

МЫ МОЛОДЫЕ

ВЫБИРАЕМ ЖИЗНЬ



Конкурс

Ежегодно в Красноярске Молодежным центром профилактики наркомании проводится конкурс «Молодежь Красноярска за здоровый образ жизни» | 2 стр.



Академия

16 марта в ЧГАКИ состоялось заседание круглого стола на тему «Ограничение курения табака в ВУЗе» | 3 стр.



Ломехузы

Московские трезвенники предлагают объединить силы для борьбы с алкогольными и табачными ломехузами | 4 стр.

№ 9 (52) март 2010 год

Издается с апреля 2001 г.

Из года в год в Сургуте растет процент детей, родившихся с тяжелыми отклонениями от нормы. Большинство этих детей – дети «культурно» пьющих родителей, не алкоголиков.

НЕ ОСТАВИТ РАВНОДУШНЫМ

Гиркин Никита,
г. Сургут

*Здравствуйте!
Меня зовут Гиркин Никита Анатольевич.*



На фото наводит миномет мой прадед – Бондаренко Емельян Андреевич. Прадед погиб зимой 1943 года – при артиллерийском обстреле осколок попал в сердце.



Это – мой отец Гиркин Анатолий Васильевич.

Бывший главный энергетик Каргасокской нефтегазодобывающей экспедиции.

Он спился. Мама окончательно развелась с ним в

ноябре 2005 года.

Вот так я потерял двух родственников в разное время и по разным причинам.

Но если бы это была только моя история! У моих друзей в Сургуте также спился у кого отец, у кого мать.

Таких историй по Сургуту – тысячи, по России – миллионы...

Спросите себя: сколько родственников у Вас унесла та горячая война 65 лет назад?



И сколько родственников, друзей, знакомых у Вас унесли и уносят табак, алкоголь и другие наркотики в настоящее время?

Этим детям уже не помочь....

Это учреждение социального обслуживания Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Реабилитационный центр для детей и подростков с ограниченными возможностями «Добрый волшебник». 18 групп с общей вместимостью 175 детей и подростков – туда сейчас очередь.

Из года в год в Сургуте растет процент детей, родившихся с тяжелыми отклонениями от нормы. В 2009 году их насчитывалось уже 682. Большинство этих детей – дети «культурно» пьющих родителей, не алкоголиков.

Даже небольшие дозы алкоголя по



праздникам отравили детородные органы отца или матери. У женщины достаточно ведь поразить всего одну клетку, из которой родится Человек... Поэтому на Руси женщинам пить было строжай-



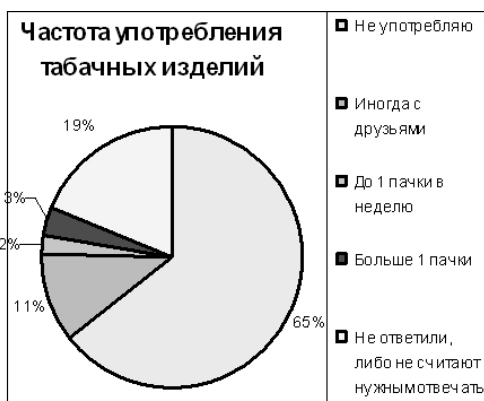
ше запрещено...

Сколько таких молодых мам, уже отравивших свои детородные органы алкоголем и неспособных родить здорового ребенка? Я не знаю.

На усыновление оставленных русских детей в Сургуте очередь из бесплодных семей. А мы по незнанию виним во всем климат...

Вы знаете, сколько детей в Сургуте употребляют табак, алкоголь и другие наркотики? Я знаю.

Мы опросили 3600 школьников города Сургута из 32 тысяч – это более чем репрезентативный опрос.



Дорога к наркотикам в школах города Сургута такова:

60% общего числа школьников (7-11 класс) употребляют алкоголь, 38% выпивающих школьников курят,

12% курящих и выпивающих допускают употребление нелегальных наркотиков.

845 наркоманов и 3957 алкоголиков состоит на учете в ПНД в 2009г

Что же действительно можно сделать в этой ситуации?

Первое: Разобраться самому, что же такое раствор этилового спирта и в чем принцип его губительного действия на организм?

Для этого достаточно досмотреть лекцию профессора Жданова «Алкогольный и наркотический террор против России» или другое подобное видео.

Второе: Перестать показывать собой пример «культурного» употребления алкоголя. Стать Трезвым человеком. «Спасись сам, и вокруг тебя спасутся тысячи». Перестать платить за алкоголь и финансировать тем самым дальнейшую торговлю.

Третье: узнать, а кто же продает моим детям табак и алкоголь? Кто строит свое благосостояние на здоровье и счастье наших детей?

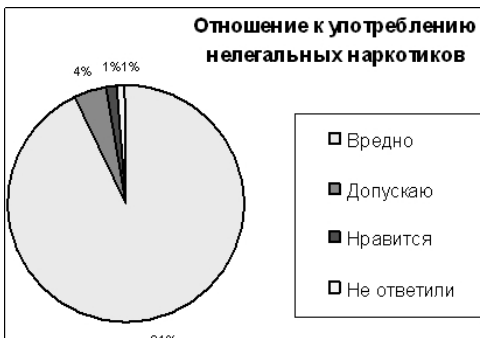


Ответ: около каждой школы города Сургута (да и любого другого го-

рода – прим. редакции) в нарушение действующего законодательства (менее 50 метров от границы территории или менее 100 метров от входа) находится торговая точка, продающая детям табак, алкоголь. За перемену можно успеть. Не брезгают продажей водки детям и крупные супермаркеты.

