



12 ноября 2010 года в лицее № 4 города Саратова состоялась акция «Курению скажем: «Нет!» Даем советы, как бросить курить». Именно состоялась, а не прошла: в этом учебном заведении к урокам трезвости и здоровья возвращаются регулярно. Их инициаторами выступают социальный психолог Галина Юрьевна Углова и психолог Светлана Валентиновна Белянцева.

АВТОГРАФ СПРАВА

Кому, как не Галине Юрьевне вести пропаганду трезвости: не только по должности, но и потому, что она – однофамилец знаменитого хирурга, нашего земляка Фёдора Григорьевича Углова, три десятилетия назад поднявшего знамя борьбы за народную трезвость. Тринадцать лет преподавала Галина Юрьевна химию, на уроках объясняла детям пагубность таких химических веществ, как алкоголь и никотин. И вот уже третий год она – социальный психолог, организует мероприятия, направленные на утверждение здорового образа жизни среди школьников.

Вот как разворачиваются события на её уроке по борьбе с курением. Галина Юрьевна приносит в класс плакат, на котором изображены два дерева – засохшее и цветущее. На засохшем – опадают последние листочки, на зелёном – красные наливные яблоки. Ребятам предлагают выбрать символ увядания или жизни. На другом плакате приклеена пачка сигарет под словами: «С этой пачкой сигарет проживёшь ты меньше лет! Внутри скорее посмотри: хочешь заболеть? Бери!» Любопытный заглядывает в пачку, а там не сигареты, а свернутые трубочкой бу-

мажки. Он разворачивает её, читает надпись: «гастрит желудка» или «эвфизема лёгких» – болезней от курения много, целая пачка «трубочек». И о каждой из них Галина Юрьевна и Светлана Валентиновна рассказывают, объясняя, что этих болезней можно избежать, если не прикасаться к сигарете.

Это – урок в младших классах. В средних и старших они проходят по-другому. Там надо уже не предупреждать, а давать советы, как бросить курить. В лицее проводилось анонимное анкетирование среди учащихся 8-11 классов, чтобы выявить, сколько ребят пробовали или употребляют табачные изделия. Анализ анкеты показал, что 60 % подростков пробовали курить и 10 % из них начинают стабильно употреблять табачные изделия.

Опасность никотина в том, что его вредное воздействие не заметно. Курение коварно разрушает здоровье день за днём, месяц за месяцем, год за годом, а беззаботные курящие продолжают совершать свои ритуальные действия. Горящая сигарета, – говорит Галина Юрьевна, – это химическая фабрика, производящая три тысячи соединений, в их числе более 40 канце-

рогенов и 12 коканцерогенов. (Канцероген – ракообразующее вещество, канцероген – вещество, усиливающее его воздействие).

Педагогам помогают волонтеры – десятиклассники, осознавшие пагубность никотиново-алкогольной зависимости. Слова предупреждения из уст ровесников для подростков звучат весомее. Психологические особенности детей 11-16 лет – тяга к романтике, коллективным играм, тайным союзам, нигилизм, максимализм суждений и поступков, поиск новых идеалов – ещё раз подтверждают необходимость для подростков коллективных дел, общих формирований, отличных от формальных. Сигарета становится приметой взрослости, курение мотивировано

преимущественно внешне. Лишив курения внешней привлекательности и ореола таинственности, можно частично преодолеть сформировавшуюся привычку. Основная проблема состоит в том, что молодёжь, имея большой запас жизненных сил и большое количество свободного времени, из-за отсутствия полноценной информации игнорирует пагубное воздействие сигарет. На уроках трезвости ребята и получают такую информацию.

В результате рождаются вот такие обращения к сверстникам: «Мы, участники добровольческого движения, обращаемся ко всем равнодушным людям нашей школы! Многие подростки курят, не понимая, как легко перейти границу и стать зависимым. Они не могут преодолеть желание попробовать «Запретный плод». Помогите своим друзьям! Убедите их, что курить – немодно! А если друг попал в беду и стал зависимым – не оставайтесь в стороне, не замалчивайте проблему и не делайте вид, будто ничего не происходит. С этой бедой не справится в одиночку. Только вместе мы – сила!»



Сейчас, когда вы будете выходить из класса, обратите внимание на плакаты, которые висят на стене. Возьмите маркеры и сделайте свой выбор!

Если ты: за хорошее самочувствие, за прекрасное настроение, за красивый внешний вид, за уверенность в завтрашнем дне, за здоровье твоих будущих детей – оставь свой автограф справа!

Если ты: против здорового внешнего вида, против активной жизни, против хорошего самочувствия, против крепкого здоровья своих детей – оставь свой автограф на плакате слева!

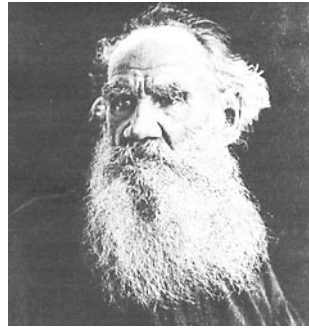
Выбор за тобой!» Галина Юрьевна показывала мне эти плакаты, заполненные автографами справа, голосующими за трезвость.

