



С 12 декабря 2023 года Саратовская региональная общественная организация трезвости и здоровья проводит онлайн конкурс «Успех в трезвости и здравии!» в рамках реализации проекта «Оплот успеха-2», поддержанного министерством здравоохранения Саратовской области.

## УСПЕХ В ТРЕЗВОСТИ И ЗДРАВЬИ

Влада Уколова, ученица Детской школы искусств № 3 г. Энгельса, 11 лет. С мамой на лыжне

Участники конкурса выполняют работы по номинациям: эссе; творческая работа; проект (агитационный проект о ведении трезвого досуга в молодёжной среде); репортаж (создают фото-видео репортажи), отражая в своих работах семейные традиции (например: семейные праздники, походы выходного дня, хобби, совместные игры и

т. п.), поддерживающие трезвое отношение к жизни, здоровью, спорту в семьях; личные традиции и занятия (пример проведения досуга из личного опыта человека), поддерживающие трезвое отношение к жизни, здоровью, спорту.

Конкурс продлится до 27 декабря 2023 года.

А 29 декабря будут подведены итоги. Всех участ-

тников ждут грамоты, а самых активных и призы.

Об итогах конкурса расскажет наша газета в следующем номере, будут опубликованы работы-победители.

В этом же номере представляем на 1-й и 4-й страницах рисунки, присланные на конкурс, а на 3-й странице – рассказ о нашем палаточном лагере «ОПЛОТ»

## В Школе трезвости – выпуск!

Наталья Александровна Королькова, председатель Саратовской региональной общественной организации трезвости и здоровья, вручая Сертификаты, подчеркнула, что курс, пройденный выпускниками, весьма обширен, и дал не только знания, но и практические навыки: теоретические занятия на протяжении всего курса сочетались и с домашними заданиями, и с практическими уроками – выпускники, а ныне профессиональные Учителя трезвости, ходили в школы и колледжи, неся знания о трезвости в массы и оттачивая своё мастерство.

Вели занятия в Школе трезвости опытные преподаватели, не один год распространяющие знания в учебных заведениях – Алексей Александрович Воробьёв и Пётр Иванович Неловко. Им вручены Сертификаты, «дающие право проведения обучающих занятий в рамках курсов «Школы трезвости».

Вести к осознанной трезвости молодёжь отныне будут уже сертифицированные специалисты – железнодорожники Сергей Евгеньевич Янин и Михаил Евгеньевич Янин, врач-нарколог Юрий Валентинович Казаков и бухгалтер Татьяна Викто-

Пять месяцев, с июля по декабрь, в Школе трезвости шли занятия, о чём неоднократно публиковались репортажи на сайте и в газете, и вот 13 декабря 2023 года в Доме трезвости состоялось торжественное вручение Сертификатов как выпускникам Школы, так и самим преподавателям, проведшим курс лекций и занятий.

ровна Цепцова, станочник Андрей Владимирович Юлин и строитель Алексей Михайлович Банников (в сертификате указано, что он «даёт право на присвоение участнику статуса учителя трезвости»), они в ходе занятий в Школе трезвости приобрели навыки педагогической и лекторской работы. Каждому выпускнику Наталья Александровна вручила также фирменный блокнот общества трезвости, изданный как раз в день торжества – будет где учителям трезвости записывать пла-

ны будущих уроков. После торжества вручения документов – традиционное чаепитие, за которым обсуждали, когда и где будут проводить уроки трезвости в ближайшее время. И рассуждали не теоретически, а сугубо практически: на выпуск учителей трезвости пришла Лилия Ивановна Чирикова, директор Саратовского техникума железнодорожного транспорта, и она предложила сразу же после зимних каникул прийти к первокурсникам возглавляемого ею техникума.