На вопрос: «А что Вы сделали?» ответу:

1. Работающая Молодежь города Сургута в сентябре 2009 года сфотографировала все школы города Сургута с торговыми точками около них, сделала фотоальбом «Город Сургут: Реальность и Мечты», и подарила Губернатору, Главе, Прокурору, Думе.



2. В феврале-марте 2010 г. на основании данных обращений по поручению Прокурора Югры проведено 20 проверок Прокуратурой города Сургута, дела переданы в суд.

3. 23 марта молодежью проведен круглый стол с депутатами и Админи-



страцией города Сургута, на котором депутатам показали статистику по городу Сургуту и видео контрольных закупок алкоголя в супермаркетах города.

4. Работающей молодежью подготовлена нормотворческая инициатива в Думу города об увеличении до 200 метров расстояния от школ, на котором не допускается продажа алкоголя. Это ЕДИНСТВЕННАЯ на сегодняшний момент мера, доступная на местном законодательном уровне.

Ежегодно в Красноярске Молодежным центром профилактики наркомании проводится конкурс «Молодежь Красноярска за здоровый образ жизни», приоритетные задачи которого — привлечение внимания подрастающего поколения к серьезной проблеме общества - про-

блеме возникновения зависимостей, осмысление возможных путей их преодоления, формирование ответственного отношения к собственному здоровью и успешному будущему. Возраст участников от 13 до 20 лет. В своих работах подростки рассуждают о влиянии рекламы на употребле-

ние табака и алкоголя, новых опасных увлечениях молодежи, таких как курение кальяна, употребление насвая, о переходе от реального общения в «онлайн» пространство. Предлагаем Вашему вниманию несколько работ победителей конкурса.

Мама Заря,
г. Уфа
mama_zarya@mail.ru

ТРИ ДИАЛОГА С КУРЯЩИМИ
или как с ними беседовать?

В углу подъезда дымят три девочки 13-14 лет.

— Добрый день, девочки! Вы позволите с вами побеседовать?

Молчание — знак согласия. Спасибо и на этом! Продолжаю:

— Вы сегодня такие милые, красивые, небось, сами не налюбуетесь собой в зеркало. Но не знаете, что уже через пять лет вы будете выглядеть дурнее и старше своих некурящих ровесниц, а дальше — больше: к вам будут липнуть все болезни... Тут меня перебивают:

— Не надо нас пугать. Мы прекрасно знаем о вреде сигарет!

— Я не спорю, что вы все знаете. Вот моя однокурсница тоже знала о вреде, но упорно продолжала курить, ну и умерла, выхаркивая с кровью кусочки своих легких, когда каждый вдох доставался ей с адскими мучениями, ведь бронхи ее закупорились большими пробками-шлаками табака. Я, когда пошла ее повидать в онкологическую больницу, уговорила взглянуть на нее трех ребят лет 10, смакующих сигареты в соседнем дворе, с условием рассказывать о ней всем своим знакомым. Ребята были в шоке, но решили, что она довольно старенькая, лет семидесяти, а, узнав, что и ей, и мне только 42, ахнули, уж настолько она была плоха! А ведь в свои 17 она была яркой красавицей: длинные, выющиеся, белокурые, пышные волосы, большие, синие глаза, высокий рост, прекрасная фигура! Благо, детей-сирот после нее не осталось, т.к. из-за курения у нее каждый раз случались выкидыши — т.е. зародыши не выдерживали яда околоплодных вод зеленого цвета {у мам некурящих они прозрачные, чистые} и умирали еще до родов.

— Тетенька, нас и это не пугает, не все курящие бездетны. Да и до родов нам далеко, сегодня, сейчас нам хорошо, и только нам решать: курить, не курить! И никто не вправе нам это запрещать!

— Разумеется, запрещать мы не в силах. А вот только ли ваше дело решать: курить, не курить, давайте поразмыслим. В ноябре 83-го в сильно накуренном подъезде, таком же накуренном лифте при мне умерла 36-летняя женщина, оставив 16-летнюю дочь и 14-летнего сына. В справке о смерти было: «Интоксикация табачным дымом», а ее последние слова — «Передайте моим детям, чтобы они не курили, не убивали своим дымом других». Т. е. те, кто накурил в том лифте, явились убийцами. Вот теперь скажите мне: не впрыскивает ли каждый курящий в нос любого встречного, рядом находящегося пусть маленькую, но все же дозу яда, т.е. не является ли каждый курящий маленьким, но все же убийцей? Я вот вчера за день насчитала, как 283 человека «одарили» меня такими дозами яда.

— Ну и что, что впрыскивают, а Вы езжайте в деревню и живите там. Мне нравится курить и я буду курить! Зачем мне думать о других?

