



г. Саратов, ул. Шевченко, 2а

6+ ГАЗЕТА САРАТОВСКОЙ РЕГИОНАЛЬНОЙ ОБЩЕСТВЕННОЙ ОРГАНИЗАЦИИ ТРЕЗВОСТИ И ЗДОРОВЬЯ

№ 346 , 30 октября, 2023 г.

26 октября 2023 года в школе № 1 г. Пугачёва имени Т.Г. Мазура открылся осенний слёт «Успех» в рамках проекта «Оплот успеха», поддержанного министерством здравоохранения Саратовской области.

В полдень на третьем этаже возле мемориала героям построились скаутские отряды из школ № 1, № 5, школы-интерната, более ста человек. Командиры отрядов «Патриоты», «Два на два», «Империя», «Новое поколение», «Лидер-21», «Арматура» доложили командиру скаутского штаба Александру Запольнову, ученику 9 «в» класса, о готовности своих отрядов к проведению трёхдневного слёта. Командир штаба доложил руководителю программы, педагогу скаут-лидеру Татьяне Александровне Рай, а та отрапортовала о готовности к работе руководителю слёта Виталию Петровичу Войтинцеву, скаут-лидеру, заместителю директора школы № 1. Виталий Петрович обратился к Наталии Александровне Корольковой, командиру Ассоциации скаутов Саратовской области: «Разрешите открыть слёт». — «Разрешаю», — последовал краткий ответ, и после краткого же напутствия командира ребятам, слёт, исполнив гимны скаутов и России (отрадно: почти все скауты не только внимательно слушали гимн страны, но и старательно пели куплет за куплетом), приступил к выполнению намеченной программы первого дня.

А первый день — саратовский. В гости к пугачёвским товарищам по скаутской организации приехал скаутский штаб Саратова, чтобы провести игру «Ключи здоровья». Но прежде все пошли в спортзал, где Наталия Александровна Королькова провела урок трезвости. Ей помогал штабист Константин Золотарёв, одиннадцатиклассник школы № 10 г. Са-



ратова. Много убедительных доводов и интересных фактов привела Наталия Александровна, они, конечно же, запомнятся, однако самым привлекательным для юных слушателей стали слова их ровесника Константина: «Я ещё в пятом классе решил, что мне не нужно курить, не буду и пить спиртное, когда же вступил в скаутский отряд, то мои трезвеннические устремления укрепились, и сейчас я — убеждённый трезвеник».

После урока трезвости все пошли в коридоры второго и первого этажа для проведения «Ключей здоровья», кроме Константина Золотарёва и одной из команд: Константин в спортзале проводил по очереди со всеми командами занятия по лазертагу — отрабатывали стрельбу по мишням и краткосрочный «бой» между игроками, разделившими поровну. Несомненно, лазертаг — одна из самых интересных станций. А их, по числу отрядов, также организовали шесть. Трезвеннический кроссворд вели Егор Боровков и Саша Запольнов (начальник штаба пугачёвского слёта). Командам нужно было по го-

ризонтали подобрать слова к вертикальному слову «трезвость», причём в зачёт шли только слова, отражающие позитив, например, к последним буквам слова «трезвость» вписать слова «доброта», «здравье». Все команды успешно справились с этим интеллектуальным заданием. Блеснуть эрудицией надо было и на станции «Маркиза» (угадывать, что за персонаж мультфильма зашифрован в костюме), эту станцию вели пугачёвские штабисты семилетний Саша Волков и восьмилетний Артём Семёнов.

На спортивных станциях неизменно задерживались команды, набирая за правильные действия «ключи» — картонные ключи с изречениями о пользе здорового и трезвого образа жизни: «Дружно, смело, с оптимизмом за здоровый образ жизни!», «Здоровому образу жизни — привет! Вредным привычкам скажем нет!». Станцию «Баскетбол» провели Вика Кущина, ученица 8 класса 34-й гимназии Саратова, и Полина Шульга, девятиклассница школы № 10 Саратова. Мяч нужно было не забрасывать в коль-

цо, а катать по тканевому полу, вырабатывая командное взаимодействие.

Ещё две станции предполагали личную ловкость и меткость. Многие, если не все, впервые взяли в руки кий — клюшку для гольфа. Ведущие станции Роман Шкрябин, ученик 9 класса 10-й школы Саратова, и Савва Липатов, ученик 7 класса лицея № 15 Саратова, познакомили с правилами игры, и команды набирали очки: если с трёх ударов по мячу загоняли его в лунку, то получали ключ здоровья. Эта игра оказалась самой популярной, даже когда Вера Викторовна Баженова, педагог Дома трезвости и куратор скаутского штаба Саратова, подводила итоги игры, ребята уже не в зачёт состязания гоняли мяч, тренируясь на зелёной дорожке гольфа.

Единственная уличная станция — «Верёвочный спуск». Пока шёл урок трезвости, «верёвочную переправу» настроили в школьном дворе Сергея Михайловича Зимина, педагог дополнительного образования областного центра экологии, краеведения и туризма. Продолжая преодолевать препятствия с помощью

натянутой между деревьями верёвки помогали Сергею Михайловичу пугачёвские школьники девятиклассники Максим Веретенников и Сергей Мингалёв.

Максимально можно было набрать шестнадцать ключей. Занявшее третье место команды — «Лидер-21», «Арматура» и «Патриоты» — набрали от десяти до тридцати ключей. Занявшее второе место «Новое поколение» собрали трудом и смекалкой четырнадцать ключей. И почти полный комплект ключей, пятнадцать, внесли в победную копилку команды «Империя» и «Два на два».

Впереди — два дня соревнований, игр, занятий, приятного общения и... труда: главное — работа над собой, закалка характера и приобретение навыков и умений. Второй день слёта примечателен тем, что со своей программой приедут скауты села Старая Порубежка. В этот день ребята пройдутся по улицам города не как экскурсанты, а вме-

сте со специалистами «Экостанции», которые расскажут им, как можно научиться жить в ладу с природой. Будет и встреча с интересным человеком: по видеосвязи из Ульяновска с пугачёвцами побеседует народный учитель СССР Пётр Петрович Головин, преподаватель кванториума. Тема его беседы — «Физика не для физиков».

