



Десять лет назад мы ещё не отмечали уличными акциями Всемирный день здоровья 7 апреля. Закономерно, но совершенно случайно именно 7 апреля 2008 года, в День здоровья, состоялось учредительное собрание молодёжного крыла Саратовского общества трезвости и здоровья «Трезвый Саратов». 7 апреля 2018 года вместе с трезвой молодёжью на уличную акцию на Волжском пешеходном проспекте вышли наши соратники по союзу общественных организаций «Саратов молодой», сплотившихся вокруг «Трезвого Саратова» три года назад. Отметить Всемирный день здоровья, совпавший с юбилеем молодёжного «Трезвого Саратова», пришли со своими задумками такие общественные организации, как «Союз добровольцев России», «Безопасный город», «Возрождение», физкультурно-оздоровительный клуб «Мечта», атлетический клуб «Максимум» из Энгельса и их земляки, покровские казаки из культурно-спортивного клуба «Вместе», ещё больший путь проделали реабилитанты Центра «Приволжский» Ровенского района, их поддержали коллеги из саратовских реабилитационных центров «Свобода» и «Здоровое поколение». И, конечно же, как обычно, самую многочисленную гвардию выставила наша Ассоциация скаутов Саратовской области.

Если двумя фразами, то в этот день общественники продемонстрировали разнообразные формы утверждения здорового образа жизни. К этим формам могли присоединиться прохожие, гулявшие по пешеходной зоне субботним вечером. Было где вволю поразмять мышцы! Хочешь – на тренажёрах атлетического клуба «Максимум», особенно популярно бревно для подъёма. Или на снарядах, привезённых из соседнего района реабилитационным центром «Приволжский». Кому-то приглянулась борьба кистей рук на столике «Возрождения», а ещё хорош «аттракцион» с подниманием одними пальцами аппарата: вроде кажется просто и легко, а поди ж ты, как непросто показать силу пальцев.

Активисты «Трезвого Саратова» Данила Кононов, мастер спорта по лёгкой атлетике, провёл под-

вижные игры с участниками нашего праздника; Павел Кряжевский и Владимир Аблизин показали мастер-класс по бадминтону, а наш партнёр по «Саратову молодому» из клуба «Максимум» Владимир Юрьевич Селютин поделился секретами бокса.

Для неподготовленных постарались активистки клуба «Мечта», вместе с ними можно было сделать обыкновенную гимнастику возле трамвая «Семён», его тоже задействовали наши партнёры-медики из Саратовского областного центра медпрофилактики и центра здоровья городской поликлиники № 3.

В нём главный врач центра профилактики Римма Равильевна Яхина, врач-методист Наталия Владимировна Лобанова, врач-терапевт Наталия Валерьевна Фугарова рассказали, как сохранить здоровье, а медсестра Елена Дмитриевна Тукбаева не только измеряла



ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ – В ЮБИЛЕЙ!

давление, но и предлагала всем желающим проверить уровень углекислого газа в крови – наглядное свидетельство, насколько вредно курение. Друзья Никита и Виталий, люди среднего возраста, выдохнув в трубку смокилайзера, с удовлетворением увидели на его экране ноль – свидетельство того, что в лёгких нет угарного газа. Откуда ему быть, если они бросили курить год назад.

Но лучше – не начинать. «Трезвый Саратов» доносит эту мысль до школьников не через издание, а через дело. Лидер «Трезвого Саратова» Алексей Мыцков, ведущий уличной акции «День здоровья», воспользовался «трибуной» праздника для награждения ребят, победителей соревнований... роботов: 31 марта участники секции робототехники устроили

соревнования, чья машина самая быстрая (Алексей Мыцков учит детей собирать роботов в рамках проекта «Здоровый выбор», поддержанного фондом президентских грантов). Прозвучали имена тех, кто получил сертификаты за участие в турнире – Ирины Голубевой, Алексея Братышева, Артёма Буякина, Насти Толчиной, Кости Золотарёва, Никиты Мухина, Насти Малининой, Веры Прошиной.

А победителей наградили грамотами: за третье место – Варвару Степанову, за второе – Романа Уткина, и за первое – Артёма Титова.

На нашем празднике можно было не только показать свою силу и удаль (удаль в крутке оружием показали казак и казачка из клуба «Вместе» Сергей Яшин и Дарья Суворова), но и выразить своё отношение к теме здоровья с

микрофоном в руках (рэп-речитатив пропели Юрий и Ростислав из реабилитационного центра «Здоровое поколение») или же на... листе ватмана: Ростислав Даниелян из реабилитационного центра «Свобода» прикрепил к ограде Липок большой лист картона, и на нём дети цветными фломастерами совместно написали картину под названием «День здоровья – каждый день», изобразив молодую мамочку, катящую коляску, в которой улыбается солнечному дню малыш! Ученик 4 «а» класса школы № 16 г. Саратова Артём Титов, которого недавно вызывал Алексей Мыцков для поздравления с победой в турнире скоростных роботов, увенчал картину слоганом, начертав оранжевым фломастером: «Я люблю жизнь!»

За жизнь без наркотиков ратовали в своих час-

тушках пятиклассники школы № 8 г. Саратова Паша Степанов, Саша Кузнецова и Саша Паутов: Если куришь, человек, сокращается твой век. Сам себе курильщик враг, Не спаси его никак...

Чтобы с младых ногтей усваивали дети, «что такое хорошо, а что такое плохо», и отдали свои силы и время добровольцы «Трезвого Саратова» и их коллеги из союза «Саратов молодой», а лучшей агитацией являются такие праздники, какой устроили подросткам Саратова в свой юбилей активисты молодёжного крыла Саратовского общества трезвости и здоровья.

Владимир ИВАНЧУК

На снимках: моменты праздника «День здоровья» – зарядка с «Мечтой»; картину «День здоровья – каждый день!» рисуют дети

ПРАВОСЛАВНАЯ КНИГА – ВЕРНЫЙ КОМПАС В МОРЕ ЖИТЕЙСКОМ

19 апреля 2018 года в средней школе № 43 Заводского района, известной как казачья школа, отмечался праздник православной книги. Среди гостей, пришедших к юным казакам с подарками – книгами – была и Наталия Александровна Королькова, председатель Саратовской региональной общественной организации трезвости и здоровья.