— Представляю, как все некурящие: малые дети, старые и больные люди ринутся в деревню... Это не выход. Курение — это дело, а точнее боль всего общества, так же, как и пьянство, и иная наркомания. Во-первых, согласно хартии 1-ой Европейской конференции по проблемам политики в области потребления табака: «Право на свежий воздух, не загрязненный табачным дымом — есть неотъемлемая часть права человека на здоровье и на жизнь». Во-вторых, каждый курящий, пьющий и другой наркоман с годами превращается в

«Вредным привычкам
нет места – мы за здоровый образ жизни!!!»
Васильева Дарья, 9 класс
Гимназия №15

Школа. Время первых открытий и первых друзей. Первой любви и первых свиданий. Первых побед и первых мечтаний. К сожалению, школьные годы характеризуются не только накоплением положительного опыта общения с миром. Большинство детей именно в школьном возрасте впервые затягиваются сигаретой, пробуют на вкус спиртное, а то и наркотические препараты. Одной из серьезных проблем в наше время является употребление так называемого насвая, вещества, обладающего слабым наркотическим действием.

В настоящее время насвай является общедоступным веществом, в отличие от сигарет и спиртных напитков, продажа которых разрешена только лицам, достигшим 18 лет. Согласно опросам подростков из разных школ, большинство из них употребляют насвай только для того, чтобы бросить курить. Но, согласно результатам тех же опросов, практически не существует примеров того, что после отказа от сигарет, подросток смог бы отказаться и от употребления этого наркотического вещества. В подавляющем большинстве случаев он все равно в итоге возвращался к одной из этих вредных привычек.

Методы и средства, которые в данное время противопоставляются решению этой проблемы во многих школах явно не продуманы и не достаточны. В некоторых школах проводятся различные акции против наркомании среди подростков и вывешиваются листовки, содержащие информацию о вреде насвая и других наркотических веществах. Правда, очень часто эти листовки не привлекают к себе внимания даже своими размерами, которые оказываются меньше, чем лист тетради.

Возможно, установка системы видеонаблюдения в школах в какой-то мере помогла бы разрешить данную проблему. Но, на мой взгляд, решение этой проблемы не так уж и трудно найти. Решением ее может стать отсутствие свободного времени в школе для занятий вредными привычками.

«А как этого достичь? - спросите Вы? - А приходите к нам в гимназию № 15! И сами все увидите...»

- Итак, переступаем порог гимназии № 15, не просто школы, а уникального учреждения, где под одной крышей находятся и школа и учреждение дополнительного образования.

Первое впечатление: «Как их много! Какие они разные, дети!» Да, мы разные... Мы как волны настроения: беспричинное веселье может уступить место тотальному безразличию, порою, энергия может зашкаливать, а иногда они сосредоточат все внимание пейзажу за окном. И сколько труда, ума, внимания нужно вложить педагогам, чтобы направить эту необузданную энергию в правильное русло здорового образа жизни.

Первое испытание ожидает нас в просторном кабинете, где проводятся занятия интеллектуального клуба «Эрудит». Ведет занятия учитель истории Кубрак Л.И. Оказывается, развивать, реализовать свои научные возможности можно, участвуя в таких лабораториях. Каково же было мое удивление, когда я узнала, что на счету группы этих начинающих исследователей покоренные Олимпы

научно-практической конференций района, города, края, России. Вот уж где не до занятий вредными привычками!

Я не удержалась от соблазна посмотреть, что же происходит в вокальных студиях «Унисон» и «Камертон». Из глубины сцены доносились нежные мелодии. Я застала творческий процесс постижения тайны музыкального сочинения. Ребята учились слышать в музыке и песне биение жизни, учились ощущать выражение человеческого начала музыкального произведения.

В соседнем кабинете коллективное усердие детей было направлено на решение заковыристой лингвистической задачи. Выяснилось, что здесь идут занятия «школы для одаренных детей» по подготовке к олимпиадам. Воистину, можно найти себе занятие по душе!..

Иду дальше... Доска объявления, испещренная калейдоскопом интересных дел, вывела меня из состояния релаксации и медитации. Для особых гурманов интеллектуальных развлечений предлагался широкий спектр самовыражения и самореализации энергии, ума, фантазии: компьютерные сражения, брейн – ринг между командой учителей и учеников, интеллектуальный марафон.

Любопытство окунуться в школьный мир заставляет открыть двери Мастерских декоративно-прикладного творчества. Я застала не менее творческий процесс столярного мастерства. Поистине, если трудно постигать науку, можно и ремеслом заняться. Убеждаюсь, что здесь для детей не менее привлекательны звуки молотка, плоскогубц, зубил, чем занятия вредными привычками. Изрядно утомившись от шумового эффекта дрели, я решила забежать в кабинет релаксации. И не зря. Мои чутко натянутые нервы и все струны души размягчились под воздействием приятного голоса школьного психолога, фиточая и убаюкивающей мелодии.

После созерцания «звездного неба» так или иначе, меня потянуло в информационный центр, в поле «виртуального мира». Вот уж где можно само выразиться: и услуги Интернета, и презентация своего проекта, и компьютерная программа.