В заключительный день слёта состоится своеобразный «круглый стол» — мировое кафе «Конструктор трезвого и здорового образа жизни», команды обсудят шесть тем, связанных с этой темой, внесут свои предложения, как сохранить свою природную трезвость. Будет и игра «Книжный лабиринт», приуроченная к международному Дню библиотек. Программа насыщенная, и, как всегда, в дни осеннего слёта скауты обязательно приобретут знания, навыки, умения, которые пригодятся им и в изучении школьных предметов, и в жизни.

## «Я памятник себе воздвиг...»

18 октября 2023 года Саратовская региональная общественная организация трезвости и здоровья провела спортивно-интеллектуальную краеведческую игру «Успехи людей — успехи города». Игра прошла в рамках проекта «Оплот успеха», поддержанного министерством здравоохранения Саратовской области.

Задание командам было самое простое: на улицах Саратова в пространстве, ограниченном улицами Астраханская, Советская, Радищева и Московская отыскать памятники людям, прославившим наш край и нашу страну. Найти памятник, нужно сфотографироваться на его фоне, а в маршрутный лист вписать место расположения памятника, имя, отчество, фамилию героя, в двух словах — чем заслужил добрую память о себе.

Кроме спортивного результата проверялась и внимательность игроков. Перед стартом Вера Викторовна Баженова, педагог Дома трезвости, разъяснила правила, однако не все сосредоточенно слушали.

Так, на финише в маршрутных листах некоторых команд засчились такие «герои», как «саратовский гармонист» и «огней так много золотых», но это — не памятники конкретным людям, а песни и такому значимому для культуры нашей области явлению, как саратовская гармоника. Не пошли в зачёт и снимки возле памятника Василию Ивановичу Разумовскому, первому ректору университета, и рядом с бюстом Мюфке, архитектору, возившему здания универ-

ситета. Почему не засчитали? Опять же те команды, которые отыскали мемориалы этим славным землякам, не внимательно прочитали задание — памятники на территории университета за рамками очерченного квадрата. И без них за два часа игры хватило героев, кому воздвигнуты памятники.

А знаете, сколько в исполнении прямоугольнике памятников? Семнадцать! Из них два — Александру Сергеевичу Пушкину (один в Липках на улице Радищева, другой на улице Пушкина). И всех их отыскали скауты. Правда, ни одна команда не представила полный список: кому времена не хватило, иным — смекалки, третьим допустили ошибки при составлении маршрута (это те, что вышли за пределы пространства игры). Но и те восемь, десять, четырнадцать памятников, что внесены в маршрутные листы разных команд, запомнятся игрокам: одно дело отыскивать в интернете, другое — в азарте игры, чувствуя локоть товарища и дыхание конкурентов. Останутся в памяти и имена героев, они заставят задуматься, сколь богата наша

земля славными именами. Тут и писатели — Александр Николаевич Радищев и Николай Гавrilovich Чернышевский, и государственные деятели — Пётр Аркадьевич Столыпин и Владимир Ильич Ленин, и военачальники — Михаил Васильевич Фрунзе и Анатолий Александрович Романов. Для кого-то из ребят станет открытием, что первый русский цирк основан в Саратове в 1873 году, памятник основателям цирка, Петру, Акиму и Дмитрию Никитиным воздвигнут возле цирка.

А буквально всем по-



нравилась прогулка по осеннему городу: накануне непогода, сильный ветер и дождь, терзала улицы, а в день игры как по заказу светило солнце и было совсем не холодно. И без того приподнятое настроение улучшилось, когда на финише Вера Викторовна вручила командам... Нет, не грамоты, а сладкие призы — по большой шоколадке «Алёнка» получил каждый игрок. Грамоты же победителям вручат на линейке открытия осеннего слёта (он открывается 28 октября), все скауты узнают, что третью

место разделили, завоевав его в честной борьбе, команды «Солярис» и школы № 8 (у них по семь правильных ответов). На втором месте сразу три команды с итогом в десять ответов — школы № 82 и два патруля гимназии № 34. И лучшими в игре признаны (учитывая и полноту ответа, и время прохождения дистанции) отряды «Колибри» из лицея № 15 (у них четырнадцать правильных ответов) и «ВолСар» из школы № 10 с пятнадцатью правильными ответами.

# НЕ УШЁЛ В ПРОШЛОЕ, А РАСТВОРИЛСЯ В БУДУЩЕМ!

Саратовская региональная общественная организация трезвости и здоровья 5 октября 2023 года, в день 119-летия Фёдора Григорьевича Углова (1904-2008), провела VII Угловские чтения в стенах медицинского университета «Реавиз».

Знакомство и с жизнью великого хирурга, и с деятельностью Саратовского общества трезвости и здоровья для студентов «Реавиз» началось ещё накануне, когда около аудитории, где проходили чтения, установили нашу передвижную выставку, рассказывающую об истории трезвеннического движения в Саратовской области, а именно Фёдор Григорьевич стоял у истоков борьбы за отрезвление страны, когда в декабре 1981 года прочитал свой знаменитый доклад. Для студентов же медколледжа СГМУ, пришедших на чтения, имя Углова знакомо давно, с тех пор, как в 2010-х годах активисты молодёжного крыла общества трезвости стали вести в колледже уроки трезвости.

К собравшимся, – а уютный зал вместил семьдесят студентов университета и медколледжа, – с приветственным словом обратилась Ирина Юрьевна Меховиц, помощник ректора «Реавиза» по воспитательной работе.

Наталья Александровна Королькова вкратце познакомила с биографией Углова, рассказала о своих встречах с ним, о том, что он не только светило науки, но и выдающийся общественный деятель, первым поднявший вопрос об ужасающей алкоголизации страны, в результате его выступлений и поддержки общественности и были приняты ограничительные меры 1985-1987 годов, сохранившие жизни миллионы наших соотечественников и запустившие пятое трезвенническое движение, длящееся и поныне.

Участники слушаний узнали о связях Углова с землёй саратовской. Сибиряк по рождению, поступил он в Иркутский университет, но тяжело перенёсший курсы вынужден был переве-



стись по совету врачей в умеренный климат Поволжья. Саратов выбрал потому, что его однокурсница Вера, ставшая его женой, была племянницей профессора Саратовского университета Августа Адольфовича Крошиуса, на квартире которого (улица Рабочая, 2, дом сохранился) и жили Угловы до окончания медицинского факультета в 1929 году. С тех пор и до своей кончины в 2008 году Фёдор Григорьевич посвятил служению людям, работая до последнего дня своей жизни.

