



# ВОПРЕКИ

г. Саратов, ул. Григорьева, 45

6+

ГАЗЕТА САРАТОВСКОЙ РЕГИОНАЛЬНОЙ ОБЩЕСТВЕННОЙ ОРГАНИЗАЦИИ ТРЕЗВОСТИ И ЗДОРОВЬЯ

№ 219, 24 мая 2013 г.

## 1 июня — Международный день защиты детей ПАМЯТКА РОДИТЕЛЮ ОТ РЕБЕНКА...

Не балуйте меня, вы меня этим портите. Я очень хорошо знаю, что не обязательно предоставлять мне всё, что я запрашиваю. Я просто испытываю вас.

Не бойтесь быть твёрдыми со мной. Я предпочитаю именно такой подход. Это позволяет мне определить своё место.

Не полагайтесь на силу в отношениях со мной. Это приучит меня к тому, что считаться нужно только с силой. Я откликнусь с большей готовностью на ваши инициативы.

Не будьте непоследовательными. Это сбивает меня с толку и заставляет упорнее пытаться во всех случаях оставить последнее слово за собой.

Не давайте обещаний, которых вы не можете выполнить; это поколеблет мою веру в вас.

Не поддавайтесь на мои провокации, когда я говорю или делаю что-то только затем, чтобы просто расстроить вас. А то затем я попытаюсь достичь ещё больших «побед».

Не расстраивайтесь слишком сильно, когда я говорю «Я вас ненавижу». Я не имею это в виду. Я просто хочу, чтобы вы пожалели о том, что сделали мне.

Не заставляйте меня чувствовать себя младше, чем я есть на самом деле. Я отыграюсь на вас за это, став «плаксой» и «нытиком».

Не делайте для меня и за меня то, что я в состоянии сделать для себя сам. Я могу продолжать использовать вас в качестве прислуги.

Не позволяйте моим «дурным привычкам» привлекать ко мне чрезмерную долю вашего внимания. Это только вдохновляет меня на продолжение их.

Не поправляйте меня в присутствии посторонних людей. Я обращаю гораздо большее внимания на ваше замечание, если вы скажете мне всё спокойно с глазу на глаз.

Не пытайтесь обсуждать моё поведение в самый разгар конфликта. По некоторым объективным причинам мой слух притупляется в это время, а моё желание сотрудничать с вами становится намного хуже. Будет нормально, если вы предпримите определённые шаги, но давайте поговорим об этом несколько позднее.

Не пытайтесь читать мне наставления и нотации. Вы будете удивлены, узнав, как великолепно я знаю, что такое хорошо и что такое плохо.

Не заставляйте меня чувствовать, что мои проступки — смертный грех. Я должен научиться делать ошибки, не ощущая, что я ни на что не годен.

Не придирайтесь ко мне и не ворчите на меня. Если вы будете это делать, я буду вынужден защищаться, притворяясь глухим.

Не требуйте от меня объяснений, зачем я это сделал. Я иногда и сам не знаю, почему поступаю так, а не иначе.

Не подвергайте слишком большому испытанию мою честность. Будучи запуган, я легко превращаюсь в лжеца.

Не забывайте, что я люблю экспериментировать. Таким образом я познаю мир, поэтому, пожалуйста, смиритесь с этим.

Не защищайте меня от последствий собственных ошибок. Я учусь на собственном опыте.

Не обращайтесь слишком много внимания на мои маленькие хвори. Я могу научиться получать удовольствие от плохого самочувствия, если это привлекает ко мне столько много внимания.

Не пытайтесь от меня отделиться, когда я задаю окровенные вопросы. Если вы не будете на них отвечать, вы увидите, что я перестану задавать вам вопросы вообще и буду искать информацию где-то на стороне.

Не отвечайте на глупые и бессмысленные вопросы. Если вы будете это делать, то вы вскоре обнаружите, что я просто хочу, чтобы вы постоянно мной занимались.

Никогда даже не намекайте, что вы совершенны и непогрешимы. Это даёт мне ощущение тщетности попыток сравняться с вами.

