводовский, Н.А. Гринченко, С.В. Королев, А.В. Жиряков и др.). Очевидно, что Зверев оценивает эти меры исключительно с точки зрения своей теории, а не статистики потребления и других положительных результатов.

Мной и Н.А. Гринченко предпринимались попытки показать Звереву несостоятельность этих положений УСТ, являющихся противоречиями в трезвен-

ническом движении, приводящими к фактическому его расколу. Попытка убедить его пересмотреть их и привести к единому пониманию целей и задач трезвеннического движения и, главное – к согласованным действиям в трезвеннической деятельности. К сожалению, эти попытки остались безрезультатными. Александр Александрович под разными теоретическими рассуждениями уклонялся от прямых ответов на наши вопросы и предложения. В конце концов, Натальей Александровной были поставлены перед лидером УСТ такие вопросы:

1. Почему Вы считаете антиалкогольную кампанию «провокацией» и публично говорите об этом?

2. Почему провокацией для Вас является и попытка Вологодского губернатора отрезать регион? Есть данные, которые свидетельствуют, что потребление алкоголя там снизилось.

3. Почему ограничительные меры в Якутии у Вас возражений и критики не вызывают, а в Вологодской области это – «провокация»?

4. И по понятию «доступность алкоголя». Что понимаете под доступностью Вы, если не считаете её одной из причин приобщения к алкоголю?

В документах ВОЗ и многих других под «доступностью» понимают ограничения: 1) по местам и времени продаж; 2) по возрасту; 3) по роду занятий; 4) по половому признаку; 5) по состоянию здоровья и т.д.

Я же в конце нашей переписки по этим вопросам предложил Звереву в качестве первых шагов для устранения напряжённости и прекращения вражды:

- удалить из интернета запись по ссылке https://vkvideo.ru/video-58409277_456239201 (с пропагандой своих воззрений и

злой критикой антиалкогольной кампании 1985-87 гг., Вологодских ограничительных мер);
- удалить из интернета другие записи подобного содержания;
- провести научный совет внутри своей организации с целью приведения понятий «алкоголь» и «ограничение доступности» к научному пониманию и использование их в таком качестве в дальнейшей своей просветительской деятельности.

При этом я миролюбиво согласался, что «Борьба за народную трезвость» и «Утверждение и сохранение трезвости» – суть – одно и то же, по-разному названное: установление или восстановление в обществе трезвости. Так что – утверждайте, а мы будем продолжать бороться. Главное, не мешать друг другу и, прежде всего, не поливать друг друга грязью, не оскорблять, не унижать. А если получился, то в чём-то и сотрудничать.

Одновременно я советовал Звереву довести мои предложения В.А. Пономареву, как авторитетному деятелю в их движении, с целью совместно выработать свои меры для нормализации отношений, или принять мои предложения.

Это минимальные условия для того, чтобы, пусть не сотрудничать, но хотя бы мирно существовать. С тех пор прошло уже больше трех месяцев. Ни убедительных ответов на вопросы Гринченко, ни на мои предложения не последовало. Потому я выношу это предложение в общественное пространство. А именно. Предлагаю УСТ провести научный совет внутри своей организации с целью приведения понятий «алкоголь» и «ограничение доступности» к научному пониманию и использовать их в таком качестве в дальнейшей своей просветительской деятельности.

Г.И. Тарханов,
первый зам. председателя
СБНТ

Не соглашаться на перемирие

На днях мы с соратниками очередной раз посетили чиновников, которые курируют вопросы алкогольной политики в регионе. То есть, от их одобрения тех или иных инициативных предложений трезвенников зависит решение и законодательных органов, и документ, который ляжет на стол Губернатора, чтобы тот, одним росчерком пера, соизволил поддержать «народ».

Но речь ни про нас «хороших», а про целесообразность подобных визитов. Здесь мнения разные, но что мне стало понятно, так это разнонаправленность инициатив, исходящая от ходока-просителя. Чтобы такого разномыслия не было впредь, осенью прошлого года поступало предложение провести рабочие онлайн-встречи для согласования единой риторики при беседе участника Пятого трезвенного движения с чиновником, в каком бы регионе она не проходила. Важно, чтобы трезвенная информация, наработки были однотипными, а требования общественников одинаковыми для всех чиновников и глав регионов: республик, краёв, областей и пр. К сожалению, встреча не состоялась, думается от того, что чрезвычайное количество советчиков-указчиков, спешащих поправить, исправить, отредактировать дату, высказывание лидера. Это беда! Но привычная, а значит, не страшная.

Та же ситуация в целом по

стране. Есть Первое Лицо (государства, региона, города, муниципалитета, коллектива, семьи и т.д.), которое поставило задачу, например, демография. Но это, как бы поставило. На самом деле вскоре выяснится, что Оно не так было осведомлено, поэтому «лица» рангом ниже спешат внести свои поправки. Аналогичная ситуация со здравоохранением, а про трезвость лучше промолчать, потому что каждый, кто хотя бы раз испил алкогольного соблазна – уже готов рассуждать про трезвость. Особенности специалисты тут алкоголики во власти: вот кто лучше всех может обучить любого трезвой жизни. Как показывает личный опыт и многолетние наблюдения, к таким мерзавцам лучше вообще не ходить и писем им не писать, обращений не посылать, так как они их, да и ходоков, просто отфутболят. Между собой они называют себя «командой футболистов», в чьи задачи входит отфутболить всякого просящего.

Таким образом, мы понимаем систему управления: «говорящая голова» – царь, генеральный секретарь, президент, глава; «государство» – те самые футболисты, система защиты и нападения; «население» – ходоки-просители, вечно не довольные нищоброды. Задача «головы» – говорить приятные речи; задача «населения» – внимать и соответствовать; задача «госу-

дарства» – делать всё наоборот и отфутболить «буйных».

А ещё я понял, что кроме политического НЛП, власть находится в истерике. Дело в том, что советские алкоголики-стажисты почти все на погосте, алкоголики-наркоманы «девяностых-нулевых» – обнулены туда же, а современные «детки – метр сорок» предпочитают компьютер, спорт, лимонад. Поэтому «государство» пытается договориться с «трезвыми», растянуть во времени, на десятилетия отрезвление общества, введение сухого закона, надеясь за это время и этих внуков-алкоголиков превратить в алкогольных наркоманов.

А что делать нам? – Ни в коем случае не соглашаться на перемирие, не принимать их условия и аргументы, а требовать незамедлительного введения сухого закона! Опыт автономных республик РФ – Чечня, Саха-Якутия, Тыва, – Вологодской области и других регионов показывает, что это возможно.

Соратники! Мы не футболисты. Мы – трезвенники: участники Пятого трезвенного движения, которому в этом году исполняется 45 лет! Наши совместные усилия дали благие результаты: народ трезвеет! Нельзя нам подвести наш народ и менять курс. Нише дело правое – победа будет за нами!

Сергей Сергеевич Аникин,
председатель КРОД
«Трезвая Сибирь»

Трагедия, которую не замечаем

500 000 человек в год: трагедия, которую мы не замечаем. Сравним, сколько людей погибает в войнах и сколько – из за «добровольного» употребления алкоголя «для веселья и расслабления».

Жертвы вооружённых конфликтов:

Югославия (1999 г.) – 4 000 человек;

Афганистан (2001 г.) – 111 000 человек;

Ирак (2003 г.) – 223 000 человек;

Ливия (с 2011 г.) – 40 000 человек;

Сирия (2011 г.) – 300 000 человек;

Йемен (поддержка гражданской войны, 2014 г.) – 20 000 человек.

А теперь – цифры по России: от последствий употребления алкоголя преждевременно умирает до 500 000 человек в год;

от курения – около 350 000 человек;

от нелегальных наркотиков – 120 000 человек.

Это настоящая война – тихая, но куда более масштабная.

Вспомните историю: Трагедию индейцев в США; Опиумные войны в Китае.

Кузбасс в доковидное время 2010-2019 год терял 15 000 человек в год. Это разница

между рождаемостью (25 000) и смертностью (40 000) – так называемые алкоголь-ассоциированные смерти. Это пьяные ДТП, несчастные случаи, утопления, суицид, убийства и т.д. Без учёта миграции.

Но интересно и то, что в 2024 году из Кузбасса уехало 44000 человек, а приехало 42000, уехавшие замещаются и основная масса приезжих – из средней Азии, мусульмане. Меняется этнический состав! Происходит замена коренного населения. И это практически по всем христианским регионам.

Сегодня наш враг не извне – он в привычках, которые мы считаем «нормальными».

Алена Столичная,
«Трезвый Кузбасс»



ТРЕЗВОСТЬ – НОРМА ЖИЗНИ

В этой статье мы постарались системно и коротко изложить самые веские аргументы в пользу того, чтобы отказаться от употребления любых спиртных изделий и вести трезвый образ жизни, естественный для человека. Не спешите покидать страницу, думая о том, что «мы все это проходили, и зачем нам это надо». Если даже вы сами уверены, что не готовы отказаться от алкоголя, то вам все равно пригодится эта информация для того, чтобы эффективно объяснять своим детям, чем опасно пиво, вино, водка или любой другой алкоголь.

Информация разбита на три тематических раздела:

– физиологический аспект (чем вреден алкоголь для нашего здоровья?);

– психологический аспект (развенчание мифов об алкоголе);

– управленческий аспект (алкоголь, как средство управления людьми).

1. Физиологический аспект.

Любой алкоголь содержит этиловый спирт. В пиве его 5 процентов, в водке 40 процентов, в вине – 9. Спирт умеет хорошо растворять жир. Вспомните, как вы брызгаете одеколоном или протираете водкой то место, которое надо обезжирить, выполняя какие-то работы по хозяйству. Попадая в организм человека, спирт своих физических качеств не утрачивает, сохраняя способность растворять жир. Всасываясь через стенки желудка, спирт попадает в кровь.

Переносом кислорода в крови занимаются эритроциты (маленькие тельца, покрытые жировой оболочкой, которая имеет отрицательный заряд). За счет одинакового отрицательного заряда эритроциты, передвигаясь по сосудам, не слипаются, а наоборот отталкиваются друг от друга. При этом размер одного эритроцита соответствует размеру самого маленького сосуда в человеческом организме – это создано для того, чтобы эти тельца могли доставлять кислород ко всем клеткам.