Римма Равильевна Яхина, главврач Саратовского областного центра общественного здоровья и медпрофилактики, заострила внимание аудитории на одной из заповедей великого хирурга: делай добро, и оно к тебе вернётся сторицей. Её коллега Нина Ивановна Шилова из центра общественного здоровья, рассказав о той большой просветительской работе, которую ведёт центр, обратилась к студентам с пожеланиями быть примером для своих пациентов, ведя трезвый здоровый образ жизни, поскольку слово врача для людей значит очень и очень много.

Да студенты уже сейчас разъясняют, как сохранить здоровье. На чтениях с презентацией доклада о вреде электронных сига-

рет и вейпов выступили второкурсники лечебного факультета «Реавиза» Никита Распопов и Александр Бубнов. К сожалению, «парение» вошло в моду, и развенчать это пристрастие к наркомании, облатённой в технически привлекательную форму – дело врачей, а слово правды из уст молодых медиков особенно убедительно. К «Проблемам наркомании в молодёжной среде» (так назывался доклад) обратились и студентки 4 курса направления «Социальная работа» Саратовского университета Кристина Шишмарёва и Анастасия Жигулина. Приведя примеры губительного воздействия зависимостей на людей, они в заключение пришли к выводу, что лучшая реабилитация – это предупредительное проповедование, поскольку наркоманиялечится с трудом, лечение требует немалых затрат, в то время как вовремя полученная информация становится тем барьером, который не позволяет разрушить природную трезвость молодого человека.

Проблемы зависимостей от химических веществ весьма стары, ещё в средние века арабы придумали, как из винных материалов изготавливать спирт.

Они же, арабы, первыми и узнали, насколько коварно их изобретение, назвав



его алкоголем – «одурманивающим». Ильяс Садыкович Ильясов, руководитель Коранического центра «Зейд бин сабит» при Духовном управлении мусульман Саратовской области, поведал студентам о том, как с возникновением ислама арабам и всем, исповедующим новую религию, удалось постепенно изгнать из своего обихода этот «одурманивающий» продукт.

Коллега Ильяса по духовному управлению Рустам Раисович Абдульманов, лидер молодёжной организации «Возрождение», продолжил тему, процитировав афоризмы великих людей о трезвости и алкоголе. «Вино – мать всех пороков», – это слова Пророка Мухаммада, мир ему, – сказал Рустам Раисович, и затем привёл высказывания Антона Павловича Чехова о том, что «водка белая, но красит нос и чернит репутацию», замечание Льва Николаевича Толстого: «...ужаснее всего, губит душу людей и их потомство».

Все религии ратуют за трезвость, и Православие в том числе. Руководитель общества трезвости «Лоза истинная» при Свято-Троицком соборе Саратова Екатерина Игоревна Уфимцева познакомила с деятельностью православных трезвенников, считающих трезвость одной из главных добродетелей человека.

Какие встречи без экрана? Посмотрели документальный фильм о жизни Углова (если из него запомнится только название

одной из частей – «Трезвым родился, трезвым живи!» – уже хорошо!), потеснили соратников из разных городов России. По видеосвязи о своих встречах с Угловым и переписке с ним рассказал из Воронежа Владимир Алексеевич Коняев. О проблемах демографии и ужасающем вкладе алкоголя, табака, других наркотиков в рост смертности и ограничении рождаемости говорили Юрий Иванович Кашин из Ижевска и Валерий Иванович Мелехин из Екатеринбурга. Москвич Герман Геннадьевич Клементёнок, один из зачинателей в 2009 году Фонда Углова, познакомил участников чтений с эпопеей установления памятника Фёдору Григорьевичу Углову. Ревнителям памяти великого соотечественника удалось назвать сквер его именем (окна кабинета Углова как раз выходят на этот сквер), установили памятную доску на клинике, в которой работал хирург.

А с памятником вышла неувязка. Оказывается, артистам ещё при жизни можно устанавливать мемориалы, а чтобы поставить памятник врачу, о котором американец хирург Де Бейки замечал «профессор Углов – выше национального достояния. Он двинул хирургию так же высоко, как вы двинули покорение космоса», нужно ждать четверть века со дня смерти. Если бы он был почётным гражданином города (не удостоили в своё время, поскольку он неугоден был своей правдой о трез-

вости) или же лауреатом Нобелевской премии...

Только вмешательство губернатора Петербурга Полтавченко, взявшего на себя смелость не следовать непонятным запретам, позволило установить бронзовый памятник возле больницы, в которой работал хирург, сохранивший жизни тысячам людей. «Последнее, это не только памятник Углову, а всем милосердным врачам», – завершил своё выступление Герман Геннадьевич.

Все выступающие вспоминали, обращались в прошлое или же заостряли внимание на текущих проблемах. Последний же выступающий, Пётр Иванович Неловко, учитель трезвости Саратовского общества трезвости и здоровья, заглянул в будущее, назвав свой доклад «Углов не ушёл в прошлое, он обращается в будущее». Фёдор Григорьевич оставил нам двенадцать своих принципов, и Пётр Иванович прокомментировал их все, связав с нашей жизнью, как нам следовать заветам Учителя (примечательно: его день рождения ныне совпал с учреждённым Всемирным днём учителя!). Среди его заповедей отнюдь не первая касается предсторожения «никогда не пей и не кури, иначе бесполезны будут все остальные рекомендации», зато последняя звучит поистине завещанием великого соотечественника: «Делай добро. Зло, к сожалению, само получится». О соотношении добра и зла Пётр Иванович так рассудил: «Жить по совести, устремляясь к благим делам – вот задача каждого из нас», а обращаясь к молодым слушателям, привёз их: «Реализуя творческий потенциал, вы достигнете прекрасных результатов на благо обществу и себе. Ориентируясь на принципы Углова и освоив его произведения, каждый из нас может проникнуться его чаяниями и надеждами. Взял его заветы на свою знамёна, вы всегда будете под защитой его праведности. Поистине, Фёдор Григорьевич не ушёл в прошлое, он растворился в будущем».

1 октября 2023 года Саратовская региональная общественная организация трезвости и здоровья в рамках проекта «Оплот успеха», поддержанного министерством здравоохране-

ния Саратовской области, провела акцию по благоустройству Аллеи трезвости на Соколовой горе в преддверии Всемирного дня трезвости, отмечаемого 3 октября.

