



Всеукраинское общественное движение

# Трезвая Украина

№5(10)

СЕНТЯБРЬ  
ОКТАБРЬ

2013

Трезвость созидает, алкоголь разрушает.

[www.tvereza.info](http://www.tvereza.info)

Живи трезво — умей мыслить!

Наши пра-прадеды, наверное, знали, что такое праздник трезвости. Ведь 100 лет назад в крупных городах эти праздники были массовыми. Сегодня же, когда уровень потребления алкоголя на душу населения в несколько раз превышает дореволюционный, традиция таких праздников только начинает возрождаться.

## Праздник трезвости возвращается!

В Киеве праздник организовали 13 октября при храме святителя Луки Крымского, что на Шулявке. С самого утра начались приготовления. Праздник был открыт концертом, на котором выступали певцы и музыканты с украинскими и русскими песнями, читали разнообразные стихи.

Ведущие рассказали о масштабах праздников трезвости, проводившихся 100 лет назад; привели примеры известных людей, которые придерживались трезвеннических убеждений (например, учёный Лев Ландау и актёр Георгий Визин); зачитали высказывания Горация, Пифагора, А.С. Пушкина, Ф.М. Достоевского, Джека Лондона и других писателей об алкоголе.

Отмечалось, что трезвость человека — это ещё и свидетельство того, что он счастлив. Счастье, радость, красота, воплощение своих мечтаний — всё это ассоциируется именно с трезвостью, а не с ядовитыми жидкостями. К тому же организаторы отождествляют трезвость со светлым умом и духовной свободой.

Во время концерта парень по имени Владимир рассказал многочисленной аудитории, что уже 5 лет не принимает никаких алкогольных изделий, потому что понял, что алкогольная весёлость является надуманной.

«Они сами себя накручивают» — говорит он о тех, кто считает, что алкоголь помогает расслабиться.

В Луцке празднование проходило 15 сентября. Мероприятие организовали Волынская епархия УПЦ и «Ассоциация заказчиков и производителей социальной рекламы в Украине». День трезвости в городе официально празднуется с 2012 года.

Праздник начался с «Марша трезвости», в котором приняли участие участники автопробега, прибывшие из Киева, студенты волыньских ВУЗов, спортсмены, принявшие участие в турнире по богатырскому многоборью, и все сторонники трезвой жизни.

Под барабанный бой девушек в ярких красно-белых костюмах праздничная колонна с разнообразными трезвенными лозунгами и плакатами двинулась от Театральной площади по проспекту Свободы до входа в Центральный парк им. Леси Украинки, где уже начался Национальный фестиваль вареника, организованный молодёжной организацией «Студенческая республика».

Проводилось множество конкурсов и викторин, показ коллекции лучших вышиванок, казацкие развлечения, народное караоке, украинская дискотека, выступали популярные исполнители. Всех желающих угощали варениками, при этом распространялись трезвенные листовки, газеты, книги и журналы.



фото: Александр Сак

Среди факторов, которые подтолкнули к осмыслению вопроса об употреблении алкоголя, он назвал также лекции В.Г. Жданова.

Продолжался праздник на улице. Всех угощали чаем с бубликами; клуб «Рукодельницы» организовал выставку работ — украшения и игрушки, сделанные собственными руками. Здесь же учили делать забавных ёжиков из опавших листьев, а оригами заинтересовало даже взрослых.

Действовала выставка трезвенной литературы; отдельным пунктом праздника стала трезвенная викторина. Много было детей и молодёжи, и

для каждого нашлось занятие: для юношеской аудитории скауты подготовили спортивно-туристические игры: в парке, между деревьев, ребята устроили верёвочную дорожку с препятствиями и учили желающих преодолевать их.

Отзывы о мероприятии только положительные, и главное — есть намерение проводить такие праздники в будущем.



А. Почекета,  
М. Мазурак

(Полный текст:  
[www.tvereza.info](http://www.tvereza.info))



фото: Тарас Владичук

Кульминацией праздника стал открытый любительский турнир Волыни по богатырскому многоборью под лозунгом «Лучше трезвая жизнь, чтоб Украина счастливой была», который прошёл при поддержке Профессиональной лиги стронгменов Украины и Федерации стронгменов Украины.

Экзотическим для зрителей стал мастер-класс от трезвенников из Ровно под названием «Что на самом деле нужно делать с алкоголем». Зрители с интересом слушали, сколько содер-

жится алкоголя (в пересчёте на водку) в лонгерах, пиве, шампанском, сухом вине, энергетиках.

Предложение вылить эти орудия смерти в унитаз нашло оживлённую поддержку, прежде всего, у подрастающего поколения и спортсменов.



Пресс-центр  
Ровенского областного  
отделения ВОД  
«Трезвая Украина»

(Полный текст:  
[www.tvereza.info](http://www.tvereza.info))

## ТРЕЗВЫЕ ВЕСТИ

### ЛЬВОВ

20 октября активистами «Трезвой Украины» выявлены многочисленные нарушения законодательства на фестивале «Праздник сыра и вина». Милиция изъяла 150 бутылок «фестивального» вина, заведено два административных дела — о незаконной продаже алкоголя и о продаже несовершеннолетним.