Казачьей школа № 43 стала ещё в 2004 году, когда в ней впервые в нашей области были созданы казачьи классы. В пятый раз школа проводит День православной книги, обычно праздник чтения проходит в пасхальные дни, но стал исключением и нынешний год. 19 апреля выбрали не случайно: в этот день православные вспоминают святого равноапостольного Мефодия, архиепископа Моравского. Благодаря трудам Мефодия и его брата святого равноапостольного Кирилла мы можем слушать Божественную Литургию на родном языке, именно моравские бра-

тья Кирилл и Мефодий создали славянскую азбуку с церковной службой. Ученики казачьей школы регулярно посещают храм, при церкви во имя святого Тихона Задонского создана воскресная школа. Воспитанники этой школы на празднике православной книги дали небольшой концерт из духовных песнопений, исполнили и пасхальный тропарь на греческом языке.

В приветственном слове духовный окормитель школы протоиерей отец Александр Домрачёв призвал школьников читать и перечитывать Евангелие, другие книги Священного

Писания, в них, подчеркнул батюшка, можно найти ответы на все вопросы: «Вера от слышания, а слышание от слова Божия», – процитировал отец Александр апостола Павла (Послание к римлянам, 10:17).

Собравшимся показали небольшой документальный фильм о начале книгопечатания на Руси, после чего гости, выходя к микрофону, дарили книги для школьной библиотеки. Депутат областной Думы от Заводского района Юлия Михайловна Литневская пополнила её подборкой журналов нашей митрополии «Православие и современность».

Журналы «Трезвое слово», привезённые из Екатеринбурга, принесла в дар казакам школы № 43 Наталия Александровна Королькова. «Я в прошлом году ездила туда на мероприятие, посвящённое про-

цессам трезвения, – объяснила Наталия Александровна, почему журнал «Трезвое слово» привлёк её внимание. – Возглавляет движение православных трезвенников священник Игорь Бачинин, редактор журнала «Трезвое слово». До революции практические при каждом храме были общества трезвости. Ныне, к сожалению, таких обществ пока мало, но процесс начался, и очень активно идёт этот процесс. Именно Русская Православная Церковь спасает народ от самого пагубного, что ведёт к вырождению всей нации. И ещё хочу назвать имя человека, который сейчас своим словом ведёт за собой – это епископ Тихон Шевкунов, автор знаменитой книги «Несвятые святые». По своему первому образованию он кинорежиссёр, он открыл проект «Общее



дело». На сайте этого проекта можно посмотреть все его фильмы, умнее и душевнее я ничего не видела, – дала оценку творчеству православного кинорежиссёра Наталия Александровна. – У нас в Доме трезвости есть библиотека, и православные издания из нашей библиотеки я передаю вам».

Наталия Александровна рассказала о наших летних палаточных лагерях и при-

гласила казачьи классы присоединиться к нашим скаутам, тем более, что в этом году две лагерных смены пройдут в рамках проекта «Правнуки бессмертных», поддержанного фондом президентских грантов, а юные казаки школы № 43 растут патриотами России, у них будет много точек соприкосновения с нашими ребятами из скаутских отрядов.

Владимир ДЕДОЛИН

«ДО СВИДАНИЯ, ДО НОВЫХ ВСТРЕЧ!»

С 26 по 30 марта 2018 года в школе № 22 г. Саратова проходил скаутский слёт «Во славу Отечества», проводимый в рамках проекта «Правники бессмертных» с использованием гранта Президента Российской Федерации на развитие гражданского общества, предоставленного Фондом президентских грантов. В слёте принимали участие скаутские отряды школ №№ 8, 10, 40, 82, лицей № 15, скаутского отряда «Менестрель» и скауты из города Пугачёва.

С утра последнего дня слёта отряды были заняты мероприятием, называемым операция «Нас здесь не было!» – наводили чистоту в тех классных комнатах, где располагались отряды, где проводили конкурсы и игры. Пока одни скауты мыли полы в классах и коридорах, другие упаковывали вещи, готовясь к отъезду.

После обязательного ритуала сдачи рапортов командиров отрядов руководителю программы о готовности скаутов выслушать итоги пятидневной борьбы за первенство педагог Вера Викторовна Баженова взяла в руки толстую пачку грамот. Обычно утром объявляют, кто из скаутов какое испытание выдержал накануне. Илья Ефремов называл имена ребят, отличившихся вчера, они выходили из строя, и товарищи по-скаутски поздравляли их, хлопая в ладоши и троекратно скандируя «Позд-рав-ля-ем!»; сначала шёпотом, потом громче и наконец во весь голос. Андрей Назаров и Костя Золотарёв сдали испытание «часовой». Никита Анфиногенов – «кукушку», Ирина Сергеева – «сову», Полина Аракчеева – «Венеру Милосскую». Сдали нормы на звание «младший скаут» Матвей Липатов и Валерия Карпенко.

«Право на лесное имя у нас получают, – взглянула в другой список Вера Викторовна, – Даниил Арндт, Ирина Голубева, Полина Горина, Анна Свиридова, Алина Аминова». Названные вышли из строя, и педагог объявила: «Вы получаете право выбрать лесное имя до первого костра!»

Первый костёр – как раз через месяц, 30 апреля. Строй с нетерпением ожидал оглашения итогов соревнования на завершившемся слёте, и Вера Викторовна продолжила приятную миссию награждения, но опять не за командные места, а за личные заслуги: «За активное участие в слёте награждаются грамотами – Иаков Маркелов, Ирина Голубева, Елизавета Деметьева, Андрей Илларионов, Дмитрий Копачёв, Максим Антонов, Анна Фёдорова, Оксана Зимина, Полина Аракчеева, Екатерина Шинникова, Анна Макарова, Андрей Назаров, Максим Мосолов, Ирина Сергеева, Даниил Арндт».

