



## «ОПЛОТ УСПЕХА» В ПЕТРОВСКЕ

9 февраля 2021 года в общеобразовательной школе № 7 города Петровска состоялся круглый стол в рамках президентского проекта «Оплот успеха», начатого Саратовской региональной общественной организацией трезвости и здоровья 1 февраля. Наталья Александровна Королькова презентовала этот проект педагогам города Петровска.

В работе круглого стола приняли участие заместитель главы администрации города Николай Владимирович Ларин; начальник отдела по социальным вопросам общественных, трудовых, межнациональных отношений, спорту и туризму администрации Петровского муниципального района Светлана Александровна Михайловская; заместитель директора по работе с семьей ГАУ СО «Комплексный центр социального обслуживания населения Петровского района» Екатерина Алексеевна Леткова; секретарь комитета по делам несовершеннолетних Петровского района Леонид Степанович Билокоенко.

Почему круглый стол провели именно в школе № 7? Потому что в рамках проекта «Оплот успеха» один из трёх подростковых клубов «Перекрыток» будет создан в этой школе, и в разговоре приняли участие педагоги, которые и наполнят петровский «Перекрыток» конкретным содержанием: заместитель директора школы № 7 Ирина Владимировна Киселева, педагог-психолог Марина Семёновна Пугачёва, учителя начальных классов Марина Алексеевна Гаврилова, Оксана Александровна Хрипунова и Елена Владимировна Иванова, учитель музыки Елена Васильевна Левагина, учитель математики Наталья Анатольевна Герасимова, учитель биологии и химии Елена Сергеевна Чарикова; учитель физкультуры и ОБЖ Валентин Юрьевич Егоров и скаут-лидер отряда «Следопыты» Нина Николаевна Гамаюнова.

Наталья Александровна Королькова подробно рассказала о цели проекта – педагога в ходе выполнения различных мероприятий, предусмотренных проектом, должны сформировать мотивацию к здоровому образу жизни у подростков Саратова и Саратовской области, в том числе и у ребят, относящихся к группам риска. Комментируя кадры презентации на экране, представила этапы выполнения программы «Трезво и здорово», рассказала о тех компетенциях, которыми станут овладевать участники «Перекрытков». Услышали участники круглого стола историю нашей общественной организации, насчитывающей

три с половиной десятилетия, узнали об опыте работы с детьми, об утверждении трезвости в общественном сознании. Наталья Александровна выразила уверенность, что петровчане активно включатся в созидательную работу, и петровский «Перекрыток» привлечёт в свои ряды многих школьников, а волонтеры Саратовского общества трезвости и здоровья на том «Перекрытке» поделятся опытом, проведут занятия по робототехнике, мастер-класс воркаута и паркура. Подростки школы № 7 и других учебных заведений станут участниками обучающих семинаров, слётов и палаточных лагерей (обсуждался вариант проведения летнего областного лагеря на территории Петровского района).

Поначалу участники круглого стола слушали настороженно, оценивая, смогут ли они оправдать надежды организаторов проекта, но в ходе беседы, осмысливая услышанное о том, с каким интересом участвовали дети и педагоги в предыдущих проектах общества трезвости (а их, проектов, было уже 22), включались в разговор, который на втором часу беседы перешёл в задушевный разговор о том, как лучше организовать работу.

«Мы настроены оптимистично, и по мере снятия ограничений будет реализовано стопроцентно всё то, что мы наметили с Натальей Александровной ещё в прошлом году, когда обсуждался этот проект», – сказал на круглом столе Николай Владимирович Ларин, замглавы администрации города Петровска, – и мы обязательно отследим результативность исполнения проекта. Я уверен, что к проекту подключатся и другие школы. Екатерина Алексеевна как уполномоченный по правам ребёнка в Петровском районе знает, насколько эта проблема актуальна, потому что мы через систему комитета по делам несовершеннолетних в ежедневном формате видим вот эти болевые точки. Мы их знаем, по ним работаем, и если ваша программа даст положительный успех, мы вам будем очень и очень признательны и благодарны».

Мысль Ларина продолжила Екатерина Алексеев-

на Леткова, высоко оценив задуманное как альтернативу наказаниям: «Одними наказаниями решить проблему нельзя, и чтобы увести подростков от того, что они делают, нужно предложить то, что их заинтересует. У них должна быть мотивация. Сейчас трезвый образ жизни чрезвычайно актуален и востребован. Вы правильно заметили, – обратилась к Наталье Александровне, – что нет превентивной профилактики. Мы работаем, уважаемые педагоги, с ситуацией со случаем, и зачастую работаем с той ситуацией, когда мы ничего не можем сделать. И здесь мы идём на самые крайние меры. А если бы у нас была правильная превентивная первичная профилактика с начальной школы, а не со среднего звена, то и результат был бы совсем иной».

«Педагогический состав в нашем районе сильный, – выразила уверенность в том, что петровчане с энтузиазмом включатся в работу Светлана Александровна Михайловская. – У нас учителя и президентские гранты выигрывали, и у них есть где приложить свои силы – у них есть и опыт, и педагогическими методиками они владеют. У нас с вами получится прекрасный петровский тандем, – обратилась к Наталье Александровне, – потому что в районе хорошая педагогическая и скаутская база (повернулась к скаут-лидеру Нине Николаевне Гамаюновой)».

«Я напоминаю, – сказала в заключение Наталья Александровна, – что у нас – общественная организация, у нас нет ничего, кто сверху нам указывает, и поэтому это даёт шанс реализовать себя каждому, кто приходит в нашу команду. И в команде нет равнодушных людей». Судя по реакции слушателей на эти слова, и среди участников круглого стола не оказалось равнодушных.

В завершение беседы педагогам раздали методические брошюры с описанием опыта проведения уроков трезвости, создания «стен здоровья» в школах, магнитики со слоганом «Только трезвая Россия станет великой», свежие номера нашей просветительской газеты «Вопреки». Всё это пригодится петровчанам в работе. В марте начнёт действовать в Петровске «Перекрыток», и в марте же из Саратова приедут добровольцы для участия в совместном мероприятии в рамках проекта «Оплот успеха».



15 февраля 2021 года в школе № 1 им. Т.Г. Мазура города Пугачёва состоялся круглый стол в рамках президентского проекта «Оплот успеха», начатого Саратовской региональной общественной организацией трезвости и здоровья 1 февраля. Наталья Александровна Королькова презентовала этот проект общественности города Пугачёва.

## КРУГЛЫЙ СТОЛ В ПУГАЧЁВЕ

В работе круглого стола приняли участие заместитель начальника управления образования администрации Пугачёвского муниципального района Евгения Александровна Сенновская, директор школы № 1 им. Т.Г. Мазура Марина Ивановна Никулина и её заместители по учебно-воспитательной работе Виталий Петрович Войтинцев и по внешкольной воспитательной работе Елена Васильевна Подовинникова, педагог-психолог этой школы Татьяна Александровна Рау и педагог-организатор Елена Александровна Стариннова, заместитель директора по учебно-воспитательной работе школы села Ст.Ира Порубёжка им. И.И. Лободина Светлана Владимировна Ушакова, методист Центра развития творчества детей и юношества г. Пугачёва Светлана Владимировна Бердугина и её коллега по этому Центру педагог-организатор Саня Якубовна Рафикова, педагог-организатор школы-интерната г. Пугачёва Екатерина Владимировна Силантьева, главный врач Пугачёвского психоневрологического диспансера Елена Святославовна Ивлиева и председатель Пугачёвского представительства Саратовской региональной общественной организации трезвости и здоровья Сергей Михайлович Благов.

