



## ЛЕТНИЕ ИГРЫ ДЛЯ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ

**Приближается лето. Многие школьники разедаются по оздоровительным лагерям. Тем же, кто останется в городе, можно предложить поиграть в краеведческую игру, которую придумал саратовский педагог Андрей Николаевич Аверьянов, методист скаутской организации Саратовской региональной общественной организации трезвости и здоровья. Суть игры в том, чтобы ребята по заданиям с навязанными вопросами отыскивали в городе те или иные адреса. Первая игра, проведенная А.Н. Аверьяновым, посвящалась пребыванию Ю.А. Гагарина в Саратове, вторая называлась «Многонациональный Саратов», а на третьей, состоявшейся 20 мая, довелось побывать мне.**

В школе № 67 собрались четыре команды школьников: из лицея № 15, из школ № 10 и 67 и из Центра социальной помощи семье и детям. Наталья Александровна Королькова, лидер саратовских скаутов, в приветственном слове сказала, что особенность сегодняшней игры в том, что взрослые только назвали адреса, а всю подготовку игры взял на себя скаутский штаб (в нём — только школьники). Штаб зашифровал двенадцать адресов, связанных с деятельностью дореволюционного и современного обществ трезвости, и участникам игры за два часа предстоит найти как можно больше адресов.

Тимур Искалиев из штаба даёт первые задания, поочередно к нему подходят капитаны команд — Роман Шутлов (Центр социальной помощи...), Антон Аксёнов (10 школа), Никита Трофимов (67 школа), Володя Колотилин (15 лицей). Они читают задания и вместе со своей командой быстро покидают место старта, чтобы через два часа вернуться сюда, успев найти как можно больше объектов.

Интересуюсь у диспетчеров, по каким адресам отправились ребята. К примеру, 67 школа должна найти объект, ответив на вопрос: «В советские годы здесь был Дом политического просвещения». Этот адрес памятен трезвенникам тем,

что в ноябре 1987 года там выступил с пламенной речью профессор из Новосибирска Владимир Георгиевич Жданов, один из лидеров современного трезвеннического движения.

Игрокам на дистанции можно пользоваться телефонами и интернетом. С этим заданием ребята справились быстро: позволили друзьям, те ввели в поисковик вопрос: «Где был в советские годы в Саратове Дом политпроса», и вот уже есть адрес, теперь нужна скорость бега: на объекте нужно отыскать начертанный мелом код (буква с цифрами) и отзвониться своему диспетчеру, назвав номер кода с тем, чтобы получить следующее задание.

У каждой команды — свой диспетчер из скаутского штаба. Это Анна Москальцова, Роман Храмков, Тимур Искалиев, Леонид Гришин. Они почти непрерывно на связи, разруливают возникающие ситуации. Спортсмены из 10-й школы разыскали дом, где в 1927-1930 годах жил Фёдор Григорьевич Углов, знаменитый хирург-трезвенник,

однако кода никак не могли отыскать. Более того, их стала прогонять хозяйка дома, заявив, что тут жил Деникин, а никакого Углова она не знает, а надпись мелом она стёрла и требует больше не пачкать стену её дома. Диспетчер спросила, о каком адресе идёт речь, и услышав: «Улица Рабочая, 2, угол улицы Радищева», подтвердила, что адрес верен, объект засчитывается, и продиктовала следующее задание.

Я попросил назвать мне адрес, чтобы самому увидеть, как станут отыскивать нужный дом спортсмены (а игра включает в себя элементы и марафона — не один километр придётся преодолеть, — и спортивного ориентирования — нужно быстро найти кратчайший путь к цели). Мне назвали адрес: угол Вольской и Советской, там в 1901 году располагалась канцелярия общества трезвой и улучшенной жизни. Я успел запечатлеть, как по Советской улице бежали мальчишки из 67-школы, как они осматривали все четыре угла, пока наконец не воскликнули победно: «Нашли!» На столбе возле дома красовался номер. Телефонный звонок, новое задание — и вновь «включение скорости». Так же я стал свидетелем, как иг-

роки из 10-й школы разыскали дом по улице Волжской, 36, в котором в 1894 году, в год учреждения Саратовского общества трезвой и улучшенной жизни, побывал святой Иоанн Кронштадтский, подвижник трезвости, назвавший водку «растворённым бесом». Найдя код, ребята получили новое задание: «С 1986 года в этом здании располагается общество трезвости», и обрадовались: не надо беспокоить интернет, этот адрес они знают наизусть: улица Григорьева, 45. Этот адрес не только общества трезвости, но и центр скаутов Саратовской области.