## ТРЕЗВЕННИЧЕСКИЙ ДЕСАНТ «КЛЮЧИ ЗДОРОВЬЯ»

Трезвеннический десант «Ключи здоровья» высадился 2 декабря 2023 года в школе № 1 г. Пугачёва им. Т.Г. Мазура. В гости к школьникам приехали студенты и преподаватели СГТУ им. Гагарина Ю.А. и штабисты Ассоциации скаутов Саратовской области, чтобы провести интеллектуально-спортивную игру «Ключи здоровья». Встреча поколений прошла в рамках проекта Саратовской региональной общественной организации трезвости и здоровья «Оплот успеха-2», поддержанного министерством здравоохранения Саратовской области.

Перед тем, как команды вышли на старт, учитель трезвости Владимир Александрович Гринн побеседовал с ребятами, начав разговор с вопроса, можно ли считать спиртное пищевым продуктом. Сразу несколько голосов ответили: «Нет!», но прозвучало и такое мнение: «Это праздничный продукт». К сожалению, производители и продавцы алкоголя навязали мнение, что праздник без возлияния не праздник, разоблачению этого мифа и посвятившие первые минуты урока трезвости. Затем Владимир Александрович рассказал, как внедряется мода на вежливости, разоблачив ложь об их безвредности. Врачи даже утверждают, что от их употребления возникает очень опасная болезнь – химическая пневмония. И не надо поддаваться стадному чувству, мол, все курят и пьют, и я буду. Две трети землян живут трезво, как до недавнего времени, до середины XX века, и наша страна была самой трезвой страной мира. Вернуть ей славу непьющей державы – задача нового поколения, вступающего в жизнь. Скоро вам выбирать профессию, и быть может сегодняшняя игра поможет в этом, с нами приехали друзья общества трезвости, которые и проведут девять станций, на которых

вы узнаете много интересного, что пригодится в жизни.

На старт вышли семь команд. Пять выставила школа № 1, и по одной – школа-интернат и школа № 5. Они разбежались по станциям, сразу же убедившись, что действительно разговор на них принесёт пользу, поможет отвести беду. Этому учил на станции «Первая медицинская помощь» психолог Дома трезвости Илья Алексеевич Дементьев. Наверное, каждый слышал, что сильное кровотечение надо останавливать при помощи жгута, но нужно знать, куда и как накладывать его. Илья Алексеевич показал, как правильно применять это средство. Узнали ребята и много других тонкостей, как вести себя в той или иной ситуации, как спастись тонущего человека, какие лекарства нужно захватывать с собой в поход.

Вопросам безопасности посвятил своё занятие на станции «Химия» доктор химических наук, доцент Антон Валерьевич Косарев. По окончании игры многие признавались, что эта станция была самой интересной, потому что учитель разрешил самим с помощью приборов определять кислотность соков, долю нитратов в сельскохозяйственных продуктах, жёсткость воды, используя электрохимичес-



На снимке: Наталья Олеговна Бочарова, учитель технологии школы № 67 г. Саратова, даёт мастер-класс по изготовлению старинных кукол.

кие методы. Школьница вонзала иглу прибора в картофелину, нажимала на кнопку прибора, и он сигнализировал надписью: «Опасный уровень», выдавая цифру 481. «А предельно допустимая концентрация нитратов в картофеле – 250 единиц», – комментировал Антон Валерьевич, – но если вы съедите одну картофелину, то ничего страшного не случится, почки справятся с задачей нейтрализации нитрата». Антон Валерьевич по ходу измерений заряжал ребят своей увлечённостью предметом, наверное, многим запомнилась его фраза: «Химию надо не столько изучать, сколько понимать». Урок преподавателя университета подтолкнул к стремлению понимать эту науку, объясняющую строение вещей, нас окружающих.

А вот Наталья Олеговна Бочарова, учитель технологии школы № 67 г. Саратова, звала окунуться в мир вещей, давно исчезнувших. Она увлекается реконструкцией.

