



# Законопроект №2062

Уже не первый год катастрофической является ситуация алкоголизации нашего народа, и это возмущает прогрессивную украинскую молодёжь. В сети Интернет можно найти видео с достаточно радикальными акциями по борьбе за трезвость, имеющими целью контроль соблюдения запретов на продажу алкоголя несовершеннолетним, а также на размещение точек продажи возле учебных заведений и детских площадок.

Молодёжь справедливо считает, что действует на основании ст. 27 Конституции Украины: «Каждый имеет право защищать свою жизнь и здоровье, жизнь и здоровье других людей от противоправных посягательств».

Пока что Украина не обеспечивает надлежащую защиту общества, особенно несовершеннолетних граждан,

от алкоголизации. Большинство законов, которые принимаются относительно алкоголя, направлены на повышение отчислений в бюджет и на борьбу исключительно с последствиями, а не с причинами его употребления.

Законодательство Украины в области рекламы, производства и продажи алкоголя не обеспечивает выполнение ст. 3 Конституции Украины. *Жизнь и здоровье граждан остаётся наивысшей социальной ценностью лишь на словах.*

21 января этого года предложен комплексный законопроект № 2062, который призван устранить не последствия, а причины алкоголизации общества.

Продолжение  
на странице

2

## Алкоголизация — причина демографического кризиса

Связь алкоголизации и демографических проблем в нашей стране доказана в 1984–1987 годах. Употребление алкоголя в среднем по СССР тогда снизилось на 27%, что способствовало уменьшению смертности на 12% среди мужчин и на 7% среди женщин. Смертность от алкогольных отравлений снизилась на 56%, от несчастных случаев и насилия — на 36%, от пневмонии — на 40%, инфекционных заболеваний — на 20%, от сердечно-сосудистых заболеваний — на 9%. После сворачивания антиалкогольной кампании показатели смертности резко выросли.

Подтверждена также связь между возникновением тяжёлых болезней и употреблением спиртных изделий. Так, 60% больных циррозом печени, 40% больных раком печени мужчин и 33% больных раком пищевода — алкогольно зависимы.

По данным ВОЗ Украина занимает пятое место в мире по потреблению алкоголя (15,6 литров абсолютного спирта на душу населения за год).

В 2011 году 43 393 преступления и более 50% умышленных убийств в Украине было совершено в состоянии алкогольного опьянения. Значительное количество ДТП — следствие употребления алкоголя. Так, в 2011 году зафиксировано 7 208 ДТП: 360 человек погибли, ещё 3 456 получили ранения.

Неучтёнными остаётся много несчастных случаев, самоубийств и смертей, причастность алкоголя к которым не фиксируется документально. Также не подпадают под подсчёт расходы государства и отдельных граждан на лечение и реабилитацию.

В начале 2012 года в наркологических учреждениях (профилактическая и диспансерная группы) зарегистрировано 771 064 пациента, из них с расстройствами психики и поведения из-за употребления алкоголя — 600 280 человек. За последние 7 лет значительно возросло количество алкозависимых в возрасте до 25 лет.

Алкоголь входит в тройку самых распространённых причин инвалидизации населения. Смертность населения Украины от отравлений алкоголем в период с 2002 по 2011 год — 8 тысяч человек ежегодно.

Особенно опасна ситуация с употреблением алкоголя в детском возрасте. Срез алкогольной ситуации в

Украине (2012) показал, что дети сейчас впервые пробуют алкоголь в 13 лет и даже раньше. 47,8% детей этого возраста уже отравляли свой организм пивом (54,5% мальчиков и 42,4% девочек), 51,5% — шампанским, 41,7% — другими слабоалкогольными изделиями и лишь 14% — крепким алкоголем (мальчики — 18%, девочки — 10,8%).

Мнение отечественных и иностранных учёных о недопустимости употребления даже «слабого» алкоголя детьми и подростками единогласно. Доказано, что наиболее опасно употреблять алкоголь в 18–20-летнем возрасте (период интенсивного роста клеток мозга и других органов).

Правительства разных стран устанавливают возрастную цензу на употребление алкоголя, что позволяет уберечь молодёжь от пагубного влияния спиртных изделий, обеспечить ей полноценное физическое и духовное развитие.

По данным Международного центра алкогольной политики, в 40 странах мира вообще запрещено употребление алкоголя, а в 80 странах установлены строгие ограничения его продажи и употребления. В Парагвае, Японии, Таиланде алкоголь не употребляют до 20 лет, в США, Казахстане, Пакистане, Таджикистане, Объединённых Арабских Эмиратах — до 21 года.

Цивилизованный мир строго наказывает за продажу алкоголя несовершеннолетним. Например, в Израиле за это предусмотрено тюремное заключение на срок до полугода, в Эстонии — до года, в Швеции — до 6 лет. В Испании штраф за продажу алкоголя несовершеннолетним составляет от 30 000 до 600 000 евро, в Норвегии — от 900 до 3 600 евро.

