



# Подспорье

Приложение к газете «Соратник» Союза борьбы за народную трезвость

Издается с мая 2001 г.

№ 4 (106)

Апрель 2010 г.

## Читайте в номере:

«Народ разбирается» – обсуждние проблемы алкоголизма и наркомании на блоге Президента Д.А.Медведева, – стр. 1;

«Навстречу Еланчику» – подборка материалов по подготовке к проведению школы-слета «Еланчик-2010», – стр. 9;

«Намерены предложить» – проект Программы ТуЗОЖ Свердловской обл. – стр. 11;  
**Н.А.Гринченко** «Как сформировать мотивацию к избавлению от курения?», – стр. 13;

«Восстань же русский человек!» – образец листовки, – стр. 16.

## НАРОД РАЗБИРАЕТСЯ

На блоге Президента РФ Д.А.Медведева открыто пять десятков тем для обсуждения. Одна из наиболее обсуждаемых «Проблема алкоголизма и наркомании» <http://blog.kremlin.ru/theme/8#comment> – на 13 апреля 1308 записей. Правда, опережают ее по популярности почти двадцать тем, такие как «Противодействие коррупции» - 5401, «Статья Д.Медведева «Россия Вперед!» - 4953, «Военная служба и соцобеспечение военнослужащих» - 4683, «Финансовый кризис» - 2787, «Послание Президента» - 2710, «Безопасность на дорогах» - 2657, «Религия и общество» - 2206, «Регулирование игорного бизнеса» - 2575, «Малый бизнес» - 2466, «Жилье и жилищно-коммунальное хозяйство» - 2116, «Физическая культура, спорт, отдых» - 2084, «Наука, технологии, инновации» - 2052, «Образование» - 2026, «Экономика» - 1842, «Гражданское общество» - 1716, «Судебная система» - 1520, «Отношения с Украиной» - 1511, «Борьба с преступностью, терроризмом и экстремизмом» - 1485, «ЕГЭ» - 1481, «Здравоохранение» - 1380.

Тем не менее, «наша» тема находится в первой двадцатке, что говорит об озабоченности народа этой проблемой. И что особенно радует, что народ в основном разбирается в проблеме, предлагает Президенту здравые и реальные решения ее. Не скажу, что там не встречаются противники отрезвления, но их очень незначительный процент. Для примера приводим почти подряд записи с первых двух страниц из 131 страницы этой темы.

Еще раз призываю всех компьютеризированных, «интернетизированных» соратников заходить на этот блог и делать свои записи. Надо, чтобы наш Президент, не чуждый интернета, видел и слышал наш голос.

**Г.И.Тарханов,**  
зам. председателя СБНТ

**Григорий Иванович,** Республика Хакасия  
13 апреля 2010

Уважаемый Дмитрий Анатольевич!

Полностью согласен с Анатолием из Санкт-Петербурга (запись от 7 апреля 2010). Действительно, надо помогать людям освободиться от алкогольно-табачно-наркотической зависимости, помогать им укрепиться в трезвой жизни. И у общественного трезвеннического движения в нашей стране накоплен в этом за двадцать лет огромный опыт, который при поддержке государства может дать неоценимые результаты.

Но это одна сторона вопроса. А другая, самая главная, – формировать в обществе, прежде всего, в молодежной среде, трезвенное мировоззрение. И здесь у нас, трезвеннического движения России, также

имеется огромный потенциал, который без организационной и финансовой поддержки государства не может быть эффективно реализован.

Знаем мы и как нужно комплексно, на государственном уровне решать эту проблему. Наши знания и практический опыт позволили нам еще в 2006 году совместно с Общественным советом Центрального ФО подготовить проект «Программы первоочередных мер государственной антиалкогольной политики», которая была поддержана законодательными собраниями 36 субъектов Федерации, но по необъяснимым причинам не была даже рассмотрена Государственной Думой, куда ее в качестве законодательной инициативы направлял Камчатский Совет народных депутатов. Пытались мы внести основные положения этой Программы и в «Концепцию государственной политики по

снижению масштабов злоупотребления алкоголем и профилактике алкоголизма...», однако, нас в очередной раз не услышали. И принятая Концепция, хотя и содержит несколько полезных положений, в общем, с нашей точки зрения, слаба и малоэффективна.

Уважаемый Дмитрий Анатольевич, убедительно прошу Вас, при всей вашей занятости, найти время и принять для беседы на тему решения алкогольной и наркотической проблемы несомненного лидера трезвеннического движения, председателя Общероссийской ОО Союз борьбы за народную трезвость (СБНТ), выдающегося пропагандиста трезвости Жданова Владимира Георгиевича. Уверен, что такая встреча будет не просто полезна, а будет иметь решающее значение в вопросе преодоления алкогольно-наркотической угрозы в нашей стране. Думаю, Вы после знакомства с Владимиром Георгиевичем сочтете нужным и возможным назначить его своим советником по решению данной проблемы.

В.Г. Жданов в основном находится в разъездах по стране, где по приглашению региональных и местных организаций, в том числе и административных органов, проводит просветительские лекции и курсы. В ближайшее время Владимир Георгиевич будет в Москве с 30 апреля по 15 мая. Его служебный телефон (495) 976-16-90.

Тарханов Григорий Иванович, зам. председателя СБНТ, [trezvo@yandex.ru](mailto:trezvo@yandex.ru), звоните (913)445-59-06. *(моя запись направлена на рассмотрение модератору и пока не выставлена. К тому же там есть ограничение – 2000 знаков и поэтому текст пришлось несколько сократить – Г.Тарханов)*

**Кайе Виктор Августович**, Москва

13 апреля 2010

Уважаемый Дмитрий Анатольевич!

В России проблема пивного алкоголизма известна. Проблема повального курения тоже.

Реклама пива и сигарет не запрещена, она активна и агрессивна, её результаты и последствия для населения России и её будущего - явно видны. Она в метро, по ТВ и на улице.

Предлагаю Вам волевым порядком принять закон (или инициировать его принятие) о запрете любой рекламы продукции, употребление или использование которой ВРЕДНО или ОПАСНО для здоровья.

Ведь на рекламе сигарет внизу русским языком написано:

«Минздрав предупреждает, что курение ОПАСНО для здоровья»

На рекламе пива скромно внизу написано «Чрезмерное употребление пива вредит здоровью».

Если принять моё предложение, тогда эта реклама подпадёт под такой закон.

Я понимаю, что известные структуры и их лоббисты будут против (поступления от такой рекламы прекратятся), но Ваша политическая воля и забота Ваша о российском народе превыше всего для Вас, так сделайте этот шаг. Очень прошу.

Зарабатывать деньги для госказны надо не подобной рекламой, а другими известными способами – напри-

мер, выпуск конкурентоспособной продукции.

**OlegSM**, Москва

13 апреля 2010

Двумя руками за отмену пивного фестиваля пива в Москве! Безумная затея, по сути рекламирующая употребление пива. Если мэр не может или не хочет отменить этот фестиваль, то должен вмешаться Президент!

**Тарасов Сергей**, Санкт-Петербург

13 апреля 2010

Здравствуйте! Считаю необходимым провести «трезвое направление», при котором чиновник, занимающий любое положение, обязан вести трезвый образ жизни. На мой взгляд, это решит множество проблем, в том числе даст здоровое поколение людей.

**Alexander**, Москва

11 апреля 2010

В стране началась антиалкогольная компания, а что делает в этом направлении Юрий Михайлович Лужков?

Распоряжение (Правительство Москвы) 2 апреля 2010 г. N 617-РП: «О подготовке и проведении XII Большого Московского международного фестиваля пива - 2010».

Вместо того, чтобы начать работу по отрезвлению общества, планируется и подготавливается массовое спаивание граждан.

**Русоков**, Оренбургская область

8 апреля 2010

Хочется кричать от бессилия и безысходности.

Обсуждаются проблемы инноваций, коррупции, перевооружения армии и т.д.

О чем мы говорим? Страна стонет от наркомании и алкоголизма.

Недавно смотрел по ТВ передачу, где сказали, что России грозит опасность, так как если 3% населения употребляют наркотики, то нация деградирует и вымирает.

Какие наивные люди. У нас в Оренбурге молодёжь от 15-35 лет колются 15%, курят анашу 40%, регулярно пьют 50% и, думаю, так везде по всей стране.

Говорю это не понаслышке, у меня самого младший брат наркоман. И эти цифры не просто сухая статистика, а это слёзы матерей и спивающиеся отцы, которые пьют, чтобы заглушить боль и забыться.

К тому же у нас в городе повсеместно открыты летние кафе, якобы прививать нам «культуру питья». Так наша городская администрация заставляет хозяев кафе рядом строить детские площадки для маленьких. Больно смотреть, когда мимо проходишь, пока родители пьют, рядом дети играют с пустыми пластиковыми бутылками из-под пива и стаканами. Им уже с детства закладывается направление на пьянство. Вот такое воспитание молодёжи.