Но прежде, чем начать разговор с педагогами, Наталья Александровна встретила и побеседовала со школьным активом, с теми ребятами, кому на протяжении двенадцати месяцев предстоит воплотить запланированные мероприятия в жизнь. Два десятка старшеклассников готовы начать работу. Королькова, кратко охарактеризовав проект, рассказала, какие интересные дела ждут ребят, остановилась и на том, почему в современном мире так ценится трезвость. А проект как раз и предназначен для того, чтобы смотивировать подростков на сохранение своей природной трезвости.

«Принцип работы «сверстник – сверстнику» мы используем всегда, и в этом проекте тоже, – подчеркнула Наталья Александровна, начиная разговор с педагогами на круглом столе. – У нас ни одного палаточного лагеря не подготовлено без участия скаутского штаба. Да, под руководством педаго-

гов разрабатывают школьники программы лагерей и слётов, но скауты таким образом учатся ответственности. И это – самое главное. Я сейчас на встрече с активом рассказывала детям: зависимые люди отличаются тем, что они – безответственные, несамостоятельные, инфантильные. И вся наша работа с детьми как раз и направлена на то, чтобы они не отказались от своей природной трезвости, а сохранили её. Знаете, как это здорово: никогда не употребляю алкоголь! А сейчас молодёжь всё больше об этом говорит. Статистика свидетельствует: 40% молодых выбирают абсолютную трезвость! И этот выбор сделан не просто так, а в результате складывающегося общественного мнения, той жизни, которую видят дети вокруг себя. Но, к сожалению, в общественном сознании всё ещё превалят мнение: алкоголь нужен для жизни, и на сегодняшний урок трезвости подростки рассказали нам, для чего пьют люди: для снятия стресса, для вечеринки, и о прочих мифах. Программа на употребление алкоголя складывается с детства. Вот эти мифы в ходе нашего проекта будут развеяны в результате нескудных занятий, уроков, игр».

С педагогами шёл серьёзный разговор об ответственности взрослых за воспитание подрастающего поколения. Наталья Александровна подробно познакомила собравшихся с планом проекта («Дети какого возраста могут принимать участие в проекте?», – спросила Евгения Александровна Сенновская, услышав в ответ: «Всех классов, но у нас в клубе робототехники и дошкольники учатся»), пошарово представив всё, что будут делать педагоги и ученики школ (а в проекте примут участие многие школы города, некоторые директора уже заключили договор с обществом трезвости). Все они получат не только методическую помощь (мы привезли брошюры «Уроки жизни», «Здравый толк», «От здравого толка к здоровой жизни», «Центр РОСС? Не вопрос!», «Битва за трезвость – битва за Россию»), но и организационную. В Пугачёве будет создан один из трёх «Перекрытков» – подростковый клуб, в котором школьники станут обучать различным компетенциям. Сейчас популярна робототех-

ника, и педагоги попросили, помогут ли саратовчане организовать и в Пугачёве кружок робототехники. Да, заверила Наталья Александровна, мы не только проведём ознакомительное занятие, но и предоставим наборы для сборки роботов в распоряжение педагога, который возьмётся за создание кружка.

Кроме того, пройдут занятия по паркуру и воркауту, игры в лазертаг, будут созданы другие интересные клубы и кружки. И, конечно же, будут даны и уроки трезвости. Елена Васильевна Подовинникова заострила внимание на увлечении подростков вейпами, пугачёвские ребята покупают гаджеты через интернет, они уверены, что парение безвредно и даже полезно, нельзя ли провести урок трезвости на тему вейпов. Наталья Александровна сказала, что обязательно просветит ребят, а Елену Васильевну попросила прислать ей запрос как члену Общественной палаты с указанием, через какой сайт идёт торговля: продавать эти вещи через интернет запрещено законом, и прокуратура займётся тем сайтом.

Полтора часовой разговор прошёл конструктивно, расстался ненадолго: уже в марте начнутся занятия в пугачёвском «Перекрытке», в нём примут участие и саратовские добровольцы.

15 февраля – день вывода советских войск из Афганистана. С утра в школьном музее прошли экскурсии, пригласили на неё и саратовских гостей после круглого стола. Руководитель музея учитель истории Любовь Алексеевна Зякина познакомила с выставкой, посвящённой воинам-интернационалистам, а экскурсовод Максим Кочубей из выпускного класса рассказал о наиболее интересных экспонатах, о земляках-вертолётчиках из 626 полка. Наталья Александровна в конце экскурсии прокомментировала такой факт: в те годы, когда наши войска воевали в Афганистане, из этой центральноазиатской страны прекратился поток героина, поля тогда засеивались не маком, а полезными сельхозкультурами, когда же наших воинов сменили американцы, наркотрафик из Афганистана вспыхнул с новой силой.

Проект «Оплот успеха» стартовал, впереди ждут интересные занятия, уроки, игры, конкурсы.

# СТРАТЕГИЯ И ТАКТИКА ОТРЕЗВЛЕНИЯ

Беседа вторая: Тропа в алкогольный ад

Поступок употребления алкоголя взрослыми, так сказать, «по случаю», виденный ребёнком ещё в раннем детстве и вызвавший в его сознании положительную эмоцию, «привязывает» его к алкоголю, калеча ему жизнь, и ребёнок со временем всё активней и активней начинает изыскивать возможности самостоятельного употребления алкоголя. А как только ребёнок, взрослея, берёт в руки стакан, он из категории **трезвенника** переходит в категорию **ритуальщика**.

Кто такой ритуальщик? Это человек, который употребляет алкоголь от одного до двенадцати раз в год. Алкогольное отравление в клетках головного мозга мужчины сохраняется от 18 до 22 дней. А у женщин от 40 и более дней. И если, скажем, человек употребляет алкоголь хотя бы раз в месяц, то он может, освободившись от алкоголя, на какой-то момент стать трезвым. Это только на какой-то момент, пока он снова не начнёт употреблять эту отраву. И вот тут нам пора начать знакомиться с законами собриологии – науки о трезвости. Один из них – это **закон о количестве**. Что он говорит? **Начав употреблять алкоголь, табак и иные наркотики, человек невольно стремится к увеличению и усилению дозы незаметно для самого себя.** И это совершенно правильно, если осознать простой факт, что употребление табака, алкоголя или иного какого-либо наркотика не может быть целью. Нет у человека цели просто так обкуриться, или упиться, или, того хуже, обколоться. Но и алкоголь, и табак, и прочая наркотическая дрянь являются явно выраженным средством, которое позволяет человеку адаптироваться в той или иной ситуации. Давно и хорошо известно, что, скажем, изначальная доза того же табака со временем не способна адаптировать че-

ловека к возникшей ситуации, и поэтому человек вынужден эту самую дозу увеличивать, или усиливать, прибегая к употреблению иного, более сильного наркотического средства, что, собственно, и происходит абсолютно незаметно и не сразу. Сам же человек не видит, как быстро, а порой очень быстро он ломается при увеличении или усилении наркотической дозы, по причине того, что находится внутри этого процесса. Но этот процесс хорошо видят окружающие, и особенно близкие ему люди. И с того самого момента, как человек берёт в руку стакан с алкогольным пойлом, он полностью подчиняется этому закону, невольно и незаметно для себя увеличивая дозу алкогольного наркотического яда. В результате чего из ритуальщика обязательно и неуклонно перебирается в **обожатели** спиртного. Или, как я их ещё называю, в диких алкогольных экспериментаторов над своим и чужим здоровьем.