В Украине же алкогольные изделия в сто раз доступнее, чем в Норвегии: одна алкогольная торговая точка приходится на 30 000 норвежцев и на 300 украинцев.

Современные демографические показатели подчёркивают всю остроту алкогольного вопроса и необходимость восстановления трезвости как нормы жизни каждого украинца. Требуется решительные меры по усилению контроля над алкоголем.

По материалам [www.zakonoproekt-2062.org.ua](http://www.zakonoproekt-2062.org.ua)

## ТРЕЗВЫЕ ВЕСТИ

### ВИННИЦА

12 февраля в прямом эфире областного радио вышла передача «Трезвый образ жизни. Начни с себя», в которой председатель ОО «Трезвая Винница» А.Н. Синельник и педагог Н.С. Киринок раскрыли вопрос пагубного влияния на детей умеренного употребления алкоголя взрослыми.

[dviktora@rambler.ru](mailto:dviktora@rambler.ru)

### ЗАПОРОЖЬЕ

9 февраля в библиотеке № 2 (им. Маяковского) прошло очередное заседание клуба «Трезвое Запорожье». Присутствовали как активисты трезвеннического движения, так и просто неравнодушные, интересующиеся люди. Заседания клуба проводятся ежемесячно.

[taras.rybalko@gmail.com](mailto:taras.rybalko@gmail.com)

### ВИННИЦА

3–4 февраля состоялся ряд встреч собриолога Ю.Г. Оробца со студентами, учащимися школ и общественностью города. Организован круглый стол на тему «Алкогольная деградация молодёжи — угроза развитию общества и государства», проведён трезвенный мастер-класс на фестивале HobbyFest, сделаны записи на телевидении и радио.

[dviktora@rambler.ru](mailto:dviktora@rambler.ru)

### ЧЕРКАССЫ

28 января в городских маршрутках появилась антиалкогольная агитация. Договорившись о размещении в транспорте цветных листовок формата А4, активисты «Трезвой Черкащины» привлекли таким образом внимание жителей города к проблеме уничтожения нации алкогольным ядом.

[Sergiy.Zlatovetskiy@gmail.com](mailto:Sergiy.Zlatovetskiy@gmail.com)

### ОДЕССА

25 января ОО «Трезвая Одесса» стала соорганизатором конференции по вопросам формирования основ здорового образа жизни. Мероприятие открывалось докладом о проблеме алкоголизации общества.

[sunny\\_3520@mail.ru](mailto:sunny_3520@mail.ru)

### Славута (ХМЕЛЬНИТЧИНА)

19 января ОО «Трезвая Славутчина» провела трезвенническую акцию на городском пляже. После купания в р. Утка процессия отправилась с лозунгами в центр города, после чего трезвенники пили чай и общались.

[anton\\_sl@ukr.net](mailto:anton_sl@ukr.net)

### ЛЬВОВ

19 января, на праздник Крещения, под стенами городской ратуши трезвенники организовали обливание холодной водой за трезвую и здоровую нацию. Перед водными процедурами участники акции выполняли физические упражнения, а затем закапывались в снег.

[kсениya14@ukr.net](mailto:kсениya14@ukr.net)

### с. Залуква (ИВАНО-ФРАНКОВЩИНА)

19 января сельским обществом трезвости совместно с ВО «Свобода» и ОО «Пласт» были организованы Иорданские купания. Мужчины и женщины разного возраста из окрестных деревень собрались возле проруби на р. Лимница и в течение целого дня окунались в ледяную воду.

[ptkachivskyj@ukr.net](mailto:ptkachivskyj@ukr.net)

### Славута (ХМЕЛЬНИТЧИНА)

13 января, на Щедрый вечер, активисты ОО «Трезвая Славутчина» поздравляли жителей города щедриками, песнями и стихами. Во время мероприятия были собраны благотворительные взносы на трезвенную деятельность.

[feuer\\_l@i.ua](mailto:feuer_l@i.ua)

### ЧЕРКАССЫ

1 января, не испугавшись мороза и скользких дорог, черкасчане совершили пробежку за трезвость, показав, что праздники нужно отмечать без яда. Новогодние пробежки проводятся в Черкассах второй год подряд.

[tverezi-cherkasy.org.ua](http://tverezi-cherkasy.org.ua)

### ОДЕССА

1 января ОО «Трезвая Одесса» организовала пробежку за трезвость в центре города. Мероприятие стало регулярным и собирает несколько десятков участников ежемесячно.

[sunny\\_3520@mail.ru](mailto:sunny_3520@mail.ru)

### ЖИТОМИР

1 января состоялась пробежка за трезвый образ жизни, в которой приняли участие около 30 трезвенников. Активисты ОО «Трезвый Житомир» отнесли на местный водочный завод ГОСТ 18300-72 — документ, в котором чётко указано, что алкоголь является сильнодействующим наркотиком.