Остались семь грамот. Называя их обладателей торжественным голосом, Вера Викторовна перед тем уточняла: «Место поделили...» Итак, «третье место поделили отряды «Пламя» и «Сурикат» (первый названный отряд – из школы № 8, второй – из школы № 82 – В.В.). Второе место поделили «Колибри», «Сороконожки» и «ВолСар» (соответственно лицей № 15, школы №№ 40 и 10 – В.В.). И первое место поделили команды «Ирбис» и «Кредо».

Уже по итогам первого дня скаутский отряд Пугачёвского района «Ирбис» и патруль «Кредо» отряда «Пересвет» школы № 10 вырвались вперёд, не уступив лидерства до закрытия слёта. Ещё один скаутский форум стал достоянием истории. Истории скаутского движения в Саратовской области. Ребята разъехались по домам готовиться к новым испытаниям. Когда Вера Викторовна спросила шеренгу скаутов: «Кто собирается поехать в летний лагерь «Оплот»?» – взметнулся лес рук.

Нам остаётся только поблагодарить администрацию школы № 22 за предоставленную возможность собраться на слёт в тёплых стенах (в прямом и переносном смысле слова – топили классы очень хорошо). Вера Викторовна Баженова на линейке закрытия поблагодарила лично Кристину Геннадьевну Гузинову, заместителя директора по воспитательной работе школы № 22, за радушие и гостеприимство, за вкусные обеды, завтраки и ужины, с любовью приготовляемые школьными поварами. Как раз после линейки ребят в последний раз сытно накормили, и они попрощались со ставшей им дорогой школой. Впереди – новые встречи и интересные скаутские дела.

На снимке: отряд «Колибри» из лицей № 15, на первом плане снимка Оксана Зимина, в очередной раз удивившая своими вокальными данными на прошедшем накануне вечере талантов



Наталья Александровна Королькова, размышляя вслух о том, почему люди теряют свою природную трезвость (ведь алкоголиками, пьяницами и даже «культурно пьющими» никто не рождается!), обратилась к залу с вопросом: «Что мы, взрослые, не так делаем, почему у нас часть молодёжи продолжает употреблять алкоголь, курить, особенно девочки? Вот что взрослые не так делают, что не спасают вас?» Отвечаясь выйти на публику и вместе с лектором поискать ответы на поставленные вопросы Юлия Медведева, ученица 8 «а» класса 57-й школы.

– На самом деле об этом тяжело говорить, – взяв микрофон, начала формулировать свой ответ Юлия. – Даже сейчас вы вносите информацию, которую все прекрасно знают, но каждый делает для себя свой выбор. Кому-то эта информация – «по барабану», они знают это и знают. Поэтому главный вопрос – как донести эту информацию, он трудный, потому что, например, я думаю, надо это показывать наглядно, даже в плане тех же самых наркотиков. Если посмотреть, как наркоман в конвульсиях бьётся от пары шприцов, я думаю, ни у кого не будет желания такое испытать на себе.

– Точно! Принято, – Наталья Александровна уточнила: – То есть использовать шоковую терапию?

– Да!
– В общем-то, мы используем иногда шоковую терапию, – заметила Наталья Александровна, – но аккуратно, потому что не все её правильно воспримут: можно так зашокировать, что ой, ой, ой! Мы взрослые люди, но когда мы видим, что происходит сейчас в клиниках... Вот, например, Руслан может подтвердить, – обратилась к Руслану Ринатовичу Бисултанову, – к ним попадают ребята, и сейчас вот эта современная химия уничтожает людей... У меня есть много друзей выздоравливающих, у которых по пятнадцать лет трезвости, которые сейчас держат реабилитационные центры, помогают другим.

И далее Наталья Александровна рассказала о своей поездке в международный антинаркотический лагерь в Подмоскovie, поведала о своих впечатлениях о том, как наркоманы стремятся преодолеть зависимость, единичам это удаётся, и всё равно зависимость от болезни остаётся, они живут под Дамокловым мечом возвращения к потреблению наркотиков. Поэтому задача – не начинать, сохраняя свою природную трезвость, об этом и продолжил диалог поколений, Наталии Александровны и Юлии.

– Главное для человека – свобода и любовь, – Наталья Александровна предложила ответить на вопрос: – Что вам даёт свобода?

– Свобода? – задумалась над неожиданным поворотом разговора Юлия, но тут же собралась с мыслями и предположила: – Возможно, право выбора?

– Право выбора! Умница! – обрадовалась верному ответу Наталия Александровна. – А как можно выбрать, когда ты чего-то не знаешь? – пригласила по-размышлять, – вот мне домаш-

ДИАЛОГ ПОКОЛЕНИЙ

состоялся 13 апреля 2018 года в школе № 63 г. Саратова в ходе Урока трезвости, проводимого Саратовской общественной организацией трезвости и здоровья в рамках проекта «Здравый выбор», поддержанного Фондом президентских грантов. В актовом зале школы

№ 63 собрались полторы сотни восьмиклассников из школ №№ 44, 49, 55, 56, 57, 60, 61 и гимназии № 87. Разговор о трезвости вели со школьниками Наталия Александровна Королькова, председатель Саратовского общества трезвости и здоровья, Руслан Ринатович Бисултанов, консультант реабилитационного центра «Свобода», и Владимир Александрович Жидков, активист общественного движения «Трезвый Саратов».



вильно понять, когда ему рассказывают о вреде наркотиков, он может подумать: а может, и не так опасно?

– Ты имеешь в виду, что лучше вообще не говорить детям о наркотиках? – попыталась понять логику своего нового собеседника Наталия Александровна

– Да, иногда лучше вообще не говорить! – согласился Олег, – потому что если ребёнок неправильно вас поймёт, он продолжит употреблять наркотики.

– А как скрыть? – недоумевая, стала размышлять вслух Наталия Александровна. – Я вам уже говорила: алкоголь – легальный наркотик, и он продаётся во всех магазинах, также и никотин – относится к легальным наркотикам. Здесь-то как скрыть? Говори не говори, а образ жизни, потребление-то идёт, ребёнок-то видит. И для него главное не то, что говорят, а то, что он видит. Как здесь быть?

– Иногда помогают одноклассники, – начал рассказ Олег, суть его рассказа в том, что его взрослого знакомого лет пять назад приобщил к наркотикам его одноклассник...