Можно было бы написать банальные вещи, что необходимо ввести наказание за торговлю наркотиками от пожизненного заключения до высшей меры, (а не так как у нас за это дают 3-4 года, знаю, много таких случаев). Сократить продажу спиртного, то есть на

город не более 3-4 специализированных магазина на окраине и т.д., но не хочется об этом писать, так как думаю, что поздно.

**Михаил Шатерников**, Санкт-Петербург  
8 апреля 2010

Прежде всего надо прекратить называть алкогольные смеси спиртными напитками. Напитками нельзя именовать то, что наносит непоправимый вред организму человека. Алкоголь наносит такой вред (или кто-либо готов с этим не согласиться и поспорить?).

Следует исключить абсурдное понятие «спиртные напитки» из Гражданского кодекса РФ и других правовых актов.

Кроме этого, давно уже пора переходить от слов к делу.

Почему до сих пор в нашей стране рекламируют алкоголь (в той или иной форме)?!

Почему пивоваренные компании выступают спонсорами многих спортивных мероприятий?!

Почему проводятся пивные фестивали?!

Почему алкоголь и табак в России можно купить на каждом углу?!

**ДЕЕСПОСОБНА ЛИ СОВРЕМЕННАЯ РОССИЙСКАЯ ВЛАСТЬ?**

**Анатолий**, Санкт-Петербург  
7 апреля 2010

Уважаемый Дмитрий Анатольевич! Невозможно добиться успеха в борьбе с пьянством одними запретительными мерами. Зависимые люди пойдут на все ухищрения, чтобы найти обходной путь. Как-то изменить ситуацию с пьянством в нашей стране, где привычка выпивать стала национальным бедствием, можно только с привлечением усилий всего нашего общества. У нас много энтузиастов, которые сами бросили пить и готовы помогать другим. Им не хватает административной и государственной поддержки. Есть много самоорганизованных обществ, типа «Оптималист», «АА» и другие, которые помогли себе и помогают другим. Если на государственном уровне будет принято решение о поддержке этих обществ, если им предоставят помещения и льготы (ведь они ведут чаще всего некоммерческую деятельность), если в каждом городе и поселке появится своя группа взаимопомощи алкоголикам, тогда отчаявшиеся люди будут знать, куда пойти. Ведь для человека, привыкшего выпивать, а таких в России много, бросить пить - совсем не просто. Есть и психологическая и физиологическая зависимость. Нужно чем-то занимать образовавшееся «лишнее» время, и если нет занятий, то старые привычки легко берут верх. И здесь нужна помощь и пример других, кто решил эту проблему для себя. То есть, должно быть место недалеко от дома, куда можно пойти, поиграть в шахматы или карты с другими, теми, кто как и ты, бросил пить, поговорить о своих делах и обсудить проблемы.

Ведь любое решение «сверху», со стороны государства будет работать только если к воплощению его в жизнь подключатся все силы общества. Поэтому я и предлагаю задействовать энтузиастов, готовых

работать с этой проблемой и оказать им необходимую помощь.

С уважением, Анатолий

**Bushi**, Челябинская область  
29 марта 2010

Здравствуйтесь, Дмитрий Анатольевич и все посетители блога!

На мой взгляд вся проблема в доступности и пропаганде алкоголя, табака (АТ), наркотиков.

Предлагаю следующее:

- приравнять слабоалкогольные напитки к алкогольным;

- полный запрет любой рекламы АТ, в том числе product placement в фильмах;

- запретить торговлю АТ в продуктовых магазинах (это не продукты питания) и даже в зданиях, где располагаются продуктовые магазины, торговля АТ может производиться только в специализированных магазинах, причём алкоголь и табак должны продаваться в разных магазинах, на таких магазинах может быть только вывеска, например, размером 0,5 кв.м., больше никакого цветового/светового выделения;

- точки продажи АТ не должны находиться в радиусе менее 300/500 м от образовательных учреждений (дошкольных, общеобразовательных, высших, профессиональных);

- запрет на АТ в общественных местах, под общественными местами я понимаю любое место, где могут оказаться другие люди, не употребляющие АТ, соответственно, торговля и употребления АТ в пунктах общественного питания становится незаконной; таким образом, даже употребление АТ у себя дома, если при этом присутствуют дети, недопустимо;

- запрет на появление в состоянии опьянения в общественных местах, а также демонстрация АТ в общественных местах;

- вождение в состоянии опьянения наказывать крупным штрафом (десятки тысяч рублей) и пожизненным лишением прав, если произошло ДТП, плюс тюремное заключение;

- увеличить возрастной ценз на АТ с 18 до 21 или даже 25 лет, торговлю производить только при предъявлении паспорта.

Таким образом, должно исчезнуть программирование детей на употребление АТ. Кто хочет употреблять АТ могут и дальше продолжать употреблять, но они должны осознать ответственность за свой выбор перед всем обществом.

Те, кто находится в местах лишения свободы, на мой взгляд, должны зарабатывать себе на пропитание сами. Не хочешь работать, плати, сам или через родственников. Нужно дать возможность зарабатывать и в заключении.

**bob**, Красноярский край  
24 марта 2010

Добрый день господин Президент! От слов к делу. Если есть проблема с алкоголизмом, то есть и решение этой проблемы. Есть целые организации, которые занимаются этой темой и довольно успешно. Предлагаю объявить эту тему государственной важности и

назначить этих людей ответственными за этот вопрос. Я знаю одного пытливого и очень ответственного. Это Жданов Владимир. Не помню как по отчеству. Я думаю, он возьмётся за эту тему.

Есть несколько факторов, которые приводят человека к алкоголизму.

Низкий психоэмоциональный уровень. Человек всё время находится в стрессовой ситуации.

Наследственная болезнь от родителей или при зачатии.

Те кто родился в средней полосе России, не имеет того фермента, который нейтрализует алкоголь.

Доступность алкоголя.

Все отечественные фильмы демонстрируют употребление алкоголя. Типа такая у нас жизнь. А человек воспринимает своих кумиров в полной мере, со всеми его причудами. Он воспринимает это как норма жизни. Ну и вывод соответственный. Нужен серьёзный разговор в СМИ на эту тему. Во время таких передач человек может отказаться от алкоголя. А потом ещё и задумается серьёзно о своей жизни.

Постоянная реклама о спиртных напитках ложится на подсознание. Особенно молодого человека. РЕКЛАМУ НУЖНО ОБЪЯВИТЬ НА УРОВНЕ УГОЛОВНОГО ПРЕСТУПЛЕНИЯ. и СООТВЕТСТВЕННО НАКАЗЫВАТЬ ЗА РЕКЛАМУ.

Слишком много негатива по телевидению. Чувствительный человек быстро попадает в переживания и ему легко решиться выпить очередной раз.

И, конечно же, нужна позиция президента более категоричная. Как-то посмелее в этом вопросе, здесь полумерой не обойтись. Или боремся или нет.

**Андрей19872**, Санкт-Петербург

18 марта 2010

Уважаемый Дмитрий Анатольевич!

Хочу высказать свои мысли по поводу борьбы с алкоголизмом и наркоманией.

Мне не понятно, какой смысл в запрете продажи крепких алкогольных напитков после 23:00. По-моему, идеальный вариант - это запрет на продажу с 18:00 до 9:00. В этом случае потребление алкоголя по будням может снизиться. Потому, что с 9:00 до 18:00 обычно все на работе и нет времени ходить по магазинам.

Еще не совсем ясно, почему алкоголь до 15% продается в любое время. Разве он менее вредный? Пиво и всякие коктейли значительно сильнее воздействуют на организм, потому, что обычно потребляются в гораздо больших количествах, чем водка, коньяк и пр.

И еще я хочу сказать, что молодежи НЕЧЕМ ЗАНЯТЬСЯ в свободное время. Лично я не знаю, что мне делать после работы или учебы. Все ОЧЕНЬ дорого. Приведу в качестве примера некоторые цены на досуг в городе Санкт-Петербург. Месяц занятий танцами стоит 2500 р. на одного человека. Час биллиарда стоит 300 руб. Час боулинга 1000 руб. Поход в кино на двоих 600 руб. Съездить покататься на горных лыжах или сноуборде обходится в 1500 руб. на двоих, с инструктором 3000 тысячи (час). Тренажерный зал от 1000 р. в месяц. При этом качество услуг по 5-балльной шкале я оцениваю на 0.

НАЖРАТЬСЯ ДО ПОРОСЯЧЬЕГО ВИЗГА стоит 100

рублей.

Если учесть, что молодые супружеские пары имеют доход на двоих в среднем 25000-30000 рублей, то активный отдых им просто не по карману.

И Вы еще удивляетесь, почему у нас молодежь спивается.