[www.trezvo.zt.ua](http://www.trezvo.zt.ua)



Прошло более трёх лет с тех пор, как ушёл из жизни Анатолий Григорьевич Бальчуков — сознательный трезвенник и пропагандист здорового образа жизни, основатель кооператива «Запорожский оптималист», организатор и руководитель медико-оздоровительного центра имени Г.А. Шичко «Здоровье каждому запорожцу!», руководитель Южноукраинского регионального отделения Международной независимой академии трезвости (МНАТ), редактор газеты «Прапор Шичко», автор научно-методических разработок, книг, брошюр, статей на тему практики освобождения от вредных привычек и здорового трезвого образа жизни.

## Герои ушедших лет: Анатолий Григорьевич Бальчуков

Родился Анатолий 19 сентября 1939 года. О его детстве известно очень мало. В молодости был баянистом, играл на свадьбах.

Как и многие люди своего времени, Анатолий Григорьевич столкнулся с употреблением алкоголя, что, как известно, рано или поздно приводит к зависимости. К сожалению, этот бич не обошёл и его.

Дойдя до критического положения и отчаявшись, он в 1988 году проходит курс освобождения от вредных привычек в посёлке Парголово Ленинградской области. Вдохновлённый освободившейся энергией и чистотой сознания, он обучается у Юрия Александровича Соколова, руководителя методического центра «Оптималист» города Санкт-Петербург, и становится преподавателем психолого-педагогического метода избавления от вредных привычек, разработанного советским физиологом Геннадием Андреевичем Шичко.

В конце 80-х — начале 90-х годов не только в Запорожье, но и во всей Украине не было преподавателей и наставников, работающих по методу Шичко. Анатолию Григорьевичу пришлось пройти этот путь самому.

Вернувшись в Запорожье, А.Г. Бальчуков разворачивает активную деятельность. Буквально на каждом столбе в городе висели его объявления-приглашения, в которых предлагалось пройти курс освобождения от алкогольной и никотиновой зависимости. Занятия проводились везде, где только предоставлялось возможным — на предприятиях, в учебных заведениях, общежитиях, дворцах культуры и различных клубах.

Прошло несколько лет, пока центр имени Г.А. Шичко получил постоянное место прописки: подвальное помещение напротив театра им. В.Г. Магара — Проспект Ленина, 64 (во дворе). Многие запорожцы помнят его до сих пор, так как именно здесь они обрели трезвость и здоровье, получили толчок к благополучной и счастливой жизни без вредных привычек.

К сожалению, рост цен на аренду и чрезмерная привлекательность помещения для коммерческих структур вынудили покинуть удобное помещение. Центр имени Г.А. Шичко переместился в частный дом Анатолия Григорьевича, в котором он до последних дней своей жизни проводил активную работу по отрезвлению общества.

Несмотря ни на какие внешние обстоятельства, Анатолий Григорьевич всегда был несгибаем и непримирим к любым доводам алкогольных программистов. Благодаря своей активности и настойчивости, с присущим ему неповторимым артистизмом он твёрдо и решительно отвергал у занимающихся любые сомнения и умело разрушал сложившиеся у них программы на употребление алкоголя и табака.

А.Г. Бальчуков не боялся идти в министерства, пробивать дорогу своему центру в кабинетах директоров и чиновников. Его заслугой является то, что Министерство здравоохранения Украины признало метод Шичко не медицинским, а педагогическим.

Российские коллеги-преподаватели неоднозначно реагировали на работу А.Г. Бальчукова — критиковали его подходы к методу. Но другого человека, который проводил бы такие занятия, не было не только в Запорожье, но и далеко за пределами Запорожской области.

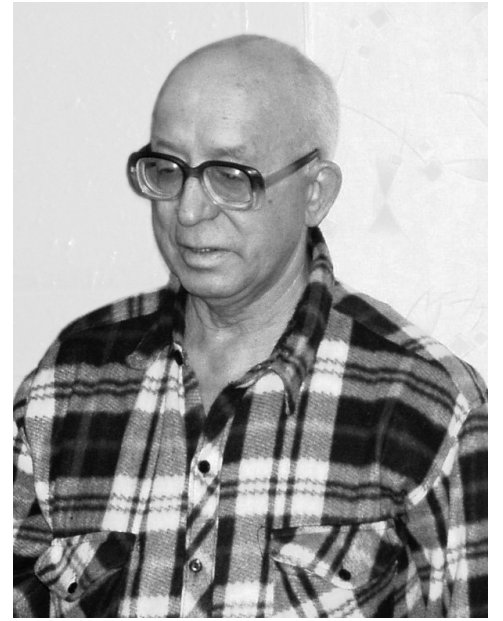
Главным критерием правильности своих действий Анатолий Григорьевич считал практику, работу с людьми, положительные результаты и популярность. Он проводил курсы и обучал наставников на всеукраинском уровне. В планах было создание Единого центра трезвого здорового образа жизни, в котором бы работали преподаватели метода Г.А. Шичко и врачи, обучались бы новые наставники.

Заповеди Г.А. Шичко «Спешите делать добро», «Если не я, то кто же?», «Выбрался сам — помоги другому» были для Анатолия Григорьевича девизом и руководством к действию.