Когда в кровь человека попадает алкоголь, то он расщепляет жировую оболочку эритроцитов, и потеряв свой отрицательный заряд, они начинают слипаться друг с другом, образуя так называемые «виноградные грозди» (большие комки из слипшихся эритроцитов), которые начинают путешествовать по нашему организму. Чем больше выпито, тем больше спирта попадает в кровь, и тем больше таких сгустков начинает путешествовать по нашим сосудам.

Естественно, рано или поздно эти «виноградные грозди», которые могут состоять из 1000 и более эритроцитов, попадают в сосуды, толщина которых меньше диаметра слипшегося комка. В результате эти грозди закупоривают сосуды, и к

клеткам организма перестает поступать кислород, из-за чего они начинают умирать. Больше всего тонких сосудов в организме человека находится в его внутренних органах, особенно в мозге. Именно на примере мозга мы и рассмотрим этот процесс более подробно.

Клетки мозга называются нейронами, в них сохраняется наша память. Нейроны выстраиваются в длинные последовательные цепочки, обрабатывают всю информацию, с которой сталкивается человек. Когда «виноградные грозди», образовавшиеся в результате употребления алкоголя, вместе с кровью попадают в мозг человека, то они начинают закупоривать тонкие сосуды, ограничивая поступление кислорода к нейронам. Нейроны от недостатка кислорода начинают погибать, а вместе с ними погибают и целые нейронные цепочки (в которых записана наша память). Именно этот процесс и объясняет всем известные потери памяти после употребления алкоголя. Употребляешь алкоголь вечером – с утра не помнишь вчерашние события, уходишь в запой на несколько дней – забываешь, что было месяц назад и т.д.

Часть закупоренных сосудов не выдерживают давления крови и лопаются. Это хорошо заметно по красным глазам (одно из самых пагубных воздействий алкоголь оказывает именно на зрение) или красному носу на следующий день. Этот процесс происходит и при умеренном потреблении спиртных напитков – отличие только в серьезности последствий.

Далее картина разворачивается не менее интересно (если здесь, конечно, уместно это слово): из-за того, что в черепной коробке поддерживается температура 36,6 градусов, спустя некоторое время, умершие клетки начинают гнить. Организм через спинной мозг закачивает в голову большое количество жидкости с целью промыть мозг и удалить умершие клетки, в результате возникает отек мозга. На практике это проявляется в том, что на утро вы просыпаетесь с «опухшей головой» и вам очень хочется пить, т.к. организм пытается компенсировать расходы жидкости. После чего вы идете в уборную и все умершие клетки выходят естественным путем. Известная фраза: «тот, кто употребляет алкоголь на следующее утро писает своими мозгами» – это, к сожалению, не ёмкая метафора, а прямое описание того процесса, который происходит в организме человека, употребляющего спиртное.

Похожие процессы происходят и во всех остальных органах человека, подрывая его здоровье, иммунитет и приводя к регуляр-

ным болезням. При этом, даже если пить «умеренно», а это целенаправленно навязываемый обществу образ жизни, то описанные процессы все равно будут протекать в организме человека, нанося вред его здоровью.

2. Психологический аспект.

Кроме всем известного факта, что алкоголь не решает ни одной проблемы, а только откладывает их, превращая в «снежный ком», хотелось бы рассказать следующее:

Любой человек, употребляющий алкоголь, думает, что это – его осознанный выбор. Многие считают, что это их личное здоровье и они вправе поступать с ним, как им захочется (в том числе и разрушить его). Но мы все живем не на необитаемом острове, каждое наше действие служит примером для детей и влияет на окружающих. Поэтому каждый из нас несет ответственность не только за себя и свое здоровье, но и за окружающих.

Чтобы было понятно, о чем речь а также, чтобы развеять миф о «свободном выборе взрослого человека», приведём наглядный эксперимент, который неоднократно проводился в обычных детских группах (3-5 лет) с практически одинаковым результатом:

Группе детей предлагают поиграть в «Праздник», однако ставят условие, что руководить ими не будут, отдавая инициативу в их руки. Т.е. детям предлагают по-сути изобразить то, как они представляют себе праздник. Стандартная реакция группы следующая: детки сдвигают столики вместе, приставляют к ним свои стулья, рассаживаются, ставят перед собой по кубику, а посередине стола расставляют кегли. После чего обычно самый активный ребенок встает и начинает говорить нечто наподобие тоста, потом все вместе «чокаются» своими кубиками.

Этот эксперимент наглядно показывает, что уже в 3-4 года выбор в пользу того, будет ли ребенок употреблять алкоголь, когда подрастёт, уже сделан. Иными словами, уже в этом возрасте в психику ребенка заложены поведенческие программы, которые с вероятностью 95 процентов приведут к однозначному выбору в пользу употребления спиртного. Каждый родитель, хоть иногда употребляющий алкоголь, должен прекрасно понимать, чья это заслуга и кто делает такой выбор за своего ребенка.

Поэтому не пытайтесь убеждать себя в своем сознательном выборе – решение употреблять спиртное было навязано вам системой, в которой вы воспитались и выросли. На выходе мы

получаем ситуацию, когда 100 процентов людей рождаются трезвенниками, а к окончанию школы 95 процентов выпускников употребляют спиртное, не заботясь о своем здоровье и о здоровье окружающих.

В том числе это и заслуга пропаганды, которая сознательно ставит людей перед ложным выбором – пить много или пить умеренно, тогда, как правильно было бы делать выбор между употреблением спиртных напитков или абсолютной трезвостью. Поверьте, чтобы привить нам идею «умеренного питания», тратятся огромные средства. Далеко за примером ходить не надо: известный сериал «Интерны», снятый полностью по западным лекалам. В одной двадцатиминутной серии положительные герои совершают 5-6 перекуров и обязательно устраивают одну-две пьянки. Так нами и управляют, навязывая модели поведения, но об этом далее... (В качестве эксперимента, попробуйте найти хотя бы один фильм без сцен с табаком или алкоголем).

При этом по отношению к девушкам вред употребления спиртных напитков еще выше. Это связано с функцией продолжения рода, которая возложена на женский организм. Если сперматозоиды мужчины, вносящие свой вклад в генетику будущего ребенка, обновляются раз в три месяца (поэтому мужчинам врачи рекомендуют отказаться от алкоголя хотя бы за три месяца до зачатия), то у женщин все обстоит иначе.

Запас яйцеклеток женщинам дается один раз на всю жизнь. И хотя они надежно защищены в яичниках, тем не менее, единственный яд, который может проникнуть сквозь оболочку яичников и повредить яйцеклетки, – это этиловый спирт. Поэтому, каждая женщина, которая употребляет алкоголь, подвергает большому риску здоровье своего будущего ребенка, по сути играя «в рулетку» в таком важном вопросе (повезет – попадет здоровая яйцеклетка, не повезет – сами понимаете). Но, дорогие девушки, если вы в первый раз сталкиваетесь с подобной информацией, то не отчаивайтесь – тем, кто принимает решение исправить как лучше, после того, как оповещен о своих ошибках, Бог обязательно поможет и защитит.

И напоследок – управленческий аспект:

Возникает закономерный вопрос, почему описанное выше не рассказывают в школах, почему об этом молчат телевизор и наши политики? Ответ, к сожалению, не в том, что об этом никто никогда не знал или это некая новая информация.

О влиянии алкоголя на организм человека было известно с древних времен. Тот факт, что об этом молчит наш зомбоящик не только в России, но и во многих других странах, показывает, что те группировки (олигархические кланы, структуры, ТНК, банковские конгломераты и т.д.), которые управляют тенденциями в нашей жизни, не заинтересованы в трезвости населения. Подумайте сами – человеку, который не пьет и не курит, придется платить пенсию до 90-100 лет. Совсем другое дело, когда в 55 лет – на пенсию, а в 60 – уже вперед ногами. Алкоголь – это эффективный инструмент управления людьми путем сокращения продолжительности их жизни и ограничения умственных способностей.

Чтобы было более наглядно и не быть голословными – посмотрите в интернете короткий видеоролик о том, как менялся ГОСТ на этиловый спирт в СССР и как с 1972 по 1993 год из него исчезла фраза «сильнодействующий наркотик, вызывающий паралич нервной системы».

Надеюсь, вы понимаете, что физиологические свойства спирта за 20 лет не поменялись, а подобные решения об изменении ГОСТа могли быть приняты только на самом верхнем уровне иерархии власти. И прошу не грешить только на СССР (или Россию) – во многих других странах ситуация ещё хуже.

Много приходилось беседовать на эти темы со знакомыми, друзьями, близкими – самый главный аргумент, который часто можно услышать в ответ: «алкоголь помогает расслабиться и снять стресс». Да, помогает, но опять же, не снимая стресс, а откладывая его на потом. Но есть тысячи других способов «расслабиться и снять стресс», которые не только не вредны, но и полезны для вашего здоровья, – провести время с семьей, позаниматься спортом, пообщаться с друзьями и многое другое. Безусловно, это требует больше усилий, чем отдохнуть вечером на диване перед зомбоящиком с кружкой пива, но кто сказал, что должно быть легко!

Ознакомившись с изложенным выше материалом, сложно взять и бросить пить на следующий день. Но указанная информация может подтолкнуть вас к дальнейшим поискам, которые со временем позволят разобраться в указанном вопросе достаточно подробно, чтобы сделать выбор в пользу трезвого образа жизни, для которого человек и рождается. От этого зависит здоровье и будущее наших детей (и нашей страны), а разве для Вас есть что-то более важное?

Тем, кто нашел время более подробно разобраться в проблеме алкоголя и табака, рекомендуем начать с видеолекции В. Фахреева «Уроки трезвости».

whatisgood.ru/alkogol/

Как внедрялся Сухой закон в российской империи

1. Предоставление местного права закрывать алкогольную торговлю. В преддверии Первой мировой войны императорским указом от 18 июля 1914 года местным органам самоуправления было предоставлено право по их усмотрению и под их ответственность закрывать алкогольную торговлю.

2. Запрет на изготовление и продажу алкоголя выше 16 градусов. Через месяц был введен запрет на изготовление и продажу алкоголя выше 16 градусов указом Совета Министров от 16 августа 1914 года. (Запрещалось изготовление и продажа любых напитков (крепких, а также крепленого вина) градусностью выше 16, а также изготовление и продажа пива крепче 3,7 градуса.)