**Марина**, Москва

17 марта 2010

Запрет на продажу спиртных напитков в ночное время, о котором сейчас ведутся разговоры - это не мера борьбы с пьянством, а лишь её видимость. В маленьких магазинах и ларьках продажа будет продолжаться. Если данный товар есть в ассортименте и не запрещён к продаже в дневное время, то ночью никто не сможет проконтролировать, ведётся продажа или нет. Тем «завсегдатаям», которых в данных магазинах знают в лицо, спиртное будет продаваться в любое время суток и без ограничений. В принципе, это происходит и сейчас, когда магазин официально ночью не работает, но охранник может с разрешения владельца магазина продать и пиво, и водку. Эта информация не является секретной. В каждом районе города такие магазины есть и местные алкаши прекрасно знают, где можно ночью купить поллитру! В конечном итоге, только крупные супермаркеты будут исполнять это решение, а маленькие магазины по-прежнему будут продавать и пиво, и водку в любое время суток. Точно так же, как они продают спиртные напитки подросткам, а ведь запрет на это есть!!! Но почему-то эти магазины до сих пор работают, и никто никого не наказывает за нарушение! По-прежнему можно видеть подростков с бутылками пива в руках, с банками алкогольных коктейлей. До тех пор, пока будет разрешено в ларьках и маленьких магазинах продавать спиртное, количество пьющей молодёжи и окончательно уже спившихся алкоголиков не станет меньше, потому что легкодоступность продукта очевидна. Нужны только комплексные меры:

1. Продажа - только в крупных супермаркетах

2. Наказание за сбыт самодельной алкогольной продукции - штраф от 500 тыс.руб (сейчас наказание за это фактически отсутствует!!!)

3. Существенное повышение цены.

4. За распитие спиртных напитков в общественных местах - наказание в виде общественно-полезных работ на благо города! (сейчас наказание за это есть только на бумаге!!!) Общественными местами считать всё то пространство, которое находится за пределами квартиры, начиная с подъезда!

5. Помощь тем, кто ХОЧЕТ вернуться к нормальной жизни.

**Кудим**, Москва

22 февраля 2010

Уже давным-давно пора уяснить НА ГОСУДАРСТВЕННОМ УРОВНЕ, что алкоголь - это ТАКОЙ ЖЕ НАРКОТИК. Только объяснять государство должно это продавцам и производителям пошла, которые спаивают население и наживаются на этом! Причем в жесткой форме. Пусть лучше занимаются строительством городов.

# НАВСТРЕЧУ ЕЛАНЧИКУ

В апрельском номере газеты «Соратник» опубликована статья Андрея Сеймы «В соответствии с новыми условиями», в которой он от имени возглавляемого им движения «Молодежь за трезвую Россию!» вносит ряд предложений по улучшению организации школы-слета. Эти изменения потребуют и некоторой корректировки существующего Положения о школе-слете.

Ниже приводим таблицу с предлагаемыми молодыми соратниками изменениями, а также проект Положения с внесенными в него изменениями. До слета еще есть время. Можно обсудить и при необходимости внести свои изменения-дополнения. Их желательнее направить заблаговременно автору этого проекта А.А. Сейме: [chela.seyma@gmail.com](mailto:chela.seyma@gmail.com).

Кроме того здесь же публикуем предложенные автором формы заявок и положение о торговле на слете, которые также необходимы для улучшения организации слета.

Примечание: из-за невозможности разместить таблицу поправок целиком на этой странице, она размещена на стр.6. При этом Положение начинаясь на этой странице, продолжается на стр. 7.

Редакция

Проект

## ПОЛОЖЕНИЕ

### о ежегодной школе-слете трезвеннического движения России и стран СНГ

#### 1. Цели и задачи слета

1.1. Цель слета – формирование единого трезвеннического движения в России и странах СНГ.

1.2. В рамках слета решаются следующие задачи:

- подготовка преподавателей и пропагандистов трезвого образа жизни;
- обмен опытом практической работы по утверждению и сохранению трезвости;
- обсуждение актуальных задач движения и поиск путей их решения;
- личное общение активистов трезвенного движения России и стран СНГ;
- возрождение, утверждение народных традиций трезвого, культурного досуга, проведения праздников.

#### 2. Руководящие органы слета

2.1. Главным организатором слета является **Союз борьбы за народную трезвость РФ.**

2.2. Высшим руководящим органом слета является **Совет слета;**

2.3 Совет слета формируется из представителей делегаций, численностью более 10 человек. От каждой такой делегации в Совет слета направляется один человек. Делегации меньшей численностью могут образовывать временные объединения и также делегировать своего представителя в Совет;

2.4. Совет из своего состава формирует Правление слета и другие рабочие органы слета, избирает Председателя Совета:

- **Председатель Совета** руководит работой Совета, готовит и проводит заседания Совета и Правления. Председатель Совета слета является одновременно и Председателем Правления слета;

- **Правление слета** формируется из состава Совета слета и является исполнительным органом Совета слета. В Правление в обязательном порядке входят руководители крупнейших трезвеннических организаций, а также руководители рабочих органов слета. Правление так же в оперативном порядке рассматривает возникающие вопросы, решает их или выносит на рассмотрение Совета;

- **Научно-методический совет** определяет содержательную часть слета (курсы, занятия, обсуждения по вопросам трезвенного движения), расписание лекций и занятий, предоставление возможности выступления тем или иным специалистам на общих площадках слета. Научно-методический совет формируется из представителей крупнейших трезвеннических организаций.

- **Исполнительный директор слета** – руководитель клуба или организации, выбранной Советом на предыдущем слете в качестве головной организацией по подготовке слета, формирует административно-хозяйственную группу, во главе с техническим директором, который отвечает за организационную часть проведения слета (аренда земли, доставка дров и продуктов, поддержание порядка и т.д.).

- **Финансовая группа** проводит регистрацию участников, организует сбор взносов, выделяет средства на оплату организационных расходов в соответствии с утвержденной сметой, готовит финансовые отчеты для Совета слета. Финансовую группу возглавляет руководитель, выбираемый из состава группы;

- **Группа обеспечение порядка** отвечает за соблюдение участниками слета правил внутреннего распорядка проведения слета. Она организует ежедневное круглосуточное дежурство на территории слета. Руководитель группы назначается Директором слета, осуществляет формирование и управление группой. Делегации в соответствии с решением Совета обязаны направить своих представителей в группу обеспечения порядка.

2.5. Решения Совета слета и Правления являются обязательными для всех участников Слета.

#### 3. Порядок подготовки и проведения слета

3.1. Подготовку административно-хозяйственных вопросов осуществляет Директор слета совместно с созданной им административно-хозяйственной группой;

3.2. Научно-методический совет слета отвечает за подготовку основной программы проведения слета (курсы, лекции, занятия, темы обсуждений и т.д.),

## Поправки в Положение о ежегодной школе-слете трезвеннического движения России и стран СНГ

№ п/п	Настоящая редакция	Предлагаемая редакция
п. 2.4	Совет из своего состава выбирает Председателя Совета и формирует рабочие органы слета	Совет из своего состава формирует Правление слета и другие рабочие органы слета, избирает Председателя Совета
п. 2.4	<b>Председатель Совета</b> руководит работой Совета, готовит и проводит заседания Совета и Правления	<b>Председатель Совета</b> руководит работой Совета, готовит и проводит заседания Совета и Правления. Председатель Совета слета является одновременно и Председателем Правления слета;
п. 2.4	Возглавляет научно-методический совет ректор школы-слета.	Научно-методический совет формируется из представителей крупнейших трезвеннических организаций.
п. 2.5		Убрать, включив Правление слета в общий список рабочих органов слета
бывший п. 2.5, ставший частью п. 2.4	<b>Правление слета</b> , образуемое из Председателя Совета, руководителей СБНТ и объединения «Оптималист», руководителей рабочих органов (ректор и директор слета, руководители научно-методического совета финансовой группы и группы обеспечения порядка) в оперативном порядке рассматривает возникающие вопросы, решает их или выносит на рассмотрение Совета	<b>Правление слета</b> формируется из состава Совета слета и является исполнительным органом Совета слета. В Правление в обязательном порядке входят руководители крупнейших трезвеннических организаций, а также руководители рабочих органов слета. Правление так же в оперативном порядке рассматривает возникающие вопросы, решает их или выносит на рассмотрение Совета.
п. 3.2	Ректор школы-слета отвечает за подготовку основной программы проведения слета (курсы, лекции, занятия, темы обсуждений и т.д.), принимает заявки на проведение занятий и приглашает специалистов;	Научно-методический совет слета отвечает за подготовку основной программы проведения слета (курсы, лекции, занятия, темы обсуждений и т.д.), устанавливает сроки сдачи и принимает заявки на проведение занятий, приглашает специалистов. Научно-методический совет слета разрабатывает и утверждает образовательную программу слета и представляет ее на заседании Совета слета.
п. 3.7	Заявки на проведение лекций, семинаров и других плановых мероприятий должны быть поданы Ректору слета, не позже, чем за месяц до начала слета.	Заявки на проведение лекций, семинаров и других плановых мероприятий должны быть поданы научно-методическому совету слета не позже, чем за месяц до начала слета.
п. 3.11	избирается Председатель Совета и научно-методический совет;	Избирается Правление и формируются другие рабочие органы слета;
п. 3.11	утверждается программа основных мероприятий слета, подготовленная ректором школы-слета (расписание занятий, место их проведения и т.д.);	утверждается программа основных мероприятий слета, подготовленная научно-методическим советом слета (расписание занятий, место их проведения и т.д.);
п. 3.12	Определено место и сроки проведения следующего слета, избраны Директор и Ректор следующего слета.	Определено место и сроки проведения следующего слета, избраны директор и научно-методический совет следующего слета.
п. 5.2	Ректор слета или по его поручению Научно-методический совет осуществляет подготовку содержательной части слета: вырабатывает программу, принимает заявки на чтение курса лекций или выступления, приглашает к участию в слете различных специалистов и т.д.	Научно-методический совет осуществляет подготовку содержательной части слета: вырабатывает программу, принимает заявки на чтение курса лекций или выступления, приглашает к участию в слете различных специалистов и т.д.
п. 5.3	В промежутке между слетами продолжает действовать Правление в составе: Председателя Совета последнего слета, Директора, Ректора, руководителей СБНТ и объединения «Оптималист», которые могут принимать коллективные решения в случае форс-мажорных обстоятельств.	В промежутке между слетами продолжает действовать Правление в избранном составе и может принимать коллективные решения в случае форс-мажорных обстоятельств.