Атмосфера в центре им. Г.А. Шичко «Здоровье каждому запорожцу!» была наполнена добротой и товариществом.

Всех пришедших в центр всегда ждало угощение: ароматный травяной чай, а к чаю — сладости, орешки, семечки, мягкая карамель, леденцы, печенье.

Занятия и обучение в клубе были платными, но для пенсионеров, ветеранов, инвалидов, малоимущих всегда делались исключения.



Даже сейчас, спустя годы, мы, запорожские трезвенники, перечитывая архивные документы, статьи, пересматривая видеозаписи занятий, не перестаём удивляться и восхищаться целеустремлённости и работоспособности этого человека.

Значение работы, проведённой Анатолием Григорьевичем, трудно переоценить, а вклад в развитие трезвеннического движения как в родном городе, так и в Украине в целом впечатляет и вдохновляет.

Андрей Довбыш, Тарас Рыбалко,  
«Трезвое Запорожье»

## Законопроект №2062 спасёт Украину

(Продолжение. Начало на с. 1)

**Почему общество требует принятия законопроекта № 2062 и почему за него надо бороться?** В соответствии со ст.ст. 3, 16 и 27 Конституции Украины жизнь, здоровье и безопасность украинцев является высшей социальной ценностью, а сохранение генфонда народа является обязанностью Украинского государства.

По данным ВОЗ Украина занимает пятое место в мире по потреблению алкоголя (15,6 литров абсолютного спирта на душу населения в год).

Предложенный депутатом Верховной Рады Украины М.И. Головкин законопроект № 2062 направлен на устранение основных причин алкоголизации.

**Первая причина алкоголизации общества — это реклама.** Весомую роль в жизни молодёжи играет реклама пива, которая формирует привычку к алкоголю. Эта реклама не имеет ограничений во времени, кроме того, пивному и прочему алкогольному бизнесу разрешено быть спонсорами спортивных и других мероприятий.

Проект закона № 2062 предлагает запретить рекламу алкоголя, в т. ч. пива, а также запретить алкогольным брендам, особенно пивным, быть спонсорами любых мероприятий. Возможность рекламировать алкогольные торговые марки необходимо устранить полностью, иначе законодательство не будет иметь желаемого социального эффекта.

**Причина алкоголизации № 2 — доступность спиртного во времени.** В любое время суток каждый человек имеет возможность купить алкоголь.

Волевым решением некоторые города Украины уже ограничили его продажу вечером и ночью. Но в большинстве случаев представители городских советов приходится отстаивать своё трезвое решение в судах.

В городах, где действует запрет продажи алкоголя в ночное время, уже отмечен положительный эффект от таких мер. Проект закона вернёт запрет продажи алкоголя в ночное время на всей территории Украины, и тем самым защитит население от вечернего и ночного хулиганства.

**Причина алкоголизации № 3 — доступность алкоголя людям любого возраста.** В отличие от большинства развитых стран, где алкоголь не продают лицам в возрасте до 21 года, в Украине население защищено законодательством только до 18 лет. С этим связано много правонарушений в сфере продажи алкоголя. Продавцы не могут на глаз определить возраст человека.

В условиях, когда Украина занимает одно из первых мест в мире по уровню алкоголизации молодёжи, повысить возрастную цензу на продажу алкоголя просто необходимо.

Законопроект 2062 предлагает защитить население от алкоголя до 21 года. Это — необходимый шаг, поскольку в зрелом возрасте люди более сознательно относятся к поступкам, которые влияют на их собственное здоровье.

**Причина алкоголизации № 4 — доступность по месту продажи.** Возможность купить алкоголь в Украине есть почти на каждой остановке общественного транспорта.

Неконтролируемая выдача лицензий всем желающим привела к ситуации, когда алкоголь в Украине стал доступен практически везде.

Проектом закона № 2062 предлагается уменьшить количество лицензий на продажу алкоголя, причём их число будет определяться в зависимости от населения конкретного города. Лицензии предлагается выдавать на конкурсной основе из расчёта 1 лицензия на 20 000 жителей.

Следует отметить, что с уменьшением количества мест продажи алкогольного наркотика в торговых точках, которые получают лицензию, значительно увеличится прирост клиентов.

Согласно закону сбалансирования цены за счёт спроса и предложения цена на лицензию должна вырасти пропорционально, поэтому эта мера не изменит объёмы поступлений в государственный бюджет.

**АЛКОГОЛЬ — НАРКОТИК, и бороться с ним необходимо как с наркотиком.**

В.Г. Жданов

**Ещё одна причина алкоголизации — невыполнение существующего законодательства о производстве и продаже алкоголя.**

Проект закона № 2062 предлагает существенно увеличить штрафы за нарушение антиалкогольного законодательства.

**Необходимость законодательных изменений назрела давно.** Но чтобы законопроект был принят, он должен пройти ряд комитетов и попасть на рассмотрение Верховной Рады.

Очевидно, лоббисты алкогольных компаний не заинтересованы в прохождении этого законопроекта и будут его задерживать. Как всегда, в комитетах.