Хорош мир виртуальный, но пора возвращаться в мир реальный. Резкие звуки свистка, выразительные восклицания и междометия, доносящиеся из спортивного зала, говорят об азарте, об истинном наслаждении движения. Здесь, в спортивном клубе «Русь», можно выбрать любую секцию по душе: баскетбол, волейбол, тэквандо, футбол, вольная борьба, кик - боксинг, спортивная гимнастика!

Ну что Ваши ожидания оправдались????

Мои вполне! Открываю дверь хореографического зала и плавновливаюсь в процесс рождения танца. Ведь я с первого класса занимаюсь в Образцовом ансамбле народного танца «Радуга», в котором сотворяет чудо грации и пластики Егорова С.В., склонившаяся над ребенком, как над нераскрывшимся цветком. И поверьте, у меня и моих одноклассников и мыслей нет заняться какими бы то ни было вредными привычками — занятия проходят 5дней в неделю по 3-4 часа ежедневно.

В гимназии № 15 каждый может получить знания и реализовать свои способности. Здесь умеют поощрять первые попытки реализовать себя как личность. Каждому ученику предоставлена возможность самоутвердиться и совершенствоваться.

А вредным привычкам... - у нас нет места и нет на это времени!!!

кашлиете, как восьмидесятилетние, без одышки пробежать не можете?!

Бывает, говорю. Боюсь, что нахамят, но говорю. Кто-то же должен это делать.

Молодые люди должны категорично заявлять своим пьющим и курящим девушкам, что не женятся на них, потому что не хотят больных детей, а здоровых они родить не смогут.

Здоровье. Мы зависим от него, а оно от нас. Конечно, мы не можем изменить экологию. Куда нам без заводов. Не можем отказаться от наследственности: у большинства есть «подарки» от родителей. Но изменить свои привычки — запросто. Итак, встаем пораньше, наливаем термос горячего чая, берем с собой хорошее настроение, присоединяемся к такой же, как наша компания - и вперед за здоровьем и интересной жизнью.

сказала:

- Дорогие мои, на улице солнце, птицы хороводят, вас зовут.

Часто вспоминаю ту минуту. Минуту полной тишины. Кто о чем думал, не знаю. Но в подъездах мы больше не собирались. К нашему правильному образу жизни мы прибавили здоровый — походы.

Такой заряд бодрости получишь на неделю — всё успеваешь! И уроки сделаем вовремя, и в кино сходим, и у каждого секция, музыкальная школа или кружок.

Наша компания растет. Было семь человек, сейчас — одиннадцать. К сожалению, никто не пришел к нам первый. А впрочем, почему к сожалению? Если ты сумел убедить, зажечь — это здорово.

Как же часто хочется подойти к парням и сказать:

- Бросьте курить. Мужчины, наши защитники! Как вы защитите нас, если

«Молодежь Красноярска за здоровый образ жизни»
Паринова Виктория
Школа №115

За плечами рюкзаки. В руках гитары. Улыбки на лицах. И бодрым шагом наша дружная компания в очередное воскресенье поднимается на «Столбы».

Здорово, когда уезжаешь из душных квартир. Уходишь из грязных подъездов. Но было время, мы обитали на лестничных площадках, сидя на ступеньках, горланили песни. Серая жизнь. А казалось — здорово. Веселимся, поем, не хулиганим, не пьем, не курим. Чего же ещё?

Как — то пожилая женщина, проходившая мимо, засыпала нас вопросами:

- Вам нравится жизнь? Вы любите жизнь? Вы стремитесь жить?

Мы не отвечали. Ждали очередного нравоучения. Но она вдруг так просто

инвалида, перестает работать, т.е. не кормит себя сам, а садится на шею общества, становясь ее паразитом.

Тут мои собеседницы хохочут, мол, так и надо вам, некурящим... и продолжают курить.

- Вы, конечно, не знаете, что куривший тайком «звезда» футбола Лев Яшин и актер Павел Луспекаев (Верещагин из к/ф «Белое солнце пустыни») умерли от никотиновой гангрены. Кровеносные сосуды человека, пропуская выталкиваемую сердцем порцию крови, то расширяются, то сужаются в ритме сердца. При курении же они вынуждены работать с двойной нагрузкой. Кровеносные сосуды быстрее изнашиваются, их стенки истончаются. В один нехороший момент сосуд лопаётся – происходит аневризма сосуда. Если это был сердечный сосуд, произошел инфаркт. Лопнул сосуд мозга – инсульт, паралич. Заметьте: ни одна медицинская памятка не предупреждает народ об этом. Догадайтесь: почему? Также молчат про слипание стенок кровеносных сосудов - облитерации, из-за которой у курильщиков ампутруют конечности. Запрещено! Если это происходит в теле, организм находит обходной путь доставки крови. Но если слипся сосуд на кончике пальца, на следующий день палец распухает. Через день начинает гнить. Это и есть никотиновая гангрена. Не отрежешь палец, потом возникает необходимость ампутации конечности. Лев Яшин не соглашался отрезать ногу и умер. Учительнице, подруге моей одноклассницы, палец отрезали, когда ей было всего-то 26 лет. Обратите внимание: каждый второй мужчина старше 45 лет ходит с помощью палки. Сие значит – у него не в порядке сосуды ноги. И как это ни звучит страшно: ему предстоит ампутация ноги. Злоупотреблявший табаком Андрей Миронов умер от аневризмы – лопнула аорта. Это самый толстый кровеносный сосуд (около 4-8 см). Человек от его разрыва умирает в считанные минуты. Миронову было всего-то 46 лет. Плеяду «звезд», сначала покоренных, оплеченных, затем приговоренных и сраженных ТАБАКОМ в январе 2008 года пополнил Александр Абдулов. Умер от рака легких. А еще я знала семью, где у 24-летнего отца с 12-летним стажем курения родился ребенок с полупустым черепом. Анализы семян показали, что только два сперматозоида были живые, да и то еле двигались. Лишь бросив курение, он смог стать отцом здорового сына.