устанавливает сроки сдачи и принимает заявки на проведение занятий, приглашает специалистов. Научно-методический совет слета разрабатывает и утверждает образовательную программу слета и представляет ее на заседании Совета слета. Решение о сроках и месте проведения очередного слета принимает Совет предыдущего слета. Сроки заезда, величину организационного взноса и другие организационные вопросы определяет директор слета, в случае необходимости – по согласованию с членами Правления последнего слета;

3.3. Информационное сообщение о проведении очередной школы-слета публикуется в газете «Соратник» и рассылается по электронной рассылке «Вестник Трезвой России»;

3.4. Административно-хозяйственная группа готовит лагерь для приема делегаций и схему их размещения;

3.5. Принять участие в слете могут любые трезвеннические организации и не входящие в организации частные лица, разделяющие трезвеннические взгляды, признающие цели и условия проведения слета, имеющие желание осуществлять практическую деятельность в этом направлении;

3.6. Делегации организаций и (или) частные лица обязаны пройти регистрацию, предоставить список состава делегации включая детей и уплатить организационный взнос (дети до 16 лет от уплаты оргвзноса освобождаются);

3.7. Заявки на проведение лекций, семинаров и других плановых мероприятий должны быть поданы Научно-методическому совету слета. Заявки, поданные непосредственно перед началом Слета могут быть рассмотрены научно-методическим советом слета, но предпочтение отдается тем, заявки по которым были поданы в срок;

3.8. На территории проведения Слета с 10 до 19 часов не допускается самовольно проводить какие-либо мероприятия, несогласованные с Правлением слета.

3.9. Поскольку Слет трезвенного движения является светским мероприятием, на территории проведения Слета запрещается проводить массовые религиозные мероприятия. Однако внутри своего лагеря каждая делегация может регламентировать собственную религиозную жизнь так, как считает нужным.

3.10. Территория проведения Слета является территорией трезвости, поэтому здесь запрещено хранить, употреблять алкоголь, табак, другие наркотики, находиться в нетрезвом состоянии. Нарушители немедленно выдворяются группой обеспечения порядка за границу территории Слета и вплоть до его завершения не могут проживать на данной территории. Окончательные решения по дисциплинарным вопросам принимаются Правлением или Советом слета.

3.11. Накануне открытия слета проводится первое заседание Совета слета, на котором:

- утверждаются изменения и дополнения в Положение о слете;
- определяется списочный состав членов Совета слета;
- избирается Правление и формируются другие рабочие органы слета;
- назначаются: руководитель финансовой группы и группы обеспечения порядка;
- утверждается предлагаемая Директором слета плановая смета расходов и величина оргвзноса;
- утверждается программа основных мероприятий слета, подготовленная Научно-методическим советом слета (расписание занятий, место их проведения и т.д.);

3.12. На последнем заседании Совета, за день до закрытия слета, в обязательном порядке должны быть решены вопросы:

- Определен порядок сдачи делегациями территории своего лагеря директору слета;
- Утвержден отчет финансовой группы и исполнительная смета расходов слета;
- Определено место и сроки проведения следующего слета, избраны Директор и Научно-методический совет следующего слета.

#### **4. Вопросы финансирования слета**

4.1. Финансирование слета осуществляется за счет организационных взносов участников слета. Допускается использование спонсорской помощи трезвеннических организаций, других организаций и частных лиц, поддерживающих трезвенническое движение и своей деятельностью не противодействующих отрезвлению народа;

4.2. Директор слета в процессе подготовки, исходя из прошлого опыта организационных расходов и изменения цен, готовит проект сметы расходов, делает прогноз количества участников и определяет уровень оргвзносов с каждого участника слета.

#### **5. Деятельность органов управления в промежутках между слетами**

5.1. В промежутках между слетами основным ответственным лицом по подготовке следующего слета и выполнении поручений Совета является Директор слета.

5.2. Научно-методический совет осуществляет подготовку содержательной части слета: вырабатывает программу, принимает заявки на чтение курса лекций или выступления, приглашает к участию в слете различных специалистов и т.д.

5.3. В промежутке между слетами продолжает действовать Правление в избранном составе и может принимать коллективные решения в случае форс-мажорных обстоятельств.

#### **СПРАВКА**

**Всем участникам слета организаторами предоставляется:**

- возможность размещения на территории лагеря слета;
- возможность участия в образовательных программах школы-слета;

- дрова, электричество, пиломатериал, инструменты;
- питьевая вода (2 раза в день);
- туалеты, места сбора мусора;
- стоянка для автомобильного транспорта;
- охрана территории лагеря;
- медпункт.

## ЗАЯВКА НА УЧАСТИЕ

От делегации \_\_\_\_\_

На участие во Всероссийском форуме «Еланчик 2010», проводимом с 1 по 7 июля 2010 г.

Делегация прибудет (включая руководителя делегации) в количестве \_\_\_\_\_ участников.

№ п/п	ФИО	Дата рождения	Статус	Адрес	Тел.	E-mail	Другие данные	С правилами форума ознакомлен и согласен (подпись)

Руководитель делегации \_\_\_\_\_

(должность, подпись, дата)

## ЗАЯВКА НА ПРОВЕДЕНИЕ МЕРОПРИЯТИЯ

От \_\_\_\_\_

(ФИО)

Делегация \_\_\_\_\_

На проведение семинара, курса лекций, лекции, тренинга, мастер-класса

(нужное подчеркнуть)

другое \_\_\_\_\_

(сформулировать)

на тему \_\_\_\_\_

(полное название)

Описание: \_\_\_\_\_

(при необходимости)

Продолжительность: \_\_\_\_\_

Необходимая материально-техническое обеспечение: \_\_\_\_\_

(привозное и необходимое от организаторов слета)

Контактные данные:

Адрес \_\_\_\_\_

Другие контактные данные \_\_\_\_\_

Подпись, дата \_\_\_\_\_

## Правила торговли на слете

Для предотвращения недоразумений во время проведения слета предпринимательская (торговая) деятельность на слете осуществляется по предварительной заявке. Организаторы торговой точки должны своевременно информировать организаторов о размещении торговой точки, получить разрешение на размещение торговой точки, заплатить организационный взнос за торговую точку. Все, кто несвоевременно информировал организаторов о своем участии в слете не могут осуществлять торговую деятельность на слете.

Организаторам торговых точек **запрещается**:

1. распространять продукцию, назначение которой или содержащаяся в ней информация, противоречит целям и задачам форума;
2. распространять продукцию, содержащую ненормативную лексику и материалы, способствующие растлению молодежи;
3. распространять любые наркотические вещества, в том числе пиво, другие алкогольные и табачные изделия;

Торговые точки (организаторы торговых точек) которые выполняют Правила **имеют право**:

1. осуществлять торговую деятельность в специально отведенных для этого организаторами слета местах;
2. полноправно участвовать в жизни слета;

### ЗАЯВКА

#### на размещение торговой точки на территории лагеря слета

От предпринимателя \_\_\_\_\_

Распространяемая продукция \_\_\_\_\_

Количество дней торговли \_\_\_\_\_ с \_\_\_\_\_ по \_\_\_\_\_

Правила торговли на слете обязуюсь выполнять,

\_\_\_\_\_  
(ФИО, подпись, дата)

## ЗАЧЕМ И С ЧЕМ

*Московские соратники уже не первый год выходят с предложением принять единые, достаточно жесткие условия для участников школы-слета. Но на слете все как-то об этом забывается. Публикуем эти условия в очередной раз с тем, чтобы они послужили уже и в этом году если не законными требованиями, то хотя бы моральным ориентиром. Рекомендуем руководителям делегации распечатать их заблаговременно и предложить желающим поехать на слет ознакомиться с условиями и заполнить анкету еще на месте. Это, думаем, послужит хорошим дисциплинирующим моментом. По крайней мере, будет повод задуматься: зачем и с чем человек едет на слет.*

*Редакция*

## УСЛОВИЯ УЧАСТИЯ в 21-ом Всероссийском слете трезвенников

1. Обязательное посещение не менее одного семинара.
2. Обязательная подписка на газету «Соратник» и другие трезвеннические издания – для всех участников слета.
3. Провести анкетирование всех участников слета (форма прилагается) до отъезда на слет.
4. Все делегации приезжают на слет в униформе (футболки с надписью, где указывается название организации, город и лозунги по своему усмотрению на тему трезвости).
5. Индивидуальный учет участников с определением принадлежности к организации и региону.
6. Учет палаток и количество людей в палатке, на каждой палатке в файле формата А4 указывается номер палатки, город, организация и сколько человек в палатке.
7. Не поднимать религиозных споров на слете.