Зиновий Станишевский,  
[batygar4@ukr.net](mailto:batygar4@ukr.net)

### Бердичев, ЖИТОМИРЩИНА

19 октября прошла информационная акция «Скажи пиву и другому алкоголю "Нет!"»: пиво и другие алкогольные изделия выливались в унитаз, наносились трезвеннические надписи на асфальт, в т.ч. у позорного памятника пивному бокалу в центре города; активисты отнесли письма с правдой о пивном яде на бердичевский пивзавод. Мероприятие получило огласку в местной и областной прессе.

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

### ЛЬВОВ

17 октября в городе размещена трезвенная социальная реклама на трёх сити-лайтах. Теперь её можно увидеть по адресам: ул. Тершаковцев, 1; пл. Соборная, 12а; пр. Чорновола, 93. Заявка на размещение такой рекламы подана и на следующий год.

Роман Пуцкевич,  
[ramuha@meta.ua](mailto:ramuha@meta.ua)

### ЖИТОМИР

27 сентября активисты ЖООО «Трезвый Житомир» совместно с Фондом общин Житомира и ЖГО ВО «Свобода» организовали рейд-мониторинг по магазинам с целью проверки соблюдения решения городского совета о запрете продажи алкоголя с 23 до 8 часов. Принято решение периодически повторять такие рейды с привлечением правоохранительных органов.

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

### СЕВАСТОПОЛЬ

20–30 сентября XXII Международную конференцию-семинар по собриологии, наркологии и педагогике посетили около 30 делегатов из Украины. Кроме двух дней докладов участникам были предложены разнообразные мастер-классы для углубления знаний и навыков в трезвенной работе.

Наташья Юхимец,  
[natasha\\_yuhymets@mail.ru](mailto:natasha_yuhymets@mail.ru)

### ЗАПОРОЖЬЕ

12 сентября активисты «Трезвого Запорожья» приняли участие в семинаре «Здоровый образ жизни» для учителей общеобразовательных школ, проведённом Запорожским областным институтом последипломного образования. В 35 школах области распространены комплекты литературы для учителей.

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

### ЧЕРНИГОВ

10–11 сентября состоялся учебный семинар на тему «Основы собриологии». За два дня с наукой о трезвости ознакомились психологи и социальные педагоги всех школ города.

Павел Золотарь,  
[www.trezvo.cn.ua](http://www.trezvo.cn.ua)

### ЖИТОМИР

7 сентября ЖООО «Трезвый Житомир» совместно с Областным центром здоровья и спортивной медицины в районе кинотеатра «Октябрь» провела традиционную акцию «Только трезвый Житомир будет великим». Мероприятие было приурочено к празднованию 1129-й годовщины города. Активисты организации знакомили прохожих с правдивой информацией об алкогольной и табачной отраве, призывали жить трезво. Сопровождалась акция песнями на трезвенную тематику.

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



## Спасибо участникам акции «Чистая кровь от чистого сердца»

30 сентября – 5 октября в Симферополе состоялась акция по безвозмездной сдаче крови «Чистая кровь от чистого сердца», организованная ОО «Трезвый Крым». Акция приурочена к Всемирному дню трезвости.

Ряд других организаций поддержали нашу инициативу стать донорами и помочь людям, которые нуждаются в переливании крови или плазмы.

Одним из условий сдачи крови является трезвость донора. К тому же, проведя эту акцию, мы ещё раз доказали, что трезвый человек всегда готов оказать помощь тому, кто в ней нуждается.

Алкоголь — синоним беспомощности. Человек, находящийся «под градусом», не может помочь другим. Он не может сесть за руль и отвезти соседа, который нуждается в срочной операции, в больницу, не может дать мудрый совет своему ребёнку, не может сдать кровь. Более того, алкоголь постоянно ставит человека в ситуацию, когда ему самому нужна помощь...

К счастью, люди помогают друг другу. Хотя и делают это по разным причинам:

— из альтруизма — философ и экономист Адам Смит считал: «Каким бы эгоистичным ни казался человек, в его природе явно заложены определённые законы, заставляющие его интересоваться судьбой других и считать их счастье необходимым для себя, хотя он сам от этого ничего не получает, за исключением удовольствия видеть это счастье»;

— из эгоизма: никто не застрахован от неприятностей. И помощь, предоставленная тобой сейчас, будет гарантией того, что тебя в будущем также не оставят в беде;

— потому, что взаимопомощь объединяет. А вместе мы можем достичь большего, чем в одиночку. Так делали наши предки. И это давало им силы не только выжить, но и победить. Мы существуем только потому, что наши отцы, деды и прадеды помогали друг другу.

Будем же и мы достойны своих предков!

С.В. Козуля. Фото автора



## Золотая книга трезвости

История Золотой книги трезвости начинается в XIX веке, когда на Западной Украине возникло трезвенное движение под руководством Греко-католической церкви.