Кто попадает в обожатели? А в обожатели спиртного попадают люди, которые употребляют алкоголь от двух раз в месяц и чаще. Почему? А очень просто. Если человек употребляет алкоголь уже два раза в месяц, то у него алкогольная интоксикация головного мозга не прекращается никогда! Помните, нам говорили: пьяница проспится, а дурак никогда. Употребляя два раза в месяц алкоголь, мы с вами проспаться уже не можем. И получается, что нас, простите, держат за дураков...

Но закон свою силу знает, и если человек попал в обожатели, то доза будет продолжать расти, и он обязательно, рано или поздно, окажется в категории **пьяниц**. В категории пь-

ниц два вида: пьяницы злостные и бытовые. Как вы думаете, какое пьянство более страшное? Если кто-то решил, что злостное более опасно, то он глубоко ошибается. Злостное пьянство, как это ни странно, наглядно своим ужасом и потому поучительно. А бытовое пьянство как раз и есть тот самый программист на употребление алкоголя. И вот мама говорит своему сыну: «Ты не пей, как папка. Папка твой нажирается до свиней, и не знаешь потом, куда его девать или куда от него деться. А вот дядя Петя, он молодец, выпьет немного дома и отдыхает культурно. Такая «мама» совершает преступление против своего ребёнка. Да-да, преступление!!! Потому что примером по соседю толкает собственное чадо в лютий алкоголизм.

Естественно, в пьянстве люди так же долго не задерживаются, закон работает. Поэтому люди, опять же незаметно для себя, из пьянства, уже часто запойного, перебираются в **алкоголики**.

Итак, человек родился трезвым, это его естественное состояние. И изначально физиология человека так устроена, что алкогольного яда не принимает, не может принять. Срабатывает генный код самосохранения! Тем не менее, ломая природную физиологическую защиту, подчиняясь своей привычке в определённых ситуациях употреблять, человек начинает пить и больше, и чаще. В результате чего включается механизм алкоголизации, который подробно и доказательно разделён на три стадии.

Итак, стадия **первая**. На этой стадии, как правило, потребность в алкоголе ещё слабо выражена, но по

мере продолжения употребления усиливается. Человек ещё способен эту потребность преодолевать, становясь воздержанным. А вот толерантность (переносимость) к алкоголю начинает нарастать и превосходит начальную раз в три. Идёт снижение рвотного рефлекса с последующим его исчезновением. Способность произвольного прерывания употребления спиртного утрачивается, и нарастает психологическая зависимость.

Разговариваешь, ну, например, с женщиной и спрашиваешь её: «Как начнёшь шампанского на Новый год? Что произойдёт, если его не будет?». Дико бывает слушать ответы: «Да ты что? Да как? Да Новый год не наступит... Да вы, наверно, шутите... Да ну вас...» Именно так и говорят: «Новый год не наступит». Я таким женщинам скорбью сообщаю: «У вас все признаки первой стадии алкоголизма». Милые мои, скажу вам больше: когда ваши дети чокаются лимонадом, это, увы, тоже признак первой стадии. В нашей России 80% населения живут с первой стадией алкоголизма и даже не подозревают этого. Не подозревают!

Но процессы идут, и потребность в алкоголе возрастает настолько, что человек уже не способен справиться с нею. Переносимость (толерантность) при этом достигает своего пика, и в последующем способна сохраняться на этом уровне достаточно долго. При всём при том человек начинает гордиться собой: я, дескать, могу выпить много, и со мной ничего не происходит. Поскорбите над ним. Если он может выпить много и с ним ничего не происходит, это, как вы теперь понимаете, признак **второй** стадии алкоголизма.

Чем она, эта стадия, характеризуется ещё? Полной утратой рвотного рефлекса. А вот к потере чувства количественного контроля присоединяется утрата чувства ситуационного. Похмельный синдром выражен ярко и протекает достаточно тяжело. Провалов в памяти всё больше и больше, а пьянство обретает систематический запойный характер.

Чем отличается **третья** стадия от первой и второй? Многим. Потребность в алкоголе выражена ярко, особенно переносима она становится после приёма внутрь нескольких граммов спиртного. Толерантность (переносимость) резко снижается, и возвращается рвотный рефлекс. Полностью утрачивается и количественный, и ситуационный контроль. Похмельный синдром практически не прекращается, постоянным становится выпадение памяти, которое возникает даже после незначительного приёма алкоголя. Появляются психозы в виде белой горячки. К белой горячке добавляются припадки алкогольной эпилепсии. В результате вышеперечисленного быстро наступает деградация личности, утрачиваются связи с обществом и родными. И как итог – конец, ещё более жуткий, чем белая горячка...

Итак, стадии алкоголизма теперь вам известны. Правда, впечатляет?! Но самое интересное вас ждёт прямо сейчас! Смотрите, мы, рассуждая о ТРЕЗВЕННИКАХ, о РИТУАЛЬЩИКАХ, об ОБОЖАТЕЛЯХ, о ПЬЯНИЦАХ и АЛКОГОЛИКАХ незаметно вывели очень важную формулу, которая теперь любому из вас позволит не просто увидеть, а чётко определить, к какой категории вышеперечисленных социальных групп вы можете отнести ваших друзей, знакомых, близких и... самого себя! Что за формула такая? Читайте! И читайте только заглавные буквы.

ТРЕЗВЕННИКИ  
РИТУАЛЬЩИКИ  
ОБОЖАТЕЛИ  
ПЬЯНИЦЫ  
АЛКОГОЛИКИ

Что получилось? **ТРОПА!!!** Это слово и есть **формула**. Как определяется, где на этой «тропе» находится человек? Очень просто. Вам теперь хорошо известно, кто относится к той или иной категории, вот и определяйтесь. Ваш покорный слуга начинал выбираться в трезвость, находясь между второй и третьей стадией алкоголизма. Я говорю это к тому, чтобы люди, у которых стадия примерно такая же, не отчаивались, потому что выход, ребята, есть.