Мои девочки увлеченно слушают, но дымят с еще большим усердием.

— Я вижу; вас ничем не прошибешь... А вы задумывались о том, насколько ваш дым приятен окружающим?

— Те, кто не может купить себе сигареты, с удовольствием вдыхают чужой дым.

— Нет, я имею ввиду некурящих. Летом я беседовала с 4-летним мудрецом, и он на вопрос: «Кто такой курящий?» ответил: «Курящий — это такой вонючий, плохой человек, который всем портит воздух, как мой дедушка всюду пукает».

Этого мои девочки не ожидали. Краснея, стали тушить недокуренные сигареты.

У крыльца учебного корпуса мединститута, покуривая, ожидают конца пары, на которую опоздали, четыре (одна жует жвачку) девушки. Соизволили меня выслушать: надо же время убить.

— Тетенька, про никотиновую гангрену и о последующей ампутации конечностей мы знаем, нам бесполезно говорить о вреде курения — хотим, вредим себе, хотим, бросаем курить.

— Хорошо, тогда скажите; если медицина гласит: «Здравомыслящий человек не будет сознательно наносить ущерб своему здоровью», не значит ли это, что

«Курение, пьянство и иная наркомания — признак недостатка ума?» т.к. каждый наркоман: курящий, пьющий и пр., вполне сознательно травит себя ядами?

— Допустим, — соглашается одна из них. Другая парирует:

— Королевы, Эйнштейны курили, они тоже идиоты?

— Во-первых, в толковых словарях «гениальность» означает высшую степень творческих сил человека. И никакой связи между словами «гениальность» и «ум» или «интеллект» нет, т.е. гении тоже люди, и не застрахованы от увлечения ядами. Во-вторых, на мой вопрос: «Вы согласны с выводом: «Курение, пьянство и прочая наркомания — признак недостатка ума»? профессор психологии Сафин Вадим Фатхиевич ответил: «Это такая же бесспорная истина, как Волга впадает в Каспий».

— Ну и пусть какой-то психолог называл всех идиотами, я себя таковой не признаю.

— Хорошо, а что вы — медики, скажете на то, что суицид удел психически ненормальных людей?

— Да, это так, но при чем здесь суицид — самоубийство? У нас ведь речь идет о курении? — вопрошает молчаливая доселе брюнетка.

— Как при чем? Разве ежедневное добровольное потребление яда не есть медленный суицид, вернее, танатос — стремление к смерти. Правильно, и курение, и пьянство, и прием других наркотиков — есть стремление к смерти, а кто стремится к смерти? Вы только что сказали, что психически ненормальные люди, т.е. напрашивается вывод: «Курение, пьянство и иная наркомания — признак недостатка ума!» Что и требовалось доказать. Надеюсь, вы не слишком обиделись? Удачи вам в бросании курить!

- Прошу прощения за назойливость, - обращаюсь я к жующей жвачку девушке, - Вы, как будущий врач, наверное, знаете: что происходит при жевании жвачки? Разъясните мне, пожалуйста.

- Ну, вырабатывается обильное количество слюны, которая содержит ферменты, необходимые для переваривания пищи в желудке.

- Вы так давно жуete жвачку, Ваш желудок полон пищи?

- Наоборот, я позавтракать не успела, - не заметив в моем вопросе подвоха, ответила она и под дружный хохот подружек густо покраснела. Но, не желая сдаваться, буркнула:

- А чего допрашиваете, если знали, что лишняя слюна разъедает стенки желудка и приводит к гастриту? — последние слова мы произносим вместе.

- Просто удивляюсь: студенты — народ всегда голодный, почему, думаю, курением и жеванием жвачки портят пустой желудок даже знатоки медицины? Всего вам хорошего!

Замечаю у двух сидящих на остановке парней зубы и ногти желтые и протягиваю им свой агитплакат с 11-ю вредными советами курящему со словами: «Ребятки, почитайте, поразвлекайтесь, вреда не будет». Они оказались учащимися речного училища. Искренне хохоча, прочитали, потом предложили познакомиться: Игорь, Саша. Саша посерьезнел и выложил: «Вот у Вас тут, Заря Кинзябаевна, все правда, а насчет того, что курящий за свою жизнь на сигареты тратит 5-7 тыс. долларов США, даже скромненько, на самом деле уходит куда больше. Наверно, именно поэтому я и хочу бросить курить. Много раз пытался, но не получается, вот как тут-то быть? Научите нас: как нам бросить курить?»