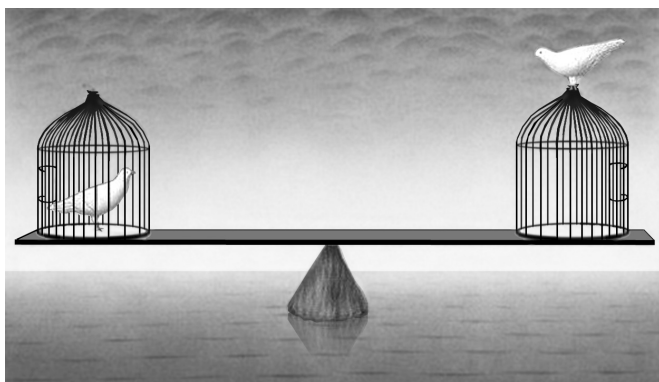
Каждый человек, свободный от алкогольной зависимости, мог отказаться от употребления алкоголя с намерением исцеления своего ближнего или близких, страдающих от пьянства. Таким образом, записывались в книгу люди, которые не имели проблем с алкоголем, а рядом со своим именем они вписывали человека или нескольких людей, для которых просили исцеления.

Инициатором основания таких книг в греко-католических приходах выступил митрополит Иосиф Сембратович (1821–1900). Он побуждал верующих к принятию присяги трезвости и засвидетельствованию этого духовного акта собственноручной записью в книге.

Сегодня Золотая книга снова становится духовным оружием в борьбе за трезвость. Как сообщается на сайте Душпаствства здравоохранения УГКЦ, в начале 2013 года в Украине насчитывалось уже 235 книг трезвости. Первая такая книга в независимой Украине появилась 26 июня 2007 г. в с. Страдч (Яворовский р-н Львовской обл.); в 2009–2010 годах традицию поддерживали ещё два десятка греко-католических храмов, а уже с 2011 года это доброе начинание стало массовым.

Добровольно отказываясь от употребления алкоголя, христианин свидетельствует перед Богом, что действительно болеет за поработённого пьянством человека. А из любви к нему возлагает на себя ещё и дополнительное служение — показывать пример трезвой жизни всем окружающим.

По материалам сайта [www.tvarezist.org](http://www.tvarezist.org)  
(перевод с укр.: Е.А. Выдыборец)



# Эндогенное оправдание выпивки

Эндогенный алкоголь является самым заумным современным оправданием употребления спиртного. Логика этого оправдания проста, как обгорелая спичка: организм вырабатывает этиловый спирт, значит, для здоровья полезно пить.

Обязательность оправдания питания, необходимость как-то объяснить употребление спиртного являются общим свойством, роднящим пьяниц с непьяницами.

«Что плохого, если я на праздник немного выпью?» — вопрошает женщина.

«Доказано, что для профилактики заболеваний сердца (сосудов, нервной системы...), достижения долгожительства... нужно регулярно немного пить!» — слышится от врачей, в том числе с научными степенями...

Обыватель слышит медиков и с удовольствием принимает оправдание, переключаясь с его хмельным стилем жизни. Тем более что врачи больше разбираются в том, как сохранить и восстановить здоровье.

Среди врачей встречаются те, кто ежевечерне отмеривает дозу спиртного с мыслью о пользе эндогенного алкоголя. Есть среди них и те, кто, мягко говоря, пьёт. И те, кто пьёт очень сильно.

А вот среди трезвых врачей нет таких, кто, так или иначе, оправдывал бы пользу выпивок.

В организме настройки тонкие, точные. Чуть больше нормы — плохо, чуть меньше нормы — тоже плохо. Так, недостаток йода величиной в доли миллиграмма ведёт к врождённому уродству, бесплодию, умственной отсталости, зобу, раку щитовидной железы...

Избыток йода, который, как и алкоголь, ядовит для нашего организма, вызывает аллергию и другие заболевания.

Незаменимым микроэлементом является медь. Она участвует в синтезе белков и ферментов и в транспорте железа, делает крепкими и здоровыми наши кости, помогает работе мозга и иммунной системы.

При избытке меди ухудшается память, ухудшается сон, работа печени и почек... Четверть грамма меди отравляет человека.

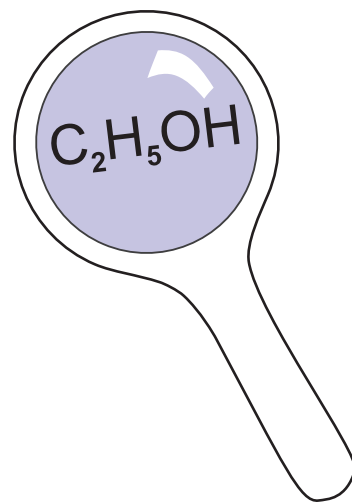
У здорового человека соотношение углекислого газа и кислорода в крови составляет пропорцию 3:1. При дефиците углекислого газа нарушаются многие биохимические реакции. Снижение содержания углекислоты в организме может привести к гибели.

Повышенная концентрация углекислого газа вызывает сонливость, головную боль, тошноту, расстройство слуха, потери сознания...

Поступление веществ, имеющих в организме человека и необходимых для нормальной жизнедеятельности, должно происходить естественным путём. Искусственное введение требует особой осторожности, как правило, должно назначаться врачами и, желательно, лишь при заболеваниях выше средней степени тяжести.