– А, вон в каком смысле – «помогает», – уяснила ход мысли Олега Наталия Александровна, пояснив: – я и говорю, что это может быть не только дома, но и в школе, и на улице, и поэтому, если ты не предупреждён и ничего об этом не знаешь, – ты возьмёшь и попробуешь.

– Нет, но всё равно какая-то часть информации доходит от одноклассников, – продолжил Олег искать истоки беды в окружении подростка, – они говорят, рассказывают об этом.

– Вчера ко мне на приём пришёл молодой человек с алкогольной зависимостью, – на примере из жизни стала разъяснять Наталия Александровна проблему формирования пристрастия к наркотикам. – И рассказывая о том, что довело его до алкоголизма, ласково называл: «Пивко, бутылочка, водочка», а когда я спросила его, как он называет жену, он не понял, к чему я о ней: «Ну, Ирка, а что?» И он друзьям так с любовью говорит – пивко, водочка, и товарищ за ним потянется, если у товарища нет свободы выбора в голове, понимаешь, о чём речь? – обратилась к Олегу, – а если товарищ будет понимать: стоит только начать, и попадёшь в эту яму за то, что не понимаешь, несвободы, то, может, поможет ему выкарабкаться из неё и понять, что не Ирка рядом, а Ирочка, любовь его.

Здесь Наталия Александровна сделала отступление от темы, рассказав о науке собриологии, изучающей трезвость: этого понятия, вообще-то, заметила лектор, не должно было бы быть, поскольку это естественное состояние людей, но так как они отошли от природы, то и появилась потребность звать их к возврату к жизни без наркоти-

ков.
– Как ты думаешь, почему под любым психоактивным веществом человек переключает свою любовь на это психоактивное вещество и перестаёт любить жизнь и людей в этой жизни. Почему? – обратилась Наталия Александровна к Олегу.

– Ну, иногда пиво, как вы его называете – наркота – она, можно сказать, мозг отключает. И мозг понимает только то, что наркота хочет, а всё остальное забывает.

– Ну правильно, молодцы, мне можно уходить, – обрадовалась такому чёткому ответу Наталия Александровна, действительно, уступив микрофон Руслану Ринатовичу Бисултанову, который продолжил диалог с Олегом и Юлией.

– Юлия сказала вещь, я хотел поаплодировать: она честно сказала, что половина выйдут и забудут, но выбор мы вам дали. Мы вам дали ответственность. Это самое страшное для того, кто не хочет брать на себя ответственность, и самое ценное для того, кто хочет быть счастливым. Вот вы говорили: надо показывать, как наркоман корчится, чтобы не захотелось никому повторить его путь. Но надо и объяснять, что с ним происходит. Мы видим картинку: они корчатся. А в этот момент происходит разрыв мозговых цепочек, которые, к сожалению, никогда не восстанавливаются. И никто не знает, какая это будет цепочка – память, речь, может быть, ответственность за функционал, за кисть руки, за другие органы.

В кратком репортаже, к сожалению, невозможно пересказать все диалоги, много нового узнали ребята от Наталии Александровны и Руслана Ринатовича. Владимиру Александровичу Жидкову оставалось только рассказать о нашей скаутской организации, о палаточных лагерях, о проектах, в которых школьники учатся собирать роботов, снимать видеоролики и фильмы, осваивают азы сетевой журналистики, увлекаются уличной гимнастикой. И есть возможность сидящим в зале присоединиться к ним, чтобы обрести интересные занятия и познакомиться с увлечёнными людьми. И, кажется, он был услышан: после урока подошли к нему ребята, уточняли, где и как можно записаться в наши секции. Тем же, кто не может сходу принять решение – есть время подумать: мы раздали нашу газету «Вопреки», в которой есть и контактные телефоны, и адреса электронной почты и сайта, с их помощью знакомство можно продолжить.

Владимир ВАРДУГИН

На снимках: диалог ведут Наталия Александровна Королькова и Юлия Медведева; Руслан Ринатович Бисултанов и Олег Парфёнов

ГЕРМЕТИЗАЦИЯ РАДИ... ЖИЗНИ!

Волны Трезвеннического Движения набегают от городов и самых дальних уголков России на Федеральный Центр, который, как известно, находится в Москве престольной. Волны-то набегают, да только сами они пока не столь огромны, а главное, **властный синклит** почти абсолютно нечувствителен к требованиям лидеров многочисленных сегментов Движения, призванного разбудить власть – «стражу», чтобы та спасла государство. Нетрудно понять, что Движение за Трезвость – это ГУСИ, а Римская стража – это Государственная ВЛАСТЬ. И вся эта история длится уже более 30 лет с постепенным накатом вопрошаний, воззваний и требований. И что же? Есть данные, что потребление алкоголя снизилось. В 2017 году 11 сентября был впервые объявлен в России Днём Трезвости. Косвенным указанием на наши успехи явилась беспардонная выходка министра МЗ России В.Скворцовой, которая на ТВ(!) назвала некие дозы алкоголя полезными для организма. Мало кто знает, что госпожа министрша в своих рекомендациях видит человека безголовым. Говоря об успокаивающем действии, она как бы оставляет без внимания неизменно возникающие повреждения нейронов коры головного мозга. И врач в принципе не может назначать этанол как наркотическое вещество внутрь. Откуда же такая прить у министра? Да потому, что нет на неё управы. Что хочешь, то и ворочу. Хотя почти каждый из соратников догадывается, кто заказал эту провокацию. А результаты провокации могут сказаться и быстро (разные инциденты, ДТП, несчастные случаи), и в отдалённой перспективе, когда скажется прибавка в больных алкоголизмом.

Но это присказка. А вот и сказка. Почему не реагирует ВЛАСТЬ? Мы-то с вами отреагировали на **страшную правду** об алкоголе. Каждый из нас хорошо помнит это своё второе рождение. У меня оно было 28 апреля 1985 года и предвосхитило Горбачёвский указ. Так вот, либо правящие нами господа не знают, что творит алкоголь, либо знают, но трусливо уstraняются от борьбы за трезвость. А мешают сделать этот **решающий** и судьбоносный для всей Страны шаг их **убеждения** в том, что **культурное употребление небольших количеств хорошего алкоголя естественно, полезно и необходимо в жизни**. А знание и убеждение вещи разные.