Много хороших законопроектов, поданных на рассмотрение Верховной Рады прошлого созыва, просто «сгорели», пролежав там около трёх лет.

Уже появились и другие попытки воспрепятствовать принятию законопроекта № 2062: на рассмотрение ВР внесён проект-двойник № 2062-1.

«Альтернативный» проект предлагает... ничего существенно не менять, кроме ограничения времени продажи алкоголя (чего уже добились во многих областях Украины решениями местных советов) и увеличения возраста, до которого будет действовать запрет на его продажу.

В «альтернативном» проекте отсутствуют ключевые предложения законопроекта № 2062: *ограничение количества лицензий на торговлю спиртным, запрет* торговым маркам алкоголя, в том числе пива, выступать спонсорами телепередач и спортивных мероприятий, *введение* уголовной ответственности за нарушение законодательства о производстве и продаже алкоголя, *расширение* возможностей территориальных общин по ограничению продажи алкоголя и *значительное повышение* штрафов за административные правонарушения.

Практика показывает, что все законопроекты, на защиту которых поднимается общественность, проходят первое чтение. Мы не имеем права оставлять законопроект 2062 на произвол судьбы, а должны требовать его скорейшего рассмотрения и принятия.

**Поддержим законопроект!**  
[www.zakonoproekt-2062.org.ua](http://www.zakonoproekt-2062.org.ua)

Игорь Гриценко,  
координатор Движения «Трезвая Украина» в г. Киеве.

В течение многих лет положительно зарекомендовала себя программа «Уроки доброчинності і здоров'я», включающая лекции, тематические беседы, диспуты, просмотр специальных роликов с последующим их обсуждением.

Такие уроки представитель Киевской городской организации общества трезвости и здоровья Н.Н. Нестеренко уже провёл в киевских школах № 12, № 33, № 170, № 177, № 277 и многих других. Три занятия проводится с детьми, а четвёртое — с их родителями.

Сегодня Николай Николаевич делится с нами своими наработками.



# Воспитание трезвости в школе

Профилактика отрицательных явлений (алкоголепотребления, курения, наркомании) в детской и молодёжной среде сегодня должна стать одним из приоритетных направлений работы как общественных формирований, так и учебно-образовательных учреждений. Ведь от этого во многом будет зависеть качество генофонда украинского народа, мощь нашего государства и его достойное место в мировом сообществе.

В популяризации трезвого образа жизни можно использовать широкий арсенал воспитательных средств. К ним относится и народная педагогика, которая сыграла важную роль в педагогическом и научном творчестве таких деятелей образования как К.Д. Ушинский, Г.С. Сковорода, А.В. Духнович, А.С. Макаренко, В.А. Сухомлинский и многие другие. В практике современного учителя народная педагогика используется недостаточно.

В огромных её возможностях можно убедиться на примере устного народного творчества трезвенного направления.

Народный опыт борьбы за трезвый образ жизни важно знать и использовать ещё и потому, что среди определённой части молодёжи бытует искажённое представление об алкоголепитии как древней традиции украинского народа. При этом многие забывают трезвые традиции, которые нашли яркое отражение в народных песнях, произведениях классиков отечественной и зарубежной литературы.

Одним из наиболее распространённых в народной педагогике средств трезвенного воспитания является описание образа пьющих людей, а также тех, кто побуждает их отравлять себя. Народ подбирает такие характеристики, которые отражают их недостойное поведение и вызывают неприязнь к ним.

- ♦ Вино человека веселит, а затем — чести лиши́т.
- ♦ Пьяница и свинья — одинаковые звания.
- ♦ Ни рак, ни лягушка, а просто пьянчужка.
- ♦ Корчмарь — как комар: где сядет, там и пьёт.
- ♦ Плох тот коллектив, где есть к бутылке актив.

Под воздействием алкоголя люди перестают контролировать свои действия, нередко ведут себя агрессивно, становятся угрозой для окружающих:

- ♦ Дай ему пить, так он не даст тебе жить.
- ♦ Сперва за рюмку — а затем и за размолвку.
- ♦ От пьянства к преступлению — рукой подать.
- ♦ Возле водки не обойдётся без драки.
- ♦ Если пьянство будет, то погибнут люди.

Огромное зло употребление алкоголя приносит семье. Алкогозависимый пропивает заработанные деньги, выносит из дома вещи, чтобы добыть очередную рюмку. Семьи пьющих по большей части пребывают в нищете, от чего больше всего страдают дети.

- ♦ Где лётся водка и вино, детям живётся сиротно.
- ♦ Когда родители пьют-гуляют, дети без ласки вырастают.
- ♦ У пьяницы нет ничего на полке.
- ♦ Водку полюбил — семью загубил.
- ♦ Пьяница в кабаке скачет, а жена дома плачет.
- ♦ Пивом, вином упивается — семья в нищете купается.
- ♦ Пила-курила — страшилище родила.