Дай Бог, чтобы эти душевные порывы после лекций не угасали со временем, а становились твёрдыми убеждениями и руководствами к действию.

Владимир ИВАНЧУК
На снимках: Галина Юрьевна Углова ведёт уроки трезвости.

ЧТОБЫ СОВЕСТЬ НЕ СГИБАЛАСЬ ПО ЖИЗНИ

20 ноября 2010 года исполнилось сто лет со дня смерти Льва Николаевича Толстого, одного из организаторов трезвеннического движения в дореволюционной России, движения, завершившегося отрезвлением России в 1914–1917 годах. К сожалению, не удалось окончательно закрепить победу трезвости, но их опыт, несомненно, пригодится будущим борцам за трезвость. Публикуем здесь два высказывания Л.Н. Толстого о трезвости.



Из статьи «Для чего люди одурманиваются?», 1891 год

Пьют и курят не так, не от скуки, не для веселья, не потому, что приятно, а для того, чтобы заглушить в себе совесть. И если это так, то как ужасны должны быть последствия! В самом деле – подумать, какова была бы постройка, которую строили бы люди не с прямым правилом, по которому они выравнивали бы стены, не с прямоугольным треугольником, которым бы они определяли углы, а с мягким правилом, которое сгибалось бы по всем неровностям стены, и с угольником, складывающимся и приходящимся к каждому – и острому и тупому – углу.

А ведь благодаря одурманиванию себя это самое делается в жизни. Жизнь не приходится по совести, совесть сгибается по жизни.

Письмо Л.Н. Толстого Д.Н. Бородину

Дмитрий Николаевич! Очень рад буду содействовать, чем могу, вашему прекрасному намерению. Чем больше я вижу зло, происходящее от пьянства (а вижу я это зло в ужасающих размерах), и чем чаще мне приходится говорить об этом зле с страдающими от него, тем больше я убеждаюсь, что спасение от него преимущественно, если не исключительно, в сознании людей губительности – не для тела, а для души – этого греха. Избавится от него человек не тогда, когда он будет лишён возможности пить, а тогда, когда не станет пить, хотя бы перед ним в его комнате стояло бы вино и он слышал его запах и ему стоило бы только протянуть руку. А это будет только тогда, когда человек будет считать благо духовное выше блага телесного...

С совершенным уважением Лев Толстой.

4 декабря 1909 года.

Ясная Поляна. Дмитрий Николаевич Бородин, юрист, общественный деятель, много и плодотворно выступавший против пьянства. Как один из организаторов, оповестил и пригласил Л.Н. Толстого участвовать в 1-м Всероссийском съезде по борьбе с пьянством (состоялся в декабре 1909 года – январе 1910 года); в день открытия съезда зачитал письмо великого писателя.

МЕЛКИЙ

Решил однажды человек с собачкой погулять, Но встретил вечером чертей – штук шесть, а может пять...

Да не толпой – по одному беседовали с ним. Охрана тявкает у ног: «Ну, чёрт, поговорим?»

Так вот, клыкастый, красный чёрт шепнул ему: «Убей. Услышишь ты предсмертный стон – нет ничего милей!»

«С чего бы вдруг? Ты, что – больной? Иди, мордастый, прочь!» И чёрт, заплакав как дитя, поплёлся тихо в ночь.

Второй – слюнявый, бурый чёрт прошамкал: «Ижнатилюй.

Брошай шветочки шобирать, порадуя шебя, милый».

«Ты, дядя, зубы с чем доел? Виагры обожрался?» И этот чёрт, за братом вслед, во мрак ретировался.

Тут третий подошёл:

«Ограбь, ты слабых не жалея. Подкарауль в подезде их – отнимешь сто рублей».

«Кудрявый, лапы убери! У вас здесь что – шабаш?» И третий, закрывая пасть, шепнул: «Клиент не наш».

А самый мелкий говорит: «Не слушай дураков! Иди домой, пивка попей!» – и с этим был таков.

И человек пошёл домой, а черти все к нему, и он, напившись, как свинья,

Пошёл топить Му-Му. А по пути так, между дел – ограбил и убил. И чести он своей себя, конечно же, лишил...

Ну, а потом судья спросил: «Как это всё свершил?» И он ответил: «Ваша Честь, не помню – пьяный был».

СНЕГОВИК

Жил на свете Снеговик. Кипятки он пить привык. Снежной Бабе предлагал Кипятка большой бокал. И сыночку наливал,

Чтоб тот носом не клевал, Чтоб не плакал, не орал, Чтоб папу уважал! Дружно выпили с утра Кипяточку три ведра. А к обеду стало худо – Приключилось

с ними чудо: От троих осталась лужа, Не сказать ещё похуже.

– Ну, и в чём же тут мораль?