Многие видели реконструкторов на праздниках: облачённые в средневековые доспехи воины устраивают целые сражения. Вот и на станции «Реконструкция» 2 декабря реконструкторы Валерий Шельдяев и Сергей Корниенко из Саратовского отделения Общероссийского общественного движения «Клубы исторической реконструкции России» давали примерить шлемы, учили владеть мечом и защищаться щитом. Но реконструкция – это не только про войну. Наталья Олеговна восстанавливает древние игрушки, и на своих станциях «Творчество» и «Традиции» рассказывала о секретах ткачества и набойки (окраски тканей) старинных мастеров, учила ребят изготавливать тряпичные куклы (дело не такое длительное, успевали за десять минут, что длилось каждое занятие на станциях, сложить из лоскутков симпатичную куколку), плести шнурки, точно такие же, как в средневековой Византии. Кстати,

на соседней станции «Игровая» помощницы Бочаровой скауты Вика Панжукова и Альбина Петрова, девятиклассницы школы № 10 г. Саратова, были облачены в платья византийского покроя, сшитые Натальей Олеговной. А на «Игровой» девочки учили ребят играть в игру монгольских кочевников тысячелетней давности, игра та называется «Золотая ласточка». В общем-то, нехитрая игра, как наши крестики и нолики, но весьма азартная.

Не без азарта проходили занятия и в школьном тире. Владимир Александрович Гринн и руководитель местного отделения всероссийского общественного движения детей и молодёжи «Движение первых» Илья Михайлович Душков объясняли, как целиться, чтобы попасть «в яблочко». Помогала детям заряжать винтовки Варвара Александровна Фролова, студентка-первокурсница Вавиловского университета, увлекающаяся страйкболом. Здесь же, в тире, командам предоставилась возможность пострелять из пневматического оружия с оптическим прицелом. «Мне больше всего понравилась стрелять», – признался после игры Паша Епишкин из школы-интерната, – я в орла попал». Орёл – рисунок на мишени, из результатов каждого стрелка складывался общий балл, выставляемый команде: от единицы до трёх.

Индивидуальное мастерство надо было демонстрировать и в поединке с шахматистом Вячеславом Олеговичем Коротиным (он преподаёт шахматы в школе № 95 г. Саратова, есть там такой пред-

мет в школьной программе). На станции же «Командообразование» балл завоевывали совместными усилиями и смекалкой. Ведущие станции Валерий Владимирович Соколов и скаут девятиклассник Степан Бобров из школы № 10 г. Саратова предлагали разобрать с головоломками (из фанерных фрагментов составить фигуру, как в пазлах) и поиграть в дженгу – переставлять бруски башни так, чтобы она росла вверх и не рухнула – весьма занимательная и азартная игра!

Каждая станция – десять минут. Умножаем на девять – полтора часа. Столько длился игровой марафон. Веро Викторова Баженнова, педагог Дома трезвости, сложила баллы, приобретённые трудом и стараниями команд, и огласила в актовом зале результаты игры. Команда «Империя» из школы № 1 набрала 21 балл, а команда «Интер» (школа-интернат) – 22 балла. Этого хватало для третьей ступеньки победы. На втором месте – сразу четыре команды: «Арматура» и «Иргиз» из школы № 1 – по 23 балла, «Лидеры» (школа № 1) и «220» (школа № 5) – по 24 балла. А победителями с 25-ю баллами стали (надо было выиграть, как радовались девчонки!) «Бегущие в ночи», так назвали свою команду пяти- и шестиклассники школы № 1, ведомые вожатой десятиклассницей Кариной Владимировной Крошкиной. Всем командам вручили Грамоты, а капитану «Бегущих в ночи» Ксении Нагаевой – сладкий приз, большую коробку со сладостями, которую тут же открыли и угостили всех. Сладкий привкус победы и обогащения знаниями остался у всех игроков, приобретших в этот субботний день настоящие ключи здоровья.