Благодаря нашей формуле всё становится ясно и понятно! Необходимо сделать простую, но очень знаковую вещь: из категорий под общим и жутковатым сокращением **«РОПА»** решительно взять и перебраться в категорию **трезвенников**. Давайте посмотрим, кем нам нужно стать, чтобы вернуть невольно утраченную трезвость. Понятное дело, детьми стать невозможно, а так порой хочется! До старости, если не остановимся в своём сползании вниз по тропе, мы, гарантированно, не доживём. Естественная трезвость у нас тоже уже, извините, испарилась... Что осталось в осадке? Остаются для нас всего две категории: **осознанная трезвость и истинное исповедание религиозных убеждений**. И если человек, получив осознанную трезвость, через неё приходит к истинному исповеданию религиозных убеждений, то такой человек обретает **абсолютную трезвость**. За таких людей можно быть совершенно спокойными.

Итак, стратегия отрезвления – это путь **через осознанную трезвость к истинному исповеданию религиозных убеждений и получению абсолютной трезвости**. И это для каждого из нас чрезвычайно важно.

Владимир Алексеевич  
КОНЯЕВ, г. Воронеж

## ДЛЯ ЧЕГО ЛЮДИ ОДУРМАНИВАЮТСЯ?

**Четверть века назад мне подарили книгу именно с таким названием – «Для чего люди одурманиваются?». Сейчас я вспоминаю о ней, потому что антиалкогольная пропаганда в стране сведена к минимуму и такое положение надо срочно исправлять.**

Книга эта была необычной хотя бы потому, что, в основном, содержала в себе тексты, написанные ещё в начале XX века известными писателями и просветителями России. И вот в 1988 году эти труды вновь опубликовало издательство «Московский рабочий». Видимо, люди, работающие в издательстве, хорошо понимали важность борьбы с алкоголизмом.

Книгу предисловием от редакции. В нём издатели подробно объясняют причину своего интереса к проблеме и рассказывают об исторических фактах борьбы с алкоголем в России. Они пишут о том, что секрет приготовления водки открыли арабы ещё в древние времена, а в XIII веке она появилась в Европе. В России с водкой познакомились лишь в первой половине XVI века, следовательно, этому изданию в России всего 500 лет.

«Потребление водки неуклонно росло. С 1765 года по 1767 год доход от питейной торговли возрос с четырёх до пяти миллионов, а с 1783 года по 1786 год увеличился с семи до десяти миллионов рублей. Цифры, надо заметить, по тем временам колоссальные» (стр. 5 сборника «Для чего люди одурманиваются?»).

Правительству не раз приходилось принимать ограничительные меры, но потом всё возвращалось на круги своя, торговля спиртным была выгодна

виноторговцам. В XVII веке не раз происходили мятежи, в ходе которых люди громили кабаки.

«Общественная активность достигла своего апогея в конце 19-го столетия (стр.5), когда были обнародованы ужасающие цифры. Так, например, в 1859 году смертность от опоя составила 1713 человек. Такое положение вызывало недовольство и бунты в народе. «Было арестовано около 800 только «зачинщиков» (бунтов против кабаков – Н.Д.). Тюрьмы были переполнены арестованными за «питейные беспорядки». Их судили военным судом, изсылали шпицрутенами, ссылали в Сибирь». Но люди придумали, как бороться со злом без погромов. Они стали рисовать горькие и ироничные лубочные картинки против пьянства. А после возникли и периодические издания, которые вели антиалкогольную пропаганду.

В конце 19 – начале 20 века «не менее чем в 32 губерниях и 91 уезде были организованы общества трезвости» (стр.7). Одним из организаторов подобного общества трезвости в городе Саратове в начале 20 века был мой прадед – главный врач Рязано-Уральской железной дороги Иосиф Витальевич Вяземский. И это явилось одним из обстоятельств, побудившим меня к написанию этой статьи.

Вторым обстоятельством стало моё общение с мо-

лодёжью за долгие годы преподавания биологии в школе. И разговор, который состоялся в 2006 году с одним из моих бывших учеников, очень талантливым хирургом. Он рассказал о том, что делает много операций, связанных с омертвлением поджелудочной железы. И эти операции, в основном, делаются молодым людям, страдающим пивным алкоголизмом. При операции через нос внутрь организма проводятся специальные тонкие трубочки, по которым поступает вода, так большим промывают поджелудочную железу. Подобная операция тогда, в 2006 году, обходилась государству в 60-70 тысяч рублей. Но её приходится делать, потому что такие пациенты находятся на грани жизни и смерти.

Но вернусь к сборнику «Для чего люди одурманиваются?». Он был составлен так, чтобы именно молодёжь в 1988 году могла заинтересоваться. В нём собраны отрывки из произведений и произведения великих русских писателей и поэтов, например, Льва Толстого, направленные против пьянства: «Для чего люди одурманиваются?», «Праздник просвещения 12 января», «Пора опомниться». На страницах книги можно прочитать горькие, грустные произведения Николая Некрасова («Пьяница»), «Праздничный разгул», «Годы молодые с забубенной славой...» Сергея Есенина, отрывок из «Преступления и наказания» Фёдора Михайловича Достоевского (о Мармеладове), рассказы Антона Павловича Чехова «Происшествие» и «Горе», Максима Горького «Супруги Орловы» и др. Кроме литературных произведе-

ний здесь можно прочитать об опытах с алкоголем над растениями и животными и провести эти опыты самому. Или порешать задачи противоалкогольного содержания. Словом, здесь опубликованы интересные и нужные материалы для людей любого возраста.

Я же хочу поделиться с читателями, как я использовала книгу в работе со школьниками. В группе продлённого дня начальной школы мы решали задачи противоалкогольного содержания, например, такую: «В 1903 году в России среди железнодорожных служащих было 1 760 алкоголиков, а несчастий на железных дорогах в том же году произошло 42 764. В 1908 году число алкоголиков увеличилось на 1 589, а число несчастий на 39 000. Узнайте число алкоголиков и число несчастий в 1908 году?» (стр. 207 сборника «Для чего люди одурманиваются?», Москва, Московский рабочий, 1988).

На уроках ботаники я показывала противоалкогольные опыты, описанные в книге. Поливала одни зёрна водой, а другие водкой. И через какое-то время дети видели, что зерно, политое водкой, не проросло.

На уроках зоологии рассказывала о том, как алкоголь вредно влияет на животных: «Собака кормят пищей, смачиваемой водкой, и благодаря этому они отстают в росте и хилеют» (стр. 247).

Для уроков анатомии я выискивала в книге данные для каждой системы человеческого организма. Например, о вредном влиянии алкоголя на работу нервной системы говорил следующий факт, приведённый в книге: «Одному



человеку предложили прочесть на известном расстоянии таблицу с буквами, и он сейчас же прочитал её. Затем ему дали выпить стакан крепкого английского пива и заставили снова читать. Но оказалось, что теперь он уже не смог прочесть все буквы на прежнем расстоянии. Для этого ему значительно пришлось подвинуться к таблице. Так алкоголь ослабляет зрительный нерв, который идёт от мозга к глазу» (стр. 177).

Этот пример был приведён мною из популярного учебника трезвости для начальных училищ, автор С. Успенский. Этот учебник был напечатан в сокращении в сборнике «Для чего люди одурманиваются?».