Убеждения прививаются с самого рождения картинками пьяных застолий, картинками в детских книжках и стихами (что вы пили – бражку), кино, ТВ и далее со всеми останками. Так вот, уже **дети ясельного возраста(!)**, которым предлагают изобразить праздник, **чокаются, обнимаются и шатаются** (В.Фахреев) Чего же нам ждать от дяденек и тётенек во ВЛАСТИ?!

Но тут может последовать вопрос: а как же мы с вами из этой **проклятой матрицы** вырвались? Может быть мы просто слабаки? Вся «**слабость**» наша в особенностях нашей психологической организации. Мы оказались настолько **чувствительными к той огромной беде**, которую творит алкоголь, что **ужаснувшись**, выбросили его из своего сознания навсегда. И не только это. Мы встали в ряды Движения за Трезвость, что даёт возможность хоть как-то облегчить **душевную боль** от созерцания алкогольного **разбоя** на нашей Родине. Описанную нами реакцию дают не все подряд, а **альтруисты**, заточенные на **благодейния** для людей. Их в человеческой популяции всего **5 %**. Остальные – эгоисты. Их **95 %**. Этот расклад может показаться весьма удручающим, но так распорядился Господь. Приведённые цифры мы встретили у крупного учёного В.П. Эфроимсона. Читайте его книгу «Родословная альтруизма». Однако, не все эгоисты безнадёжны в части поддержания трезвого образа жизни. У некоторых из них, как ни странно, крайне негативное отношение к алкоголю, взявшееся по не совсем ясным причинам. Другие соблюдают трезвость по вполне понятным причинам. Мы же насчитали в своё время более десяти типов трезвенников (кроме сознательных). Сюда, например, входит большая общность с вероисповедальной трезвостью. Так что нам – сознательным трезвенникам-альтруистам – выпала почётная миссия вести всех остальных к полной победе Трезвости в России.

Теперь последний и самый трудный вопрос: что делать с **матрицей самоотравления**? Точнее так: кто будет воплощать в жизнь наши рекомендации по **демонстражу матрицы**? Боюсь, что это станет ясным только после того, как проснётся ВЛАСТЬ. Не думаю, что это где-то близко. Отнюдь. Поэтому начнём с ознакомления **членов молодой семьи**. Новорождённый погружается в **специфическое информационное пространство** сразу же после роддома. Поэтому это самое пространство должно быть строго **герметизировано** относительно проникновения **картин проалкогольного характера**. Если иметь в виду только алкоголь, то чему надо стараться воспрепятствовать? Очень просто: созерцанию ребёнком **пьяных застолий с чоканьем и весельем**, не говоря уж об обнимашках и шатаниях. Усвоение пьяного **«буквара»** – предтеча многих трагедий в будущем. Под этим же углом взрослые должны рассматривать то, что изображено и о чём сказано в книжках и мультиках(!) и цензурировать соответствующие материалы. Речь идёт о том, чтобы ребёнок, будучи свободным от стереотипа алкогольного поведения как обязательного в жизни, мог при достижении зрелости самостоятельно оценить пригодность такой ипостаси бытия для себя лично. А поскольку у него не будет ложных убеждений в части обязательности жизни с алкоголем, то знания, полученные в школе или самостоятельно, смогут перевесить советы каких-либо не вполне авторитетных товарищей жить с зельем.

Итак, запомним: **герметизация информационного пространства ребёнка от проникновения элементов питейной матрицы – важнейшее условие воспитания сознания, устойчивого к любым видам наркотического поведения.**

**Доколе матрице питейной
Осанну будем восклицать?
Давно пора нам эту скверну
Из быта нашего изгнать.**

Лев Сергеевич КОЗЛЕНКО,
кандидат медицинских наук

Наша газета несколько раз писала о маленьком якутском селе Ессей, где жители добились права жить трезво, изгнав из магазинов спиртное. Одна из публикаций в октябре 2014 года называлась «Браво, Ессей! Дальше – по России всей». «Российская газета» (№ 54 от 15 марта 2018 года) в обзоре «Трезвые» с подзаголовком «В России около тысячи деревень отказались от алкоголя» рассказывает о наступлении на алкогольный прилавок в Чечне, в Белгородской области, в Якутии. Репортаж из Сибири назван «Вырастить трезвенника», перепечатываем его в нашей газете.

ВЫРАСТИТЬ ТРЕЗВЕННИКА

В Якутии запретили продавать алкоголь более чем в 170 сёлах. Это почти треть населённых пунктов республики.

И список пополняется. Инициатива в шкотовом вопросе всегда принадлежит самим жителям: инициативная группа убеждает односельчан попытаться жить трезво. Потом люди голосуют на сходе. Если большинство согласно убрать водку с прилавков магазинов, сельская администрация ходатайствует перед Госсобранием республики о том, чтобы этому решению придали статус закона. Подобные законопроекты депутаты принимают сразу в окончательном чтении без обсуждения. Нет смысла обсуждать.

Запрет на продажу отнюдь не означает, что все сельские алкоголики сразу бросают пить. Табу распространяется только на торговлю. Как считает руководитель республиканского управления по госрегулированию алкогольного рынка Матвей Лыткин, пьющего человека перевоспитывать бесполезно. Меры дадут эффект, когда вырастет поколение, не видевшее спиртного на прилавках. Впрочем – иногда – раньше.

В селе Хатырык Намского улуса спиртное запретили лишь семь лет назад. Отсюда до райцентра – всего 30 километров по хорошей дороге. Казалось бы, нет ничего проще, чем закупать водку там. Однако тот факт, что алкоголь исчез из местных магазинов, оказался решающим. Люди стали следить за здоровьем, в Хатырык потянулась молодёжь из других сёл. А главное – здесь забыли, когда была последняя пьяная драка.

Ещё легче «сухой закон» приживается в сёлах, где до ближайшего водочного магазина сотни километров. За водкой не набегаешь. А с подпольными «точками» разбираются сами, без полиции. В селе Хара-Алдан Таттинского улуса по инициативе женщин спиртное вывели с прилавков магазинов ещё в 1986 году. Лишь в 2016-м это решение было узаконено парламентом республики. «Но за все эти годы в Хара-Алдане не было продано ни одной бутылки горючего», – отмечает глава сельской администрации Дьулустан Старостин.