Фольклор показывает не только пагубное влияние пьянства на благополучие семьи и ещё не рождённых детей, но и угрозу употребления алкоголя для здоровья каждого человека:

- ♦ Кто за чужое здоровье выпивает, своё пропивает.
- ♦ Водка — здоровья воровка.
- ♦ Сегодня загульно, завтра цыбульно.
- ♦ Водка валит с ног и кладёт под порог.
- ♦ Хочешь со здоровьем дружить — перестань водку пить.

Как видим, народная мудрость последовательно осуждает употребление алкоголя, ориентирует молодёжь на трезвый образ жизни. А все рассуждения о том, что не стоит разрушать «народные обычаи и традиции», которые, якобы, всегда сопровождалась выпивками, безосновательны. Ими прикрываются, как правило, те, кто находится в плену у рюмки.

Опыт народа свидетельствует о несовместимости здоровой, полноценной жизни с употреблением алкоголя.

- ♦ В рюмке больше людей тонет, чем в море.
- ♦ Голодному на уме хлеб, а пьяному — хмель.
- ♦ Водка — не вода, а человеческая беда.
- ♦ Где водка, там и слёзы.
- ♦ Хлеб на ноги ставит, а водка с ног валит.
- ♦ Горькую жизнь пьяным мёдом не подсластишь.
- ♦ С алкоголиком жить — свою жизнь погубить.

С целью популяризации здорового, трезвого образа жизни эффективным и интересным будет проведение среди учащихся конкурсов на лучшее сочинение, плакат, фотографию, зарисовку.

В школах, где есть радиоузы, полезными и познавательными будут блиц-сообщения об угрозе вредных привычек и преимуществах трезвого образа жизни (подготовка поручается трезвой молодёжи).

На уроках истории могут рассматриваться интересные факты трезвенного движения, как в Украине, так и за её пределами. В частности, в г. Киеве ещё в 1902 году на Лукьяновской площади был построен дом Попечительства о народной трезвости. В нём были театр, библиотека, чайная... Это здание сохранилось до сегодняшнего дня.

На уроках литературы сто́ит познакомить учащихся с произведениями классиков и современников, в которых затрагивается трезвенная тематика и описываются социальные проблемы, связанные с употреблением алкоголя, деградацией личности, упадком общества. Вот лишь несколько цитат:

- ♦ «Человечество могло бы достигнуть невероятных успехов, если бы оно было более трезвым». И. Гёте.
- ♦ «Сигарета — это бикфордов шнур, на одном конце которого огонёк, на другом — дурак». М. Твен.
- ♦ «Не пейте спиртных напитков. Пьющим — яд, окружающим — пытка». В. Маяковский.
- ♦ «Водка скотинит и зверит человека». Ф.М. Достоевский.
- ♦ «...Мы ежегодно теряем более полутора миллионов человек, потому что кто-то сделал доступными для всего населения такие сильные наркотики как алкоголь и табак». Ф.Г. Углов.

На занятиях по биологии можно рассмотреть губительное влияние алкоголя, табачного дыма, кальяна на человеческий организм, особенно на клетки головного мозга, на течение беременности у будущей матери и т. п.

## ПОСЛЕДСТВИЯ УПОТРЕБЛЕНИЯ АЛКОГОЛЯ:

### Физические:

- головная боль;
- отравление;
- тошнота, понос;
- временное притупление познавательных способностей;
- кратковременная или длительная потеря памяти;
- отрицательное влияние на репродуктивную функцию;
- нарушение работы центральной нервной системы;
- изменения функции печени;
- нарушения углеводного обмена;
- отрицательное влияние на сердечно-сосудистую систему.

### Психологические:

- непредвиденные изменения настроения;
- неадекватное, импульсивное поведение;
- апатия, депрессия;
- развязанность, циничность;
- эмоциональная холодность;
- жестокость, агрессивность.

### Социальные:

- снижение успеваемости, успешности;
- повышенная конфликтность с родственниками;
- разрушение семьи;
- потеря трудоспособности, прогулы;
- несчастные случаи, которые приводят к травмам;
- асоциальное поведение: ссоры, драки, насилие, преступления.

К сожалению, многие старшеклассники уже курят. В ситуации, когда курящие имеются в каждом 11-м классе, директор школы может объявить конкурс на класс, в котором не курят, с соответствующим вознаграждением победителей.

Можно организовывать «брейн-ринги» трезвенного содержания. Привлекательными могут стать также конкурсы красоты и здоровья, направленные на популяризацию трезвого образа жизни среди юношей и девушек — будущих пап и мам.

Н.Н. Нестеренко,  
заместитель председателя Киевской городской  
организации общества трезвости и здоровья.  
(Перевод с украинского: Е.А. Выдыборец.)

Адрес организации: Киев, ул. Лайоша Гавро 6, оф. 7.  
Тел.: (044) 41-88-354

14 июля 2013 г. в рамках VIII Всеукраинского Съезда трезвенного движения в г. Белая Церковь Киевской области состоится

### II научно-практическая конференция

#### «Формирование трезвого образа жизни в семье и обществе».

Принимаются статьи или тезисы докладов, которые являются оригинальными исследованиями их авторов и соответствуют одной из секций конференции: педагогика, психология, социология, медицина, информационные технологии, политология и право, история, искусство, физкультура и спорт, другие аспекты трезвого образа жизни.