## ПРЕМЬЕРА ПЕРЕД РОЖДЕСТВОМ

**23 декабря 2023 года в актовом зале Дома трезвости состоялась премьера театральной мастерской «Абрикос» «Семейный детектив про Рождество».**

Спектаклю предшествовала большая работа. И не только актёров – над ролями, а режиссёра – над поиском репертуара, но и преобразованием театрального пространства: наш театр приобрёл самый настоящий занавес. И ровно в назначенный час – в семнадцать часов – красное полотнище раздвинулось после слов закадрового голоса: «Мы отправляемся в путешествие», и зрители стали следить за приключениями пяти симпатичных овец. Не простых, а сошедших со страниц Евангелия. Помните, новорождённому Младенцу Христу пришли поклониться пастухи? А что делали в это время пасомые ими овцы? Свою версию предложил современный немецкий драматург Ульрих Хуб, а режиссёр «Абрикоса» Дарья Олеговна Сафронова творчески переработала её, добавив к основной линии две притчи других авторов: шведской писательницы Фриды Нильсон «Меня удочерила Горилла» и нашей соотечественницы и современницы Анны Старобинец «Зверский детектив. Логово волка».

Итак, овцы, обнаружив, что их пастухи исчезли, терялись в догадках, куда же делись пастухи и что им, бедным овечкам, делать. В пьесе Дарьи Олеговны их пять, все внешне на одно лицо, а характеры у них разные. То есть в стаде всё как у людей. Как обычно бывает в сложной ситуации, находится личность, знающая, что делать. В нашем спектакле это овечка Овца в шапке (её замечательно воплотила на сцене Анна Варламова), чудесным образом разузнавшая, куда исчезли пастухи – они пошли поклониться Младенцу, Которому предстоит спасти мир. Естественно, и овечки захотели пойти на поклон к Спасителю мира. На пути им встречаются персонажи из других пьес – Горилла (в характерном гротескном исполнении Ангелины Малитиковой) и её приёмная дочь Юнна (строптивую дочь великолепно сыграла Полина Зенина), детективы Барсук (Илья Гетманов) и Барсукот (Святослав Евтеев), обвиняющие с подачи суматошной Сороки (Алисы Лузан) Волка в... съедении зайца. В исполнении Константина Золотарёва Волк предстал перед зрителями весьма симпатичным и довольно-таки флегматичным – оригинальная трактовка сказочного зверя-злодея. Его преследователи и обвинители в не менее блистательном исполнении Святослава, Ильи и Алисы также подарили зрителям немало приятных минут наслаждения игрой. Всё оканчивается благополучно: блюдо, которое съички изылали как вещественное доказательство злодеяния, оказалось грибным рагу, никакого преступления не случилось, и звери примиряются.

Основное же действие – путешествие овец – изобиловало не столько событиями, сколько раскрытием характеров. Внешне схожие (у всех даже тапочки из овечьины словно под копирку), но каждая – с особенностью, и Анастасия Толчина (Овца с повязкой на глазу), Лилия Фёдоровна (Овца с зубной пластинкой), Ксения Леонова (Овца с насморком), Анисья Колесникова (Последняя овца) сумели на небольшом временном промежутке раскрыть неоднородные характеры своих персонажей. По ходу действия они выручали друг друга (то одна овца заблудилась в лесу, то другую вытащили из реки, где та чуть не утонула), в итоге путешествующие нашли ясли, где лежал Младенец, и Голос с Неба рассказал им о явлении Спасителя, повелев возвращаться к пастухам, чему стадо и обрадовалось.

Приключения сопровождалась остроумными репликами и реминисценциями, отсылавшими зрителей от Библейских времён к нашей действительности (чего стоит одно замечание, что «Спасителю лучше родиться среди бедных!»), заставлявшие задуматься о том, что не важно, в каком времени довелось жить, главное – как прожить. И вставные эпизоды с Гориллой и её дочерью повествуют о непростых отношениях «отцов и детей», присущих всем столетиям, а детективная «волчья» история свидетельствует о стремлении людей всё упростить и мыслить трафаретами, не утруждая себя раздумьями о сложности жизни.