— В свое время один из моих рабочих, среди которых я тоже часто вела беседы о необходимости бросить вредные привычки, бросил курить так: как только у него появлялась потребность дымить, он пил воду, обычную воду. За два месяца водопоя бросил-таки курить. Другой грыз семечки, тоже бросил. Ведь тогда не было таких эффективных средств для бросания курить, которые можно купить в любой аптеке. Захотелось курить — таблетку в рот, и курить желание угасает. И недорого: 10 таблеток за 5 рублей — дешевле стоимости сигарет. Главное — ваше желание бросить курить и быть человеком! Ведь чем отличается человек от скотины? Скотина идет на поводу у своих желаний, а человек имеет власть над своим телом и потребностями. Короче, убедил себя, что ты — человек, а не скотина, и не будешь потакать своим прихотям! Читай главу: «Я прекращаю самоуничтожаться!...»

— Поняли, Заря Кинзябаевна, так, где тут ближайшая аптека? Спасибо!

— Удачи вам, сыночки! Предупреждаю: для полной победы увлеките таблетками для бросания курить своих друзей, свой круг знакомых, так вы легче бросите курить.

А вам, уважаемые мои читатели, я расскажу еще о том, что табак - растенные радиационное. Любит впитывать из земли изотопы висмута, полония (из-за долей микрограмма которого в Лондоне умер Литвиненко, помощник Березов-

ского), свинца, радия, калия, кальция и т.д. На Западе уже полвека знают про отравление радиацией курильщика, а у нас молчат. Многие растения ядовиты из-за радиации. Грибы тоже. Особенно маслята.

Около 7 тысяч литров крови ежесуточно перегоняет наше сердце по кровеносной системе. Если человек выкуривает пачку сигарет в день, сердцу приходится перегонять на 1,5 тысячи литров крови больше. Работая постоянно с такой перегрузкой, сердце не выдерживает. Результат гипертония, инфаркт, инсульт... От сердечного приступа некурильщики по статистике погибают в 67 лет, курильщики в 30-50. Оглянитесь вокруг и вы вспомните немало случаев со своими знакомыми и родственниками. Даже если вы «баловались» 2-3 сигаретами в день, отвыкать будет трудно.

Одна пачка сигарет в день и доза радиации, которую вы получаете, в 7 раз больше предельно допустимой. А если учесть радиоактивные частицы, которые с табачным дымом попадают в организм (это изотопы свинца, висмута, ртути, полония и др.), то общая доза радиации возрастает до 100 рад, т.е. смертоносные лучи в 30 раз превышают предельно допустимые нормы. Импотенция мужчинам обеспечена. А курящим женщинам ранний климакс, и старение организма. Всех их подкарауливает рак.

Столбова Екатерина,
г. Челябинск

ДАЕШЬ ЧИСТЫЙ ВОЗДУХ В ВУЗ КУЛЬТУРЫ!

16 марта в Челябинской Государственной Академии Культуры и Искусств состоялось заседание круглого стола на тему «Ограничение курения табака в ВУЗе». Его предпосылкой явился круглый стол, проведенный комиссией по социальной политике в Общественной молодежной палате при Законодательном Собрании Челябинской области «Трезвенническая политика России: ограничение доступности табака».

Мероприятие сразу пошло не по плану: большинство приглашенных не явились (были приглашены ректор Академии, заместители деканов по воспитательной работе всех факультетов, несколько заинтересованных преподавателей, председатели студсоветов факультетов, ответственные за сектор здоровья на факультетах), заинтересованных студентов, пришедших по объявлению, тоже было крайне мало. Тем не менее, круглый стол оказался очень эффективным — практика показала, что качество важнее количества. Все заявленные доклады даже не было необходимости освещать: отстаивающих позицию курильщиков не было. В итоге бурного обсуждения методов борьбы с табачным ядом, было принято решение провести референдум среди студентов, преподавателей и сотрудников ВУЗа, собрать подписи за закрытие комнат для курения в стенах Академии. Дело в том, что в ЧГАКИ комнаты для курения оборудованы в туалетах, причем из 14 туалетов, 6 отведены под «курилки». Абсолютно все курилки не оборудованы надлежащим образом и нарушают требования санитарно-гигиенических норм (СП 2.2.1.1312-03), по которым места для курения должны быть изолированы от всех санитарно-бытовых помещений (т.е. тех же самых туалетов). Уж не бу-

дем говорить о том, что возле деканата или в единственном переходе в один из корпусов эти «места» быть не должны. Вопрос о закрытии «курилок» уже много раз поднимался мною на встречах с ректором, на что он либерально отвечал, что не может это сделать, т.к. 70% студентов и преподавателей курят... Поэтому мы и решили сформировать общественное мнение, которое руководство ВУЗа не сможет проигнорировать. Подписные листы распространены на всех факультетах (на факультете декоративно-прикладного творчества уже собрали 429 подписей -данный факультет очень маленький, поэтому это достаточно большая цифра). Нашу идею горячо поддержал заведующий кафедрой Театрального искусства, профессор В. А. Петров. Он категорически против курения, в принципе, поэтому наша инициатива его очень обрадовала.

Очень хочется верить, что наши усилия будут не напрасны, и в ВУЗе, готовящем работников культуры, будет чистый воздух!