8. Во время проведения основных семинаров и мероприятий по теме трезвости (шествие в Чебаркуле, лекции В.Г.Жданова, В.П.Кривоногова, А.Н.Маюрова и т.д.) исключить проведение других профильных мероприятий.

9. За занятия, проводимые союзными организациями на платной основе взимается плата в фонд слета.

10. За любую торговлю осуществляемую посторонними организациями и частными лицами не являющимися членами СБНТ или другой трезвеннической организации взимать оплату в фонд слета. Членство в организации подтверждается членским билетом.

11. Обеспечить круглосуточную охрану территории

во время слета.

12. Продумать и подготовить программу занятий детей на слете по возрастным группам.

13. Запрещается реклама сетевых компаний продвигающих продукцию иностранного производства.

14. Всех участников обеспечить опознавательными браслетами (*кто и за чей счет? – ред.*).

15. Огородить территорию лагеря лентой.

16. Запрещается ношение футболок или иной другой одежды с иностранной символикой.

17. Каждой делегации иметь аптечку скорой помощи.

18. У делегаций, имеющих в своем составе врачей, отметить палатки врачей красным крестом.

Ознакомлен \_\_\_\_\_ 06.2010года.

Обязуюсь выполнять \_\_\_\_\_  
(Ф.И.О.)

### Анкета участника школы-слета

Ф.И.О. \_\_\_\_\_

Адрес, \_\_\_\_\_

эл.адрес \_\_\_\_\_ телефон \_\_\_\_\_

За прошедший год я сделал следующее:

1. Участвовал на митингах, шествиях, пикетах трезвости \_\_\_\_\_ раз. Не участвовал.
2. Участвовал на форумах, симпозиумах, конференциях и т.д. \_\_\_\_\_ раз. Не участвовал.
3. Собрал подписи за трезвый образ жизни и отправил письма и телеграммы в органы исполнительной и законодательной власти. \_\_\_\_\_ шт. Не собирал.
4. Привел на курсы по избавлению от алкогольно-табачной зависимости или на курсы по коррекции зрения \_\_\_\_\_ человек. Не приводил.
5. Распечатал, растиражировал листовки, аудиокассеты, видеокассеты, диски и всё это распространил в количестве \_\_\_\_\_ шт. Не делал этого.
6. Внес добровольных пожертвований в фонд трезвости в деньгах \_\_\_\_\_ руб. Прочих материальных ценностей \_\_\_\_\_ Не вносил.
7. Оказал материальную помощь нуждающимся соратникам \_\_\_\_\_ руб. Не помогал.
8. Учасвовал на выставках от СБНТ или «Оптималиста» \_\_\_\_\_ раз. Не участвовал.
9. Подписался на следующие трезвеннические издания: \_\_\_\_\_
10. На школу-слёт приехал \_\_\_\_\_ раз. Первый раз.

По поводу пункта 13 условий: а) СБНТ патриотическая организация и рекламировать продукцию наших врагов это предательство! б) В таблице Менделеева две последние строчки занимают лантаноиды (редкоземельные металлы). Если в БАДы добавить сотую долю процента лантаноидов, то при употреблении таких БАДов прекращается зачатие – это ли не универсальное оружие по уничтожению народонаселения России? Эти лантаноиды были обнаружены в некоторых зарубежных БАДах. в) по поводу косметики прилагаю отдельную статью, на слете 2009 года рекламировалась продукция фирм: Эйвон и Орифлейм, этого не должно быть в 2010 году.

По поводу состава участников слета: Среди участников слета большой процент «экскурсантов» от которых никакой пользы трезвенническому движению. Имеются в виду те, кто не первый раз приезжают на слет, но в период между слетами никаких контактов с активистами трезвости не поддерживают и, соответственно, пропаганду трезвости не ведут. Таких

«экскурсантов» не нужно принимать на слет, а если принимать, то оргвзнос для них должен быть намного больше, чем для соратников. И это логично: если ты не можешь или не хочешь тратить свое время на пропаганду трезвости, то помогай деньгами – одно из двух. Такие были и в Московской делегации.

О своих делах готов отчитаться публично. Лично я, Шамиев В.К. с июля 2009 года до 1 го января 2010 года участвовал на 8-ми выставках по 7 дней под флагом Трезвой России, более 12-ти крупных мероприятий типа (день города, день Бородин, 85 лет Москомспорту, юбилей ВВЦ и т.д.). Личных денег потрачено на листовки 3000 руб., на оплату выставок – 16 000 руб. Участвовал в шести круглых столах в Государственной Думе и ВВЦ.

**Валерий Кагубаевич Шамиев,**  
Московское отделение СБНТ,  
shamvalku@mail.ru

# ОСТОРОЖНО, КОСМЕТИКА!

«Частное лицо и потребитель должны смириться с фактом, что все основные продукты, произведенные крупными многонациональными корпорациями, такими, как Эстер Лаудер, Виши, Орифлейм, Эйвон являются «ведьминым варевом» из химических канцерогенов. Они представляют собой смесь различных химикалий, которая может вызвать не только рак, но и целый ряд других заболеваний», – доктор Самюэл Эпштейн, профессор кафедры профессиональных заболеваний, лауреат Нобелевской премии, Чикаго, США.

Сохранить молодость кожи желает каждый. Возможно ли это – не каждому известно. Использование косметики не ведет к сохранению кожи. Мало того, в последнее время известна масса научных доказательств обратного. Использование косметики дает временный эффект и вместе с тем изнашивание кожи только усиливается. Это объясняется использованием в косметике нефтехимикатов как в качестве наполнителей и консервантов, так и в качестве активных компонентов. Обратите внимание, что любой косметический препарат рекламируется как содержащий то или иное целебное натуральное вещество, но при этом умалчивается в каком «соусе» это вещество замешано. Стоит добавить, что в основной своей массе кремы состоят на 90% (!!!) из таких наполнителей. Среди них самые распространенные

это Mineral Oil (то же техническое масло, Paraffin Wax, Paraffin Liquid), Propylene Glycol, PPG (полипропилен гликоль), PEG (полиэтилен гликоль). Российские производители косметики предпочитают скрывать эти химикалии под безобидным названием эмульгатор. Все это тяжелые гидрокарбонаты являются отходами нефтехимии! Проверьте тормозную жидкость, антифриз и масло для двигателя, которые вы используете для своего автомобиля. Если вы обнаружите эти же компоненты и в составе своих любимых кремов, лучший совет – прекратить ими пользоваться. Кожа не блокирует проникновение препаратов в организм. Это – не доспехи. Напротив, кожа легко впитывает вещества. Эти ядовитые нефтехимические вещества не только усугубляют процессы старения кожи, но и способны вызывать крайне неприятные патологии всего организма, такие как мастопатии и миомы различного генеза. По данным Международной противораковой коалиции косметические средства являются причиной раковых заболеваний почти в 50% случаев! Рекламные ролики с экранов телевизоров нужно воспринимать в противоположном смысле – «это все, что НЕ нужно вашей коже».

Источник: [www.mednovosti.ru](http://www.mednovosti.ru), телепередача «Экспертиза».

**Валерий Сайранов,**  
[shamvalku@mail.ru](mailto:shamvalku@mail.ru)

---

---

## НАМЕРЕНЫ ПРЕДЛОЖИТЬ

*ПРОЕКТ*

### Программа

#### **формирования здорового, трезвого образа жизни в Свердловской области на период до 2012 года.**

Координационный Совет трезвых сил Свердловской области, представленный общественными организациями: Союз трезвых сил Урала, Благотворительный Фонд трезвости им. Г.А.Шичко и региональное отделение Союза борьбы за народную трезвость в соответствии с «Концепцией реализации государственной политики по снижению масштабов злоупотребления алкоголем и профилактике алкоголизма среди населения Российской Федерации на период до 2020 года» от 30.12.2009 г. за № 2128-р предлагает программу формирования здорового, трезвого образа жизни в Свердловской области на период до 2012 года.

#### **Общие положения**

1. Все люди рождаются трезвыми.