3. Полный запрет на продажу ал-

коголя на время ведения войны. И уже через неделю введен полный запрет на продажу алкоголя до окончания войны указом от 22 августа 1914 года. (Николай II издал высочайшее повеление «О продлении воспрещения продажи спирта, вина и водочных изделий для местного потребления в империи до окончания военного времени»).

4. После введения полного запрета это решение предложили закрепить документом «Об утверждении на вечные времена в Российской империи трезвости».

Законопроект был внесен в Государственную Думу 1 августа 1915 года, он вводил полный запрет продажи алкоголя, за нарушение – тюрьма и ссылка, за появление где бы то ни было в нетрезвом виде – арест и тюремное заключение.

Законопроект подписали 82 члена Думы, но рассмотрен он так и не был.

5. В.И. Ленин продлил сухой закон, введенный царским правительством в 1914 году.

19 декабря 1919 года вышло постановление «О воспрещении на территории страны изготовления и продажи спирта, крепких напитков и не относящихся к напиткам спиртосодержащих веществ» за подписью председателя Совнаркома В. Ульянова (Ленина).

Документ запрещал продажу в питьевых целях и несанкционированное производство спирта и напитков крепостью свыше 1,5% (кроме виноградных вин крепостью до 12%, кумыса и кефира). Разрешалась продажа спирта, крепких напитков и спиртосодержащих веществ для технических

(врачебных, фармацевтических, химических, учебных и т. п.).

Документ предусматривал строгие меры: не менее 5 лет тюремного заключения за самовольное изготовление, хранение, продажу, передачу, распитие, появление в публичном месте в состоянии опьянения.

Но вскоре, после смерти В.И. Ленина (дата смерти 21 января 1924 года), 28 августа 1925 году отменили «сухой закон» в СССР. Но превысить показатель – 4,7 литров спирта на душу человека (который был до введения Сухого закона в Российской империи) Россия смогла только в первой трети 60-х годов.

Ольга Владимировна Баранова, председатель Рязанского РО СБНТ

Александр Горбатов - справедливый генерал



Генерал армии Александр Васильевич Горбатов (1891–1973): Герой Советского Союза (1945), командующий 3-й армией (1943–1945), командующий ВДВ (1950–1954). Горбатов, как и большинство выдающихся советских военачальников Великой Отечественной войны, родился в крестьянской семье, в молодости работал на обувной фабрике. В 1912 году был призван в армию, в гусары. С отличием воевал на фронтах Первой мировой войны. Смелый до дерзости, одновременно отважный разведчик и лихой кавалерист, за отличия был произведен в старшие унтер-офицеры и награжден

двумя Георгиевскими крестами. В Гражданскую войну – красный кавалерист. Комбриг. В 1938 году в ходе массовых репрессий в армии был арестован. Во время следствия в НКВД подвергся чудовищным пыткам, но виновным себя так и не признал. В своих мемуарах «Годы и войны» Александр Васильевич напишет:

Допросов с пристрастием было пять с промежутком двое-трое суток; иногда я возвращался в камеру на носилках. Затем дней двадцать мне давали дышать... когда началась третья серия допросов, как хотелось мне поскорее умереть!

А подпиши он признательные показания, всего этого не было бы! Но, с другой стороны, большинство военных, сознавших в мифических преступлениях, были расстреляны, а «контрреволюционер» Горбатов получил «всего» 15 лет колымских лагерей. Там бы и сгинул, наверно. Но – о чудо! – Лаврентий Берия, став главой НКВД, приказал пересмотреть многие дела, которые состряпал его предшественник Николай Ежов. В самый канун войны, в марте 1941 года, Горбатова освободили. Более того – восстановили в армии и

в партии.

Повоспоминаниям, Александр Васильевич был своенравным генералом. В декабре 1941 года во время боев под Харьковом он сильно поскакал с командующим Юго-Западным фронтом Кириллом Москаленко: тот настаивал на необходимости лобовых атак, а Горбатов, командовавший стрелковой дивизией, возражал, говорил, что подобные атаки неэффективны и грозят огромными потерями. Москаленко в ответ начал откровенно грубить, на что Горбатов заявил, что не потерпит такого отношения к себе. Подчиненный прилюдно отчитывает начальника. Каково? Оразговоре на повышенных тонах какой-то «доброхот» доложил Сталину. Верховный главнокомандующий отреагировал на это ставшей знаменитой фразой: «Горбатова только могила исправит». И все. А ведь дело для Горбатова могло дойти до трибунала. А там, как говорится, по законам военного времени... За Харьковскую операцию Александр Васильевич был награжден орденом Красного Знамени.

Потом от Горбатова досталось особисту – офицеру Особого отдела, такие офицеры были во

всех частях и подчинялись НКВД. Александр Васильевич узнал, что особист его дивизии приказал раскатать на бревна для собственного блиндажа крестьянскую избу. Горбатов вызвал особиста. Какой уж разговор у них там вышел, неизвестно, но в итоге генерал поколотил офицера Особого отдела палкой, которую использовал вместо трости после ранения. Опять доложили Сталину. Вождь, вникнув в суть инцидента, усмехнулся, и распорядился прислать Горбатову легкую тонкую трость, сказав при этом, что пусть лучше генерал ходит с ней, а то, не ровен час, всех своих особистов перебьет... Маршал Александр Васильевский вспоминал о Горбатове:

«В период командования армией неоднократно проявлялись самобытность и оригинальность полководческого мышления Александра Васильевича. Стоит, например, сказать, что по первоначальному замыслу в знаменитой Орловско-Курской битве и в освобождении Орла 3-й армии отводилась вспомогательная роль. Но благодаря проявленной генералом Горбатовым разумной инициативе войска армии сыгра-

Знаменитые трезвенники

ли основную роль в освобождении древнего русского города».

В воспоминаниях Георгия Жукова и Константина Рокоссовского генерал Горбатов описан не только как талантливый полководец, но и как интересный собеседник. Никогда не пили не курил. На войне питался из полевой кухни, вместе со своими солдатами. В этом есть что-то суворовское, и наверняка что-то и гулаговское: сегодня ты – генерал, а завтра – колымский з/к... В июне 1945 года после гибели генерала Н.Э. Берзарина Горбатов был назначен комендантом Берлина. Пост, конечно, не слишком высокий, но символичный. Издревле комендантами захваченных городов командование назначало лучших. Это была своего рода награда. После войны Александр Васильевич командовал ВДВ, Прибалтийским военным округом. Скончался в 1973 году и нашел свой вечный покой на Новодевичьем кладбище столицы. В 1992 году о Горбатове был снят полный драматизма художественный фильм «Генерал», главную роль в котором сыграл Владимир Гостюхин.

Каждый год употребление алкоголя и других психоактивных веществ уносит жизни более 3 млн человек, большинство из которых составляют мужчины.

По данным доклада Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ)*, употребление алкоголя ежегодно приводит к 2,6 млн случаев смерти (4,7% общей численности случаев смерти за год), а еще 0,6 млн случаев смерти обусловлено употреблением психоактивных веществ. Важно отметить, что 2 млн случаев смерти в связи с употреблением алкоголя и 0,4 млн смертей в результате употребления психоактивных веществ приходится на долю мужчин.

В Глобальном докладе ВОЗ о текущих тенденциях влияния алкоголя на здоровье и положении дел в области лечения расстройств, вызванных употреблением психоактивных веществ (на английском языке) приводятся всеобъемлющие данные за 2019 г. о последствиях употребления алкоголя и психоактивных веществ для здоровья населения, а также о динамике употребления алкоголя и ситуации в области лечения наркологических расстройств во всем мире. По оценкам авторов доклада, общемировая численность людей с нарушениями, вызванными употреблением алкоголя, в указанный год составила примерно 400 млн человек. Из них 209 млн человек страдали алкогольной зависимостью.

«Употребление психоактивных веществ наносит серьезный индивидуальный ущерб здоровью, увеличивая риск хронических заболеваний и психических расстройств и каждый год вызывая миллионы трагических случаев предотвратимой смерти. Оно ложится тяжелым бременем на семьи и общество, повышая вероятность несчастных случаев, травм и насилия», – отметил Генеральный директор ВОЗ д-р Тедрос Адханом Гебрейесус. – В интересах построения более здорового и справедливого общества мы должны незамедлительно взять на себя обязательства по принятию решительных мер, позволяющих уменьшить негативные последствия употребления алкоголя для здоровья общества и обеспечить доступность экономически приемлемых методов лечения наркологических расстройств».

В докладе подчеркивается необходимость срочно активизировать усилия мирового сообщества для сокращения потребления алкоголя и психоактивных веществ и расширения доступа к качественному лечению вызванных ими расстройств.

Последствия употребления алкоголя для здоровья

Как отмечается в докладе, несмотря на некоторое снижение показателей алкогольной смертности по сравнению с 2010 г., общее количество смертей, связанных

Алкоголь уносит жизни более 3 млн человек

с употреблением алкоголя, остается на неприемлемо высоком уровне и в 2019 г. составило 2,6 млн случаев, при этом наибольшие показатели были отмечены в Европейском и Африканском регионах.

Самые высокие показатели смертности в результате употребления алкоголя из расчета на литр потребляемого алкоголя характерны для стран с низким уровнем дохода, а самые низкие показатели – для стран с высоким уровнем дохода.

Согласно оценкам, в 2019 г. в общей структуре смертности, обусловленной потреблением алкоголя, 1,6 млн случаев смерти были вызваны неинфекционными заболеваниями, в том числе 474 000 случаев – сердечно-сосудистыми и 401 000 случаев – онкологическими заболеваниями.

Около 724 000 человек погибли от травм, в том числе вызванных дорожно-транспортными происшествиями, самоповреждением и межличностным насилием. Еще 284 000 человек умерли от инфекционных заболеваний. Установлено, что употребление алкоголя сопровождается повышенным риском заражения ВИЧ, поскольку увеличивает вероятность незащищенных сексуальных контактов, а также подавляет целый ряд ответных реакций иммунной системы, усиливая тем самым восприимчивость к прогрессированию и летальному исходу туберкулезной инфекции.