Хочется спросить «беспристрастного учёного», глубокомысленно рассуждающего об эндогенном алкоголе:

Вы пьёте потому, что Ваш организм мало вырабатывает эндогенного алкоголя? Или причиной подобных рассуждений являются привычка и наркотические свойства этилового спирта?



Этилового спирта в организме взрослого человека вырабатывается примерно десять граммов в течение суток. В среднем, полграмма в час. Этого количества хватает на все потребности нашего организма, а излишки обезвреживаются печенью.

Но всё чаще и чаще встречаются люди, глубокомысленно изрекающие что-нибудь об эндогенном алкоголе. Почему-то есть уверенность, что никто из них ни разу не отмерял полграмма в пересчёте на этиловый спирт для удвоения его содержания в своём теле.

У детей нет потребности в употреблении спиртного абсолютно, а у подростков эта потребность вдруг появляется. У них что, повредился организм?

Нет. Им взрослые (своим примером и заумными рассуждениями, например, об эндогенном алкоголе) повредили мозг. Проще говоря,

свихнули мозги на обязательность выпивать.

В то же время, даже отъявленные пьяницы отрешиваются от употребления героина, как черти от ладана. Но в организме, наряду с этанолом, вырабатываются эндорфины, которые относят к «гормонам удовольствия». По логике эндогенного алкоголя получается, что маковые наркотики, например, героин, очень полезны! Разумеется, в меру, «культурно» и по праздникам.

Вырабатываются в организме и эндогенные каннабиноиды, по воздействию похожие на содержащиеся в конопле. Значит и марихуану надо легализовать? Пусть детишки ещё быстрее травятся? Кстати, никто не становится наркоманом, прежде чем пристрастится к табаку, пиву, вину, открывающим дверь в наркоманию.

В организме ещё вырабатывается синильная кислота. Однако никто её не лижет ни на праздник, ни для здоровья перед сном. Ещё в процессе жизнедеятельности клетки вырабатываются ацетон, ацетилаты и многое другое. Но защищают как «полезный» только этиловый спирт, нарушающий энерго-информационные процессы клетки и приводящий к сбоям в процессе её деления.

Яд — вещество, приводящее даже в небольших по сравнению с массой тела количествах к нарушениям жизнедеятельности организма, болезням и патологическим состояниям.

Рюмка вина, бокал шампанского, бутылка пива — доза небольшая, но яда. И потому приходится, так или иначе, оправдывать вливание его внутрь.

Любая малая доза алкоголя оказывает парализующее воздействие на различные структуры мозга. Одурение от такого паралича воспринимается как удовольствие и расслабление. Нечто подобное можно испытать от удара палкой по голове: туман в глазах, всё плывёт, действительность искажается и отключается... Человек расслаблен. А удовольствие при этом получать от частых внушений, будто это приятно (как пить водку), стресс снимается, все так делают и потом становится весело...

Остальные оправдания, почему люди пьют, аналогичны рассуждениям об эндогенном алкоголе. И ничуть не лучше.

Матвей Вазрушев.

Впервые опубликовано в газете «Родник трезвости» №9(41), 2013

## В Беларуси у нетрезвых водителей будут забирать машины

Отныне у водителей, задержанных в нетрезвом состоянии на территории Беларуси, будут конфисковывать автомобили. Соответствующая норма вступила в силу 24 октября. Правоохранители будут забирать машины у тех, кто повторно в течение года управлял автомобилем в состоянии алкогольного опьянения.

Это касается как граждан Беларуси, так и иностранцев. Порядок распространяется также на машины, которые не являются собственностью нетрезвого человека. Исключением являются только похищенные транспортные средства.

Деньги от конфискации пополняют госбюджет, или же их будут перечислять тем, кто пострадал по вине пьяного водителя.

Увеличится также размер штрафов за управление автомобилем в нетрезвом состоянии и за передачу управления транспортом пьяному человеку. Если в ДТП по вине нетрезвых автомобилистов погибнут 2 и более человек, то таким водителям грозит до 10 лет тюремного заключения (раньше срок наказания ограничивался 3 годами).

Ежегодно в Беларуси задерживают более 55 тысяч

нетрезвых автомобилистов (для сравнения: в Украине за год задерживают менее 20 тысяч). Около тысячи из них в течение года совершают такие преступления повторно.

По материалам Телеканала новостей «24», [www.24tv.ua](http://www.24tv.ua)



За рупём





14 сентября 2013 года на 80-м году жизни покинула этот мир выдающаяся деятельница трезвенного движения Люция Павловна Шичко-Дроздова. Самоотверженная работа мужа, Геннадия Андреевича Шичко, его альтруизм и непоколебимая трезвенная позиция увлекли Люцию Павловну настолько, что она вместе с ним ездила на съезды, конференции, писала статьи, читала лекции студентам Ленинградского Инженерно-строительного института, где заведовала музеем. Она печатала статьи и материалы исследований Г.А. Шичко, помогала ему в проведении занятий с людьми, избавляющимися от алкоголизма и других вредных привычек в клубах трезвости. В 1986 году она овдовела, а через два года вышла замуж за другого выдающегося трезвенника, писателя И.В. Дроздова, продолжая активную трезвенную деятельность.