На таком небогатом событиями материале нашим артистам блестяще удалось погрузить зрителей в мир искусства, дать им почувствовать его волшебную силу. И тут нельзя не сказать ещё о двух «артистах» с иностранными «фамилиями» – Гримере и Реквизите. Особенно удачно сыграл грим в раскрытии образов Барсука и Барсукота. Ну, а реквизит артисты заготавливали и собственноручно изготавливали весь месяц, предшествовавший премьере. Потратили много времени и сил, зато всё на сцене было настоящим – и книжная полка с антикварными книгами, и стойка с платьями в магазине одежды, и даже два стога сена, хотя и миниатюрных. Зато деревья, хотя и нарисованы, – в натуральную величину. И это стремление актёров и руководителя «Абрикоса» (она же – и режиссёр-постановщик) показать правду жизни понравилось зрителям, встретившим заключительный поклон артистов бурными аплодисментами и цветами.



Всё повторилось и 24 декабря, когда «Абрикос» показал спектакль уже для других зрителей, поскольку желающих увидеть премьеру было в два раза больше, чем вмещает наш актовый зал. Рецензенту остаётся только присоединиться к овцам и пожелать артистам и режиссёру новых творческих успехов в наступающем 2024 году!



Арина Емцова, 15 лет. Ты у меня самый лучший!

УСПЕХ В ТРЕЗВОСТИ И ЗДРАВЬИ

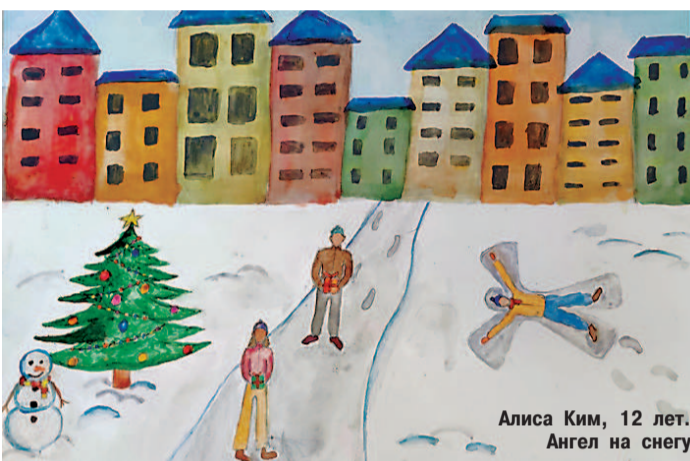
Рисунки, присланные на конкурс «Успех в трезвости и здравии», подготовлены ученицами Детской школы искусств № 3 г. Энгельса (преподаватель Оксана Петровна Егерева)



Катя Кубышина, 13 лет. Спи, сыночек, баю-бай!



Катя Захарова, 10 лет. Семейная прогулка



Алиса Ким, 12 лет. Ангел на снегу



Софья Харченко, 11 лет. Новый год – семейный праздник!

## Г.А. Шичко: «Саратов и Вольск – близкие мне города»

**В биографии психофизиолога Геннадия Андреевича Шичко, автора знаменитого психолого-педагогического метода избавления от зависимостей, есть строка: «участвовал в Великой Отечественной войне в качестве командира и политработника. Во время войны был тяжело ранен в обе ноги в боях под Сталинградом». Письмо, присланное накануне Нового года в Саратовский Дом трезвости, уточнило: военная служба Шичко связана с городами Энгельс, Саратов и Вольск. Москвич Андрей Аркадьевич Головин, генеральный директор Союза некоммерческих организаций в сфере профилактики и охраны здоровья «Евразийская ассоциация здоровья» при подготовке трёхтомника научных трудов Шичко обнаружил в архиве письмо Геннадия Андреевича от 7 октября 1985 года, адресованное в Саратов В.Н. Гайворонскому. Головин прислал то письмо нам с просьбой прояснить, кто адресат Геннадия Андреевича.**

### «Уважаемый В.Н. ГАЙВОРОНСКИЙ

Огромное спасибо за приглашение принять участие в открытии городского клуба трезвости. До последнего времени питал надежду, но только что стало известно, что выехать не смогу. Мне так хотелось побывать в Саратове и Вольске – близких мне городах.