P.S.: Ректор нашего ВУЗа и многие преподаватели часто высказывались против запрета курения в ВУЗе, ссылаясь на почетного профессора, доктора филос. наук, В. С. Цукермана, т. к. он курит с детства, а сейчас ему уже за 75 лет, и выгнать на улицу с сигаретой его никто не может... Но буквально сегодня я узнала потрясающую новость! Владимир Самойлович, имея стаж курения, наверное, более 60 лет, избавился от этой заразы!



Ельцов Алексей Иванович,
председатель РОО «Трезвая Москва»

ЛОМЕХУЗЫ НАЧАЛИ АТАКУ

Внимание всем неравнодушным к ситуации с трезвостью в России! В Москве в середине марта в нескольких местах разместили баннеры 6х3 м: на спине маленького ребенка – окурок, зрительно воспринимаемый, как потушенный об его тело. Эта так называемая социальная реклама шокового действия против курения разделила общество (по опросам). Чуть больше половины ЗА такую рекламу, остальные - ПРОТИВ.

Довольно неэстетичный зрительный образ плаката с двузначным толкованием представлен иностранной фирмой. И по заявлению компетентного московского чиновника, эта фирма готовит еще несколько подобных плакатов.

У нас, в Трезвнном Движении, достаточно много опытных людей, знакомых с методами и приемами социального программирования. В том числе – и в форме такой рекламы. По нашему мнению, заказчики и специалисты, подготовившие плакат, пре-следовали вполне определенные задачи:

- 1) подавить антитабачную (и антиалкогольную) социальную рекламу (такое не соответствующее нашим эстетическим народным представлениям изображение вызовет у весьма многих желание вообще не смотреть любую социальную рекламу о действии табака и алкоголя).
- 2) Вызвать очередной конфликт в обществе, разделив его такой тонко продуманной акцией на два лагеря. Это им нужно для того, чтобы увести энергию общественности в сторону от главного – формирования в обществе трезвнного мировоззрения.

Эти намерения косвенно подтверждаются еще и тем, что серию таких плакатов поручено разработать иностранной фирме. Смею предположить, что велика вероятность того, что эта фирма лоббируется табачными кампаниями.

Начавшееся с начала этого года наступление ломехуз продумано и будет нарастать. При этом ломехузами широко используется наша нечистая на руку государственная чиновничья камарилья. Путин уже выделил на мероприятия по реализации известной Концепции, подписан-

ной 30 декабря 2009 года, 350 миллионов рублей. Хотя зажавшимся бюрократам эта сумма кажется не очень большой, но желание ее быстрее «распилить без опилок» у них зело велико. Вот и пошли заказы на рекламу и прочее.

Никто из власти, в том числе и высшей, в упор не видит Трезвнное Движение. И, очевидно, не хочет видеть. И не хочет спросить, есть ли у нас свои предложения по социальной рекламе на эту тему.

Думаю, что для нас сейчас есть достаточно веский повод объединиться на том, что мы можем предложить свои варианты по социальной рекламе.

- Давайте:
- 1. соберем все наработки в ТД, реализованные в ряде регионов и не-реализованные, все наши варианты антитабачной и антиалкогольной рекламы.
 - 2. создадим единую базу всех видов (тексты, видео, аудио, изображе-ния и т.п.) такой рекламы.

3. сообща всеми организациями обратимся от лица всего ТД в самые высшие властные структуры с конкретными предложениями по социальной рекламе.

Действовать нужно решительно, напористо и именно от лица множества организаций ТД (для этого нужно будет подписать совместный документ всеми организациями, решившими участвовать в акции).

Обращение же, подписанное достаточно большим рядом организаций, трудно будет проигнорировать, это - во-первых. А во-вторых, мы официально заявим о себе, как о действительно существующем Движении, имеющем что предложить практически для реализации Концепции. Только воздействуя на высшие властные структуры (столичные), мы можем про-рвать блокаду молчания о ТД.

И реальные предпосылки к этому есть.

Недавно, 12 марта 2010 года, состоялись слушания по табаку «ТАБАКОКУРЕНИЕ В МОСКВЕ И РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ» в общественном совете при Правительстве г. Москвы, куда я был приглашен. Среди участников, кроме официальных лиц, были и другие достаточно влиятельные люди.

В частности, Герасименко Н. Ф., депутат ГосДумы, заместитель Председателя Комитета по охране здоровья ГД ФС РФ, человек много сделавший, чтобы под-нять

значимой информации, как для безвременного утверждения вечных истин, так и для реализации конкретных воспитательных задач. Именно с этой целью в Челябинске стартовал Проект «Социальная реклама – реклама будущего», одной из главных задач которого является увеличение распространения качественной и эффективной социальной рекламы на территории Челя-



вопрос о курении на самый высокий уровень. Его выступление на слушаниях было резким, честным и аргументированным;

Рошаль Л.М., известный врач Мира, директор Московского НИИ неотложной детской хирургии и травматологии, член Общественного совета при Префекте Центрального административного округа г. Москвы. Он также выступал довольно остро и настойчиво требовал реального отчета у официальных лиц по проблеме и предупреждал их, чтобы такие «слушания» не превратились в формальные поделки.