Предлагаем Вашему вниманию книгу «Слово есть Бог (Страницы жизни Геннадия Шичко)», написанную и изданную Люцией Павловной в 1994 году.

Эта книга — о личности создателя и истории создания метода разрушения алкогольно-табачной зависимости. Она интересна не только как биографический очерк. Книга может послужить хорошим пособием для тех, кто обучается самоизбавлению от зависимости по методу Шичко.

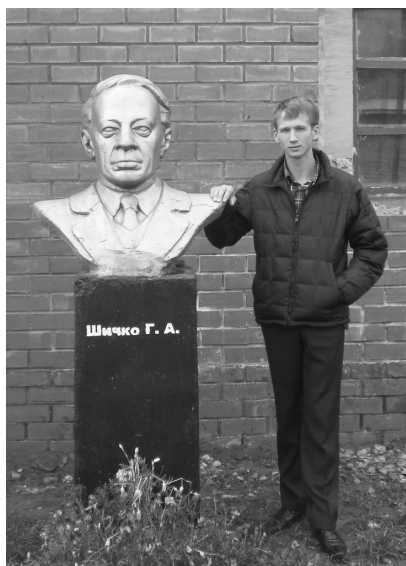
Ныне по этому методу работают сотни учеников и последователей учёного. Овладевший им может каждый грамотный человек — и избавлять себя и других от вредных пристрастий.

## СЛОВО ЕСТЬ БОГ

В русской истории есть личности, которых лучше всего характеризуют слова Гоголя: «Моё имя будет после моей смерти счастливее меня».

Такой личностью был питерский учёный Геннадий Андреевич Шичко. Ныне многие говорят о нём, хотят знать, что он был за человек, как жил, трудился, как сумел преодолеть все препятствия, расставленные на его пути, и подарить учение, которое спасает тысячи людей.

Сейчас на Волге, но не под Сталинградом, где он воевал и был ранен, а в Чебоксарах, стоит его бюст. И слава Богу, иначе бы не было Шичко, как нет многих и многих мальчишек его лет.



Андрей Борисов, последователь Г.А.Шичко, рядом с бюстом в Чебоксарах

Родился Геннадий Андреевич в 1922 году в белорусском селении Груд Пуховичского района Минской области.

Родители его встретились в Петрограде в смутное время 1918 года. Ольга Григорьевна приехала в столицу из Новгородской губернии. В 1916 году, совсем юной девушкой шестнадцати лет от роду, устроилась на работу в кондитерской на Невском.

С ней я познакомилась в 1958 году. Пожилая женщина, мне она тогда показалась даже старой, но красивой и доброй. Ни одна фотография не могла бы отразить глубину и очарование больших серых глаз, нежность и мягкость улыбки.

«Необыкновенная женщина» — так о ней говорили все, кто знал её.

На исповеди она признавалась батюшке в своём тяжком грехе:

— Живу в браке незаконном, не венчана я.

— А верна ли, дочь моя?

— Верна, батюшка, всю жизнь верна.

— Так нет на тебе греха, дочь моя.

Андрей Васильевич, отец Геннадия, был на восемь лет старше

своей избранницы. Натура творческая, пытливая, я бы сказала, одарённая, с большой тягой к перемене мест. Правда, в те годы перемена мест была вынужденной. Людей голод гнал по земле.

Недолго семья жила в Белоруссии. В поисках лучшей доли подалась на Кавказ. Первым пристанищем стала татарская деревня Канглы. К тому времени в семье было четверо детей.

Одно из первых воспоминаний — родители обустроиваются на новом месте. Прибирают, раскладывают вещи, готовят спальные места. Дети на улице, у них своя жизнь. Набегавшись, проголодавшись, ватага врывается в комнату. Мать наделает всех хлебом с салом, не забывает и хозяйского мальчонку. Последствия были неожиданны. Родители мальчика устроили ему экзекуцию с промыванием желудка и строгим постельным режимом, а квартирантам предложили съехать незамедлительно. Так сразу не заладилась жизнь в Канглах.

Вскоре семья переехала в Иноземцево — райский уголок Северного Кавказа с немецкими поселениями, да так тут и осела. Хоть голод был повсеместно, но здесь как-то сытнее и уютнее. Противоречий с немцами не бывало: руссы, пруссы — близки по духу.

А в разгар голода своих несостоявшихся квартирантов разыскал хозяин из Канглов.

— Дай хоть что-нибудь поесть, хозяйка.

— Нечем тебя накормить, только щи на сале.

— Карашо, хозяйка. А и сало теперь карашо.

На Кавказе прошли детство и юность Геннадия. Каковы они были?

Спустя годы он скажет: «Сколько себя помню, вся моя жизнь — борьба».

У ребёнка невероятно развито стремление к учёбе, а его в школу не берут, — возраст не тот, всего ему пять лет ещё. Потом семья переезжает в другое селение, а там нет первого класса. Все дети учатся во втором. И тогда упорный малыш сам определяет себя в вольнослушатели. Ходит в школу вместе со старшей сестрой. И так во всём — преграды, преграды, преграды. Это неправда, что трудности закаляют. Всё зависит от дозы. От бесконечных препятствий человек устаёт. Каждая несправедливость оставляет на сердце следы.