Сбор назначили на полдень. А денёк выдался на удивление тёплым и солнечным, нас встречала сочная акварель жёлтых и красных листьев, голубизны неба и зелени... скамеек: студенты Саратовского техникума отраслевых технологий (директор Василий Иванович Абеляшев) покрасили в изумрудный цвет, подновили скамейки с надписями «Скамья здоровья», «Скамья счастья», «Скамья любви», «Аллея трезвости», «Саратов молодой». Для тех, кто впервые участвует в наших акциях, Наталья Александровна Королькова на линейке открытия акции поведала историю создания Аллеи трезвости.

Заложили её 21 мая 2017 года представители союза общественных организаций «Саратов молодой», объединившихся вокруг общества трезвости и здоровья для создания благоприятной среды обитания молодёжи города, в тот день появились первые зелёные насаждения с табличками «Дерево счастья семьи Мызыковых», «Дерево счастья семьи Альсултанова», «Дерево счастья семьи Рамиля Рахматулина», «Дерево счастья семьи Абдульманова».

Аллею трезвости свой. И каждую весну и осень наша аллея пополняется новыми деревьями. Вот и в первый день октября друзья общества трезвости посадили берёзу, сосну, липу, кипарис, клён, вишню, сливы. Владимир Александрович Грин распоряжался, где какое дерево можно посадить.

В большой кадке саженец сосны привезла семья



Алексея Владимировича Муратова, соратника основателя аллеи по молодёжной организации «Возрождение». Для неё и ямку нужно копать глубокую, однако три поколения семьи справились с задачей быстро: Алексею Владимировичу помогали его родители Наталья Александровна и Владимир Иванович и сын Умар Алексеевич (как он представился: первоклассник школы посёлка Прибрежного).

С детьми пришёл на посадку давний друг и соратник общества трезвости Юрий Валентинович



Казаков, руководитель организации «Здравомед доктора Казакова». Врач-нарколог решил посадить сразу два дерева: одно от «Здравомеда» – липу, второе – от своей семьи (капельку помогали ему посадить Наталья Николаевна и их внук Степан).

А психолог «Здравомеда» Галина Адамовна Владыкина дополнила аллею берёзкой, её она

будет

растить вместе с

внучкой, первоклассницей школы № 6 Катей Страшниковой.

Алла Николаевна Панкратова, учитель-логопед,

клён сажала под руководством сына Дениса Андреевича, семиклассника школы № 84.

Координатор заводской местной организации отделения ЛДПР Марина Николаева решила разнообразить посадки и привезла с собой саженцы не только клёна, но и сливы, и вишни.

Сливы и вишню добавил в нашу аллею и Максим Олегович Максимов, рабочий «Почты России», организатор спортивного объединения «Маяк».

Ветеран труда Владимир Юрьевич Щацков приехал без саженцев, однако внёс свой вклад, помогая копать ямки. Он узнал из социальных сетей, что есть такая необычная ал-

лея в городе и захотел познакомиться с её творцами.

Сам он, бывший работник заводов «Тантал» и СЭПО, почти сорок лет занимается в клубе любителей бега «Сокол», личным примером продвигая здоровый образ жизни.

Привлекла внимание наша акция и прохожих, коих немало гуляет по аллее в последние тёплые деньги года. Подходили, слушали выступление перед детьми Натальи Александровны, спрашивали, можно ли и им присоединиться к нашему движению. Сергей Андреевич Линючев, зубо-шиловщик Саратовского завода тяжёлых зуборез-

# ДЕНЬ ПРОПАГАНДЫ ТРЕЗВОСТИ

20 октября 2023 года в Республике Тыва по указу главы региона Владислава Товарищтхайовича Ховалыга учреждён День пропаганды трезвости. «В целях реализации алкогольной политики в Республике Тыва и формирования в обществе трезвого, здорового образа жизни постановляю: установить 22 марта Днём пропаганды трезвости Республики Тыва», – процитировали в правительстве указ главы региона.

В День пропаганды трезвости в республике планируют проводить лекции, семинары о здоровом образе жизни, а также организовывать спортивные мероприятия.

С целью противодействия незаконному обороту спиртосодержащей продукции и снижения уровня алкоголизации населения властями региона разработан комплекс мер. В Туве разработали комплекс мер для снижения уровня алкоголизации населения. В регионе проходит конкурс «Трезвое село». Победителю среди муниципалитетов вручают денежные призы. Сёла с населением более тысячи человек могут выиграть один миллион рублей, а сёла с населением менее тысячи человек – от двухсот до пятистот тысяч рублей. В дни национальных, государственных праздников в республике запрещают продажу алкоголя. Также о вреде алкоголя рассказывают в учебных заведениях.

Депутат Госдумы Султан Султанович Хамзаев положительно оценил идею учредить в Туве День пропаганды трезвости. Об этом в пятницу, 20 октября, сообщило RT.

«У нас сейчас в целом по стране на один субъект приходится три так называемых дня трезвости. На-

пример, это те дни, когда продажа алкоголя запрещена. В каждом регионе это разные даты. Где-то – это День Республики, где-то – это День детства, где-то «Последний звонок» и 9 Мая. В этой части у регионов есть такие полномочия, и они обязательно должны это использовать», – отметил Хамзаев (в Саратовской области благодаря инициативе общественников, прежде всего Саратовской региональной общественной организации трезвости и здоровья, дней трезвости шесть: запрещена продажа спиртного в день последнего звонка, 1 июня – в День защиты детей, в день выпускного вечера в школах, 27 июня – в День молодёжи, 1 сентября – в День знаний, и 11 сентября – в День трезвости).

По мнению депутата, у Тывы большой опыт в подобных инициативах.

«У них в том числе продажа алкоголя разрешена только четыре часа в день. И соответственно, нужно профессионально и граммотно работать в этом направлении. Я приветствую и считаю, что инициативу надо поддержать. И соответственно, если опыт покажет, что успешен, тиражировать», – подытожил Хамзаев.

(Информация из открытых интернет-источников)

## ПОПОЛНЕНИЕ

ных станков, узнав, что следующее пополнение аллеи будет в День первого костра в конце апреля, пообещал приехать со своим саженцем.