25 апреля 2018 года в школе № 3 города Красноармейска прошла тренинг-игра «Ключи здоровья» в рамках проекта «Здоровый выбор», поддержанного Фондом президентских грантов. Игру провели активисты молодёжного крыла Саратовского общества трезвости и здоровья «Трезвый Саратов» Евгений Чернов, Владимир Жидков, Алексей Воробьёв с привлечением красноармейских трезвенников Алины Юрьевны Бовтун и Геннадия Ивановича Полякова.

ЗДРАВЫЙ ВЫБОР – КЛЮЧ К ЗДОРОВЬЮ



На игру пришли пять команд из школы № 3, восьмиклассники свои партнёры назвали так: «Стрижи», «Экоторики», «Три шестёрки», «Винкс» и «Бабулёхи». На маршруте игры их ждали пять станций. Станцию «Трезвеннический кроссворд» вёл Евгений Чернов, «Развенчание мифов» – Владимир Жидков, «Юный Пушкин» – Алина Бовтун, «Мультэксперт» – Алексей Воробьёв, «Запах сигареты» – Геннадий Поляков. Перед тем, как начать игру, Владимир Александрович Жидков провёл урок трезвости, рассказав о том, какие опасности подстерегают человека, попадающего в зависимость от алкоголя, никотина, других наркотиков.

Свой рассказ Жидков продолжил на станции: по очереди приходили к нему все пять команд, и он развенчивал мифы об алкоголе: что якобы спиртное согревает, полезно при болезнях и о прочих заблуждениях, причём не просто опровергал недостоверную информацию, но и разъяснял, как такие мифы создавались и как противостоять им. Но это после того, как ребята верно или неверно отвечали на вопросы.

На станции Евгения Чернова школьники разгадывали кроссворд: на доске с написанным буквам, сложённым в слово ТРЕЗВОСТЬ, нужно было подобрать как можно больше слов, характеризующих положительные качества трезвости. Игроки быстро справлялись с заданием, быстрее отведённых шести минут, так что у Евгения Владимировича оставалось время для душевной беседы. Когда я подошёл на его станцию, он девчачьей команде «Винкс» собрал сведения, о которых они ни от кого не слышали: клеточки, из которых формируется ребёнок, женщины даются от рождения, и каждую из них может повредить даже одна рюмка вина, и ответ-

ственность за рождение больного сына или дочери будет лежать на маме, поэтому, девочки, вам ни в коем случае нельзя приоткрываться к спиртному...

Две станции – развлекательно-познавательные. Самую весёлую вёл Алексей Воробьёв. Он включал мелодии из мультфильмов, а игроки должны были угадать, из какого фильма эта песня. На станции Алины Юрьевны Бовтун, напротив, царил сосредоточенный тишина: из двух пар слов-рифм нужно было составить четверостишие. Как, к примеру, «Бабулёхи» преобразили «искусство – чувство» и «ликуй – тоскуй» в стихотворение:

*Ликуй, душа, тоскуй, печаль,
Искусство радости и чувства,
Бывали вместе мы с тобой,
Скучали вместе той весной...*

Не Пушкины, конечно, но настроение ожидания задержавшейся в пути весны отражают сии строки.

И пятая станция – силовая, но тоже с просветительским уклоном. Геннадий Иванович Поляков, местный житель, по профессии буровик, сражаясь на тямбарах (мягких дубинках) с восьмиклассниками, «включив» в их головы ту простую мысль, что начать курить очень легко (вы слышали когда-нибудь жалобу: «Никак не могу научиться курить!», сетования же на неспособность бросить сигарету – сплошь и рядом), а вот избавиться от никотиновой зависимости не так-то просто.

В перерыве между командами я поинтересовался у Геннадия Ивановича, давно ли он знаком с Воробьёвым (представитель Саратовского общества трезвости и здоровья в Красноармейске) и каков стаж его трезвости. На первый вопрос ответил приблизительно: «Лет двадцать», а на второй дал точ-

ный ответ: «Никогда не пил и не курил!» Как же ему удалось все пятьдесят четыре года своей жизни блаженствовать в трезвости? Геннадий Иванович, в свою очередь, удивился такому вопросу: «Вы же, видя грязь, не будете пачкать в ней руки? Вот и мне всегда было ясно, что спиртное, табак – это грязь...»

Все пять станций пять команд прошли за час, и пока организатор игры Алексей Александрович Воробьёв подсчитывал баллы, распределяя команды по рангу, Владимир Александрович Жидков продолжил урок трезвости. После чего настал момент награждения. Сразу три команды оказались в третьем месте – «Винкс», «Три шестёрки» и «Бабулёхи». На второе место взлетели «Стрижи». И победу праздновали «Экоторики», что и неудивительно: с сентября дружат они с саратовским благотворительным фондом «Савва», ведущим проект «Экотория». Само название подсказывает: учат ребят жить в гармонии с природой, преподают экологическую грамотность. На игру приехала Алёна Кульман, координатор проекта «Экотория». Она и предложила Алексею Воробьёву провести в «своей» подшефной школе «Ключи здоровья», на что Алексей Александрович охотно откликнулся, вручив в конце церемонии награждения (каждая команда получила грамоты Саратовского общества трезвости и здоровья) приз – подборку литературы о природе родного края учителю экологии, химии и биологии школы № 3 Алле Викторовне Югауловой, руководителю экологического кружка, активно участвующей в проекте «Экотория».

В игре «Ключи здоровья» в год добровольца объединили свои усилия волонтеры двух общественных организаций: нарушение естественной трезвости – это же действие наперекор природе, отступление от законов экологии. Игр-тренинг ещё раз напомнил ребятам о том, что трезвость – главный ключ к здоровью.

Владимир ВАРДУГИН

На снимках: Евгений Чернов ведёт станцию «Трезвеннический кроссворд»; Алина Юрьевна Бовтун даёт задание «юным Пушкиным» зарифмовать слова; Владимир Жидков с капитаном команд после награждения



ТОЛЬКО ТРЕЗВАЯ РОССИЯ СТАНЕТ ВЕЛИКОЙ!