Как-то на прогулке, незадолго перед его смертью, я спросила:

— Геннадий, а ты хотел бы вернуть свою молодость?

И он не задумываясь ответил:

— Нет, нет...

Я удивлённо смотрела на поху-двешего, больного человека, только

что перенёсшего тяжелейшую операцию. Ему вырезали две трети желудка и жёлчный пузырь.

— Господи, какую должна быть жизнь, если человек не хочет воротиться своей молодости, здоровья?

— А что хорошего? Голод. Сколько я себя помню, я всегда хотел есть.

И в Военно-морском артиллерийском училище, куда поступил Геннадий после школы, наставник-грузин утончённо над ним издевался, многократно повторяя команду: лечь, встать, лечь, встать... При этом, сокращал до минимума паузы между командами. И будто специально проводил эти мероприятия в плохую погоду. Предлогом была малейшая небрежность в одежде, например рукава бушлата чуть-чуть короче положенного. Кстати, такая небрежность от курсанта не зависела. Далеко не у всех была возможность шить себе форму на заказ.

После школьной вольницы муштра трудно переносилась. Многие курсанты приобщались к курению, полагая, что папироса им скрасит жизнь. Юный Шичко не разделял этого мнения и пытался переубедить своих друзей.

— Вот ты, Паша, впервые закурил, когда узнал, что твоя невеста выходит замуж за другого. Ну и как, тебе помогла папироса? Может, невесту вернула? Или печаль твою одолела? Так ведь нет. Тебя она в конце концов одолеет. Вон в газете профессор пишет: курящие заболевают раком лёгких в двадцать раз чаще, чем некурящие.

Подобные беседы повторялись. Ребята слушали внимательно. Казалось, ещё немного, и все дадут слово не курить никогда. И вдруг в наступившей тишине:

— Хорошо. Я согласен. Брошу. Но после тебя. Пример покажи!

— Я и показываю, пример великопленного состояния, когда ты свободен, когда ты не раб этой постыдной привычки.

— Да нет... — басил двухметровый Миша Божко. — Ты привыкни к курению, а потом брось. Тогда и я брошу.

— Чего проще!

И Геннадий основательно стал приобщаться к курению. Преодолевав всё — тошноту, кашель, головную боль. Скоро стал заправским курильщиком. И ведь всё началось с поступка. Всякий поступок судьбоносен. Недаром говорят: «Посеешь поступок — пожнёшь привычку, посеешь привычку — пожнёшь характер, посеешь характер — пожнёшь судьбу». В свою же очередь, поступки зависят от характера. И выходит, характер, поступок, судьба — взаимосвязаны.

(Продолжение следует)

## Наш жизненный выбор

9 августа 2013 года в городе Запорожье состоялась трезвая свадьба. Священными узами брака связал себя активист движения «Трезвая Украина» Вячеслав Новик.

Торжество проходило в национальных костюмах. Молодые обвенчались в православном храме Иоанна Богослова, который находится на правом берегу города. Друзья и соратники поздравили молодожёнов с этим знаменательным событием и пожелали им прожить счастливыми и здоровыми не меньше ста лет.

### Трезвая свадьба

«Я хотел прежде всего подать пример молодым семьям, вступающим в совместную жизнь, — говорит Вячеслав, — ведь это очень оригинально и позитивно, этого так не хватает сейчас. Пусть это станет новой украинской традицией».

Конечно, были и небольшие опасения, как отреагируют родственники, знакомые — ведь не все знакомы с нашими взглядами на проведение праздников. Но, как ни странно, все наши опасения были развеяны.

К организации своей свадьбы подошли творчески. Нашли в городе прокат национальных костюмов, что оказалось гораздо дешевле, чем обычное платье и костюм. А ещё оказалось, что у нас на острове Хортица есть прекрасный конный клуб, где с удовольствием предложили нам фотосессию».

В утро свадьбы, как и положено, поволновались. То жених забыл атласный пояс дома, то невеста беспокоилась по поводу погоды. Но всё прошло просто прекрасно.

После торжественной части жених и невеста поехали на фотосессию, посетили красивые места города — остров Хортицу, парк «Дубовая Роща», 700-летний Запорожский Дуб.

Потом молодожёны отправились в свадебное путешествие. Но и здесь решили отличиться: поехали не на курорт, а к друзьям в Архангельскую область. Пусть там и не так тепло, зато природа щедра грибами, ягодами. Чистый воздух и русский лес оставили незабываемые воспоминания.

«Трезвая свадьба — это отличная альтернатива в наше время, когда молодые не знают, как сделать свадьбу оригинальной, — убеждён жених. — Тратят много денег и времени на шоу, наряды, фуршеты и фейерверки, забывая о главном: в этот день рождается новая семья, и чрезвычайно важно, чтобы эта семья стала крепкой и любящей. А трезвый пример очень позитивен в этом смысле».

Надеемся на достойное продолжение традиций трезвой свадьбы, хотим своим примером вдохновить молодые сердца на такой ответственный и важный шаг в жизни каждого человека».