В своём учебнике Успенский объяснял учащимся, что алкоголь – это яд, который плохо влияет на ткани человеческого организма, на пищеварительную систему, на печень, на почки, на сердце и кровеносные сосуды, на органы дыхания и на мозг. Автор посвятил главу тому, как отрицательно алкоголь влияет на потомство, а другую главу тому, что алкоголь часто является причиной преступлений. Много ли мы сегодня говорим

детям о подобном? Вспомним русский обычай. Невеста и жених на свадьбе алкоголь не употребляли, потому как издавна люди знали, что дети бывают «рождественские», «пасхальные», «масленичные». Эти дети, зачатые в праздники, резко выделяются по своей отсталости от детей, родители которых трезвые. Никто не желал новобрачным иметь таких больных детей, вот молодёжь и не пила спиртного. Одна из статей сборника – перепечатка из журнала «Вестник трезвости» № 193 за 1911 год рассказывает именно о таких отсталых детях.

Некоторые поучительные отрывки из сборника «Для чего люди одурманиваются?» я использовала и на внеклассных воспитательных мероприятиях. К сожалению, этот сборник, переизданный в 1988 году, сейчас нигде купить невозможно, но я хотела напомнить об ужасном вреде алкоголя и хочу призвать вас всегда и везде бороться с пьянством, этим злом, уродующим нашу жизнь.

Надежда ДИАС ПАСКУАЛЬ, г. Москва

На снимке: Надежда Ивановна Диас Паскуаль со своим классом.

Весной 2015 года познакомился с Рамилем Шамильевичем Рахматуллиным, соратником по борьбе за трезвость. Он пришёл к нам в Дом трезвости пригласить нас на велопробег за трезвость. Собирались на стадионе «Динамо», Рамиль Шамильевич ходил именинником: объяснял велосипедистам, каким маршрутом двинутся по улицам города, устраивал колонны. Костяк составили ребята из «Велосипедного Саратова». Тогда Рахматуллин возглавлял Саратовское отделение общероссийской общественной организации «Трезвая Россия», а 18 мая 2016

года зарегистрировал свой Благотворительный фонд «Здоровая губерния» (примечательно: в этот день празднуется икона «Неупиваемая чаша» – покровительница трезвости), но уже с первого мероприятия – велопробега – чётко вырисовался его стиль работы: привлекать на свои акции другие общественные организации и государственные учреждения так, чтобы «попутчики» прониклись идеей утверждения трезвой здоровой жизни словно рождённой ими самими. Умеет Рамиль Шамильевич делать попутчиков соратниками!

## ПЕРВАЯ ПЯТИЛЕТКА «ЗДОРОВОЙ ГУБЕРНИИ»

Путь к трезвости для него сложился нелегко. Многие его ровесники, поколение тридцати – сорокалетних, прослушав видеолекцию Жданова, сразу же загорались и вливались в ряды борцов за трезвость. Его же дорога в те ряды составлялась из нескольких этапов. Как он сам замечает, никто его не подвигал – «жизнь подсажала». В 2010 году впервые задумался, почему люди, зная о вреде, пьют и курят. Через год решил ввести для себя «сухой закон». А ещё через год стал, как он сам определяет, сознательным трезвенником.

К тому времени он был уже сложившейся личностью. В 2005 году окончил Уфимский авиационно-технический университет. Сразу же после получения диплома инженера-электронщика надел лейтенантскую форму – два года служил в отдельном батальоне связи по специальности на юге, в Крымске. Демобилизовавшись, стал работать инженером-инспектором связи в МВД республики Башкортостан. В 2013 году переехал в Саратов.

Так совпало, что в том году Саратовское общество трезвости призвало под свои знамена соратников из общественных организаций, учредив неформальный союз «Саратов молодой», ратующий за создание благоприятной среды обитания в нашем городе, и одним из самых активных деятелей «Саратова молодого» стал Рамиль Шамильевич. «Турнир по дворовому футболу организовал, играли во дворе 10-й школы», – отвечает он на вопрос, какое первое мероприятие запомнилось ему в новом ранге.

А мне лидер саратовского отделения «Трезвой России» запомнился как великолепный оратор: его выступления на уроках трезвости не оставляют равнодушными даже тех, кто приходит отбывать урок. Рамиль Шамильевич тонко чувствует аудиторию и знает, как держать её внимание. Начинает говорить вроде бы о чём-то постороннем, о прочитанной книге или же о недавнем показанном по телевидению сериале, но в итоге после урока его отступают ребята и долго ещё выясняют, что такое трезвость и как её сохранить. На школьные уроки обычно ходит вместе с лекторами Саратовского общества трезвости и здоровья, сам же предпочитает представлять пред очей учащихся техников, ему, как инженеру, интереснее общаться с технарями. И они откликаются на его призыв, большинство участников акций «Здоровой губернии» – студенты колледжей и вузов, особенно активно сотрудничает с техническим университетом, с техникумом отраслевых технологий.

Мне нравится убежденность Рамиля Шамильевича в том, что трезвость – это не только «не пить, не курить», но и ответственность за себя, за свою семью, а детей и внуков воспитать могут только люди – мас-



тера своего дела. Поэтому Рахматуллин с удовольствием участвует как судья в конкурсах профессионального мастерства. Последний из них состоялся в онлайн-формате в декабре 2020 года: в Саратовском политехническом колледже прошёл финал конкурса «Лучший преподаватель системы СПО-2020», Рамиль Шамильевич на своей страничке в соцсетях заметил: «Очень радует, что впервые за многие годы лучшим преподавателем системы среднего профессионального образования стал мужчина – Морозов Владимир Александрович из Новоузенского агротехнического техникума». Лидер «Здоровой губернии» зовёт своих соратников «назад в будущее»: «Самая органичная и при этом универсальная идеология, подходящая России – идеология нового консерватизма. Консерватизм естественен для российского общества и его традиционных ценностей. Семья, патриотизм, героизм, честь и доблесть, мужество мужчин, женственность женщин – естественны для России, но подвергаются нападкам и гонениям в глобализированном западном мире».

С кем бы ни сотрудничал Рахматуллин, его идею трезвости лидеры общественных организаций начинают воспринимать как свою, настолько силён пример товарища и его убежденность в том, что без трезвости нам никуда. Участвуют питомцы Рахматуллина в патриотических акциях «Боевого братства» (его лидер – Сергей Аvezниязов) и внушают офицерам мысль, что ныне самый главный патриотический фронт – битва за трезвость. В Совете молодых специалистов (председатель – Алексей Чернышев) проводят мысль: развитие производства невозможно без трезвых людей. Соратники из общественных организаций не могут не согласиться с главным доводом сторонников «Здоровой губернии» – какую губернию мы оставим детям, так они и будут жить.