22 июня 2018 года исполняется десять лет со дня кончины великого сына России Фёдора Григорьевича Углова, основателя современного этапа трезвеннического движения. Редакция газеты «Вопреки» объявляет поэтический конкурс памяти нашего земляка, выпускника Саратовского медицинского института 1929 года. Конкурс на лучшее стихотворение, призывающее к трезвости, мы назвали строкой-завещанием из статьи Фёдора Григорьевича – «Только трезвая Россия станет великой!» Итоги конкурса будут подведены в октябре 2018 года на Вторых Угловских чтениях в саратовском Доме трезвости. Поступающие на конкурс произведения будут публиковаться на страницах нашей газеты.



Фёдор Углов

Фору в работе давал молодым,
 Ёмко писал и про спирт, и про дым.
 Друзей созывал он в Союз борьбы,
 Однако жесток был удар судьбы.
 Работу прервал он, окончив свой путь.
 Увы, нам оттуда его не вернуть.
 Глаголет нам вера, что смотрит на нас
 Лидер, которого факел угас.
 Однако успел осветить нам дорогу.
 Всем миром пойдём по ней к счастью и к Богу!
 Юрий СПИРИДОНОВ, г. Киев

ПУТЬ К УСПЕХУ – САРАТОВСКИЙ ВАРИАНТ

12 апреля 2018 года яркое солнце не могло нагреть студёный ветер, и тысячи собравшихся на Гагаринском поле людей могли почувствовать, какая была погода в тот день, когда 57 лет назад сюда приземлился Юрий Алексеевич Гагарин: так же светило холодное яркое солнце на непрогретую землю. Вечером школьники и студенты кол-

леджей Саратова вспоминали первого космонавта в спортивно-интеллектуальной краеведческой игре «Дорога к успеху. Ю.А. Гагарин в Саратове». Организовала соревнование Саратовская региональная общественная организация трезвости и здоровья в рамках проекта «Правники бессмертных», поддержанного фондом президентских грантов.

Почему спортивная? Потому что кто финишировал первым – тот и победил. Но при условии, если в забеге по улицам города команда отыскала правильные ответы на поставленные вопросы. А краеведы их так составили, что верно ответить можно, лишь посетив те одиннадцать объектов, связанных с жизнью космонавта. Чтобы команды не мешали друг другу, стартовали по очереди, согласно жребию.

А на старт вышли девять команд старшего возраста (от восьмого класса) – школ №№ 8, 10, 40, 82, 90, гимназии № 89, лица № 15, медицинского колледжа и реабилитационного центра «Возвращение» Ленинского района, а младшие выставили всего две команды – скауты отряда «ВолСар» школы № 10 и «Пламя» школы № 8.

Перед тем, как дать старт, Наталия Александровна Королькова, командор Ассоциации скаутов Саратовской области, напутствовала ребят и вручила подарок – кружку с символикой общества трезвости – Алексею Сорокину, студенту Гагаринского колледжа. Алексею 12 апреля исполнилось 17 лет – столько же было и первому космонавту, когда тот приехал в наш город и поступил учиться в техникум, где ныне учится Сорокин. Вот такие символические совпадения!

Задания были весьма просты. На одном листочке даны одиннадцать адресов – адреса техникума и аэроклуба, где учился космонавт, общежития, где он

жил, музеев, которые посещал во время приезда в Саратов в январе 1965 года и т.п. Главная проблема заключалась в составлении маршрута, позволяющего наикратчайшим путём посетить все объекты. Вот стайка ребят сгрудилась на углу улиц Григорьева и Некрасова, это студенты медколледжа, стартовавшие в числе первых, совещаются, куда направить свои стопы.

Минута на обсуждение – и парни и девушки устремились вниз по улице Некрасова, в сторону Волги. Иду по другой улице к Липкам, туда, где на пересечении улиц Волжской и Соборной стоит красивый особняк. В нём останавливались Юрий Алексеевич и Валентина Ивановна Гагарины в январе 1965 года. Вопрос, связанный с этим зданием, звучит так: «Что располагалось в этом здании в годы Великой Отечественной войны?»

Ребята без труда нашли ответ на мемориальной доске, вписали его в путевой лист и... И тут их осенило: «А давайте разделимся: одни побегут на Театральную, 13 (там Юрий Алексеевич встречался с пионерами в январе 1965 года), другие же отправятся к народному музею Гагарина на улице Сакко и Ванцетти». Что ж, раз в правила ничего не сказано о том, что команда должна следовать по маршруту в едином строю, то это не возбраняется. «Как же вы, – спрашиваю у тех, кто далее последовал без путевого листа, – что ли запомните вопросы?», а они сме-



ются: «Мы их на телефоны фотографировали!»

Кажущаяся простота и подвала некоторые команды. К примеру, отряд «Пересвет» из школы № 10, добежав до здания бывшей Мариинской гимназии, вписал имя, отмеченное на мемориальной доске: «Головачёв». Их товарищи по школе из отряда «ВолСар» повторили ошибку, с той лишь разницей, что обратили внимание на другую мемориальную доску и назвали имя Героя Советского Союза Михаила Григорьевича Саложникова, прикреплённую на здании не бывшей школы, а жилого дома.

Нужно было внимательно читать задание, чтобы найти искомого: систему космической связи для корабля «Восток» сконструировал Юрий Сергеевич Быков, учившийся в школе № 43 (до недавнего времени там располагался авиационный техникум), о чём и рассказывает мемориальная доска.

Подводило некоторые команды и желание заработать очки без труда, воспользовавшись подсказкой... прохожих. Однако не все наши земляки – доки в истории родного края, и те два-три случая подсказок оказали медвежью услугу командам: ответ неверен!