В 13 часов диспетчеры дали команду: отбой, игра прекращается! Всем возвращаться на подведение итогов. А они оказались таковыми: первое и второе место разделили школы № 67 и № 10, лицеистам присудили третье место, замыкающими оказались ребята из Центра социальной помощи семье и детям. На этот раз кроме грамот спортсменам вручил призы спонсор соревнований предприниматель-пчеловод Павел Александрович Педан. Школьникам достались настольные игры «Мистер Твистер» и «Монополия», а лицеистам —

«История России».

Игра прошла успешно. Единственный недостаток — неудачно выбранное время: на носу экзамены, поэтому круг участников оказался узким (в первой и второй краеведческой игре участвовали более десяти команд). Поэтому игру «Трезвый Саратов» решили повторить осенью, исключив из неё те команды, которые уже участвовали в игре 20 мая.

В краеведческую игру можно играть, самим придумав темы, а богатейшая история Саратова (и не только областного центра — интересное прошлое и у Энгельса, и у Балакова, Вольска, Балашова и других городов) даёт простор: «Саратов музыкальный», «Вузы Саратова», «Писатели в Саратове» и т.д., насколько хватит фантазии у педагогов. Фантазия и желания сделать досуг своих учеников насыщенным и разнообразным. А краеведческая игра удивительно гармонично соединяет в себе спортивные и интеллектуальные составляющие.

**Владимир ИВАНЧУК**  
На снимках: на дистанции — школа № 67; игроки из 10-й школы на объекте; предприниматель П.А. Педан вручает приз спортсменам лицея № 15.

31 мая — Всемирный День отказа от курения

## РАДИ ЧЕГО НАДО РАССТАТЬСЯ С СИГАРЕТОЙ?

Ко дню отказа от курения хочется написать нечто значительное настолько, чтобы хоть пять человек из ста прочитавших либо завязали с курением, либо не закурили вовсе. И чтобы это такое написать, когда земля усеяна страшилками так крупно, что издали видно, куда оно ведёт, это океанное курение. Согласно, не хватает картинок, где были бы показаны хотя бы лёгкие курильщика, чёрные от угля. И поражающе-

ся фантастической стойкости нашего организма — этого чуда из чудес. Вот бы его да на мирные цели! Но до мирных времён ещё далеко. По крайней мере у нас в России, которую оккупировали табачные монстры мирового уровня. Вот и гибнет около полумиллиона взрослых мужчин и женщин в год. Не слабо? Но курильщиков всё это не пробирает. Точнее пробирает, но не более чем с 5% КПД.

Мало? Так ведь это как посмотреть. Золотодобывающая драга перерабатывает 500 тонн породы, чтобы получить грамм золота! А отказавшийся от курения возьмёт кого-нибудь себе в компанию, а тот ещё кого и т.д. Так что при благоприятных условиях процент избавившихся от курения может достигнуть эдак 10-15-ти.

И всё-таки что ещё следует поведать гражданам, не потерявшим способность мыслить здраво? Мы считаем, что надо опереться на предельные основания. Это значит подключить к идеологии общественной пользы, блага. Именно ощущение себя самоценным и незаменимым элементом общественного социально-этического развития даёт возможность легко расстаться с привычкой. Причём без помощи врача или какого-нибудь пособия.

Итак, если вы отказываетесь от курения ради своего здоровья, это первый уровень мотивации. Если ради своих детей и близких — второй уровень.

Если же ради общественного блага — третий, самый высокий метафизический уровень. Именно он обеспечивает рост общественного блага, развитие общества в целом, его нравственно-этического потенциала, который в конечном итоге и обуславливает снижение энтропии. Возрастание же энтропии — это накопление разрушительных процессов. Наконец, последнее, стратегически не менее важное. Если принять концепцию развития, о котором так много приходится слышать, следует допустить, что коллективное бессознательное человека (архетип) с древних времён включает особую ответственность каждого члена рода или племени перед всем сообществом. Почему? Да потому, что без этого сообщества сам по себе человек ничего не значил, и это диктовало строгое соблюдение правил жизненного поведения. По этому закону и внешний облик, и занятия и пристрастия члена общины не должны были выходить за установ-

ленные рамки. Никакой самостоятельности не допускалось.