Не беспокойтесь, что мы проводим вместе слишком мало времени. Значение имеет то, как мы его проводим.

Пусть мои страхи и опасения не вызывают у вас беспокойства. Иначе я буду бояться ещё больше. Покажите мне, что такое мужество.

Не забывайте то, что я не могу успешно развиваться без понимания и ободрения, но похвала, когда она честно заслужена, иногда всё же забывается. А нагоняй, кажется, никогда.

Относитесь ко мне так же, как вы относитесь к своим друзьям. Тогда я тоже стану вашим другом. Запомните, что я учусь больше, подражая примерам, а не подвергаясь критике.

Требую от меня трезвости, будьте трезвы сами. И, кроме того, я вас так сильно люблю, пожалуйста, ответьте мне любовью же...

(из учебника А.Н. Маюрова «Уроки культуры здоровья»)

### Взгляд-инфо

**Миф о том, что при сокращении производства и продажи легальных алкогольных изделий увеличивается потребление самогона и «палёной» водки, опровергает информация, размещённая 20 мая на сайте информационной организации «Взгляд-инфо». В 2013 году в Саратовской области ограничена продажа легальных спиртных изделий двенадцатью часами (с десяти утра до десяти вечера), однако —**

### В Саратовской области стали реже умирать от некачественного алкоголя

За четыре месяца 2013 года в Саратовской области зарегистрировано 264 случая острых отравлений спиртосодержащей продукцией. Об этом сегодня сообщает отдел социально-гигиенического мониторинга регионального управления Роспотребнадзора. По словам специалистов, количество отравлений в 1,4 раза меньше по сравнению с аналогичным периодом 2012 года, когда было зафиксировано 363 случая. В частности, улучшения ситуации удалось добиться: в Саратове, в Аркадакском, Балаковском, Вольском, Красноармейском, Марковском, Петровском, Ртищевском и Энгельсском районах.

Львиная доля отравившихся (193 случая) — граждане трудоспособного возраста. Из них 60,6 % — безработные.

За указанный период также наблюдается снижение количества летальных случаев от употребления некачественной спиртосодержащей продукции. Если за четыре месяца прошлого года подобных случаев было 233, то в этом году 158 (снижение в полтора раза).

«Летальные случаи от отравлений спиртосодержащей продукцией зарегистрированы в основном на территории Саратова, Аткарского, Ртищевского, Балаковского, Балашовского, Вольского, Петровского, Пугачёвского и Энгельсского районов», — отмечает ведомство.

### У алкоголя — выходной

**Такого в Саратовской области, наверное, ещё не было. По крайней мере, на памяти ныне живущих поколений. 25 мая впервые через барьер прилавка не будут мелькать бутылки со спиртными жидкостями: по решению законодательной власти с подачи Общественной палаты Саратовской области с 2013 года установлены дни, свободные от продажи алкоголя — 25 мая, 1 июня, 25 июня, 1 сентября, 11 сентября.** Первый из выходных приурочен к празднику прощания со школой, дабы выпускники не соблазнились покупкой спиртного. Все торгующие организации оповещены о новшестве. Однако активисты молодёжного движения «Трезвый Саратов», по принципу «доверяй, но проверяй», проведут в этот день рейды по магазинам, чтобы удостовериться, как исполняется антиалкогольное законодательство, и в случае нарушений довести информацию до тех структур, которые обязаны следить за исполнением законов.