Но это – исключение из правил, львиная доля ответов заработана быстрыми ногами и ясной головой. Большинство команд нашли ответы почти на все поставленные вопросы. Правда, затратили на это разное время. Первенствовали лицеисты, скауты отряда «Колибри», они финишировали с полным пакетом ответов через 97 минут – быстрее, чем Гагарин совершил один виток вокруг Земли (первый полёт человека в космос длился 108 минут). Меньше времени затратили старшеклассники школы № 90 и гимназии № 89, но правильных ответов у них меньше, и потому жюри присудило второе место ребятам из центра «Возвращение» Заводского района, а третьими призёрами с одинаковым количеством баллов стали скауты отряда «Пересвет» (школа № 10) и гимназисты гимназии № 89.

Две команды младшеклассников поделили места так: первыми финишировали (ареал поиска у младших по сравнению со старшими был в два раза меньше) скауты отряда «Пламя», немного отстали от них скауты отряда «ВолСар» (школа № 10).

Победителям вручили грамоты, а капитанам команд, финишировавших первыми, автор краеведческой игры писатель Владимир Ильич Вардугин вручил призы – свои книги о наших земляках, причастных к освоению космоса, с автографом.

Андрей ПАНКРАТОВ

На снимках: студенты медколледжа отыскивали первый объект – здание гостиницы, в которой останавливался первый космонавт в январе 1965 года; скауты команды «Пересвет» нашли ответ на вопрос во дворе аэроклуба



Этот номер газеты издан с использованием гранта Президента Российской Федерации на развитие гражданского общества, предоставленного Фондом президентских грантов.

ПРЕМИЯ ЗА «СВОБОДУ»

Существуют такие журналистские премии, узнав о которых можно только сокрушённо покачать головой. К их числу относится присуждаемая ежегодно премия, которую учредил производитель сигарет «Реемтсма» – «Премия Свободы» для награждения «мужественных журналистов, ежедневно освещающих борьбу за свободу». Циничнее не придумаешь. Фирма, продукция которой делает людей зависимыми и несвободными, присуждает «премию борцам за свободу». 15 000 евро премиальных и помпезная гала-церемония – вот во сколько обходится фирме это издевательство над жертвами сигаретного дыма. Журналист Ганс Ляйендекер сказал по поводу попытки привлечь к этому делу и его: «Когда я получил это предложение, мне было ясно, что я не дам номинировать себя на эту премию. И вообще, журналист должен знать, куда он идёт, кому он позволяет себя пригласить, кому он позволяет себе платить. При этом неважно, идёт ли речь о премии, о речи или о модерации. Журналист не должен продаваться, журналист не должен ходить на такие мероприятия». А вот другие без проблем принимают премию, учреждённую табачной промышленностью, – как, например, тележурналист APD Томас Рот (2009) и репортёр из газеты «Франкфуртер альгемайне цайтунг» Конрад Шуллер (2012).

(...) Использование понятия «свобода» в целях лоббирования интересов производителя табачных изделий – вовсе не изобретение концерна «Реемтсма». «ЛоббиКонтроль», гражданская инициатива за гласность и демократию, поясняет: «В англоязычных странах табачная промышленность даже целенаправленно поддерживала организации, в названиях которых содержится слово «свобода» и которые создавали в обществе настроения, направленные против запрета на курение и запретов вообще, или участвовала в создании таких организаций, например, «Центра за свободу потребителей» в США, или «Организации за свободу наслаждаться курением табака» (Freedom Organisation for the Right to Enjoy Smoking Tobacco (FOREST) в Англии. Последняя из названных организаций, по данным группы «Акция «Курение и здоровье»» (Action on Smoking and Health), получает от табачной промышленности более 90 процентов расходовемых ею средств.

Не следует забывать, что с начала 2007 года реклама табачных изделий в печатных средствах массовой информации запрещена. Этот запрет, содержащийся в Директиве ЕС 2003/33/EG, распространяется и на рекламу имиджа табачной промышленности, что было в августе 2009 года подтверждено Верховным земельным судом Гамбурга. По решению комиссии ЕС, любая форма рекламы образа табачных фирм подпадает под запрет рекламы табака. В своём отчёте за май 2008 года комиссия ЕС именует всякий «пиар» производителей табака, представляемых в качестве «сознающих свою ответственность», «средством продажи образа и продукции соответствующих предприятий». А вот репортажи о присуждении премий, учреждённых табачной промышленностью, не подпадают под введённый ЕС запрет на рекламу. Но давайте-ка сейчас ответим на один интересный вопрос. Давно ли началось присуждение «Премии Свободы» «Реемтсма» «мужественным журналистам»? Я вижу, вы уже догадались: в 2007 году. Теперь, надеюсь, вам всё ясно?

Удо УЛЬФКОТТЕ

(из книги «Продажные журналисты», М., «Эксмо», 2015)

ЧОКНУТЫЙ

Слова «чокнутый», «чекушка», «чокаться» пришли к нам от плотогонов. Сплачивая брёвна в плоты, они забивали колья, используя вместо кувалды колотушки – затёсанные с одного конца толстые сучья, поленья. Эти колотушки назывались «чеканами». Чеканом ударяли колья, вгоняя их в грунт.

А при ловле рыбы применялся маленький чекан – его звали «чекушка». Техника применения чекушки была проста. Рыбу на леске подводишь поближе, и чтобы не рисковать леской, били рыбу по голове. После этого рыба теряла сознание и не сопротивлялась. Но оставалась при этом живой, только «чокнутой».

Соответственно, когда люди отравляются алкогольными ядами, у них резко меняется поведение. Они становятся «чокнутыми». И ритуал с возгласами: «Давайте чокнёмся!» точно отображает физическую сторону процесса.

А «чекушка» (малая бутылка с алкогольным ядом) по форме и размеру совпадает с той малой колотушкой, которой били, но не до смерти, рыбу, после чего она попадала в уху или на сковородку.

Редактор
В. И. ВАРДУГИН

Газета «Вопреки»
издаётся с декабря 1994 года.
Распространяется бесплатно.

Учредитель – Саратовская региональная
общественная организация трезвости и здоровья

Адрес редакции: 410002, г. Саратов,
ул. Е.Ф. Григорьева, 45. Телефон: 23-68-10.
E-mail: OT45@yandex.ru www.otsar.ru

Газета зарегистрирована Поволжским управлением регистрации и контроля за соблюдением законодательства РФ о средствах массовой информации (г. Саратов). Свидетельство № С 1623 от 19 февраля 1997 г.