– Да просто пьющих очень жаль. Выпьют рюмку или бокал – Разворитесь в них попой. **Павел КРЯЖЕВСКИЙ**

ПРИГЛАШЕНИЕ К КОНКРЕТНОМУ ДЕЛУ

В Москве в Северном округе Москвы префект издал постановление об ограничении торговли спиртным (в том числе и пивом). Но Лужков его отменил. (Потом сняли и самого префекта, и мэра). Когда я спросил у руководителя трезвенников Москвы В. Задерева, почему трезвая Москва не поднялась в защиту этого постановления, ведь это реальное ограничение потребления алкоголя? Оказывается, ему некогда – участвует в различных конференциях трезвенников, готовят пропагандистов трезвости. Почему-то все трезвеннические организации занимаются разговорами между собой о том, что вот так хорошо не пить. А пьянство растёт. То есть толку от такой деятельности никакого. Хотя проблему алкоголизма, как и большинство других проблем, можно решить на уровне местного самоуправления, если мы – граждане России – самостоятельно начнём формировать власть в соответствии со ст. 3 Конституции:

«Единственным источником власти является многонациональный народ», непосредственно выдвинув своих – то есть «народных представителей» согласно ст. 32 Конституции.

Но мы, народ, не выполняем Конституцию сами в силу рабского самосознания большинства населения: «От нас ничего не зависит, так как мы никто и звать нас никак». Хотя организованная команда на уровне местного самоуправления может добиться многого. И её необходимо формировать в виде районных Советов народных представителей (РайСовет НП) согласно ст. 32 п.1 Конституции.

В качестве информационной площадки любой участник проекта открывает на сайте vkontakte.ru свою группу «РайСовет НП (название района и при необходимости города)», либо записывается в уже зарегистрированный на сайте РайСовет своего района. Каждый участник указывает в своём РайСовете проблемы, стоящие перед

ним и которые он готов начать решать, для чего организует при своём РайСовете соответствующий комитет, комиссию, группу и т.д. Например, антиалкогольный комитет. Сформированный комитет, комиссия подготавливает проект правового акта по решению проблемы, и решением РайСовета этот проект передаётся в соответствии со ст. 33 Конституции на рассмотрение в Муниципальное Собрание для принятия на основании ст. 7 ФЗ 131 соответствующего правового акта. В случае отказа Муниципального Собрания утвердить соответствующий проект РайСовета НП – распространять информацию об антинародной сущности депутатов Муниципального Собрания с требованием рассмотреть данный вопрос на собрании жителей с вынесением вето недоверия нынешнему Муниципальному Собранию с организацией выборов своих народных представителей в Муниципальное Собрание.

Подобные решения уже имеются в некоторых регионах. В Швеции, Норвегии, Финляндии спиртное и сигареты можно купить только в одном магазине на всю область, притом по цене в 50-100 раз выше нашей. В результате там тюрьмы пусты – нет преступности. А отдельные алкаши водку пить едут к нам, потому что она самая дешёвая в мире и продаётся где попало.

При формировании нескольких РайСоветов в округе или городе из их представителей формируются окружные и городские Советы Народных Представителей с формированием соответствующих комитетов и комиссий. С формированием нескольких городских или окружных Советов из их представителей формируются региональные Советы НП, и последним этапом будет формирование Всероссийского Совета Народных Представителей для предъявления проектов правовых актов соответствующим структурам государственной власти. То есть начать процесс борьбы с пьянством может каждый прочитавший данное обращение с откры-

тия на сайте vkontakte.ru своего Районного Совета Народных Представителей. Для активизации этого процесса надо предлагать всем своим знакомым начать формирование РайСоветов НП. Более подробно о проекте Советов Народных представителей и развитии системы народного доверия смотри на сайте narodovlastie.rusbb.org.

Таким образом, всё зависит от вас лично: либо мы формируем власть, либо как быдло чешем языками у телевизора или устраиваем конференции трезвенников, где рассказываем друг другу, какие мы хорошие. А пьянство гуляет по стране. В метро полно реклам пива, но ни на одной рекламе не наклеена листовка против пивного алкоголизма детей. То есть в задачи трезвеннического ресурса борьба с пьянством не входит. Наоборот, чем больше алкашей, тем больше придётся лечиться по методу Шичко. Тем больше доход руководству.

Виктор Васильевич ОСЬКИН
г. Москва, Южное Медведково, Скайп – narpred, e-mail: narpred@mail.ru

Редактор
В. И. ВАРДУГИН

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

Учредитель - Саратовская региональная
общественная организация трезвости и здоровья

Адрес редакции: 410002, г. Саратов,
ул. Е.Ф. Григорьева, 45. Телефон: 23-68-10.
E-mail: OT45@yandex.ru www.otsar.ru

Газета зарегистрирована Поволжским управлением регистрации и контроля за соблюдением законодательства РФ о средствах массовой информации (г. Саратов). Свидетельство № С 1623. Номер подписан в печать 24 ноября 2010 г. по графику – в 16.00, фактически – в 15.30.