«Я очень рада, что побывала на трезвой свадьбе! Конечно, вся жизнь ещё впереди, но в контакте я в статусе написала «резко негативное отношение к алкоголю и табаку». Желаю любви и детей побольше!»

Новик Настя, 13 лет, племянница

«Мы знакомы с университета, настоящая дружба! Всякое бывало, интересно было. И хоть я и не отказался ещё от алкоголя вовсе, но с уважением смотрю на нашу дружбу теперь. И ещё, к сожалению, вижу, как мой старший брат всё свободное время проводит в гараже, с мужиками в «невесёлой» компании. Такое не радует... Душевно поздравляю молодожёнов. Любви и согласия!»

Напиральский Павел

«Я очень рада за молодожёнов, это такое счастье! Такая трезвая свадьба удивляет и интересует многих. А для меня как мамы самое главное — счастливое будущее моих детей».

Новик Нина, мама жениха

Напомним, что в этом году отмечает годовщину свадьбы другой активист движения «Трезвая Украина», Зиновий Станишевский, который женился 10 ноября во Львове. Мероприятие также проходило в национальном стиле и без алкоголя.

По материалам сайта [www.tverezep.pp.ua](http://www.tverezep.pp.ua)



Когда-то, ещё в древности, в одном царстве-государстве жили-были король и королева. И была у них дочь Царевна, очень хорошая и мудрая девушка. Царевна понимала язык животных и птиц, знала тайны природы.

Под крышей дворца, где жила Царевна, три голубки свили себе гнёзда. Одна голубка белая, словно невеста, — это Вера. Другая синяя, как небо, — Надежда. Третья ярко-красная, будто роза, — это Любовь.

Все в королевстве любили девушку и прислушивались к её советам. А жили здесь всегда дружно и счастливо, любили работать и не знали ни в чём недостатка.

А в соседнем королевстве жил Принц, очень злой и наглый. Все очень боялись Принца, потому что слугой у него был самый страшный и жестокий Зелёный Змий. Люди жили в этом королевстве очень бедно, безрадостно, часто болели.

Однажды, увидев Царевну на прогулке, Принц влюбился и захотел жениться на ней.

Позвала Мудрая Царевна своих голубок на совет. Слетелись они и наворковали ей, чтобы не соглашалась выходить замуж за Принца, потому что он не такой красивый и добрый, каким кажется на первый взгляд.

Когда же Царевна отказала парню, он очень разозлился и решил отомстить. Принц позвал своего верного слугу — страшного Зелёного Змия — и послал его в королевство Принцессы.

Теперь в счастливом королевстве случилось большое горе. Очень быстро Зелёный Змий отравил все колодцы, и все напитки со временем превратились в яд. Люди начали болеть, стали жить очень бедно.

Однажды, когда Царевна долго не могла уснуть из-за тяжёлых дум, она вышла, чтобы пройтись по улице. Было очень темно, видимо, все уже спали.

Но неожиданно в одном окне Царевна заметила яркий свет. «Не пожар ли, случайно?» — подумала и подошла, чтобы посмотреть.

Страшную картину увидела она. Семья спала. Языки пламени, вынырнувшие из печи, ярко освещали дом. А посреди комнаты сидела в кресле, будто на троне, страшная беззубая женщина в длинном порванном платье со всклокоченными до земли волосами. Это была Лень. Она громко смеялась, ибо перед ней, буд-

то бесы, танцевали Нищета и Болезни, внушая людям плохие страшные сны. Поэтому наутро все пробуждались больными и сердитыми на свою жизнь. Но делать уже ничего не могли, да и не хотели.

Царевна вернулась домой плача. Она очень хотела помочь всем людям в королевстве, вернуть Счастье, Здоровье и Достаток, которые царили здесь раньше.

Вот рано утром позвала девушка своих голубок: Веру, Надежду и Любовь, на совет.

— Чтобы прогнать Лень, Нищету и Болезни, нужно побороть Зелёного Змия, которого наслал злой Принц. Он сделал это в надежде на то, что ты сама будешь просить его помощи.

— Почему ты плачешь? — спросила у неё река.

— Идти мне ещё так далеко вверх, а я так устала.

— Я помогу тебе, добрая девушка. Оттолкни от берега лодку и садись в неё.

Царевна так и сделала. И произошло чудо — река на мгновение вернулась и потекла наоборот — к истоку.

Девушка очень скоро оказалась на высокой горе. Она стала звать пастуха. Но он в это время погнал своё стадо на другую гору и не мог слышать, что его зовут. Тут прилетел Ветер.

— Я помогу тебе, Добрая Царевна.

Он мгновенно подхватил её слова и унёс на другую гору к пастуху.

## Сказка о Мудрой Царевне



— Нет! Как я буду просить помощи у зла!? — Удивилась Царевна.

— В твоём королевстве ещё есть один верный слуга, который не отравлен Зелёным Змием. Это пастух Явор. Он был со своим стадом лошадей в горах на выпасе и ещё сейчас там. Только он тебе поможет.

Царевна пошла к пастуху. Голуби кружили над ней, указывая дорогу.