Утвердить мораль трезвости у значительной части жителей Свердловской области, исходя из определения трезвости, как полной свободы от табачно-алкогольно-наркотической зависимости, естественного, здорового и единственно разумного состояния человека, семьи, общества.

2. Здоровье – полное состояние комфорта чело-

века, выражающееся в физическом, психическом и духовном его благополучии.

3. Алкоголь (этиловый спирт) – легковоспламеняющаяся, ядовитая жидкость с характерным запахом, сильнодействующий наркотик, вызывающий при поступлении в организм человека патологические изменения и сильную зависимость, приводящие к болезни и смерти.

4. Проалкогольная запрограммированность – а) искаженность сознания ложными проалкогольными сведениями, вынуждающая человека, вопреки инстинкту самосохранения, поглощать алкогольную отраву; б) изуродованность сознания ложными проалкогольными сведениями, включающая в себя настроенность (установку) на употребление спиртного, программу отношения к нему и проалкогольное убеждение.

5. Проблему самоотравления алкоголем населения нельзя решить исключительно запретами, ограничениями и др. полумерами. Ее можно решить путем формирования трезвого, здорового образа жизни через формирование трезвенного мировоззрения.

6. Программа формирования здорового, трезвого

образа жизни концептуально должна опираться не на борьбу с пьянством и алкоголизмом, а на прекращение процесса самоотравления населения этиловым спиртом.

7. Процесс самоотравления населения этиловым спиртом держится на двух условиях: доступности алкоголя и проалкогольной запрограммированности.

8. Вся программа должна строиться на сокращении доступности алкоголя и широкого настойчивого распространения научных знаний по алкогольной проблеме, переубеждении людей путем очищения общественного сознания от ложных посылок и установок на самоотравление алкоголем. При этом информационное очищение должно опережать сокращение доступности алкоголя и предшествовать ему.

9. Разработать и предоставить в Министерство образования Свердловской области программу уроков (3-5 уроков) трезвости в общеобразовательных школах. Добиваться обеспечения свободного доступа представителей общественных организаций Трезвеного Движения к ведению этих уроков.

10. Добиваться регулярного и достаточного доступа в СМИ всех уровней для ведения передач и программ по теме трезвости и здорового образа жизни.

### Содержание программы

1. С момента публикации программы сразу же на всей территории Свердловской области прекращается реклама алкоголя, включая пиво и все слабоалкогольные напитки. Полностью прекратить рекламу к декабрю 2012 года.

2. Во всех учебных заведениях Свердловской области прекращаются программы по так называемой «профилактике» наркомании, алкоголизма и табакокурения и вводится преподавание теории трезвости. В качестве учебников могут быть взяты, прекрасно оправдавшие себя дореволюционные учебники: «Учебник трезвости» С-Петербург, 1913 г., А.Л.Мендельсон, «Школа трезвости» М., 1914 г., С.Успенский. Кроме того, есть и современные учебники для всех классов общеобразовательной школы из серии «Уроки культуры здоровья» А.Н.Маюров, Я.А.Маюров, Н.Новгород, 2009 г., Х.О.Фекьяйера и др.

3. Разработать и принять законом Свердловской области право местного запрета на продажу всей алкогольной продукции, включая пиво, в том числе и на вынос, и всех слабоалкогольных напитков, путем принятия постановлений органов местного самоуправления, сельских сходов, местных референдумов.

4. С момента публикации программы продажа алкоголя разрешается только в специализированных магазинах в расчете один магазин на 10000 населения. При этом в специализированных магазинах продажа

каких-либо других товаров, кроме алкоголя, недопустима. Сами магазины располагаются не ближе 500 метров от жилых зданий, учебных заведений, мест массового отдыха людей, спортивных и культурных заведений, аэропортов, вокзалов, пунктов общественного питания, включая бары, рестораны, кафе, летние палатки и др. Практически специализированные магазины должны располагаться на пустырях, окраинах.

5. День трезвости в Свердловской области надо сделать месячником трезвости, с полным прекращением продажи всей алкогольной продукции, включая пиво и слабоалкогольные напитки.

6. Губернатору Свердловской области, правительству Свердловской области, работникам администраций всех Муниципальных образований Свердловской области, депутатам Законодательного Собрания Свердловской области, депутатам органов местного управления Свердловской области предлагаем принять лично для себя полную трезвость и некурение к концу 2012 года, т.е. личным примером формировать трезвый, здоровый образ жизни Свердловской области.

7. Жителям Свердловской области, принявшим лично для себя полную трезвость и некурение предусмотреть экономическое ежегодное поощрение из средств Областного Бюджета, выделив строку формирования трезвого, здорового образа жизни.

8. Торговля в специализированных магазинах разрешается только в светлое время суток, кроме субботы, воскресенья и дней, утвержденных как государственные праздники. Согласно программе, время работы специализированных магазинов сокращается в 2010 году с 11.00 до 18.00 час., к концу 2011 года – с 14.00 до 18.00 час., в 2012 году – с 14.00 до 16.00 час.

### Перспективы

После выполнения данной программы на территории Свердловской области до 2012 года включительно для обеспечения достигнутых результатов необходимо до 2020 года разрешить на уровне местного самоуправления запрещать продажу всех спиртных изделий путем вынесения решений жителями муниципальных образований, сельских поселений, территориальных органов самоуправления посредством местных референдумов и сходов граждан по месту жительства.

Принято 31.03.2010 г.

Председатель Союза трезвых сил Урала

**В.И.Мелехин**

Председатель Благотворительного Фонда трезвости им. Г.А.Шичко

**В.А.Дружинин**

Секретарь СБНТ по Свердловской области

**А.А.Фарина**

### Объявление

24 апреля 2010 г. в Первоуральске состоится Координационный Совет трезвых сил Свердловской области. На повестке дня обсуждение и принятие Программы формирования трезвого, здорового образа жизни в Свердловской области до 2012 года.

Приглашаем всех принять активное участие. Свои замечания и предложения присылать по адресу: alefarina@yandex.ru. Телефон для справок: 8-919-379-34-15

# КАК СФОРМИРОВАТЬ МОТИВАЦИЮ К ИЗБАВЛЕНИЮ ОТ КУРЕНИЯ?

Проблема формирования мотивации к избавлению от табакокурения в студенческой среде относится к числу мало изученных. Однако есть вещи совершенно очевидные. Во-первых, курение как вид «легальной» наркомании не дает достаточно заметных и быстрых социальных последствий, но для самого курильщика, как показывают новейшие научные исследования, проблемой может стать уже самая первая сигарета! Физическая зависимость возникает у 5 процентов пробовавших курить уже после первой сигареты, а после 60 выкуренных сигарет она есть у всех 100 процентов курильщиков.

В то же время курение позволяет студенту-курильщику удовлетворять определенные потребности: в общении, в самоутверждении в группе и т.п. Во-вторых, курение в условиях России стало приемлемой и почти СОЦИАЛЬНО ОДОБРЯЕМОЙ формой поведения, в то время как ПРАКТИЧЕСКИ весь цивилизованный мир уже осознал опасность и успешно преодолевает этот порок.

В условиях российской действительности бороться с курением очень трудно: курят почти все положительные и отрицательные герои на телеэкране, курят преподаватели родного вуза, врачи; на уровне общества табак очень доступен и его потребление широко пропагандируется. Поэтому абсолютное большинство курильщиков-студентов избавляться от курения НЕ ХОТЯТ, считая курение почти нормой.

В Елецком государственном университете им. И.А. Бунина уже более 15 лет на факультете дополнительных профессий ведется спецкурс «Основы собриологии» - науки о путях сохранения естественной трезвости и отрезвления общества. Одной из целей спецкурса является, в том числе, и помощь в избавлении от курения. Лишь постепенно шаг за шагом удается подтолкнуть студентов к решению о необходимости избавляться от курения. Есть единичные случаи, когда уже после первых 1-2 занятий студент самостоятельно принимает решение больше не курить. И это не обязательно «легкие» случаи. Студентка с трехлетним стажем курения, выкуривавшая до 15 сигарет в день, отказалась от курения после первой же лекции. Она призналась, что уже давно чувствовала, что делает что-то не так, но ей нужен был толчок. В основном самостоятельно лишь под влиянием текущей трезвенной информации отказываются от курения только эпизодические курильщики с невыраженными формами зависимости. Это значит, что студент вполне еще может обойтись без сигарет и сам себе их не покупает, но когда предлагают в компании, то не отказывается. Потребности курить вне компании у него еще нет.

Что касается пробовавших курить 1-3 раза, но не продолживших курение, а также не пробовавших курить вовсе, то эти ребята, как правило, просто утверждают в своем трезвом выборе, о чем обычно заявляют в анкетных опросах.

Ситуация выглядит намного серьезнее, когда приходится иметь дело с выраженными формами никотиновой зависимости. И чем больше зависимых студентов в группе, тем тяжелее пробить стену игнорирования и даже открытого неприятия трезвенной информации, которая вторгается в уже ставший привычным образ жизни курящих студентов. И здесь уже в полный рост перед преподавателем встает проблема мотивации на избавление от курения.