А как нескудно и плодотворно жить и заполнять свой досуг, уже сейчас показывают соратники Рахматуллина по «Здоровой губернии». Новый год встретили на лыжной тропе на Кумысной поляне. Не только берут от природы, по слову Мичурина, «всё», но и заботятся о преумножении природного богатства. Совместно с молодыми рабочими завода Орджоникидзе очистили знаменитые Андреевские пруды на 10-й Дачной. Природа же помогает им пополнять... бюджет организа-

ции. Когда не удаётся привлечь средства спонсоров, зарабатывают сами. На границе с Пензенской областью есть у них заветная поляна с иван-чаем, его собирают, ферментируют и продают, рассказывая покупателям, как правильно заваривать этот божественный чай. Душа поездок за иван-чаем – Кирилл Иванович Сапрановский из Энгельса.

Размышляя, как развивать организацию, Рамиль Шамильевич пришёл к выводу, что нужно поучиться у соратников. Побывал в гостях у трезвенников Краснодар, Ростова, Волгограда, Москвы, Санкт-Петербурга, Перми, Ижевска, Казани, Пензы. В Пензе нашёл единомышленника, Антона Силантьева, ныне



он директор Пензенского филиала «Здоровой губернии», главная его забота – развивать экологический туризм. Особая забота – хлопоты по возрождению родового имени Суворова в селе Марковка, где прошли детские годы великого полководца. Организует и паломнические поездки по святым местам Пензенской области. Ныне проложили из Саратова тропу в Пензу, организуют туристические поездки в аквапарк, в зоопарк, особенно нравятся такие выезды детям.

«Здоровая губерния» с первых дней сотрудничает как с Русской Православной церковью, так и с Духовным управлением мусульман Саратовской области. Рамиль Шамильевич мечтает объединить все здоровые силы для противодействия наркомании. Разработал региональную антинаркотическую программу, в основу положив опыт реабилитационного центра «Надежда», его руководитель Алексей Леонидович Шостак, член антинаркотической комиссии Красноармейского района, готов сотрудничать с тем, чтобы наработки в рамках района расширить до областного охвата.

Мотивация для активной жизненной позиции Рахматуллина, по его словам – беспокойство за судьбу

детей. Отец двух сыновей, Рамиль Шамильевич находит понимание и поддержку супруги, Галии Хамзиевны, члена правления организации. Опирается и на Алексея Воробьева (как и Рахматуллин, он умеет находить общий язык со школьниками на уроках трезвости), и на Артёма Зацеляпина. По экономическим вопросам первый советник – Вячеслав Иванович Трофимов. Активно работает по продвижению трезвости среди взрослых Дмитрий Сергеевич Дмитриенко. С Владиславом Осиповым проводили семинары по правильному питанию.

Организация уличных акций – это одно (в августе и сотрудников Дома трезвости привлекал к сбору подписей в поддержку всероссийской инициативы «Отраву – за поселение в спецмагазинах»). Даже если такие акции немногочисленны и их увидят немногие, главный эффект от них в формировании и укреплении трезвеннических убеждений самих участников мероприятий. Другое – «штучная», так сказать, работа с земляками. Вот одна из последних записей на сайте «Здоровой губернии»: «Новогодние праздники доставляют не только радость и веселье. В некоторые семьи приходит горе, боль и несчастье, спровоцированные «зелёным змием». Сегодня помогли человеку вырваться из алкогольного ада, начавшегося 27 декабря. 10 дней стресса для организмов, семьи и окружающих закончились. Организовали медицинскую помощь, полный курс всех тестов и обследований. Далее неделя медицинского лечения, после которой будет встреча с дипломированными специалистами в области психологии и наркологии».

## «АБРИКОС» РАСТЁТ НА «ПЕРЕКРЁСТКЕ»



1 февраля 2021 года Саратовская региональная общественная организация трезвости и здоровья начала новый президентский проект «Оплот успеха». В его рамках в трёх городах – Саратове, Петровске и Пугачёве – создаются сейчас подростковые клубы «Перекрёсток», призванные мотивировать их участников к трезвому здоровому образу жизни, наполнять досуг интересными делами. В Саратове «Перекрёсток» уже обзавёлся клубом робототехники, психологическим кружком и театральной студией «Абрикос».

3 февраля я побывала на занятиях в театральной студии. В назначенный час (после школьных уроков) в Дом трезвости пришли мальчишки и девочки, чтобы продолжить отработку навыков, которые позволят им овладеть сценической речью и другими приёмами, открывающими им путь на сцену, и, как мечтают студию, к сердцам зрителя.

Руководит студией Дарья Сафронова, специалист по реабилитационной работе Дома трезвости, артистка с восьмилетним стажем: она играет на сцене театра «Арт,Адвокат». В её команде в основном преобладают мальчишки, готовые выполнять любые упражнения, проявлять собственную инициативу и, в целом, проводить время с пользой. Занятие начинается с лёгкой разминки. Мальчишки выполняют упражнения на развитие речевого аппарата. Всё проводится в лёгкой, игровой форме. Следующим этапом являются трудоговорки, они позволяют ребятам улучшить речь и дикцию.

С помощью данных упражнений ребята обретают уверенность и красноречие, избавляются от слов-паразитов. А главный аспект любых занятий в театральной студии – избавление от страхов и раскрепощение. Специальные задания помогают развить воображение и избавиться от страха и раскрепощение. Специальные задания помогают развить воображение и избавиться от страха и раскрепощение.

Дарья предложила показать ребятам, как они гладят какое-либо животное.

Мальчишки достают карточку с названием животного и показывают его одному артисту, он начинает упражнение, а остальные должны угадать, какое именно животное нарисовано на карточке. Мальчишки отлично справились с заданием.

Благодаря занятиям по актёрскому мастерству дети учатся быстро находить общий язык со сверстниками, обретать новых друзей, становятся более открытыми в общении.

В конце занятия Дарья предложила ребятам прочитать с выражением сказки народов СССР. В этот раз они выбрали татарские сказки. Чтение вслух помогает углубиться в мир литературы и по достоинству оценить её плоды. Театральный кружок развивает интеллект, да и вообще способствует разностороннему, гармоничному развитию личности.

Студия «Абрикос» помогает проводить время с пользой. «Я замечаю изменения в речи, у меня пополняется словарный запас. Мне нравится наш наставник и все задания. У нас дружная команда. Сюда хочется приходить снова и снова», – комментирует студию Даниил Арндт, ученик 8 класса школы № 8, скаут отряда «Пламя».

**Ани САРГСЯН, студентка Института журналистики СГУ им. Н.Г. Чернышевского**

**На снимке:** занятия в театральной студии «Абрикос» при Доме трезвости

## «ТРЕЗВОЕ НАЧАЛО»

1 февраля 2021 года стартовал областной проект Саратовской региональной общественной организации трезвости и здоровья «Трезвое начало».

Ребят ждёт увлекательное путешествие длиной в восемь месяцев (завершение проекта – в конце сентября). По средам в театральной мастерской «Абрикос» они будут приобретать навыки художественного искусства (руководитель студии Дарья Сафронова).

В середине дня недели также будут занятия в психологическом кружке (их начала вести Анастасия Колесниченко). В субботу – клуб робототехники и программирования (уже четвёртый год им руководит инженер Алексей Анатольевич Мыцков, в этом году дети научатся печатать на 3D-принтере, участвуют в

конкурсе 3D-моделей, изготовленных своими руками).