В благоустройстве Аллеи трезвости приняли участие девятиклассники школы № 21 (классный руководитель 9 «в» учитель биологии Ирина Александровна Силаева), старшеклассники 82-й школы под руководством старшей вожатой Юлии Сергеевны Никитиной, гимназии № 34 (руководитель скаутского отряда «Сороконожки» Светлана Викторовна Горбулева); ученики школы № 67 и лицея «Звезда» и, конечно же, бессменные шефы нашей аллеи студенты техникума отраслевых технологий. Ребята, не задействованные в посадке деревьев, поливали давно растущие деревья аллеи, убирали траву, пропивающуюся через гравий возле символа красоты и здоровья «Береги себя».

Всё в твоих руках» (новички узнали, что автор этого симпатичного арт-объекта – Наталья Ивановна Менякина, внучка архитектора, создателя памятника «Журавли»). А когда аллея приобрела совсем ухоженный вид, девятиклассники спели песню «Сансара», накануне Дня учителя проникновенно прозвучали её

**Сразу же после празднования Дня Трезвости наш соратник по союзу общественных организаций «Саратов молодой» Владимир Александрович Шашко, директор АНО «Институт развития социально-экономических проектов и инициатив», написал письмо министру здравоохранения России М.А. Мурашко с предложением поспособствовать продвижению трезвости в стране. В частности, предложил поддержать предложения трезвенников о разрешении продавать спиртное только в закрытых изолированных помещениях специализированных магазинов и об установле-**

**нии в них видеокамер; по примеру Саратовской области запретить торговлю алкоголем в день последнего звонка, 1 июня – в День защиты детей, в день выпускного вечера в школах, 27 июня – в День молодёжи, 1 сентября – в День знаний, и 11 сентября – в День трезвости; ограничить возраст покупателей спиртного до 21 года; обязать телекомпании давать антиалкогольную рекламу перед фильмами и передачами, в которых есть сцены винопития, по примеру антитабачной рекламы (сейчас на экране появляется строка, предупреждающая о вреде курения).**

## «ПРЕДЛОЖЕНИЯ ПОДДЕРЖИВАЮТСЯ!»

6 октября 2023 года директор Департамента медицинской помощи детям, службы родовспоможения и общественного здоровья Минздрава России Елена Леонидовна Шешко ответила на письмо саратовского общественника. И не отпиской, а полностью поддержав его инициативу ограничения доступа детей и молодёжи к алкоголю. Минздрав России со своей стороны также делает всё возможное, чтобы оградить наше будущее от пагубного влияния алкогольных традиций, которые сойдут на нет при принятии высказанных Шашко предложений.

В письме Елены Леонидовны приводятся цифры и факты, с которыми необходимо познакомить читателей газеты.

«В 79 регионах (93%) принятые дополнительные нормативные правовые акты, целью которых является сокращение потребления алкоголя. Дополнительные ограничения времени, условий и мест розничной продажи алкогольной продукции установлены в 81 регионе России (95%), в том числе ежедневные ограничения времени в 53 регионах (62%). Дополнительные требования к уставному капиталу для организаций, осуществляющих розничную продажу алкогольной продукции, установлены в 58 регионах (68%). Муниципальные образования, которые дополнительно увеличивали размеры территорий, прилегающих к социально значимым объектам, где запрещена розничная продажа алкогольной продукции, существуют в 33 регионах (39%). Практика создания «трезвых сел» (муниципальных образований, на территории которых не допускается розничная продажа алкогольной продукции) применяется в 15 субъектах Российской Федерации (18%). Таким образом, практика субъектов Российской Федерации, в том числе Саратовской области, по установлению дополнительных ограничений розничной продажи алкогольной продукции в настоящее время анализируется и обобщается в целях дальнейшего совершенствования федерального законодательства в сфере производства и оборота этилового спирта, алкогольной и спиртосодержащей продукции, ограничений потребления (распития) алкогольной продукции.

В отношении предложения о создании «организаций трезвости и здоровья» в целях проведения антиалкогольной работы в учебных заведениях, начиная от детских садов до вузов, а также на предприятиях, в институтах гражданского общества и в СМИ, сообщаем следующее. В настоящее время в Российской Федерации осуществляется поддержка некоммерческих организаций, занимающихся вопросами профилактики потребления табака, алкоголя, вопросами здорового питания и физической активности, в том числе путем выделения грантов. Федеральным проектом «Укрепление общественного здоровья» национального проекта «Демография» предусмотрено мероприятие по поддержке социально-ориентированных некоммерческих организаций и волонтерских движений в сфере общественного здоровья. В рамках реализации данного мероприятия постановлением Правительства Российской Федерации от 26.12.2019 № 1859 утверждены Правила предоставления и распределения субсидий из федерального бюджета бюджетам субъектов Российской Федерации для софинансирования расходных обязательств субъектов Российской Федерации, возникающих при реализации региональных проектов, предусматривающих формирование приверженности здоровому образу жизни и обеспечивающих достижение целей, показателей и результатов».

Что касается продажи алкоголя в закрытых помещениях, то тут мы нашли полное понимание важности этого предложения:

«Позиция о поддержке данной меры была выражена Минздравом России в отношении проекта федерального закона «О внесении изменений в Федеральный закон «О государственном регулировании производства и оборота этилового спирта, алкогольной и спиртосодержащей продукции и об ограничении потребления (распития) алкогольной продукции», направленного депутатом Государственной Думы Федерального Собрания Российской Федерации Я.Е. Ниловым, которым предполагается введение требования о продаже алкогольной продукции в специализированных торговых объектах. Сокращение временной доступности (сокращение часов и дней продажи) является одной из наиболее эффективных антиалкогольных мер, потенциал которой еще не полностью реализован в Российской Федерации. Частичная реализация данной меры позволила добиться снижения объемов как зарегистрированного, так и незарегистрированного потребления алкоголя, в связи с чем заслуживает поддержки».