Приём статей (тезисов докладов): [science@tvereza.info](mailto:science@tvereza.info)

Язык: украинский, русский или английский.

Последний день приёма: 1 июня 2013 г.

Подробнее об участии в конференции: [www.science.tvereza.info](http://www.science.tvereza.info)

20–30 сентября 2013 года в Севастополе (АР Крым) состоится XXII Международная конференция-семинар по собриологии, профилактике, социальной педагогике и алкологии на тему

#### «Трезвая, здоровая, счастливая семья»,

рассчитанная на лидеров молодёжных организаций, активистов антинаркотического и трезвенного движений, социальных педагогов и психологов, преподавателей по методам Шичко, Бурно, Линдемана, Бейтса, Гринченко, Худолина, Орлова. В конференции-семинаре ежегодно участвуют представители трезвенного движения России и СНГ, в том числе В.Г. Жданов, А.Н. Маюров, В.П. Кривоногов.

Заезд и регистрация 20 сентября 2013 года по адресу: АР Крым, г. Севастополь, ул. Симонок, 62, турбаза «Севастополь».

Подробнее: [www.intacso.ru/?section=153](http://www.intacso.ru/?section=153)



## 30 способов рассказать о своём трезвом мировоззрении

- Живу трезво. Это моё решение.
- Трезвость — это стиль жизни. Это модно, красиво и самое главное — это здорово.
- Яд не употребляю, и Вам не советую.
- Владею искусством жить трезво.
- Государству нужны трезвые граждане.
- Не желаю потерять здоровье, ум и самоуважение.
- Яды (особенно во время праздничного застолья) не употребляю.
- Трезвым быть веселее!
- Я верю в жизнь, свободную от яда.
- В допинге для расслабления не нуждаюсь.
- Не убиваю себя. У меня трезвый взгляд на жизнь.
- Этиловый спирт — ядовитое и наркотическое вещество, поэтому травиться сам и отравлять жизнь окружающим не буду.
- Я был преступником, когда пил и показывал пример детям. Мои дети должны расти трезвыми!
- Отвергаю неестественные привычки, способствующие деградации человека как личности.
- А где смысл платить деньги за то, чтобы портить собственное здоровье?
- Я и моя печень хотим состариться вместе.

- Я пью свежие, натуральные соки.
- Желаю оставаться в здравом уме и при ясной памяти.
- Одурманивание не входит в мои планы.
- Мой мозг очень ценный, не хочу сливать свой капитал в канализацию.
- Не употребляю наркотиков в любом виде.
- Для чего это мне? Какой в этом смысл?
- Трезвый образ жизни в сочетании со спортом — это гармоничное развитие души и тела, которое гарантирует успех в жизни.
- Я хорошо знаком с теорией трезвости.
- Я — человек трезвых взглядов, поэтому яд в себя не заливаю.
- Трезвость — естественное состояние человека.
- Прошу уважать мой личный выбор трезвого образа жизни!
- Почему я живу трезво? Вопрос должен стоять наоборот: «Почему Вы пьёте яд?»
- Алкоголь — опасный джин. Я за то, чтобы он остался в бутылке.
- Желаю всем стать на путь трезвой жизни. Попробуйте — не пожалеете!

По материалам сайта  
www.tvereza.info

## Социально-спортивный проект Днепр объединяет



## трезвую Русь

Это одновременно туристическая и исследовательская экспедиция, посвящённая объединению украинского, белорусского и российского движений за народную трезвость.

Инициатор проекта — украинский пловец Сергей Кирчик — совершит заплыв по руслу Днепра, от истока в Смоленской области через территорию России, Беларуси и Украины до устья (места впадения реки в Чёрное море) — Днепропетровского лимана вблизи г. Голая Пристань Херсонской области.

Цель проекта — популяризация и развитие водных видов спорта, а также привлечение региональных партнёров к пропаганде **трезвого образа жизни**.

«Я являюсь представителем поколения 1987 г., которое родилось в наиболее трезвый период нашей истории за последние полвека, — рассказывает Сергей. — С тридцати лет занимаюсь плаванием в бассейне «Дельфин» КСС «Нефтехимик» г. Кременчуг Полтавской обл. Активный сторонник сознательного здорового и трезвого образа жизни.

Реализовать проект планирую с мая по август 2013 года, продвигаясь вплавь ежедневно на 15–35 км.

Ищу единомышленников, специалистов по водному транспорту и помощников, которые смогут способствовать реализации экспедиции. Меня также интересует сотрудничество с интересными и неравнодушными людьми, которые поддержат проект».