Готовится также цикл занятий по современной видеосъемке. Будут и традиционные курсы для вожаков, и уроки трезвости.

Самым ярким, несомненно, станет летний лагерь «ОПЛОТ-2021», а завершится проект празднованием Дня трезвости 11 сентября и сентябрьскими мероприятиями – конкурсом презентаций робототехнических проектов по пропаганде трезвого и здорового образа жизни, театральным творческим вечером и психологической игрой-тренингом в мастерской Дома трезвости.

## ДЕЛАЙ КАК Я!

Знаменитый русский врач и педагог Пётр Францевич Лесгафт утверждал, что **воспитание ребенка на 90% зависит от примера родителей**. Вы можете нанимать лучших учителей, стараться дать ребёнку наилучшие знания об окружающем мире, но ваше чадо практически полностью впитает в себя ваш характер, привычки и поведение. И от этого вам никуда не деться!

Чем меньше возраст ребёнка, тем менее избирательно и осознанно он впитывает как «промокашка», повторяет самое броское, яркое и случайное. Окружающих умиляет, как двухлетний малыш повторяет походку отца, его типичные словечки и жесты. Даже эти неосознаваемые действия ребёнка играют большую роль в организации воспитания. Но не стоит забывать, что пример может являться и отрицательным, и положительным, и пока ребенок этого не различает, он просто повторяет то, что делают взрослые.

«Долог путь наставлений, краток и убедителен путь примера», — говорил римский философ Сенека. Когда говорят о примере, подразумевают прежде всего пример живых конкретных людей — родителей, воспитателей, друзей, соседей. Также большую воспитательную силу имеет и пример героев книг, фильмов, исторических деятелей, выдающихся учёных, политических личностей — кумиров, лично не окружающих ребёнка.

С чего же начинается воспитание ребенка?

На мой взгляд, воспитание начинается с себя. Никакие нравоучения и наказания не способны сделать ребёнка таким, каким вы хотите.

А всё дело тут в простой истине: дети усваивают не то поведение, которому их учат, а то, которое они наблюдают. О том, чтоб этот механизм работал, позаботилась сама природа: большинство животных перенимают полезные для выживания навыки, копируя поведение своих родителей в первые дни или месяцы жизни. Так же поступают и наши дети. Они внимательно наблюдают за нами, родителями, впитывая наши слова, мимику, жесты, реакции. И впоследствии ведут себя точно так же, как мы! Просто потому, что это самый знакомый для них шаблон поведения.

Как объяснить ребёнку, что делать зарядку по утрам — это очень хорошо и полезно? А если родители считают, что это так хорошо, то почему сами её не делают каждое утро? Иногда мы сами не замечаем, насколько может быть убедителен наш личный пример. И лучший личный пример для ребёнка — это когда нет разницы между словами и поступками родителей.

Очень яркие образы воспитания показал в своём стихотворении Себастьян Брант:

*Ребёнок учится тому,  
Что видит у себя в дому:  
Родители пример ему. (...)*

*Когда родители умны  
И добродетельно скромны,  
То благонравны и сыны.  
Попался как-то Диогену  
Какой-то пьяный совершенно  
Впервые встреченный юнец.  
«Сынок, — сказал ему мудрец, —  
Ты, вижу, весь в отца родного:  
Бьюсь об заклад — он раб хмельного!  
Коль видят нас и слышат дети,  
Мы за дела свои в ответе  
И за слова: легко толкнуть  
Детей на нехороший путь.  
Держи в приличии свой дом,  
Чтобы не каяться потом.*

Запомнив эту простую вещь, гораздо легче направить ребёнка к тем качествам, которые родителям и педагогам так хочется в нём увидеть. Но чтобы добиться желаемого, начать придётся с воспитания себя. Это сложно принять, обычно мы всеми силами пытаемся отрицать наличие в себе тех неприятных качеств, которые так охотно находим в своём ребёнке. А уж побороть их в себе оказывается ещё сложнее. Но другого работающего способа воспитать ребёнка счастливым и успешным — нет.

Как это часто бывает, трудный путь оказывается самым правильным. А работа над собой в данном случае даёт двойную пользу. Улучшая себя, вместе с тем мы невольно воспитываем лучшие качества и в подрастающем поколении. Это то, чего нам так хочется достичь! И разве это не тот результат, на который стоит работать?

Зная огромную силу собственного примера, к ребятам в гости пришли Артём Захаров, специалист по работе с молодёжью из Центра молодёжных инициатив, и координатор молодёжного движения «Трезвый Саратов» Владимир Гринн. Встречи проходили 27 января 2021 года в Энгельском промышленно-экономическом колледже, а на следующий день — в кадетской школе «Патриот» города Энгельса.

Своими рассказами Артём увлекал за собой ребят в спортивный зал, где он профессионально занимается воздушно-силовой атлетикой. В этот вид спорта входят такие дисциплины, как воркаут и воркфит. Не многим участникам уроков трезвости были знакомы такие дисциплины, но каждому захотелось попробовать себя в деле.

В свою очередь, Владимир Гринн провёл познавательную беседу о формировании убеждений и привычек. Привычки, которые сохраняют и улучшают здоровье, считаются полезными. Они помогают удобно организовывать свою жизнь, стать более сильными, успешными и красивыми людьми. Ряд привычек, которые человек приобретает ещё в школьные годы, серьёзно вредит здоровью, и от которых потом сложно будет избавиться в течение всей жизни.

Заканчивая свои встречи с ребятами, Артём и Владимир ответили на интересующие их вопросы и пожелали сделать осознанный выбор своих привычек.

**Владимир ЖИДКОВ**



## РОБОТЫ ВЕРНУТСЯ В «ВОЗВРАЩЕНИЕ»

19 февраля 2021 года Алексей Анатольевич Мыцков, руководитель клуба робототехники при Доме трезвости, и его коллега по общественной организации Евгений Владимирович Чернов приехали в социально-реабилитационный центр «Возвращение» для несовершеннолетних, чтобы в рамках президентского проекта «Оплот успеха» провести урок трезвости и занятия по робототехнике. Они надеются, что в памяти ребят останутся те проникновенные слова о спасительности трезвости, которые нашёл Евгений Владимирович, беседуя с воспитанниками «Возвращения». В классе собрались всего одиннадцать ребят, семеро мальчишек и четверо девочек, поэтому урок

можно скорее назвать задушевной беседой.

А затем Алексей Анатольевич Мыцков пригласил всех к столам, на которых разложили детали для сборки электронных моделей автомобилей. После краткого инструктажа три команды (дети сгруппировались по три-четыре человека) стали соревноваться, кто быстрее запустит автомобиль. Первыми финишировали Настя, Динара и Александр, их команде понадобилось 10 минут и 50 секунд, чтобы справиться с заданием. Вскоре и две другие команды вывели на старт своих роботов. Ребята очень понравились занятию, они с нетерпением будут ждать новых встреч с Алексеем Анатольевичем.