Поставить заслон спиртному и оградить юных от его разрушительного влияния – значит, присоединиться к тем странам, которые уже давно подняли планку до 21 года (а в Индии – до 25 лет). Из уст сотрудника Минздрава России особо весомо звучит разъяснение, почему это так важно и не противоречит действующему законодательству:

«Увеличение возраста, с которого допускается продажа алкогольных напитков, не противоречит Конституции Российской Федерации и Гражданскому кодексу Российской Федерации. Так, согласно части 3 статьи 55 Конституции Российской Федерации права и свободы

человека и гражданина могут быть ограничены федеральным законом только в той мере, в какой это необходимо в целях защиты основ конституционного строя, нравственности, здоровья, прав и законных интересов других лиц, обеспечения обороны страны и безопасности государства. Корреспондирующая норма содержится в пункте 2 статьи 1 Гражданского кодекса Российской Федерации (гражданские права могут быть ограничены на основании федерального закона и только в той мере, в какой это необходимо в целях защиты основ конституционного строя, нравственности, здоровья, прав и законных интересов других лиц, обеспечения обороны страны и безопасности государства). В соответствии с данными медицинских исследований употребление алкогольных напитков небезопасно для нормального развития головного мозга. Головной мозг человека, его внутреннее строение и структурные элементы среднестатистически окончательно формируются не ранее 21 года. В период до этого возраста головной мозг более уязвим к различным внешним воздействиям, и особенно химическим отравлениям (алкоголь, наркотики и другие психоактивные вещества, токсины). Кроме того, потребление алкоголя в возрасте, когда некоторые отделы мозга еще находятся в процессе формирования, способствует снижению объемов и целостности критически важных отделов мозга и ухудшению когнитивных способностей, снижает успеваемость. Потребление алкоголя вредит образованию и будущей карьере молодых людей, их профессиональной реализации и в конечном итоге общественному здоровью и национальной экономике. Злоупотребление алкоголем в подростковом возрасте повышает в 4 раза риск заболевания алкоголизмом впоследствии. Повышение возраста продажи алкоголя до 21 лет снижает пьянство и смертность среди молодежи, долю подростков, бросящих обучение в школе. Возраст легальной продажи и потребления алкогольной продукции статистически значимо ассоциирован с рисками развития болезней печени и некоторых онкологических заболеваний. Таким образом, предложение о повышении минимального возраста, по достижении которого возможно приобретение алкогольной продукции, поддерживается».

Не вызвало разногласий и предложение о задействовании телевизионной рекламы в деле пропаганды трезвости:

«Исследования показывают, что ключевыми факторами воздействия антиалкогольных информационных кампаний в СМИ на потребления алкоголя подростками являются частота трансляции социальной рекламы и длительность информационной кампании. В Российской Федерации среди наиболее удачных примеров антиалкогольной кампании в СМИ можно привести кампанию «Общее дело», проведенную Церковно-общественным советом по защите от алкогольной угрозы Русской Православной Церкви под руководством митрополита Тихона. Кампания включала изготовление и трансляцию на федеральных каналах роликов социальной рекламы, фильмов и передач о вреде потребления алкоголя. Эти видеоматериалы доступны на сайте портала pravoslavie.ru (<https://pravoslavie.ru/29653.html>). Согласно опросам, число пьющих россиян в период проведения кампании с 2008 по 2010 гг. сократилось несмотря на то, что других антиалкогольных мер в то время не принималось. Необходимо учитывать, что в ситуации преобладания в информационном пространстве контента в сети «Интернет», предназначенного для молодых людей, информационные кампании, направленные на снижение потребления алкоголя подростками и молодежью, должны адаптироваться к новым форматам. Таким образом, предложение о трансляции социальной рекламы о вреде алкоголя концептуально поддерживается».

Отрадно, что позицию Минздрава сейчас поддерживают и наши законодатели. Депутаты Государственной Думы Я.Е. Нилов, А.Н. Диденко, С.Д. Леонов, Д.А. Свищев, А.Н. Свищунов внесли Проект Федерального закона № 401976-8 «О внесении изменений в Федеральный закон N 171-ФЗ «О государственном регулировании производства и оборота этилового спирта, алкогольной и спиртосодержащей продукции и об ограничении потребления (распития) алкогольной продукции». Законопроектом №401976-8 предлагается узаконить торговлю алкогольными изделиями только в специализированных магазинах (более подробно можно ознакомиться с пакетом документов на официальном портале Госдумы: <https://sozd.duma.gov.ru/bill/401976-8>).

Ознакомиться с этими проектами можно и нужно не для праздного любопытства, а для того, чтобы поддержать усилия депутатов в оздоровлении страны. Ваши письменные обращения направляйте на имя председателя Государственной Думы В.В. Володина. Возможно, именно ваш голос подвигнет Законодательный орган уже сейчас принять судьбоносное решение, которое приведёт к отрезвлению страны. Не откладывайте вашу просьбу в долгий ящик: законопроект включен в примерную программу решением Совета Государственной Думы на ноябрь 2023 года. Поэтому тянуть нельзя, надо СРОЧНО и массово поддержать своими письмами этот законопроект!

# Звезда «Альтаир» на скаутском небе



Настя Степанищева училась в четвёртом классе, когда впервые увидела его: в их школе № 5 г. Пугачёва проходил какой-то праздник, и диджей десятиклассник Виталий Войтинцев лихо управлялся с радиоаппаратурой. Пройдёт немного лет, и они встретятся в одном классе – Виталий Петрович, успев окончить университет, будет преподавать у них информатику.

Любимым предметом у Настя была математика. Классный руководитель Светлана Александровна Новикова сумела привить ей интерес к царице наук. Нравились и география. Для преподававшей географию Маргариты Васильевны Рамазановой Настя стала палочкой-выручалочкой: нужно срочно отправить на районный конкурс или в область доклад по экологии – Настя всегда выручит, напишет так замечательно о родном крае, что обязательно вручат ей грамоту или диплом. «Однажды, – со смехом вспоминает сегодня Анастасия Сергеевна, – вышла история с географией. Я в одиннадцатом классе училась, и приехали к нам в школу преподаватели из юридической академии. Мне не дали, как обычно, первого места, оправдывались: у тебя и так много грамот, зато пригласили к нам учиться».

Нет, не стезю судьи или адвоката предпочтёт Настя, когда придёт время выбирать профессию. И поможет определиться с выбором... скаутинг. О скаутах Настя услышала в июне 2013 году. Светлана Александровна объявила им, перешедшим в девятый класс, что есть возможность отдохнуть на природе в палатах, кто желает поехать на Волгу, обращайтесь к учителю информатики. Виталий Петрович Войтинцев набрал команду для десятидневной поездки в наш «ОПЛОТ», хотя ещё и не скауты, но по скаутской традиции составили свой патруль Настя Степанищева, Агния Кузнецова, Илья Трушин, Илья Лушников, Саша Порядный, Наташа Шайкина, Надя Борисова и Виталий Елисеев. Патруль называли СССР – Союз Самых Современных Ребят. Хотя привезли с собой отнюдь не современные костюмы, а самые что ни на есть старинные, да к тому же индейские, поскольку «ОПЛОТ-2013» был посвящён краснокожим. Костюмы шили сами, и Настя преуспела, поставив рекорд по разнообразию и точности индейской одежды. Возможно, вживание в роль представительницы племени Северной Америки ещё дома, за швейной машинкой, помогло ей в испытаниях, коими славится «ОПЛОТ».