Обязательные составляющие экспедиции:

- заплыв от истока до устья Днепра (профессиональная команда будет сопровождать пловца от начальной до конечной точки);
- фоторепортажи и видеосъёмка наиболее эстетически привлекательных участков, сбор материалов для фотовыставок и выпуска буклета;
- экологическое исследование Днепра (измерение скорости течения, уровня загрязнённости, глубины);
- репортажи о ходе экспедиции на центральных и региональных телеканалах, радио, в прессе;
- общение с молодёжью населённых пунктов Украины, России и Беларуси по маршруту экспедиции о трезвых формах и способах отдыха.

Итак, приглашаем смелых вдохнуть свежесть могучего Днепра!

**Старт 20 мая 2013 года** вблизи деревни Бочарово, Смоленская область, Россия.

Приглашаются к сотрудничеству активисты молодёжных организаций всех городов, расположенных на Днепре. Помощь нужна, прежде всего, организаторская, путеводительская и культурно-просветительская.

Набирается также постоянная команда сопровождения в количестве 10 человек: ассистенты пловца, фотограф, специалист по технической поддержке и коммуникациям, первый помощник, капитан, штурман, боцман, кок, врач.

Обращайтесь по телефону (096) 371-34-62 или по электронной почте

kirchyk@gmail.com

## КРОССВОРД вредной привычки

По горизонтали:

1. Реакция организма человека на попадание в него табачного дыма.
2. Вредная и опасная привычка, которая приводит к нарушению работы органов дыхания.
3. Какие вредные продукты сгорания образуются в результате курения сигареты?

По вертикали:

4. Какие органы человека больше всего страдают от курения?
5. Что у человека желтеет от никотина?
6. Основное наркотическое вещество, которое выделяется из сигареты во время её сгорания.

Кроссворд составил Н.Н. Нестеренко.  
Ответы в следующем выпуске газеты.

Внимание! Последний месяц приёма работ на литературный конкурс

## «Мы за трезвую жизнь!»

Конкурс проводится среди учащихся всех школ и других учебных заведений Украины. Темы творческих работ (название может быть авторским):

- «Что рассказала Берёзка Дубу»
- «Как бы нам жилось, если бы все жили трезво»
- «Я выбираю трезвую жизнь»
- «Трезвость — норма жизни»
- «Свобода от допингов»

И пусть Ваш рассказ будет похож даже на фантастическое произведение, главное — чтобы он вызвал у читателя положительные эмоции, призывая к трезвой жизни. Будьте творцами нашей действительности!

Работы принимаются до 30 марта 2013 г. на адрес электронной почты

konkurs@tvereza.info

Победители в каждой возрастной категории (учащиеся 4–8 классов; учащиеся 9–11 классов; студенты и старшие участники) получают ценные призы:

**3 место — рюкзак для города**

**2 место — туристический рюкзак**

**1 место — семейная туристическая палатка**

и приглашаются на VIII Всеукраинский съезд трезвенного движения, который состоится 13–21 июля 2013 г., для отдыха в палаточном лагере и общения со сверстниками (дети приглашаются вместе с родителями).

Сказка «Дуб и Берёзка», перечень принятых на конкурс работ, а также Положение о конкурсе размещены на сайте «Трезвая Украина»:

www.tvereza.info

## Спрашивайте трезвенные материалы в Вашем регионе:

Киев: (063) 0654575  
Белая Церковь: (097) 9690403  
Богуслав: (067) 1677384  
Винница: (067) 7266191  
Казатин: (063) 6653813  
Ладыжин: (067) 7115678  
Днепропетровск: (068) 4453749  
Кривой Рог: (093) 9393203  
Житомир: (097) 7620349  
Бердичев: (067) 7647875

Запорожье: (097) 7808330  
Мелитополь: (067) 1800041  
Ивано-Франковск: (067) 7353589  
Болехов: (093) 9497680  
Кировоград: (066) 8409051  
Луганск: (095) 5139507  
Алчевск: (095) 1785298  
Краснодон: (095) 4076008  
Стаханов: (095) 1743211  
Луцк: (050) 6271033

Ковель: (093) 8820355  
Камень-Каширский: (096) 8709291  
Львов: (093) 7277080  
Дрогобич: (096) 6583376  
Николаев (Львовская): (063) 7277733  
Стрый: (096) 2039312  
Червоноград: (095) 4959328  
Одесса: (093) 9265734  
Татарбунары: (067) 9922416  
Южный: (063) 9385262

Ровно: (096) 5733424  
Здолбунув: (097) 8830805  
Севастополь: (095) 6712167  
Симферополь: (050) 3973667  
Сумы: (050) 7250360  
Бурынь: (099) 2223581  
Глухов: (097) 8372233  
Тернополь: (098) 9234073  
Харьков: (098) 2388461  
Херсон: (066) 1994483

Хмельницкий: (067) 7600632  
Славута: (097) 2374547  
Черкасы: (067) 4901159  
Смела: (095) 4214275  
Черновцы: (050) 5600007  
Чернигов: (063) 5642585  
Городня: (063) 6924788  
Ужгород: (099) 4373686  
Иршава: (050) 1052439  
Мукачево: (066) 7643776