## «ВАЖНО, ЧТОБЫ В НУЖНЫЙ МОМЕНТ КТО-ТО ПОВЕРИЛ В ТЕБЯ»

Альпинисты 35 лет назад прозвали меня Дедом. Почти сразу же, как я пришёл в альпинистскую секцию «Труд» и съездил в альплагерь и получил значок «Альпинист СССР», я был в таком восторге, что начал приглашать всех подряд и в секцию альпинизма, и на скалы, и на наши тренировки в лесу. И стал сразу же собирать группы студентов и руководить ими в походах и, естественно, требовал всегда порядка и организации. Вот острое на язык девчонки и прозвали меня Дедом — якобы ворчит как старый дед!

Моя история называется «Гольф-БрылеФФ» (так именуется мой благотворительный проект, начало коему положено двенадцать лет назад). Сразу скажу, что это не из серии, каким я стал, а из раздела, как я могу повлиять на других, чтобы изменить мир к лучшему. Я считаю, что каждый человек должен ну хоть что-то сделать для улучшения окружающего нас мира или хотя бы попытаться сделать это...

Итак, по порядку. С детства я хотел заниматься спортом, но достиг каких-нибудь результатов не позволяло здоровье. В спортшколе был одним из слабых. Помню, единственный раз, когда мы собрались из районного городка в областной центр на соревнования, мы очень серьёзно готовились. Когда пришло время ехать, тренер сказал: «Все едут — кроме Брылёва». И последний год я также не смог заниматься, лежал в больнице два раза. Врачи запретили заниматься спортом, а это был выпускной год в спортшколе. Мне было очень обидно. Друзья поступали в военные училища, на спортфаки... Не буду перечислять всё

**На многих уличных акциях Саратовской региональной общественной организации трезвости и здоровья активное участие принимает Сергей Иванович Брылёв, инструктор по альпинизму, предлагая школьникам сыграть в... гольф, редкий пока что в наших краях вид спорта.**



то, что я недополучил...

Мне всегда нравился практически любой вид спорта. Один раз попал на тренировку по карате в конце 1980-х. Подшёл к тренеру, спросил, можно ли записаться. Ответ был коротким: «Только для сотрудников!». Я, будучи студентом, отработал внештатником полгода, и когда попал на тренировку, увидел, что среди занимающихся было мало сотрудников, знаете, как это у нас — по знакомству, по рекомендации... Почему-то мне всегда всё давалось не просто.

Но несмотря ни на что, я со временем стал инструктором по альпинизму. А это серьёзный вид спорта, точнее сказать, образ жизни не для слабаков. Те, кто прошёл советскую школу альпинизма, согласятся со мной.

И всегда, чем бы я ни занимался, приглашал и старался увлечь всех, особенно детей. На своём личном передвижном ска-

**Знают наши скауты Сергея Ивановича и как скалолаза: в летних палаточных лагерях он учит их взбираться на скалодром. Минувшей осенью появилась у Сергея Ивановича новая любовь. Какая? О ней он сам рассказывает, приглашая разделить с ним своё увлечение.**



лодроме вот уже много лет обучаю детей навыкам скалолазания в лагерях, на Джембори, в палаточном лагере Саратовского общества трезвости и здоровья, просто на выездах. Однажды на Джембори (слёт скаутов) подошла группа английских скаутов, и один упитанный паренёк, взглянув на маршрут, с унылым видом обронил: «Ай донт белив!» Но мы всё же договорили его надеть страховочную систему, снизу подтолкнули, страховочной верёвкой подтянули и затащили наверх. Вы бы видели, с каким восторгом он спустился, как горели его глаза. Он так преобразился, стал помогать другим — подталкивал снизу.

Этот эпизод я часто вспоминаю, ведь многие хотят взобраться наверх скалодрома, многие хотят взять свои вершины в жизни. Но часто чего-то кому-то не хватает. Не у всех есть данные, не у всех есть хорошее здоровье. Но всем хочется быть победи-

тельными по состоянию здоровья. Мини гольф же доступен практически всем без ограничений. А если проводить чемпионаты города среди освобождённых от физкультуры, это подтолкнёт всех школьников к занятиям спортом. Так родился проект «Гольф-БрылеФФ». Это кубок города, посёлка, деревни по мини гольфу среди инвалидов, среди школьников, освобождённых от физкультуры, среди людей с ограниченными возможностями.

Почему я это делаю? Да просто потому, что это мне нравится. И я буду счастлив от того, что когда-нибудь ко мне подойдёт хоть один человек и скажет: «Спасибо, тренер, за то, что увлёк меня спортом». Как и я в своё время это сделал через много лет после первой тренировки, поняв, как много дал мне спорт.

А недавно я почувствовал, что моё призвание по жизни — разжигать огонь любви к жизни и всему земному, страсть к путешествиям, любви к родному краю в детских сердцах!!! Назвал я новую организацию Детской школой туризма (в шутку именуя её Детской школой туризма, от старинного своего прозвища Дед), решив продвигать туризм выходного дня: вместо того, чтобы утыкаться в экраны компьютеров, предлагаю школьникам изучать родной край в пеших прогулках на природе. В сентябре 2020 года мы с ребятами совершили свой первый выход в окрестности города Энгельса, сейчас, зимой, осваиваем просторы Кумысной поляны.

Социальные сети помогают быстро организовать и собраться в дорогу. К примеру, в инстаграмм вывешиваю объявление: «Уважаемые друзья туристы! В воскресенье у нас очередное занятие на Тинь Зине. Сейчас полнолуние, и рыба будет кле-

вать просто как завороженная! Кто поймает больше всех, получит звание «Лучший рыбак Школы детского туризма»! И маленький, но ценный приз. Но чтобы добраться до рыбалки, нужно преодолеть «овраг», его будем проходить на скорости. Тот, кто пройдёт быстрее всех, получит больше всех спичек для разжигания костра. Простой раз все спички потратили, а костёр не разожгли... Так больше тратить драгоценные спички в походе нельзя! И уши очень хочется... Также к нам хотят прийти первый раз ребята на пробную тренировку — покажите им, чему научились. Встречаемся в 13 часов, см. карту: магазин «Мостовик» — нужно перейти через мостик. Кто опаздывает, звоните 8 902 040 22 71».

Это — начало октября прошлого года. В тот выход на природу успешно отработали преодоление оврага: навесная переправа помогла добраться до рыбалки. Дима пошёл первым и закрепил на той стороне верёвку (узел «проходник»), а Никита с Сашей натянули и закрепили верёвку на этой стороне (узел «удавка») — всё, переправа готова! Так же потом дети повесили «морковку», получилась вторая переправа!

Если вы хотите, чтобы ваш ребёнок быстрее стал самостоятельным, вырос здоровым, закалённым и всесторонне развитым человеком, то лучшее место для этого — наша Школа детского туризма. В игровой форме мы помогаем родителям выявить таланты ребёнка и максимально их развивать!

**Сергей Иванович БРЫЛЁВ**

**На снимках:** переправа через «овраг»; Сергей Иванович Брылёв с супругой Еленой Игоревной (она детский врач), с дочерьми Дианой и Яной, сыновьями Яковом и Александром.

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: 45@domtrezvosti.ru www.otrezvosti.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.