В «ОПЛОТе-2013» пугачёвцев разместили на одном костровом месте с патрулём «МечСар», возглавляя его педагог саратовского гуманитарно-экономического лицея скут-лидер Оксана Александровна Геращенко. Решили обединиться, так возник отряд «МечСССР». Насте странно было слышать поначалу, как ребята и взрослые называют друг друга неопытными именами: почтенного учителя Андрея Николаевича Аврельянова мальчишки запросто окликуют: «Старик, а у нас будет сегодня ночной бег?» Оказалось: совсем не старого учителя так величают потому, что Старик – его почётное лесное имя, которое надо заслужить. Как? Проходя различные испытания, прославляя себя добрыми делами.

Кроме игр и состязаний нужно было и о хлебе наущенном подумать: нянек в лагере нет, варить обеды и мыть посуду приходилось самим. Это Настя не пугало: мама и бабушка приучили к домашней работе, поделились кулинарными секретами. Сложнее пришлось в «Школе юных сурков», где их учи-

ры, со второго класса училась танцевать), девчата дарили барабанную дробь, после линейки я запечатлел их на снимке, подписав – слева направо: Агния Кузнецова, Катя Кошелева, Ангелина Трушина, Виталий Петрович Войтинцев, Наташа Шайкина, Настя Степанищева, Олеся Сычёва из отряда «Альтаир».

В жизни старшеклассницы Степанищевой были ещё и весенние, и осенние слёты в Саратове, в Аткарске и в Камышине, палаточные лагеря на Волге и на Иргизе. Участвовала в составлении программ «ОПЛОТа» и «Иргиза», несколько лет была командиром штаба «Иргиза». Многому научил её скаутинг. В свои последние школьные каникулы подрабатывала вожатой в том же «Орлёнке», в двух сменах.

В 2016 году в палаточные лагеря не поехала. Сдавала экзамены за школьный курс. Осень вступила студенткой сразу двух вузов: зачислили её в РАНХиГС (Российская академия народного хозяйства и госслужбы) на специальность «государственное и муниципальное управление», а заочно стала учиться в классическом университете на психолога и социального педагога. Мечтала на

ли жить в дружбе с природой. Самых стойких и смелых выпускников Совет вождей (так в тот год именовался скаутский штаб) допустил к третьей степени лестницы славы – испытанию «Остаться в живых». От пугачёвцев только Настя удостоилась чести пройти это испытание, и она не подвела товарищей – по итогам игры получила высший знак скаутского отличия: лесное имя и право ношения скаутского берета. Случай уникальный, ведь скаутский галстук ей только-только повязали, а она уже на равных с опытными скаутами покоряла природу. И скаутское лес-



ное имя выбрала энергичное – Пума.

За неделю так подружились со своими новыми саратовскими друзьями, что плакали, расставаясь: увидимся ли когда? И не подозревали, что встретятся уже в августе: Виталий Петрович добился открытия своего палаточного лагеря – «Иргиз», и уже в августе на туристической поляне возле Каменки саратовский патруль и пугачёвский воссоединились: Оксана Александровна Геращенко привезла своих скаутов. Настя Степанищеву включили в штабную команду. Мгновенно пролетели пять дней «Иргиза», и снова – разлука. Скращивалась она перепиской в социальных сетях, вспоминали счастливые мгновения на волжском берегу и на берегу степного Иргиза, и ностальгия вылилась в неожиданное решение: а давайте создадим один общий, на два города, отряд! Предложение приняли на ура, отряд назвали звучным словом «Альтаир» (с арабского имени этой самой яркой звезды нашего неба переводится как «парящий орёл»). День рождения «Альтаира» – 23 августа 2013 года. А в октябре того же года «Альтаир» ещё раз встречался саратовскими и пугачёвскими патрулями: в детском оздоровительном лагере «Орлёнок» в октябре провели свой отрядный слёт.

В июле 2014 года Настя Степанищева поехала в «ОПЛОТ» не только как штабистка, но и как... барабанщица. Виталий Петрович из девчат «Альтаира» сложил группу барабанщиц, и они на открытии лагеря 1 июля представили перед отрядами с показательными выступлениями: грациозно вышагивая (Насте помогли занятия в танцевальном кружке при Доме культуры

каннуках 2017 года ещё раз ощутить неповторимую атмосферу палаточного лагеря, даже вместе с Машей Ляпиной (их подружил «Альтаир») составляла программу «ОПЛОТа», однако вместо берега Волги оказались они с Машей на берегу Чёрного моря: предложили им поработать вожатыми в корпоративном центре оздоровления «СИБУР-Юг» (перед тем при РАНХиГСе окончили курсы вожатых).

«Признаться, мне больше нравятся небольшие лагеря, – говорит Анастасия Сергеевна, – такие, как наши «ОПЛОТ» или «Иргиз».

В 2016 году «Иргиз» участвовал в конкурсе «Лучший лагерь России» и вошёл в сотню лучших лагерей! В 2015 году в нём отдыхало 160 детей, – рассказывал о своём детище Виталий Петрович Войтинцев в статье «Копилка добрых дел», напечатанной в газете «Вопреки» в апреле 2016 года. – Лагерь делился на блоки: экологический, журналистов и так далее. Каждый день выпускали новую газету, размещали новости на сайтах. К нам приезжали многочисленные гости, помогали организовывать мероприятия. Например, служба спасения «Часовые России» устраивала пейнт-бол, дети играли в лазертаг. Но и учились многому. В лагере прошло много мастер-классов, например, по кухням национальным. Один мастер-класс вёл волонтёр Артём Рай, он побывал на Олимпиаде в Сочи, на Универсиаде в Казани. Другие занятия были по ушу, живописи, пластике. Дети представляли своё творчество, от каждой группы – свой проект, например, по очистке воды».