7 и 8 ноября 1941 г. мы, курсанты 3 курса Училища ПВО Военно-Морского флота, тогда располагавшегося в Энгельсе, с помощью зенитных орудий охраняли небо Саратова. В ноябре и декабре 1942 г. меня в связи с тремя тяжёлыми кровотечениями сняли с теплохода и на носилках отправили умирать в Вольский сортировочный госпиталь. Здесь волжанки и товарищи по палате дважды спасли меня от смерти – сначала обнаружилась газовая гангрена, а потом – общее заражение крови. Помогла и саратовская областная газета «Коммунар» (?) («Коммунист» – примечание редакции газеты «Вопреки»), которая помянула меня, как участника Великого волжского сражения, добрым словом в самый критический для моей жизни период.

Горячо поздравляю клубистов с объединением в Саратовский клуб трезвости, желаю больших успехов и постараюсь внести свой посильный вклад в деятельность Клуба. Хочу заочно принять участие в торжестве, поэтому преподношу клубистам рукопись моей статьи «Абсурдизм и алкогольная проблема», подготовленную по просьбе Смольного и рекомендованную к печати. Можете зачитать полностью или выборочно.

Охотно приеду к ВАМ, чтобы оказать посильную помощь проведением двухдневных занятий по избавлению горожан от алкоголизма и курения, а также чтением лекций, а возможно и обучением клубистов проведению отрезвляющей работы.

Больших успехов НОВОМУ КЛУБУ ТРЕЗВОСТИ, всего самого лучшего его членам!

7. 10. 85  
Г.А. Шичко»

### ПРОАЛКОГОЛЬНАЯ (ПИТЕЙНАЯ) ЗАПРОГРАММИРОВАННОСТЬ –

искаженность сознания ложными проалкогольными сведениями, вынуждающая человека, вопреки инстинкту самосохранения, поглощать алкогольную отраву.

советский физиолог, кандидат биологических наук. Ветеран Великой Отечественной войны.

Геннадий Андреевич Шичко



Владимир Николаевич Гайворонский в октябре 1985 года – директор самого крупного в Саратовской области Дворца культуры «Рубин» (его построил в 1982 году завод «Корпус»).

Он откликнулся на просьбу инициативной группы, пожелавшей создать на базе «Рубина» городской клуб трезвости, и пригласил на его открытие знаменитого учёного, одного из основателей трезвеннического движения в СССР. К сожалению, своё желание побывать в городе, где ему спасли жизнь, Геннадий Андреевич не удалось исполнить: через год после письма в Саратов Шичко умер.

А мы благодаря Андрею Аркадьевичу Головину узнали о саратовском следе в биографии учёного, открывшего явление табачно-алкогольной запрограммированности и разработавшего метод освобождения от разрушительных программ и восстановления сознательной трезвости.

А статью «Абсурдизм и алкогольная проблема» Геннадий Андреевич написал в канун 1985 года, почти сорок лет назад, и заканчивается она обращением к молодёжи, которое актуально и сегодня: «В наши дни правомерно считать самыми патриотическими и социальными ценными качествами человека – трезвость и противотурение, потому что только с ними могут сосуществовать другие благородные свойства личности (патриотизм, гуманизм, интернационализм, правдивость, честность и т.п.). Трезвость и некурение являются основными условиями обретения объективного, настоящего (не иллюзорного!) счастья.

Горячо желаю читателям, в первую очередь молодым, создать эти условия к Новому году, а с наступлением его активно включиться в работу по созданию полноценного счастья, счастья, которое будет озарять лучами радости не только собственную жизнь, но и других людей».

Номер газеты издан при финансовой поддержке министерства здравоохранения Саратовской области.

Редактор  
В. И. ВАРДУГИН

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

Учредитель – Саратовская региональная  
общественная организация трезвости и здоровья

Адрес учредителя, издателя и редакции:  
410056, г. Саратов, ул. им. Т.Г. Шевченко, д. 2а.  
Телефон: 23-68-10.  
Почта: saratov@domtrezvosti.ru Сайт: 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.