Календарный рубеж весны и лета в этом году озаменовался двумя взаимодополняющими событиями: 31 мая — Всемирный день отказа от курения, а с 1 июня в России вступает в силу Федеральный закон от 23 февраля 2013 года № 15-ФЗ «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака». Вступает в силу закон тогда, когда граждане безусловно выполняют его положения. А вышеупомянутый закон предполагает, что курильщики «наступят на горло» собственной «табачной песне» и перестанут дымить там, где находятся некурящие люди: в помещениях и в местах на открытом воздухе на расстоянии менее 15 метров от входов в помещения вокзалов, аэропортов, речных и морских портов; на рабочих местах и в рабочих зонах, организованных в помещениях; на детских площадках и на пляжах. Перечень мест, свободных от табачного дыма, этим списком не исчерпан, и поэтому активисты молодёжного движения «Трезвый Саратов» и детской организации общества трезвости на улицах Саратова проведут акцию «Дыши свободно» для того, чтобы познакомить горожан с положениями нового закона. А в нём ещё и запрещены всякая реклама табачных изделий, и спонсорство табачных компаний (то есть предприятия, оказывающие смертельную услугу населению, не могут заниматься благотворительностью), и пропаганда табакокурения в новых фильмах.

Агитация за право жить без табачного дыма начнётся 31 мая 2013 года в 17 часов у цирка им. братьев Никитиных. После короткого митинга, в 17 часов 10 минут, стартует агитацион-

## ИДЁМТЕ С НАМИ!



ная легкоатлетическая пробежка за здоровый образ жизни. В пути подбадривать спортсменов и прошещать прохожих будут кричалки, придуманные самими участниками акции: «Мы — молодые, мы духом сильны, мы выбираем здоровье страны!», «Водку, пиво, никотин вместе дружно победим!», «Скажем вместе, громко, весело и дружно: здоровый образ жизни — то, что нам нужно!», «Если здоровый ведёшь образ жизни, верой и правдой ты служишь Отчизне!»

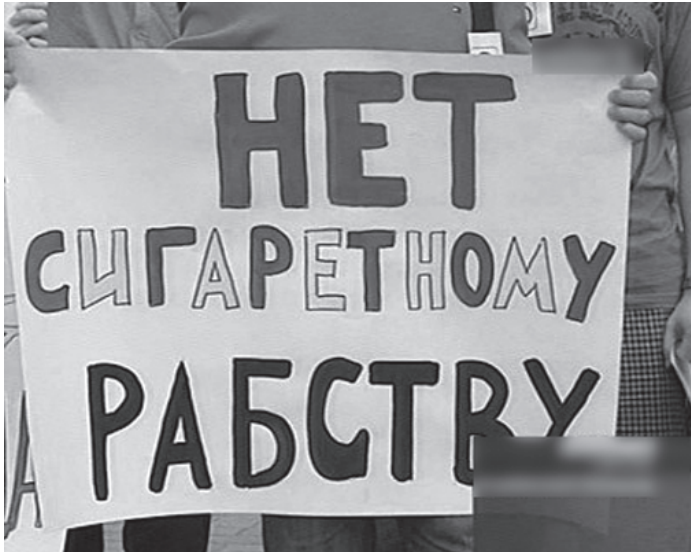
Финиш — возле памятника Чернышевскому, од-

нако это не финал акции, а только её начало: ребята продемонстрируют силу и ловкость в играх и народных забавах. Пока одни будут состязаться, другие станут раздавать зрителям (в этот час на площади всегда много народа) листовки-памятки, разъясняющие положения нового антитабачного закона.

Присоединяйтесь к агитаторам за жизнь без табака! Вместе мы сможем развеем дым над Саратовом, увлечём тех, кто ещё не расстался с сигаретой, перспективой свободы от табачного рабства.

### К бездымной жизни красоте

Табак убит табаководом! Вы не заметили? А зря. Ведь то, что нынче в сигаретах, Нам таковым признать нельзя. Десятка два присадок разных Сегодня в нашем табаке. Они командуют парадом В родной курильщику башке. Наперекор любому смыслу, С безумством редкостным в быту,



### Табачок взят на крючок — вне закона табачок!

От куренья избавляюсь — По-другому не могу. Ведь теперь оно законно Только в цинковом гробу.

Скоро будет воздух чистым, Да и как тому не быть, Коль свободное куренье Приказало долго жить.

Мы дорогу нашу торим К бестабачному житью. Видно ведь — несовременны Люди с соскою во рту.

Лев КОЗЛЕНКО