Наибольшая доля (13%) случаев смерти в связи с употреблением алкоголя в 2019 г. пришлось на взрослых в возрасте 20–39 лет.

Тенденции употребления алкоголя

За период с 2010 по 2019 г. общее потребление алкоголя на душу населения в мире немного уменьшилось – с 5,7 до 5,5 литра. Наибольшие показатели подуровня потребления алкоголя в 2019 г. наблюдались в Европейском регионе ВОЗ (9,2 литра) и регионе стран Америки (7,5 литра).

В среднем ежедневное потребление алкоголя среди употребляющих его людей составляет 27 граммов в пересчете на чистый спирт, что соответствует примерно двум бокалам вина, двум бутылкам (по 330 мл) пива или двум рюмкам (по 40 мл) крепких спиртных напитков. Такой объем и частота употребления алкоголя повышает риск целого ряда заболеваний и связанной с ними смертности и инвалидности.

В 2019 г. у 38% лиц, употреблявших на тот момент алкоголь, случались эпизоды употребления алкоголя в больших количествах: 60 и более граммов алкоголя в пересчете на чистый спирт не менее одного раза за предыдущий месяц, что

эквивалентно примерно четырем или пяти бокалам вина либо такому же числу бутылок пива или рюмок крепких спиртных напитков. Систематическое употребление большого количества алкоголя широко распространено среди мужчин.

На момент сбора данных привычку к употреблению алкоголя имели 23,5% представителей возрастной группы 15–19 лет. Этот показатель был наиболее высок в Европейском регионе (45,9%), за ним следовал регион стран Америки (43,9%).

Пробелы в лечении расстройств, вызванных употреблением психоактивных веществ

Несмотря на наличие эффективных методов лечения расстройств, вызванных употреблением психоактивных веществ, охват таким лечением остается на крайне низком уровне. В 2019 г. доля лиц, поддерживающих контакт с наркологическими службами в странах, представивших соответствующие данные, варьировалась от менее 1% до 35%.

В большинстве из 145 стран, представивших данные, лечение таких расстройств не предусматривалось отдельными статьями бюджета, а также не имелось данных о государственных расходах на эти цели. Лицам с расстройствами, вызванными употреблением психоактивных веществ, крайне эффективно помогает работа в группах взаимопомощи и поддержки по принципу «равный равному», однако почти половина опрошенных стран сообщила, что не предлагают услуг групповой терапии при таких расстройствах.

Указанные пробелы в охвате лечением усугубляются стигматизацией, дискриминацией и заблуждениями относительно эффективности лечения, а также хроническим игнорированием проблематики наркологических расстройств со стороны учреждений, работающих в области здравоохранения и развития.

Меры по ускорению прогресса

Для ускорения прогресса в выполнении задачи уменьшения последствий для здоровья людей и общества, обусловленных употреблением психоактивных веществ, правительствам и партнерам необходимо активизировать действия в восьми стратегических областях. К ним относятся:

- повышение осведомленности путем скоординированного проведения глобальной информационно-просветительской кампании;
- укрепление потенциала систем здравоохранения и социального обеспечения в области профилактики и лечения расстройств;
- расширение подготовки работников здравоохранения;
- активизация усилий по осуществ-

лению Глобального плана действий по борьбе с алкоголем на 2022–2030 гг. (на английском языке), прежде всего путем внедрения пакета мер SAFER (на английском языке);

- ускорение международных усилий в области наращивания потенциала и передачи технологий;
- взаимодействие с организациями гражданского общества, профессиональными объединениями и людьми, имеющими личный опыт решения данной проблемы;
- совершенствование многоуровневых систем мониторинга и соответствующего исследовательского потенциала;
- более широкое привлечение и распределение ресурсов, и создание инновационных механизмов финансирования для укрепления потенциала систем здравоохранения и социального обеспечения.

Примечания для редактора

Предыдущий доклад ВОЗ, касающийся алкоголя, был опубликован в 2018 г. Выход представленного сегодня доклада был изначально намечен на 2022 г. в соответствии с принятой периодичностью, составляющей примерно три года, но был отложен из-за проблем, связанных с пандемией COVID-19. Задача заключается в том, чтобы «улучшать профилактику и лечение зависимости от психоактивных веществ, в том числе злоупотребления наркотическими средствами и алкоголем» и предусматривает использование двух показателей: 3.5.1 (охват лечением расстройств, вызванных употреблением психоактивных веществ [медикаментозные, психосоциальные и реабилитационные услуги и услуги по последующему уходу]) и 3.5.2 (злоупотребление алкоголем [в возрасте 15 лет и старше] в литрах чистого спирта в календарный год). В 2019–2020 гг. ВОЗ провела глобальное обследование хода выполнения задачи плана сокращения потребления алкоголя и психоактивных веществ. В ходе него были получены данные от 154 из 194 государств – членом ВОЗ (79,4%). Глобальный план действий ВОЗ по борьбе с алкоголем на 2022–2030 гг. представляет собой всеобъемлющий документ, определяющий направления реализации принятой ВОЗ Глобальной стратегии сокращения вредного употребления алкоголя 2010 г. в целях снижения вреда, связанного с употреблением алкоголя, во всем мире.

<https://707.su/UfxN>

*Хотя ВОЗ признана недружественной к России организацией, её рекомендации можно использовать – ред.

Возрождение образования пора начинать уже вчера!

Прошлым летом на слёте Тургояк продолжено обсуждение развала образования (начало см. в Соратнике №6(290) за июль-август 2024 года, с.4). Среди четырёх сотен участников слёта нашлось немало обеспокоенных этой проблемой соратников, а некоторые согласились исчерпывающе раскрыть свою точку зрения, дать интервью.

Вопроса всего два: какие сейчас **основные проблемы** массовой школы и **что нужно сделать** для их решения.

Рассказы некоторых соратников просто шокировали. Конечно, все мы смотрели видео Алексея Савватеева и движения Родная школа... Но услышать о проблемах вживую, от людей, приехавших из разных регионов, страшно вдвойне. Развал образования зашёл уже так далеко, что просто не верится, что это может происходить здесь, сейчас, в нашей стране...

Итак, слово участникам слёта.

Татьяна Владимировна Чернова, учитель биологии, химии и технологии (Московская область) отметила такие проблемы массовой школы:

1. Зарплаты малы.
2. Родители какают права.
3. Программы несбалансированы (объём материала и отведённые часы). Необходимо вернуть советскую программу (учебный материал был без институтских терминов), лишь осовременить подачу материала (интерактивность).
4. Эгоизм, отчуждённость детей.
5. Гаджеты (само их наличие в школе).
6. Нацеленность нового поколения исключительно на деньги как цель всей жизни.
7. Низведение учителя до уровня автомата.
8. Дети уже не пишут (рукой), а лишь кнопки нажимают (по крайней мере, такое "новшество" в Москве).
9. Жёсткая привязка ребёнка к прописке.

Ирина Сергеевна Валитова, педагог высшей категории, руководитель школы Лидер (Челябинск) называет две основные проблемы школы:

1. Безответственность, инфантилизм и детей, и учителей, и родителей.
 2. Незнание истории России и мира.
- Для исправления ситуации в школе и вообще в подростковой среде она рекомендует:
1. Повышать информационную безопасность (умение анализировать информацию).
 2. Развивать творческое и проектное мышление (решение проблем, достижение целей).
 3. Иметь активную жизненную позицию.
 4. Вернуть раздельное обучение мальчиков и девочек.
 5. Отстаивать нравственные ценности.
 6. Обучать умению учиться (самостоятельно, с литературой, с наставниками, на практике и т.д.).

Вот что нужно обеспечить в системе образования по мнению **Валентины Владимировны Сотниковой**, методиста из Екатеринбурга:

1. Комфорт для педагога (оптимальная нагрузка).
2. Дисциплинарная власть учителя.
3. Воспитание патриотизма.
4. Защита от наркотических и иных зависимостей.
5. Межведомственное взаимодействие (в управлении образованием).
6. Ответственность ученика за результаты своей учебной деятельности: контроль и самоконтроль, экзамены в каждом классе.
7. Этикет учащихся (уважение к учителю, субординация в общении, внешний вид).
8. Честность во всех отношениях.

А вот что нужно уgomонить – использовать **с предельной осторожностью**:

1. Принудительные курсы повышения ква-

лификации учителей, чтобы избежать бесполезной и чрезмерной нагрузки.

2. Цифровизацию, особенно занесение в базы данных (возможно, достаточно базы для ЕГЭ). Цифровизация должна **СЛУЖИТЬ** целям образования и воспитания, а не становиться самоцелью.

3. Смартфоны/гаджеты на территории школы – минимизировать, использовать исключительно как средства обучения, в соответствии с нормами экранного времени для каждого возраста детей. Их наличие в школе должно финансироваться. Личные смартфоны/гаджеты не должны использоваться ни учениками, ни педагогами.

Зоя Леонтьевна Новикова, бабушка двоих внуков (Елец), видит такие проблемы школы:

1. Некачественные учебники.
2. Совместное обучение мальчиков и девочек.
3. Неудобные плоские парты.
4. Мало педагогов-мужчин.
5. Маленькие зарплаты у педагогов.
6. Переполненность классов (больше 30 человек).
7. Электромагнитные рамки при входе в каждую школу.
8. Неиспользование бумажных дневников.

Вероника, мать первоклассницы (Оренбург), отмечает следующие проблемы школы:

1. Цифровизация. Например, платформы типа Учи.ру навязывают добровольно-принудительно, да ещё и платно. Тесты на платформах отбивают у ребёнка интерес к познанию. Происходит подмена целей: задание нужно выполнить на скорость, чтобы получить баллы и бонусы... В итоге вместо навыков обучения развивается игромания, подавляется личность ребёнка – он должен выполнять чью-то волю. Регулярно на экране появляются надписи: «Скажи родителям, чтоб оплатили»...
2. Нет уроков труда. А детям очень нужна работа руками с природными материалами – воском, деревом, хлопком! От этого развивается фантазия и сила воли: приложишь усилия – получишь результат.
3. Нужно постоянно чередовать физическую нагрузку и умственную.
4. Необходимо хотя бы базовое знакомство с музыкальными инструментами: чувство ритма, хоровое пение как групповая психотерапия (см. система Огородникова).
5. Нужны пришкольные приусадебные участки – работа с землёй, с ежедневным наблюдением за посаженными растениями, а раз в году – праздник урожая.
6. Гаджеты ребёнка не должны приносить в школу. Даже наличие гаджета в рюкзаке заставляет ребёнка всё время думать о своей гаджет-зависимости и не думать об учебном процессе.
7. Учебные программы: подача материала разрозненная и запутанная. Яркие мультяшные персонажи в учебниках не нужны!
8. Поборы за участие в олимпиадах и прочее. Начнёшь защищать свои права – учитель (классный руководитель) начнёт гнобить ребёнка...
9. Бюрократия, отчётность о добровольно-принудительном участии в олимпиадах без оглядки на способности и желания ученика.
10. Желательно всё-таки вернуть раздельное обучение мальчиков и девочек.