Этим двоим мне удалось передать часть наших документов. Причем один из них сказал, что сейчас крайне необходима поддержка снизу, особенно в виде общественных организаций.

Конечно, иллюзий питать не нужно, слушания прошли достаточно формально. Но резкие высказывания выше указанных и других публичных лиц, видно, не прошли даром. В конце собрания, когда назначались вторые слушания по этой теме, пригласили желающих участвовать в подготовке этих слушаний. Очевидно, что подавляющее большинство присутствующих вообще не в теме и поэтому ничего конструктивного предложить не могут; желающих было немного. Мы вдвоем с другим соратником записались в инициативную группу по подготовке очередных слушаний, которые предполагается провести в конце мая 2010 года. Если нас действительно туда при-гласят, то мы сделаем все возможное, чтобы о ТД узнала широкая

общественность и чтобы к нашим предложениям прислушались.

Но для этого нам нужно на руках иметь какие-то документы, подтверждающие наличие в стране активистов трезвости, объединенных в ТД и что-то конкретно предлагающих. В частности, я предлагаю собрать сведения предложений по социальной рекламе. Но и любая другая информация по действиям и успехам наших организаций на местном уровне будет весьма уместна и действенна. А предъявить ее мы там сумеем.

У нас есть почти 2 месяца, чтобы сфокусировать наши усилия на этом вполне реальном и эффективном действии. Призываю всех откликнуться и помочь нам зая-вить, что положение Концепции о том, чтобы (цитирую): «на основе инициатив общественных и религиозных организаций предусматривается создание общественных движений, обществ, клубов, специализированных общественных фондов...» наполовину уже реализовано. Что движения есть, клубы есть, общества есть; нужна только политическая воля, чтобы признать их и прислушиться к нашему мнению.

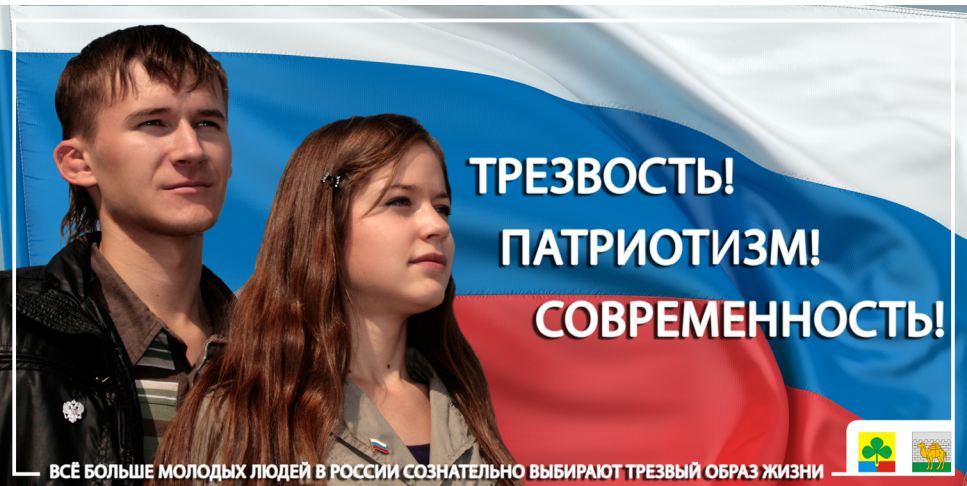
**Прошу присылать сведения, предложения и проч. Тел. 8 9161559797
sigran@yandex.ru**

С уважением ко всем соратникам и нашему общему делу.

Жукова Алена,
Челябинск

Социальная реклама – реклама будущего

На сегодняшний день общество очень нуждается в распространении социально



бинской области и других регионов нашей страны. При Проекте создана рабочая группа в состав, которой входят перспективные идеологи и дизайнеры – студенты ВУЗов и ССУЗов области, которым безразлична судьба Родины. Ребята работают на общественных началах, придавая социальной рекламе направленность, яркость и богатство идей.

Проект «Социальная реклама – реклама будущего» подготовил по просьбе заместителя главы города Орска Б. А. Берца ряд рекламных макетов по утверждению трезвого здорового образа жизни. Изготовленные макеты были утверждены и успешно размещены на улицах города Орска. В ближайшее время наши работы будут размещены в г. Магнитогорске и других населенных пунктах различных поселений и районов области.

Проект «Социальная реклама – реклама будущего» активно поддерживает инициативу Правительства РФ в распространении тематической социальной рекламы в системе молодежной полити-

ки. В связи с этим идеологи созданной рабочей группы выделили основные приоритетные направления, по которым сейчас ведется активная работа: трезвый здоровый образ жизни, семья и демография, культура, патриотизм, возрождение России.

Участники Проекта уверенно смотрят в будущее и видят широкий спектр возможностей для реализации идей социальной направленности. Сфера деятельности Проекта «Социальная реклама – реклама будущего» настолько широка, что сложно переоценить его важность для народонаселения в наше непростое время. За небольшой срок с момента старта Проект получил поддержку профильных отделов Администрации города и области.

**Наша группа в контакте: <http://vkontakte.ru/club12839159>
e-mail: azhukovka@gmail.com
тел. 9 912 300 70 10**