Что такое мотив? Мотив – это побуждение. Этим понятием часто обозначаются такие психологические явления, как намерение, желание, стремление, замысел, охота, жажда, боязнь и т.д., в которых отражается наличие в человеческой психике некоей готовности к определенной цели. Мотивация, как совокупность стойких мотивов и побуждений, определяющих характер деятельности личности и ее поведения, теснейшим образом связана с потребностями личности. А этими потребностями являются прежде всего утоление голода и половое влечение. Это так называемые витальные, жизненно важные потребности физического уровня. На социальном и духовном уровнях главной является потребность в достижениях. Эти три группы потребностей и соответственно мотивы раскрываются во взаимоотношениях между природой (физиологией) и воспитанием – познавательными и культурными «толчками», социальной деятельностью человека (1; 2). Нас в данном конкретном случае интересует группа мотивов, связанных с социальной деятельностью, прежде всего с образованием.

Психологи, изучая характер побудительных сил и способы их регуляции в деятельности, установили многообразие мотивационной сферы человека, ее сложную структуру.

Во-первых, на деятельность человека могут оказывать влияние социальные мотивы, определяемые потребностями общества. В совокупности они составляют внешнюю мотивацию, которая имеет две разновидности: широкая социальная и узколичностная.

Во-вторых, на мотивационно-побудительную сферу человека может оказать воздействие и характер деятельности человека, Это так называемая внутренняя мотивация, которая может быть как положительной, так и отрицательной. Кроме того, мотивация бывает дальняя (отсроченная) и близкая (актуальная).

## **Внешняя мотивация**

**Широкая социальная мотивация** как разновидность внешней связана с остро переживаемым чувством долга перед страной, близкими людьми. В условиях демографической катастрофы в России апелляция к гражданским чувствам («Куришь ты, он, она, гибнет целая страна») находит отклик далеко не у всех студентов, как курящих, так и некурящих. Можно утверждать, что широкая социальная мотивация к некурению в современной России почти отсутствует!

Еще в 2004 году был принят закон «Об ограничении курения табака», а в 2008 году Россия в числе последних стран подписала «Рамочную конвенцию по контролю над табаком» – документ международного уровня, на основании которого был принят весьма «беззубый», но все-таки закон Российской Федерации о техническом регламенте на табачные изделия. Однако общество пребывает почти в полном неведении о существовании этих законов, поэтому «как курили, так и курим и курим все больше».

Самые свежие примеры:

1. Предложение главы Роспотребнадзора РФ Геннадия Онищенко запретить курить отрицательным героям на экране встретило самую агрессивную реакцию со стороны ряда программ на ТВ. Этой теме был посвящен сюжет программы «Постскриптум» на канале ТВЦ (16 января 2010), в котором авторы пришли к выводу, что убирать курение с телеэкрана ни в коем случае нельзя. В программе «Пусть говорят!» первого государственного канала (19 марта 2010) ведущий Андрей Малахов дал ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНОЕ слово уважаемому, но явно некомпетентному в вопросах курения актеру Владимиру Конкину. Актер на всю страну заявил, что, несмотря на существование в советские времена на телевидении определенной цензуры, которая следила за тем, чтобы сцен курения и употребления алкоголя было как можно меньше на экране, мальчишки как курили, так и сейчас курят. Актер явно не владеет информацией!

В начале третьего тысячелетия возраст начала приобщения к курению в России снизился до 8-10 лет, проблемой стало курение девочек, в больших городах курят уже половина, а в малых городах до одной трети школьников, число курящих в России ежегодно увеличивается, в основном за счет женщин и детей, наконец. Россия стала самой курящей страной в мире и одним из последних оплотов табачного капитала, который изрядно потеснен на Западе. Но именно ему, а не специалисту было дано последнее слово!

2. Шестого апреля 2010 года Комиссия Общественной палаты по социальным вопросам и демографической политике проводила слушания на тему: «Влияние женского курения на демографическую ситуацию в Российской Федерации». Никакого освещения в СМИ эти слушания, которые прошли на государственном уровне (!), не получили.

Вывод напрашивается сам собой: центральные СМИ не выполняют свою функцию объективного информатора, а скорее выполняют заказ табачного капитала бойкотировать любые попытки борьбы с курением на государственном уровне. А если так, то для исправления ситуации надо больше использовать потенциал региональных СМИ: просвещать, убеждать, воспитывать.

Ясно, что без внятной антикурительной политики на уровне государства преодолеть угрозу курения не возможно. Наши законы НЕАДЕКВАТНЫ грозящей угрозе, но проблема в том, что даже имеющиеся законы бойкотируются и игнорируются. Необходимо знать эти законы, пропагандировать их, требовать на всех уровнях их неукоснительного исполнения, выступать

с законодательными инициативами по их улучшению, принимать на их основе региональные законы, постановления и решения..

**Узколичностная мотивация** как разновидность внешней – это стремление получить награды и избежать наказаний (3). Она формируется в повседневной жизни: через поведение на улице, на лестничной площадке, в семье, вторичном коллективе. Если бы курильщиков штрафовали за курение в общественных местах, если бы соседи не терпеливо давились табачным дымом курящих соседей, а судились с нарушителями с своего благополучия (!), как это делают американцы, то, наверное, курильщик призадумался бы: курить ему или не курить. Выход один – наказывать и воспитывать!

Значит, надо больше работать в школах, вузах, в молодежных организациях, трудовых коллективах. В уставы вузов, например, можно включать пункты о некурении для преподавателей и студентов. Если ты преподаватель, но хочешь продолжать курить, выбери другую профессию, но молодежи дурной пример не подавай. Если ты студент, то придется терять привилегии, И ты даже рискуешь быть отчисленным. В Швеции, например, курящие студенты не получают стипендию. Но ведь определенные меры можно принять и у нас: хочешь получать талоны на питание, социальные льготы, стипендию, - избавляйся от курения, которое подрывает твоё здоровье и опустошает кошелек. И мы тебе в этом поможем. В Российском Социальном Государственном Университете, например, такой пункт в уставе вуза есть, и он работает. На территории этого вуза и рядом с ним вы не встретите курящих, распивающих пиво, «энергетические напитки» или другие алкогольные продукты. Здесь убеждены: будущий социальный работник должен быть трезвым и некурящим.

### **Внутренняя мотивация**

- это желание быть эффективным и осуществлять определенный тип поведения ради него самого (4). Студенты курят, потому что это «помогает общению», «модно», «престижно», «все курят», «нравится», «привык», «хочу и буду», «курю, потому что все курят», «потому что в армии все равно закурю: некурящим там туго приходится, т.к. во время перекуров они выполняют всю работу за курящих», «боятся, что уже не смогут обойтись без «стимулирования» табаком» и т.п.

Однако в действительности проблема внутренней мотивации гораздо сложнее. Дело в том, что табак – это наркотик, вызывающий психическую и физическую зависимость. О том, что они зависимы от табака, студенты часто узнают только тогда, когда пытаются бросить курить. До этого им всегда казалось, что они просто «побалуются» и перестанут, когда захотят. После безуспешных попыток отказаться от курения, даже при наличии первичной мотивации, нередко такие студенты встают в позу и говорят: «А я и не хочу бросать курить! Мне и так хорошо». Если в дальнейшем студент не идет на контакт, то тема отказа от курения будет просто закрыта, т.к. в университете да и в обществе в целом нет дополнительной внешней мотивации для того, чтобы заставить такого студента ЗАХОТЕТЬ

БЫТЬ НЕКУРЯЩИМ. В остальных случаях преподаватель может применить единственный метод, доступный педагогу – метод убеждения.

Основными приемами этого метода является приемы **информирования** и **развенчания мифов и иллюзий** относительно курения табака

Как правило, в отношении курения более или менее действенными являясь аргументы, ориентированные на близкую, актуальную мотивацию. Например, такие: «1 сигарета, начиненная табаком, нарушает память на 7 дней»; «выкуривание девушкой хотя бы 5 сигарет в сутки в течение 5 лет равносильно самокастрации одного яичника»; «каждая вторая курительница со стажем бесплодна», «курение приводит к выкидышам, порокам в развитии ребенка», «каждый второй курящий мужчина имеет проблемы с потенцией». На девушек также производит впечатление то, что от курения портятся зубы, блекнет кожа, становятся ломкими волосы, дурной запах изо рта, информация о том, что курить на Западе уже не модно. На юношей производит впечатление информация о том, что курение мешает полноценно вырасти, и курящий подросток рискует быть ниже на 10-15 сантиметров, чем мог бы быть, если бы не курил. И всегда важны зрительные и звуковые опоры: плакаты, картинки, видеофильмы, аудиозаписи.

Таким образом, есть три главных аспекта во внутренней мотивации к некурению: воздействие табачного дыма на **умственные способности**, а, следовательно, на успешность личности, воздействие на **половую сферу** и воздействие на **внешность**. Рак и прочие страшилки не входят в круг близкой мотивации студентов.