Разные люди видят в школе свой спектр проблем. Объединив эти мнения, мы получаем не просто широкую палитру сигналов бедствия, но руководство к действию. Осталось воплотить в жизнь!

С соратниками беседовал **Александр Почекета**

Можно ли применить искусственный интеллект?

Можно ли применить искусственный интеллект для решения проблемы отрезвления России?

Перед Россией стоит важнейшая задача: как привести страну к трезвости. В эпоху цифровизации возникает закономерный вопрос: может ли искусственный интеллект, и в частности большие языковые модели (LLM), помочь в решении этой задачи?

Искусственный интеллект (ИИ) сейчас есть в каждом смартфоне, но в разных случаях может иметь разные наименования. Например, у нас интерфейс взаимодействия с ИИ выполнен в виде небольшого аппарата и отзывается на имя Алиса. И когда спрашиваешь: «Алиса, ты кто?», она отвечает человеческим голосом – «Я искусственный интеллект». В таком виде ИИ могут легко использовать и пожилые люди.

Так что же такое LLM и как они могут помочь?

LLM – это системы ИИ, обученные на огромных массивах текстовых данных. Анализируя текстовые данные при обучении, модель запоминает, как строятся предложения в языке, какие слова часто используются вместе и какие темы связаны между собой. Они умеют:

- понимать и генерировать человеческую речь;
- отвечать на вопросы;
- давать рекомендации;
- поддерживать диалог;
- анализировать тексты и выявлять тревожные сигналы.

В контексте профилактики употребления алкоголя и достижения трезвости у LLM можно выделить следующие потенциальные возможности:

- информационные помощники – предоставление научно обоснованных данных о вреде алкоголя;
- консультирование – помощь людям, задумывающимся о прекращении потребления спиртного;
- инструменты поддержки – мотивирование на трезвый образ жизни через регулярные напоминания и позитивные установки;
- аналитика – выявлять группы риска по текстовым запросам и поведенческим паттернам.

Возможные сценарии применения ИИ на основе LLM
1. Чат-боты для анонимной поддержки.

Виртуальные помощники на базе ИИ могут круглосуточно отвечать на вопросы о вреде алкоголя, давать советы по отказу от спиртного и направлять к профильным специалистам. Такой помощник не осуждает, не критикует, а предлагает конструктивные решения.

Сейчас подобные помощники используются на горячих линиях или справочных службах организаций, для ответа на распространённые вопросы.

2. Персонализированные программы снижения потребления.

ИИ способен адаптировать рекомендации под конкретного человека: учитывать возраст, стаж употребления, мотивацию, окружение. Например, модель может составить недельный план постепенного сокращения доз с подсказками на каждый день.

3. Образовательные кампании.

ИИ может генерировать контент для соцсетей и сайтов: посты, инфографику, сценарии видеороликов о трезвости. Это позволит масштабировать просветительскую работу без значительных затрат.

4. Анализ общественного мнения.

ИИ обучаются на больших объёмах текстов из соцсетей, форумов и СМИ. Это помогает:

- выявлять популярные мифы об алкоголе;
- отслеживать динамику отношения общества к трезвости;
- корректировать профилактические программы.

5. Раннее выявление проблем.

Интеграция ИИ в мессенджеры или голосовые помощники позволяет замечать тревожные сигналы в речи пользователя («опять напьюсь», «не могу остановиться») и предлагать

помощь до того, как ситуация станет критической.

Голосовой помощник Алиса, встроенный в Яндекс-станцию, уже сегодня может стать инструментом профилактики. Пользователь может спросить: «Чем опасен алкоголь?» или «Как бросить пить?», а Алиса даст научно обоснованный ответ, ссылаясь на авторитетные источники. На вопрос, может ли она помочь в проблеме пьянства в России, она воспроизвела программу Минздрава, изложенную на официальном портале takzdorovo.ru (на самом портале представлена информация о ЗОЖ, борьбе с зависимостями и различными заболеваниями).

Алиса может установить ежедневные мотивационные уведомления: «Сегодня отличный день, чтобы остаться трезвым!» На просьбу «Чем заняться вечером?» предложит варианты без алкоголя: подборку фильмов, идеи для спорта, рецепты безалкогольных коктейлей. В кризисный момент, если человек произнесёт фразу вроде «Хочу напиться», Алиса может ответить: «Может, найдём другой способ расслабиться? Например, прогуляться или позвонить другу?».

Возможные преимущества применения ИИ к борьбе за трезвость:

- Доступность. ИИ помощники работают 24/7, что особенно важно для людей, стесняющихся обратиться к врачу.
- Анонимность. Многие готовы обсудить проблему с ботом, но не с живым человеком.
- Масштабируемость. Один чат-бот может одновременно консультировать тысячи пользователей по всей стране.
- Персонализация. LLM адаптируют советы под индивидуальные особенности, повышая их эффективность.
- Профилактика. Раннее вмешательство снижает риск развития зависимости.

Ограничения и этические вопросы.

- Несмотря на потенциал, использование ИИ в этой сфере требует осторожности:
 - Ответы ИИ должны строго соответствовать научным данным, что пока недоступно. Необходима модерация со стороны медиков.
 - Конфиденциальность. Данные пользователей нельзя передавать третьим лицам.
 - ИИ не заменит врача при тяжёлой зависимости. Его задача – профилактика и направление к специалистам.
 - Риск манипуляций. Нельзя допускать, чтобы технологии использовались для продвижения алкоголя под видом «умеренного потребления».

Заключение.

Искусственный интеллект, и в частности LLM, – не панацея, но возможный инструмент в борьбе за трезвость. Поскольку это всё-таки вероятностная модель, обученная на большом количестве документов, ответ на многие вопросы будет «среднестатистический» и ошибки неизбежны. А ответственность за ошибки и опасные для жизни и здоровья рекомендации никто не несёт.

На наш взгляд, ключевые шаги для успешного применения ИИ в деле отрезвления общества таковы:

1. Разработка специализированных модулей LLM с фокусом на профилактику употребления алкоголя.
2. Интеграция их в существующие платформы (голосовые помощники, государственные порталы).
3. Обеспечение контроля качества со стороны трезвенников, педагогов, наркологов и психологов.

Мы считаем, что применение ИИ может оказать значительную помощь в деле освобождения России от пьянства. Минздрав, IT компании и научное сообщество должны объединить усилия для создания ИИ решений, которые помогут россиянам сделать выбор в пользу трезвости.

Александр Анатольевич Лебедев, Алексей Михайлович Майне, Москва

Радость детства продли хоть на миг

Забери у дитя телефон.
 Посмотри с ним на рыбок, на птичек,
 Поиграй с ним в футбол: ты и он,
 И костёр разведи с ним без спичек.
 Почему нужно сунуть планшет
 В ручки детские вместо скакалок?
 Телевизор, «iPhone», интернет
 Не заменят ни «пряток», ни «салок».
 Наши дети не знают совсем
 Ни иголки, ни швабры, ни тряпки...
 «Виртуальное» – нет других тем!
 Где теперь шалаши и палатки?
 Борщ сварить и испечь пироги,
 Как носочки стирать и штанишки?
 Ты войти ему в ЖИЗНЬ помоги.
 Завтра взрослыми станут детишки.

Посади с ним цветок, деревцо.
 Пусть на них смотрят детские глазки.
 Отверни от экрана лицо,
 Расскажи ему мудрую сказку.
 Научи его книги читать,
 Размышлять над поступком героя,
 Научи и творить, и мечтать,
 Обсуждать все проблемы с тобою.
 Покажи, что живой мир вокруг:
 Ни «мультяшный», ни «зло-виртуальный»,
 Научи его: что значит ДРУГ!
 В ЖИВЫХ играх и в жизни РЕАЛЬНОЙ.
 Пусть его свежий воздух пьянит,
 Ведь занятый вокруг – миллионы!
 Радость детства продли хоть на миг:
 Дай СЕБЯ ему вместо АЙФОНА!

Любовь Зеленская

И НА ВАС БУДЕТ БЛАГОСЛОВЕНИЕ

Памяти Владимира Алексеевича Михайлова,

выдающегося деятеля трезвеннического движения, возродившего и бывшего первым председателем Православного братства «Трезвение» (14 апреля 1937 г. – 8 апреля 2006 г.)



Для академика Фёдора Григорьевича Углова 1994 год был юбилейным: 5 октября ему исполнилось 90 лет! Для участников Пятого трезвенного движения это стало очень значимым событием, поэтому соратники весь год готовились к юбилею своего лидера и вдохновителя на борьбу за народную трезвость: наставника духовного возрождения Отечества.

Что мы знали, что понимали тогда желторотые птенцы, едва покинувшие загаженное алкогольное отеческое гнездо, в котором вылупились, и пребывали бы до седых волос, а кто-то и до позорной кончины, если бы не этот человек, перевернувший представление миллионов соотечественников о себе самих в свете алкогольной проблемы? Неожиданно выпав из насиженного, привычного мира, ограниченного каркающими тварями, каждый из нас, на удивление, опёрся на собственное крыло и... полетел.

А вот уже и стая! «Полетели?» – Молодняку ещё долго придётся крутить головой, озираясь по сторонам: всё в новинку, да в диковинку; «Полетели все вместе!» И по-ле-те-ли-и-и, взбираясь всё выше и выше в небо – туда, где простор и откуда солнце греет! Полёт – это удивительное ощущение свободы: парения.