В этих суровых условиях особенно ярко выявлялась подлинность каждого, которому приходилось напругать весь свой физический и духовный потенциал. В тех условиях невозможно было ввести в заблуждение внешними манерами, так как существовала полная открытость всех достоинств личности, беспредельно преданной общине. Существует нравственное требование к человеку: быть, а не казаться. Первое предполагает подлинность соответствия внутреннего и внешнего в человеке. Второе направлено на обман, введение в заблуждение окружающих касательно того, чего человек стоит. В общине практически невозможно было применить камуфляж, но по мере усложнения жизни и укрупнения поселений умение казаться стало использоваться всё больше. А в наше время этот образ поведения стал доминирующим. Настолько, что мальчишки учатся ку-

рить, чтобы казаться взрослыми. Потом, повзрослев, они признаются, что курить стали по глупости. И всё из-за стремления казаться.

Так вот, с точки зрения развития стремление БЫТЬ — качество фундаментальное для выхода всего общества на более совершенный уровень общественных отношений. Стремление же КАЗАТЬСЯ знаменует инерцию тех прошлых времён, когда были изобретены приёмы обмана, введения в заблуждения с целью личного обогащения либо завладения благорасположением окружающих в каком-то коллективе для занятия в оном выгодных позиций. И поговорка — встречают по одежке, а провожают по уму — хоть и выражает суть описанного нами феномена, но не всеяет большого оптимизма ввиду массового предпочтения «одежки» существенным большинством наших граждан. Такова горькая правда наших дней.

**Лев Сергеевич КОЗЛЕНКО,**  
кандидат  
медицинских наук



После того, как мы вдохнули сигаретный дым, молекулы никотина бегут к мозгу. На преодоление пути им требуется всего несколько секунд. Там никотин хватается за рецепторы клеток мозга и высвобождает дофамин, химический элемент, отвечающий за чувство удовольствия и комфорта.

Компании, производители табака, в свою очередь делают всё, чтобы не потерять свою аудиторию. За последние несколько лет производители постарались сделать дизайн своей продукции максимально симпатичным, а состав — более цепляющим, чтобы курильщики ещё сильнее увязали в своей привычке. В табак, в частности, добавляют аммиак — это позволяет никотину быстрее добираться до мозга, а сигаретные фильтры делают более «воздушными», чтобы ничего не мешало попадать дыму в лёгкие.

## ЛОВУШКА ДЛЯ ПРОСТАКОВ

Когда вы бросаете курить, никотиновые рецепторы перестают работать. На деле это означает, что вы уже не получаете того количества дофамина, к которому привыкли. Организм подростка более чувствителен к никотину, поэтому ему легче стать зависимым, чем взрослому человеку. В США, к примеру, каждый день 4000 подростков ежедневно пробуют свою первую сигарету, и каждый четвёртый из них впоследствии становится заядлым курильщиком.

«Химические вещества проникают в ваши лёгкие каждый раз, когда вы вдыхаете сигаретный дым, и немедленно причиняют вред, — говорит главный врач США Регина Бенджамин. — Вдыхание даже небольшого количества табачного дыма вредит ДНК, что может привести к раку».

В табачном дыме содержится около семи тысяч химических веществ, соединений и канцерогенов, как минимум сотня из которых токсична, а ещё 70 — вызывают рак. Чтобы прочувствовать на себе все прелести воздействия этих веществ, вовсе не обязательно быть заядлым курильщиком: любой контакт с ингредиентами этого коктейля, даже кратковременный, не пройдёт бесследно для вашего здоровья.

Что до пассивного курения, то оно вполне способно вызывать сердечнососудистые заболевания — приступ, например. Кровь реагирует на табачный дым усиленным образованием тромбов, что повышает риск заработать инсульт и аневризму аорты. 85 процентов случаев заболевания раком лёгких — также на совести сигарет, а каждая третья смерть от рака вызвана курением.

По материалам Life's Little Mysteries

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 23 мая 2012 г. по графику — в 16.00, фактически — в 17.30.

Отпечатано способом офсетной печати в ОАО «Издательство «Слово», г. Саратов, ул. Волжская, 28. Тираж 1000. Заказ № 529.