Следует развенчивать основные мифы: «курят все» (на самом деле даже в нашей самой курящей стране мира курят только 63 % мужчин и 15 процентов женщин и нет, согласно данным Всемирной организации здравоохранения, ни одной страны мира, где число курильщиков превышало бы половину населения), а также такие мифы, как: «курение помогает сосредоточиться», «курение успокаивает нервы и спасает от стрессов», «ислам разрешает курение табака», «курение способствует похудению, «выхлопные газы вреднее табака», «каждый знает, что курить вредно», «сигары, трубки, кальян, электронные сигареты, жевательный табак безопаснее сигарет» и т.п.

Приемы информирования и развенчания мифов и иллюзий эффективны в профилактике предупреждения курения среди некурящих и преодоления некурения среди лиц со слабо выраженной зависимостью от табака. Для лиц с сильной зависимостью необходимы специальные методики, где процедура избавления от табака - это система специфических приемов. В России известны различные варианты психолого-педагогической методики Г.А. Шичко, в их числе метод заочного избавления от зависимостей елецкого врача В.И. Гринченко, метод С.Н. Зайцева, метод американского психиатра-самоучки Аллена Карра. Все эти методы объединяет одно: в их основе – метод убеждения. Различие – в содержании аргументов в пользу некурения и отдельных приемах, сопровождающих процедуру избавления. С точки зрения мотивации, методика С.Н.

Зайцева больше ориентированы на формирование внутренней мотивации, методика В.И.Гринченко нацелена на формирование широкой социальной мотивации как разновидности внешней.

Опыт лучших безлекарственных методик избавления от зависимостей – Г.А. Шичко, С.Н. Зайцева показывает, что с помощью метода убеждения можно снять и психическую, и физическую зависимость.

Проблема зависимости от табака сегодня в России не в том, что нет эффективных методик избавления, но в том, что трудно сформировать мотивацию к избавлению, особенно широкую социальную и узколичностную, а это уже зависит, прежде всего, от лиц, принимающих решения, а также от тех, кто пропагандирует эти решения, т.е. СМИ.

## Как мотивировать на некурение на уровне вуза?

### Пути решения

**1. На административно-правовом уровне:** ввести в устав вуза пункт о некурении, в круг обязанностей заместителей деканов по воспитательной работе ввести пункт о необходимости проводить антикурительную профилактику. В своей практике мы столкнулись с удивительным явлением: полной отстраненностью и даже неприятием некоторых заместителей деканов от решения этой проблемы: «**ваша** информация», «**ваши** листовки», «я не собираюсь», «мне это не надо» и т.п. Это также должно стать одним из направлений в работе кураторов, которые «уже посетили все музеи», «обсудили все проблемы» и «не знают, что делать дальше», но забывают о том, что мы готовим будущих учителей и что даже если в данный момент в конкретной группе проблема курения отсутствует, эта проблема может существовать у их товарищей, может возникнуть у них самих в будущем и, наверняка, с этой проблемой придется столкнуться в преподавательской деятельности. Принцип упреждения – один из главных в профилактической работе. Этот уровень также предполагает определенное ущемление прав курящих. Не вполне «демократично», но так вынуждены поступать во всех странах, даже самых «демократичных». А как иначе защитить права некурящих? И как иначе побудить курильщиков ЗАХОТЕТЬ отказаться от курения?

**2. Информационно-педагогическом:** информировать: через университетскую газету «Талисман», настенную пропаганду, кураторские часы, факультативы, привлечение студентов-волонтеров из числа прослушавших курс «Основы собриологии». Материалы для проведения профилактической работы имеются на факультете дополнительных педагогических профессий, в том числе видеофильмы, но пока они почти не востребованы! На факультетах необходимо выделить стенды для размещения информации по здоровому трезвому образу жизни. В настоящее время существует проблема, куда размещать такую информацию. Важнейшими информационными ресурсами сегодня являются трезвеннические сайты, на которых можно найти источники любого вида и жанра: научные, публицистические, аудио, видео и т.д. Есть ряд общероссийских печатных изданий. Университет подписан

на газету антинаркотического содержания «Пока не поздно» издательского дома «Нарком» (г. Москва). На частном уровне осуществляется подписка практически на все трезвеннические издания России («Соратник», «Трезвение», «Мы – молодые», «Подспорье», «Феникс», «Оптималист»), но очень узким кругом лиц.

Проводить ежегодные массовые акции по борьбе с курением 31 мая (Всемирный день некурения) и каждый третий четверг ноября (Всемирный день борьбы с курением).

**3) Психолого-педагогическом:** оказание помощи в избавлении и самоизбавлении от курения табака на основе безлекарственных методик А. Карра «Легкий способ бросить курить», С.Н. Зайцева «Как бросить курить за 3 дня?» и электронной версии пособия В.И. Гринченко «Самоизбавление от наркомании» с аудио-приложениями.

**4) Социально-педагогическом:** выявление и мотивирование «проблемных» студентов. Должны быть нетерпимость к пропускам занятий без уважительных причин, постоянный контроль пропусков и опозданий. За систематическими пропусками может скрываться студент, зависимый от алкоголя, табака и даже наркотиков! А курильщики, как правило, всегда опаздывают, т.к. не успевают вовремя выкурить свою «утреннюю» или очередную в течение дня сигарету. Вечно опаздывающим и прогуливающим курящим студентам надо предлагать избавление от зависимостей или применять меры альтернативного воздействия.

Особое внимание следует уделить студентам, проживающим в общежитии, которое стало одним из главных мест по распространению эпидемии курения в университете. Курящие студенты делают невыносимой жизнь некурящих. Многие из некурящих под давлением

среды начинают курить сами. Наверное, при желании можно найти рычаги давления на студентов, проживающих в общежитии университета, чтобы мотивировать их на отказ от курения.

**5) Медико-педагогический.** Постоянный мониторинг состояния здоровья студентов, пропаганда знаний о здоровом образе жизни.

**Условиями эффективности** работы по профилактике курения на уровне вуза являются:

- Постоянный, не на уровне отдельных кампаний и мероприятий, характер профилактической работы
- Комплексный подход
- Мотивированность со стороны преподавателей, кураторов студенческих групп, деканатов факультетов, ректората, студенческого актива.

#### Литература

- 1.. Коджаспиров Г.М., Коджаспирова А.Ю. Педагогический словарь: Для студ. высш. и сред. учеб. заведений.-М.: Издательский центр «Академия», 2001.-176 с.
2. Психология. Учебник. /Под ред. А.А. Крылова.- М.: ПБОЮЛ М.А. Захаров, 2001.-С.191.
3. Майерс Д. Психология/Д. Майерс; пер. с англ. И.А. Карпиков, В.А. Старовойтова.-2-е изд.-Мн.: «Попурри», 2006.-С.523.
4. Майерс Д. Психология/Д. Майерс; пер. с англ. И.А. Карпиков, В.А. Старовойтова.-2-е изд.-Мн.: «Попурри», 2006. - Там же.

**Наталья Александровна. Гринченко**

доцент Елецкого ГУ,  
профессор Международной академии трезвости

«Восстань же русский человек!

Перестань безумствовать!

Довольно!

Довольно пить горькую, полную яда чашу-  
и вам, и России!»

*Святой праведный Иоанн Кронштадтский.*

#### Уважаемые соотечественники!

Мы должны знать, какую страшную опасность представляют собой алкоголь, табак и другие наркотики, как они действуют на человека, семью, общество; кто и зачем запустил этот механизм уничтожения целых народов. Основной удар этих темных сил направлен по молодому поколению, и на это выделены огромные средства. Спасти своих детей – долг каждого отца и каждой матери.

По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) при потреблении свыше 8-ми литров чистого алкоголя на душу населения в год начинается необратимое угасание этноса. По последним данным у нас в стране выпивают 18,5 литров, а в некоторых регионах доходит до 25-ти! Приобретайте видео-лекции «Алкогольный и наркотический террор против России» профессора В.Г.Жданова, председателя Союза борьбы за народную трезвость (СБНТ) и другие материалы – узнавайте ПРАВДУ и ДЕЙСТВУЙТЕ.

Представительство Союза Борьбы за Народную Трезвость в Краснодаре

Тел: 8918-965-44-89, 8918-234-85-71.

*Такую листовку наши соратники распространяют в Краснодарских храмах, где людям и предлагается видео-лекция В.Г.Жданова. Следуйте их примеру!*

**Редакция**

**Адрес редакции: 655016, г.Абакан, à/я 327, т.(3903)22-83-29, (913)445-59-06, (950)307-22-49**

**E-mail: [trezvo@yandex.ru](mailto:trezvo@yandex.ru), [www.sbnt.ru](http://www.sbnt.ru). Тираж 950 экз.**

Редактор Г.И.Тарханов, верстка Наталья Тарханова.

Редакционный совет: С.С.Аникин, Н.А.Гринченко, М.А.Метелёв

Издается на благотворительные взносы сторонников трезвости