На три года с палаточными лагерями пришло расстаться. Став бакалавром, в 2020 году Анастасия

поехала в Екатеринбург учиться в магистратуре в Уральском федеральном университете. Диплом защищала по теме «Мотивация и самоменеджмент у сотрудников с разной формой трудовой деятельности», материал для него собирала с помощью анкет, опрашивая и знакомых, и малознакомых, и совсем незнакомых людей – и общительности, умению находить общий язык с разными людьми научили палаточные лагеря и скаутинг.

Так же, как и выработали они мотивацию к трезвости. Для Насти с малых лет был пример перед глазами – её мама, социальный работник Наталья Николаевна. И в палаточных лагерях и на слётах их ненавязчиво подводили к мысли, что спиртное, никотин и другие психоактивные вещества только мешают в жизни. Да, и в школе им внушали: алкоголь, табак – это яд, держитесь от них подальше. Но в школе прослушал лекцию и... забыл. Но разве забудешь знания, добытые своей головой? Анастасия Сергеевна вспоминает, как сочиняла сказку о пьяной принцессе и драконе, когда готовились к скаутскому КВНу в 67-й школе Саратова. Ту сценку отредактировали, записали на видео, и с тем произведением удивили жюри. А «Ключи здоровья»? С этой игровой формой подачи информации о вреде алкоголя и табака Настя сначала познакомилась в отряде «Альтаир», потом сама проводила игры в младших классах своей школы.

Запомнились и доверительные беседы в лагере, когда к оплотчикам приезжали активисты молодёжного движения «Трезвый Саратов» – парни и девушки, чуть постарше их, но уже достигшие чего-то в жизни. Убедительны были не только слова, но и сам подтянутый, симпатичный их внешний вид, не оставлявший сомнения: трезвость – хорошее подспорье в жизни.

3 июля 2023 года Анастасия Сергеевна защитила диплом. А 8 июля уже стояла перед линейкой ребят в «ОПЛОТе-2023», рассказывая о себе, о том благотворном влиянии, который оказал наш палаточный лагерь на её жизнь. Рядом с ней её подруга Маша Ляпина ожидала своей очереди, чтобы напутствовать ребят. В репортаже на сайте общества трезвости про День трезвости в «ОПЛОТе» отмечалось: «Росомаха и Пума – лесные имена скаутов, Мария Ляпина (ныне – Световой) и Анастасия Степанищевой. Мария окончила колледж, потом институт, и ныне она работает в Управлении внедрением охраны войск национальной гвардии. У Нasti – три диплома, она детский психолог, и, конечно же, подруги, как и многие их товарищи по скаутскому отряду, сохранили свою природную трезвость. (...) В свои выходные они решили приехать в лагерь и помочь штабистам провести вторую смену».

«Скaut однажды – скaut навсегда». Верность этого слогана Анастасия Сергеевна в октябре 2023 года прочувствовала на себе: сейчас она проходит стажировку как подростковый психолог у специалиста-психолога общества трезвости Анастасии Викторовны Колесниченко, вместе они ведут занятия с детьми, учат их на тренингах и в играх познавать мир общения, дают новому поколению скаутов тот надёжный компас, который поможет вступающим в жизнь брать верные ориентиры и достигать поставленных целей.

На снимке: занятия в психолого-педагогическом кружке ведёт Анастасия Викторовна Колесниченко. 14 октября 2023 года.

# КАК СЛОВО НАШЕ ОТЗОВЁТСЯ?

**По традиции, учителя Дома трезвости в первом полугодии каждого нового учебного года приходят к первокурсникам Саратовского медицинского колледжа СГМУ им. В.И. Разумовского, чтобы провести уроки трезвости. В этом году первый урок состоялся 19 октября. С будущими медицинскими сёстрами из 102-й и 104-й групп побеседовали Владимир Александрович Грин и Татьяна Викторовна Цепцова. Урок прошёл в рамках проекта «Оплот успеха», поддержанного министерством здравоохранения Саратовской области.**



В начале беседы Владимир Александрович вкратце познакомил слушателей, – а в классе внимали словам лекторов более четырёх десятков студентов, – с той просветительской работой, которой занимается Саратовская региональная общественная организация трезвости и здоровья. «Мы даём вам информацию, а как вы ею воспользуетесь – забудьте, примите к сведению или же возьмёте руководством к действию – этот выбор сделаете вы сами», – сказал лектор. Владимир Александрович, рисуя схемы на доске, показал, как действует алкоголь, попадая в кровь, как слипаются эритроциты, обеспечивая клеткам кислородное голодание, отчего клетки гибнут. Гибель от удушья клеток головного мозга и производит тот самый эффект удовольствия, ради которого потребляют алкоголь.

Сведения эти совсем не лишние для студентов-медиков, потому что они – вчерашние школьники, и вряд ли в школах им говорили о медицинском аспекте проблемы. Татьяна Викторовна Цепцова, обращаясь к аудитории, заметила, что вести разговор с молодёжью о пагубности спиртного, табака, других наркотиков подвигло её неравнодушные: в её семье подрастает сын-школьник, и она хочет, чтобы он рос в трезвом окружении. Все мы живём в социуме, а в нашем обществе есть традиции, как хорошие, так и негодные. Отмечать праздники, иные события спиртным – плохая традиция. Почему же она, если все сознают, что она плохая, до сих пор передаётся из поколения в поколение? Всё очень просто: люди её воспринимают как хорошую! И должно вырасти такое поколение, которое прервёт порочный круг.

На уроке трезвости студенты услышали из уст лекторов (а Татьяна Викторовна и Владимир Александрович выступали попарно, подхватывая мысль предыдущего оратора и развивая её, дополняя новыми примерами), что если в семейном роду пил дед, вырастил сына-алкоголика, и питечный тупик продолжил внука, то будет ли пить правнук? Из зала послышалась интересный ответ: нет, потому что тот правнук, насмотревшись на «художества» предыдущих поколений, не станет повторять их путь. Нет, ответ неверный. А правильный ответ – правнук не будет пить, потому что его... просто-напросто не будет. Есть такая наука – собиология, наука о трезвости.

Вокруг питья и трезвости много мифов. В завершение разговора учителя трезвости пожелали ребятам, чтобы они сами постарались вникнуть в проблему и найти правильную информацию. Тем более, что в их благородной миссии – врачевания людей – эта информация поможет стать хорошим профессионалом, поскольку зависимости от спиртного, табака вызывают многие болезни, а устранив причину, можно направить пациента к излечению.

Первый урок трезвости в медколледже завершился. Впереди – продолжение разговора в других группах.