При входе в зал, где отмечался юбилей Фёдора Григорьевича, стоял человек невзрачного вида – какой-то полунищий ленинградец, наверно, «вчерашний алкоголик», каких тогда в СССР, как и в современной России, миллионы, и раздавал газеты. Это и был мой герой, с которым мы тогда так и не познакомились, перекинувшись ничего не значащими репликами – свой, да и ладно.

На газетных полосах была напечатана статья какого-то монаха, если не ошибаюсь, «Битва за Россию». Только вечером, перед сном, когда все валились с ног от усталости упоительного общения друг с другом, удалось наскоро «пробежать» опубликованный материал какого-то митрополита Санкт-Петербургского и Ладожского Иоанна (Снычева), где он честно и убедительно подтверждал и выразил печатным словом то, что уже ожило и трепетало в нашей «всезнающей» русской душе.

Сравнить те строки с живительными струями «живой» воды, освятившей пламенем восторга ум, – ничего не сказать. Скорее, это было дыхание, поистине посещение торжественного Соборания через сошествие на нас, грешных и окаянных, Духа Святаго; ощущение пребывания с нами Самого Господа нашего Иисуса Христа, сбравшего разрозненные души русских людей в Народ: Русский Народ!

Перечитал взахлёб, жадно глотая смыслы, вливая суть в своё сердце инока, жаждущего воскресения. Не знаю, что уж там такого было необыкновенного и талантливого в тексте, но РУС-

СКОЕ – точно! Ни талант, ни искусство, ни новизна и красота изложения мысли вдохновляли или украшали письменную речь Владыки, но ПРАВДА и НАДЕЖДА, обретение себя в русском народе, осознание, что я – есть, что мы – есть, как народ! И у нас, у полиэтнической многоязыкой русской нации, есть духовный наставник. Теперь есть!

При командировочном посещении в 2002 году Санкт-Петербурга семейной четой, с двумя детьми, перед родителями стоял вопрос проживания. Чудеса случаются! Не успели мы с ребятами ступить на территорию Никольского кладбища Александрово-Невской лавры, дочка потребовала спустить её на землю: ребёнок 2001 года рождения резво побежал по тропинке влево, от входа. Она остановилась возле могилы, которая привлекала к себе особым вниманием: горели свечи и была вся в цветах. Над усыпальницей большой осьмиконечный крест, на чёрном гранитном постаменте надпись: «Милостию Божию, митрополит Санкт-Петербургский и Ладожский ИОАНН (Снычев) – священноархимандрит Александрово-Невской лавры». Судя по дате смерти – 1995 год, и почестям, выделявшим усыпальницу из всех иных склепов и могил, народная тропа к просветителю пост-советской России не зарастает. Все эти годы духовный Учитель так же любим, но ещё более почитаем и востребован русским народом, чем при жизни.

Полуторагодовалая девочка, едва научившаяся ходить, и оттого, чтобы не упасть, находившаяся всегда в движении, бегом преодолевая расстояния, устремилась куда-то вперёд-зигзагообразно, по траектории пушинки, увлекаемой ветерком. Мы с сыном-подростком едва успевали за ней. Вдоль забора высокая трава и едва заметная тропинка, по которой скрылась дочь. Сын ринулся искать сестру в этих «джунглях» ленинградской «тайги». Велико было моё удивление, когда дочь нашлась возле полузабытой, малопосещаемой, оттого заросшей травой, неухоженной могилы в виде надгробия – колокола под православным крестом. Обрадованный находкой родимой доченьки, был тут же ошарашен очередным чудом: встречей с «апостолом трезвости», когда прочитал: «Александр Васильевич Рождественский (11.10.1872 – 05.07.1905)».

Тот самый! – «Александрово-Невское Общество трезвости своему небесному укрепителю. Не в долговечности честная старость и не числом лет измеряется. Достигнув совершенства в короткое время, он исполнил долгие лета», – звучало послание потомкам-соратникам – то есть мне: МНЕ! – от трезвенников вековой давности. Как тут не поверить в промысел Божий?

Эта поездка из Сибири в Санкт-Петербург стала необыкновенной:

- Нас приоткрыла у себя на целых две недели великой души соратник и благодетель – Светлана Ивановна Троицкая, не взяв за проживание ни копейки.

- Радушно встретил и провёл с нами обстоятельную беседу «патриарх Трезвости», профессор, хирург мирового значения Фёдор Григорьевич Углов. Он родился и вырос в Сибири, откуда и шагнул в жизнь, его поправу можно назвать Ломоносовым XX века. Встреча состоялась в рабочем кабинете, где на стене, над его письменным столом всегда висел портрет Иоанна (Снычева) – митрополита Санкт-Петербургского и Ладожского, который был учёному и духовником, и другом, и соратником, и коллегой по литературному творчеству, с которым они жили одним Духом. «Отрезвление России начнётся с вас, сибиряки! – напутствовал провидец. – В 41 году враг дошёл до Москвы; тогда её отстояли сибиряки. Сегодня захвачена вся Россия, и отступить больше некуда. Вся надежда на Сибирь, где живут люди добрые, честные, открытые – искренне верующие, настоящие православные христиане. Мы, сибиряки, одни из них! Трезвенники должны жить дружно, мир-

но; люди все разные, поэтому надо быть терпеливыми, внимательными, прощать друг другу нанесённые обиды. Враг только и ждёт, когда мы перессоримся! Других трезвенников нет, но чтобы нам победить и трезвостью восторжествовала, надо всем быть вместе заодно. Иного пути нет!» На прощание легендарный мудрец подарил и подарил книжку «Капкан для России».

Длительный разговор, практически растянувшийся на весь день, в домашней обстановке, с неоднократным чаепитием, состоялся с Иваном Владимировичем Дроздовым и Люцией Павловной Шичко-Дроздовой. Двухкомнатная квартира, где 16 лет назад, последние годы жизни, перед внезапной кончиной, жил Геннадий Андреевич Шичко (1922-1986) – скромный учёный, фронтовик, методолог трезвости как теории образа жизни нормальных людей, мало чем отличалась от стандартных «хрущёвок»: только их обитателями. Бросалось в глаза множество комплектов пачек книг, занимавших дальнюю комнату, отличающихся по цвету обложек и наименований, но не по типографскому запаху и фамилии автора: «Последний Иван», «Дубинушка», «Баронесса Настя», «Окупация» и др. Общих тем нашлось много: о волнующем душу русского человека и говорить не переговоришь, и слушать не переслушаешь. В конце концов хлебосольные хозяева отпустили сибирского гостя только под вечер, с полным набором книг – почти всех произведений писателей-супругов. Автор многочисленных романов подписал некоторые экземпляры мне и сыну как начинающему литератору. От встречи и задушевных разговоров с легендарными русскими писателями, подаривших людям «метод Шичко», и уже только за это горячо любимых трезвенниками, хотя и заочно, остались впечатления торжества и уверенности в будущем. «Побеждали раньше, победим и сейчас», – заверил Иван Владимирович всех русских людей.

- Были необычны и неоднократные встречи с Владимиром Алексеевичем Михайловым, только-только вернувшимся из поездки в Магадан, которые проходили при церкви, открытой трезвенниками на территории завода АТИ, на Цветочной улице, 16 – в Храме в честь иконы Божией Матери «Неупиваемая чаша» (оттуда даже состоялось моё выступление в прямом эфире на канале «Православное радио Санкт-Петербурга»). Беседы были доброжелательными, долгими, интересными, поучительными, откровенными и задушевыми, они до сих пор греют душу пламенем негаснущей свечи. Владимир Алексеевич рассказывал о себе, делился трезвенным опытом, знакомил с соратниками, с настоятелем домового храма Иоанном (Мироновым). Мне и моей семье посчастливилось быть на службе, исповедоваться у него и причаститься Святынь тайн. Братской любовью, вниманием и заботой к путешествующим дышала вся община. На прощание соратники – братья и сестры во Христе – одарили паломников памятными сувенирами, сборниками стихов; отец Иоанн благословил, а Владимир Алексеевич передал образ Пресвятой Богородицы «Неупиваемая Чаша», точную копию той, что чудесным образом была обретена Обществом. К сожалению, не удалось нам побывать в поездке с ним на остров Залит, к старцу Николаю (Гурьянову), куда отправлялись трезвенники Санкт-Петербурга, вместе с Михайловым ...

После прошлогоднего пожара домашний библиотечный фонд остался не до конца разобранным. И тут, несколько дней назад, под ноги упал конверт. Подняв, на обороте прочитал надпись: «Поступил в повреждённом виде. Почта. 12.11.02». Подпись. На лицевой стороне адрес отправителя: «Санкт-Петербург, А.А. Михайлов». Радости нет предела! Надо же, совсем недавно мы с историком И.Д. Стоговым вспоминали Влади-

мира Алексеевича добрым словом. И на тебе – совсем забытое послание из прошлого (прямо с Небес). С любопытством и радостью интересуюсь, что там внутри плотного пакета: рукописное письмо и два номера (третий и четвёртый) газеты «Листки трезвения», со статьёй адресанта «Курение: в чём его физическое и мистическое зло» (текст которой, кстати, не удалось обнаружить в Интернет).

Хочу поделиться с читателем содержанием послания, поэтому текст привожу полностью, таким, какой есть, со всеми авторскими выделениями.

«Дорогой Сергей Сергеевич, мир вам! Прошу прощения за задержку с ответом, был наплев дел, особенно с уходом из жизни Старца о. Николая Гурьянова. Высылаю газету «Православный Петербург», где материалы о нём некоторые есть, в т. ч. моя заметочка. Кроме того, шлю святыню – «Благодатное Небо» с 40 дней, Старец благословил нашу работу, так что через иконку и на вас будет благословение.

За материалы спасибо, неплохой материал в подкрепление. Однако главное всё же в ином – в раскрытии корней пороков и в предложении, и в освоении способов искоренения этих пороков, как изнутри (т.е. самим человеком в порядке самоусовершенствования), так и извне, т.е. через молитвы и дела милости сродников и близких.

К сожалению, понимание сути этих обстоятельств в среде верующих есть, но приложения этого понимания к спиртному, наркоте и т.п. не происходит. Вот и путаемся в трёх соснах, когда даже священники и верные не прочь «при случае» заглянуть в стакан или покурить.

Впрочем, помню, как о иконе Б.М. «Неупиваемая Чаша» никто из священников в СПб, к кому я обращался, ничего не мог сказать, только удивлённо на меня смотрели. Теперь всё иначе.

Поклон всем родным из СПб.

Жив Господь!
Владимир Михайлов.
25.X.2002 г.»



Иконка с образом Пресвятой Богородицы «Благодатное Небо» обнаружилась на иконостасе домашней церкви в квартире. На оборотной стороне, сверху, текст: «Чудотворный образ Пресвятой Богородицы в храме Свт. Николая на острове Залит «Благодатное Небо», имеющий второе название «Смоленская», празднуемый в день Смоленской иконы Божией Матери 28 июля». Ниже – Тропарь Богородице. В нижней части надпись, начертанная рукой Владимира Алексеевича: «2 октября 2002».

40 дней по упокоению Старца о. Николая Гурьянова – Залит. Подпись».

Сергей Сергеевич Аникин, практический психолог, кандидат наук г. Красноярск

Подробнее о биографии и трезвеннической деятельности Владимира Алексеевича Михайлова читайте в газете «Соратник» № 2(295), март-апрель 2025 года, стр. 2, в статье «Человек дела, возродивший современное православное трезвенническое движение» – ред.

Дуэль не состоится

Красочно и игриво и шумное выступление Вадима Такменёва на «Центральном ТВ» по НТВ 28.03.26 было посвящено совсем не смешному вопросу: «Может ли тренд на трезвость предвещать закат цивилизации?»

Устроители сего вброса не подозревали, что ответ-то прост, но звучит совсем по-другому: тренд на алкоголь, его потребление, не только предвещает закат цивилизации, но уже погубил не одну. Такие цивилизации обречены уйти по определению – по закону вырождения трех поколений.

Но пропустить мимо ушей данную заявку сторонники трезвенного движения (ТД) не могут, потому, что априори видны ослиные уши сил, крайне заинтересованных в чудовищных доходах алкобизнеса. Эта связь давно известна, и можно было бы на этом поставить точку.

Но мы продолжим. Что в этом шоу обращает на себя внимание? Во-первых, бородастая ссылка на анонимных учёных. Во-вторых, почтительный кивок на опыт наших далёких предков – обезьян. Нобелевский лауреат Конрад Лоренц тоже сослался на приматов, поставив нынешних людей между обезьянами и человеком.

Чего же нам бояться и о чём дискутировать? Алкобизнес спит и видит себя властелином вселенной. Ему главное

прокукарекать сомнительную версию, заловить трезвенников в сети дискуссии, в которой хор винобожателей многократно перекроет трезвенное ТРИО, Никаких предпосылок навязываемой дискуссии нет.

Во-первых, трезвость, как природой данное состояние, аксиоматична. Она не требует доказательств, а лишь защиты ЕЁ от похищения. А современная собриология расширяет границы трезвости до семьи и общества. В «Народном Проекте Сознательно трезвая Россия» поставлена задача формирования новой области ПРАВА и закрепление требования защиты трезвости в Конституции. Ну как можно было заинтересованным в прибылях силам не попытаться подставить ножку трезвости? И этим козням нет числа.

Начиная с обучения малолетних питию и далее со всеми остановками. Трезводвиженцев попытаются уличить в слабости. Но их слабость в нашем феноменальном личном переживании ПИТЕЙНОЙ беды России. Именно этим высоким социальным чувством мы и уполномочены действовать во благо своей страны.

Так что дуэль не состоится, господа присяжные заседатели.

Похоронную команду распустить!

Лев Сергеевич Козленко,
ветеран ТД СССР-России, канд. мед. наук.

Жить в трезвом состоянии

Соратники, друзья!

Задумайтесь на секунду: что для вас значит «жить в трезвом состоянии»? Многие сразу подумают об алкоголе. Но я скажу вам: настоящая трезвость начинается не с отказа от бутылки. Поверьте, бросить пить не сложно. Многие «бросают» множество раз. Сложно утвердиться в трезвости, которая начинается с ясности ума. А ясность ума обеспечивается исключительно тогда, когда человек находится в трезвом состоянии. А как это – жить в трезвом состоянии? Когда трезвость сама по себе, по убеждению многих, и скучна, и однообразна, и уныла?

Мы живём в мире, где понятие трезвости искажено. Нас научили видеть её только как противоположность пьянству. Пьёт – пьяница, не пьёт – трезвенник! Но разве это так? Разве не бывает «пьянства» от гнева, от обиды, от иллюзий, в которых мы прячемся?

Настоящая трезвость – это поведение человека, сформированное его трезвым состоянием. И только тогда человек обретает:

- способность смотреть правде в глаза, даже когда она неприятна;
- умение договариваться так, чтобы выигрывали все, а не только ты;
- силу, которая позволяет управлять эмоциями, когда внутри всё кипит;
- собранность, которая помогает использовать каждый час с пользой;

- ответственность за каждый свой шаг и слово;
- честность перед самим собой – без масок и самообмана;
- уверенность в будущем, потому что ты строишь его своими руками прямо сейчас – и только в трезвом состоянии.

Представьте человека, который владеет всеми этими качествами, постоянно находясь в трезвом состоянии. Разве он не сильнее, счастливее, свободнее? Эта сила доступна каждому из нас. Она начинается с одного шага – с решения жить трезво, видеть мир ясно, действовать осознанно и отвечать за свои поступки. Что, как вы теперь (надеюсь) понимаете, возможно только в трезвом состоянии.

Давайте вместе учиться жить в этом состоянии – оно даст каждому из нас трезвость ума, сердца и духа. Потому что только так мы сможем построить жизнь, которой будем по-настоящему гордиться!

Программа «Трезвость ради жизни» даёт возможность утвердиться в трезвом состоянии каждому из нас. И только тогда у нас с вами будет всё необходимое для счастливой, спокойной, трезвой жизни.

В свой трезвый мир принять я всех готов, В свой трезвый мир я всех зову упорно. В нём нет беды, нет рабства и оков... В нём море счастья! В нём душе покойно.

Владимир Алексеевич Коняев,
неутомимый странник

Физическая активность и разум

Академик Фёдор Григорьевич Углов всегда подчеркивал важность гармоничного развития личности. И сегодня мы хотим поговорить о неразрывной связи физической активности, разума и самоконтроля. Ведь здоровый дух обитает в здоровом теле!

Физическая культура – это не просто дань моде, это жизненная необходимость, инвестиция в наше долголетие и продуктивность. Активный образ жизни помогает не только поддерживать физическую форму, но и улучшает когнитивные функции, повышает устойчивость к стрессам и укрепляет нашу волю.

Принципы занятий физической культурой, которые помогут получить максимальную пользу:

Систематичность: Занятия должны быть регулярными, только так можно достичь устойчивого эффекта. Помните, лучше небольшая активность каждый день, чем изнурительная тренировка раз в месяц.

Интенсивность: Нагрузка должна соответствовать вашему уровню подготовки и постепенно увеличиваться. Не переустраивайте на старте, дайте организму привыкнуть.

Сочетание: Оптимально сочетать раз-

личные виды физической активности (бег, плавание, силовые тренировки) с закалывающими процедурами (душ, обливания, баня). Это укрепит иммунитет и повысит общую сопротивляемость организма.

Функциональный самоконтроль: Внимательно прислушивайтесь к своему телу! Регулярно измеряйте пульс, давление, обращайте внимание на общее самочувствие. Эти простые показатели помогут вовремя скорректировать интенсивность тренировок и избежать переутомления.

ПОМНИТЕ: Эффективность физических нагрузок напрямую зависит от соблюдения этих принципов. Занятия «через силу» или от случая к случаю не принесут желаемого результата.

Фонд имени академика Углова призывает каждого:

Выделять время для физической активности в своем распорядке дня. Начинать с малого и постепенно увеличивать нагрузку. Прислушиваться к своему телу и не игнорировать сигналы усталости. Консультироваться с врачом перед началом интенсивных тренировок.

Вместе мы можем создать здоровое и активное общество, способное на великие свершения!

Светлой памяти Владимира Александровича Дружинина

1 мая 2026 года перестало биться сердце **Владимира Александровича Дружинина**, нашего **Саньича**.

Он ушел из жизни на семидесятом году, оставив после себя незримый, но бесценный след – тысячи спасенных судеб.

Владимир Александрович родился 3 ноября 1956 года. Более тридцати лет он посвятил служению, которое считал своим истинным призванием: он спасал людей от разрушительных пут пьянства и наркомании. Для него это не было просто работой или общественной нагрузкой – это было глубоким личным убеждением и проявлением истинного патриотизма.

Владимир творчески осмыслил и развил наследие метода Г. А. Шичко, создав собственную программу освобождения от зависимостей. Эта программа стала для многих последней надеждой, а заложенные им принципы легли в основу работы, которую его соратники и ученики продолжают и сегодня.

Через его руки и сердце прошло множество искалеченных зависимостью душ. Он заново учил людей видеть смысл, верить в себя и чувствовать вкус трезвой, полноценной жизни.

Царствие Небесное, вечная память и вечный покой верному сыну своего Отечества.

Скорбим и помним.

Огонь души твой не погас.
По всей стране не гаснет пламя.
Волею, ты сгорел за нас,
Твой дух пусть будет вечно с нами.

Выражаем свои глубочайшие соболезнования семье, родным и близким **Владимира Александровича**. Мы разделяем боль этой невосполнимой утраты. Сейчас его близким особенно нужна наша поддержка.

Все, кому Владимир Александрович помог в трудную минуту, кто хочет почтить его память и поддержать его семью в эти тяжелые дни, могут сделать посильное пожертвование.

Получатель средств поддержки: супруга – Валентина Д. тел: +79028742585, Сбербанк

**Друзья и соратники
Владимира Александровича**

Школа трезвости Шичко



Печальная новость. 1 мая, на 70-м году жизни, умер Саньич – **Владимир Александрович Дружинин**, руководитель Благотворительного Фонда Трезвости им. Геннадия Шичко. Фонд оказывает бесплатную помощь по освобождению от алкоголизма, курения, наркомании, ведёт реабилитацию. Владимир Александрович автор уникальной программы по освобождению от алкоголизма, курения и наркомании. Трудом Саньича за все эти годы спасены тысячи жизней наркоманов и алкоголиков, вновь ставших полноценными членами нашего общества, тысячи семей живут трезво и дети растут в здоровой трезвой атмосфере.

Друзья, соратники, приносим искренние соболезнования родным и близким **Владимира Александровича**, и всем нам, в связи с невосполнимой утратой. Просим всех поддержать семью **Владимира Александровича** в память о его добрых делах на благо России и всего человечества.

Светлая память тебе, дорогой и уважаемый Саньич! Автобиография **Владимира Александровича**: <https://gog.su/sZJn>.

Сайт в память о С.Н. Шевердине

Семья **Станислава Николаевича Шевердина** создала сайт в память о нем. Адрес сайта: <http://shewerdinsn.tilda.ws/>

Сайт будет развиваться, но уже сейчас на нем много полезных для трезвенников материалов. Часть из них представлена в Интернете. Изучение материалов сайта желательно начинать с двух наиболее оригинальных источников информации.

1. «Банкротство святого Якова Первого». Так называется многолетний труд С.Н. Шевердина по расшифровке, систематизации и редактированию дневников своего товарища Якова Карповича Кокушкина – убежденного большевика

и участника революционных и советских преобразований. Через личные записи раскрываются его биография, мировоззрение, отношение к литературе, культуре, партии и историческим событиям 1920–1930-х годов.

2. «Питейная традиция и человек: Драма взаимности» – это междисциплинарное философско-культурологическое исследование, в котором С.Н. Шевердин анализирует питейную традицию как устойчивый социокультурный механизм, формирующий поведение человека и общества.

ИБ МНАТ «Феникс» № 12(580)

Энотека = деградация

Недавно в Красноярском супермаркете был открыт отдел с невероятным количеством алкогольной отравы под названием «Энотека». Возник вопрос – что же обозначает это новое для нас слово. И хотя интернет даёт такой ответ: «Энотека – это коллекция вин или специальное хранилище для вин, разлитых в бутылки», соратники нашли ему более правильное определение, выраженное в картинке.



**Альтернатива
трезвость + образование
= РАЗВИТИЕ**

Библиотека: РАЗВИТИЕ



37-я школа-слёт трезвых сил на Тургояке

С 28 июня по 5 июля на озере Тургояк в Челябинской области пройдёт 37-я Школа-слёт трезвых сил. Ежегодная встреча соберёт участников из разных регионов России и других стран.

Мероприятие пройдёт на турбазе «Тургояк Холидей». Это живописное место на берегу жемчужины Южного Урала уже много лет остаётся главной площадкой встречи трезвого патриотического движения России.



Как принять участие

Чтобы стать частью слёта, необходимо зарегистрироваться: связаться с Владимиром Щавлевым по телефону: +7 962-954-12-20. Регистрация обязательна для всех – как для новичков, так и для тех, у кого изменились личные данные.

Варианты расселения

Организаторы подготовили три формата размещения.

1. На турбазе «Тургояк Холидей» (дома со всеми удобствами).

В наличии:

- спальные места на двухместных кроватях в 4-местных комнатах – 16 000 руб. за место на 7 дней;
- двухместные диваны на кухне – 24 000 руб.;
- дом-сфера – 64 000 руб.

2. В палаточном лагере (со своей палаткой).

- стандартная палатка (1–3 местная) – 2800 руб. за палатко-место на 7 дней;
- большая палатка (4–6 местная) – 4200 руб. за палатко-место на 7 дней.

3. На соседней базе «Форелька» – сайт forelka.net.

База находится в 10 минутах пешком до лекционных шатров. Бронирование и оплата производятся участниками самостоятельно.

О слёте

На протяжении недели на нескольких площадках будут проходить лекции и практические занятия. Владимир Георгиевич Жданов выступит с лекциями по собриологии. Кирилл Геннадьевич Лотенков проведёт курс по методу Геннадия Андреевича Шичко. Также в программе – занятия по вопросам семьи, демографии и народосбережению, семинары по созданию клубов трезвости и психологическим аспектам зависимости.

Для молодёжи и детей организаторы готовят творческие мастерские, кинолекторий, спортивные соревнования, интеллектуальные игры и «Весёлые старты». Взрослых ждут турниры по волейболу, шахматам, метанию ножей, а также знаменитый заплыв через озеро Тургояк, который неизменно проводит команда клуба зимнего плавания под руководством Сергея Владимировича Сидорова.

Вечерами соратников ждут концерты, а также ретро-дискотека, где можно будет вспомнить любимые мелодии прошлых лет. Традиционно состоится тематические посиделки у костра с гитарой и гармонью, а также полюбившийся всем концерт «Алло! Мы ищем таланты!».

Особое внимание – участникам специальной военной операции. На слёте продолжат обсуждать вопросы трезвости на фронте и в тылу. Будет организована начальная военная подготовка для всех желающих и курсы по оказанию первой помощи.

37-я Школа-слёт трезвых сил станет новым шагом в укреплении сообщества, обмене опытом между регионами и воспитании здорового, трезвого поколения. Каждый участник может внести свой вклад в общее дело отрезвления Отечества.

Тургояк ждёт своих героев!

Оргкомитет слёта

Юбилейные даты

11 мая – юбилейная дата

Беловой Юлии Юрьевны,

кандидата философских наук, члена КС СБНТ в Республике Марий Эл

4 июня – юбилейная дата

Какуниной Елизаветы Александровны,

лидера трезвеннического движения в России, автора книг и статей в защиту трезвости, профессора МАТр

12 июня исполняется 85 лет

Афонину Игорю Николаевичу,

лидеру трезвеннического движения в России, академику, вице-президенту МАТр

17 июня исполняется 70 лет

Жукову Станиславу Викторовичу,

автору оздоровительной системы «Белояр», профессору Международной академии трезвости

19 июня исполняется 40 лет

Грибкову Андрею Александровичу,

юристу, учредителю и председателю Московской областной ОО СБНТ, доценту МАТр

25 июня – юбилейная дата

Зюзиной Людмилы Филипповны,

лектора, руководителя направления по работе с образовательными учреждениями ОО «Общее дело»

30 июня исполняется 80 лет

Позднякову Владимиру Георгиевичу,

бывшему сотруднику ЦК ВЛКСМ, бывшему ответственному секретарю ЦС ВДОБТ, депутату

ГД шестого и седьмого созывов, убежденному вегетарианцу и трезвеннику

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

Поддержим трезвую инициативу

Голосуем за инициативу на РОИ № 50Ф146982 – <https://www.roi.ru/146982/>.

Закрепить в законе о профсоюзах их право на пропаганду трезвого образа жизни и здоровья работников.

В России действует Концепция сокращения потребления алкоголя в Российской Федерации на период до 2030 года и дальнейшую перспективу, утверждённая распоряжением Правительства Российской Федерации от 11 декабря 2023 г. № 3547-р (Концепция), где профсоюзы названы одним из исполнителей: «Предусматривается, что решение задач Концепции будет осуществлено в том числе посредством информирования населения о вреде пагубного потребления алкоголя и преимуществах трезвого образа жизни, мотивирования к снижению потребления алкоголя, вовлечения объединений работодателей и профессиональных союзов в распространение на рабочих местах информации о рисках, связанных с потреблением алкоголя».

Распоряжением Правительства Российской Федерации от 07.12.2024 № 3610-р утверждён План мероприятий по реализации Концепции. Пунктом 7 данного Плана предусмотрено задача вовлечения профессиональных союзов в распространение на рабочих местах информации о рисках потребления алкоголя и разработку корпоративных программ укрепления здоровья работников.

Однако действующая редакция Федерального закона от 12.01.1996 № 10-ФЗ не

содержит норм, закрепляющих это направление деятельности профсоюзов, что создаёт правовой пробел и затрудняет практическую реализацию государственной инициативы.

Практический результат

Устранение правового пробела, создание прочной правовой базы для активной профсоюзной работы профсоюзов в трудовых коллективах. Это позволит системно выполнять задачи государственной Концепции, что в перспективе должно способствовать снижению травматизма, улучшению здоровья граждан и повышению производительности труда.

Законопроект создаёт правовую базу для практического выполнения задачи, поставленной пунктом 7 Плана мероприятий по реализации Концепции сокращения потребления алкоголя в Российской Федерации на период до 2030 года и дальнейшую перспективу, утверждённого распоряжением Правительства Российской Федерации от 07.12.2024 № 3610-р.

Решение

Внести изменения в Федеральный закон от 12.01.1996 № 10-ФЗ, добавив в него положение о том, что одной из целей закона является содействие здоровому и трезвому образу жизни. Также закрепить право профсоюзов взаимодействовать с госорганами и участвовать в соответствующих государственных программах.

Андрей Викторович Жиряков

ВНИМАНИЕ!

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

2202208477192752 – 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!

ДО ДНА

Мы часто слышим от властей:

- Знай меру и культурно пей.

А кто вина совсем не пьёт,

То он не наш, то он не тот.

Внушают нам уже давно,

Что трезвость не добро, а зло.

Нельзя хмельное запрещать.

Россия будет бунтовать.

Внушают нам десятки лет:

- На водке держится бюджет.

И Русь – огромная страна –

Не сможет выжить без вина.

Нельзя вводить сухой закон.

Гнать люди будут самогон.

Пить будут всякую бодягу.

Одеколон, технар и брагу.

Нам говорят, что без вина

Жизнь сиротлива и скушна.

За боль утрат и за успех

Хватить стакан совсем не грех...

В театрах, книгах и кино

Везде сюжеты про вино.

И нет такого сериала,

Где бы отравы не мелькала.

И Лепс поёт тебе и мне

Про рюмку водки на столе.

И Михалков – киношный босс –

«Победный» поднимает тост.

И власти у народа на глазах

Хмельное пьют на торжествах.

И торит им моя страна.

Без меры пьёт, и пьёт до дна.

Автор стихотворения и рисунка Игорь Жоресович Трошев, Красноярск



Нагрузили

Редактор Григорий Стрельников.
Верстка – Наталья Соколова
Редакционный совет: Н.А.Гринченко,
А.В.Жиряков, К.А.Соколов.

УЧРЕДИТЕЛЬ:
Общероссийская общественная
организация "Союз борьбы за
народную трезвость"

Адрес редакции: 655138, Республика Хакасия,
п. Расцвет, ул. Майская 5 – 2;
тел. (913) 445-59-06

e-mail: trezvo@yandex.ru, <http://www.sbnt.ru/>

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