Девушка долго шла и очень устала. Она села возле реки в лодку и опустила ноги в воду, чтобы отдохнуть. Слёзы отчаяния скатились по её лицу и упали в воду.

— Яво-о-ор! Парень сразу прилетел к Мудрой Царевне на своём верном быстром коне.

— Что случилось, Царевна, почему Вы так расстроены?

— Беда, Явор. Зелёный Змий отравил всю воду и все напитки в нашем королевстве. Теперь не Благосостояние царит у нас, а Лень, Нищета и Болезни. Они поселились в каждом доме, а люди и не подозревают, что их отравили, не замечают страшного бедствия. Не понимают, почему дети стали часто болеть, рождаться

больными, почему умирают всё чаще молодые люди, и почему дома у них начали разваливаться, а поля и огороды, которые были так щедры урожаями раньше, теперь поросли сорняками.

— Здесь на самой высокой горе когда-то раньше был волшебный источник, из которого вытекали воды всего нашего королевства и королевства злого Принца, — рассказал парень. — А теперь источника нет, только завалы камней на том месте. Пожалуй, это работа Зелёного Змия: он завалил камнями источник, чтобы людям не текла чистая живая вода. Нам нужно очистить его.

Они сели на лошадей и помчались к самой высокой вершине гор.

Три дня и три ночи Явор раздвигал камни и докапывался до живого источника. Три дня солнце невыносимо палило, высушив все водоёмы в обоих королевствах. Царевна, чтобы поддержать пастуха, каждое утро собирала росу, находила ягоды и орехи.

На утро четвёртого дня Явор вырвал источник из каменного плена. И здесь начался ливень. Это Царевна выпросила его у туч.

Дождь не утихал три дня и три ночи. Все реки, озёра, пруды, колодцы снова наполнились чистой водой.

Люди, напившись её, прозрели. Они вылили все напитки, которые были в домах, отравленные Зелёным Змием. И чудовище вынуждено было вернуться к своему хозяину — злому Принцу — ни с чем, потеряв силу.

Но и там его ждала беда. Жители королевства злого Принца также прозрели от живой воды и разгневались на него. Они все вышли из своих домов и прогнали злого Принца вместе с Зелёным Змием. А вслед им побрела и Лень, побежали Нищета и Болезни.

С тех пор они путешествуют по миру, ища, где бы поселиться, чтобы творить свои чёрные дела. И беда тому, кто поддастся соблазнительному и лживому Зелёному Змию.

Мудрая Царевна и мужественный Явор поженились, ибо он давно втайне любил её. Да и Царевна полюбила парня за его мужество, преданность и доброту.

Вера, Надежда и Любовь снова поселились под крышей дворца.

И все в королевстве, как и раньше, зажили дружно и счастливо.

Наталья Юхимец

## Литературный конкурс «Мы за трезвую жизнь!»

объявляется среди учеников всех школ и других учебных заведений Украины. Предлагаются такие темы творческих работ (название может быть авторским):

- «Я выбираю трезвую жизнь»
- «Моя семья живёт трезво»
- «Как бы нам жилось, если бы все жили трезво»
- «Будет трезвая вся Украина!»

И пусть Ваше сочинение будет похоже даже на фантастическую историю — главное, чтобы произведение вызывало у читателя положительные эмоции, призывая к трезвой жизни. Работы принимаются до 1 мая 2014 г. на сайте [www.tvreza.info](http://www.tvreza.info)

Победители в каждой из 9 возрастных категорий (ученики младших классов; ученики 5–11 классов — каждый класс в отдельной категории; студенты) получают **фирменные рюкзаки** и другие интересные призы.

## Конкурс, посвящённый столетию сухого закона в России

**Цели конкурса:** утверждение трезвого здорового образа жизни в молодёжной среде; популяризация исторических фактов о результатах сухого закона в России и других странах; утверждение всеобщей трезвости как единственно надёжного средства избавления от повального пьянства.

**Организаторы конкурса:**

- Партия сухого закона России;
- Международная академия трезвости;
- Союз борьбы за народную трезвость;
- Информационно-аналитическая газета “Родник трезвости”.

**В конкурсе могут участвовать** граждане всех бывших республик СССР без ограничений по возрасту.

На конкурс принимаются статьи, очерки, рассказы, исследования и заметки о сухих законах в России и других странах и современные трезвенные материалы.

Для участия в конкурсе нужно направить оригинальную творческую работу в адрес газеты “Родник трезвости”:

**426054, г. Ижевск, а/я 4956**, или же в документе MS Word (\*.doc, \*.rtf) на электронный адрес **samtrevz@ya.ru**

Срок подачи работ: **до 31 мая 2014 года**.

При направлении материалов необходимо указать: “На конкурс, посвящённый столетию сухого закона”, а также полностью фамилию, имя, отчество, почтовый адрес, электронный адрес и телефон автора.

**Определение победителей конкурса** проводит жюри конкурса с учётом голосования на сайтах Партии сухого закона России и газеты “Родник трезвости”.

Лауреаты конкурса награждаются ценными подарками. Предусмотрены специальные призы.

Лучшие работы подлежат свободному распространению и будут опубликованы в трезвеннических СМИ.

Награждение победителей конкурса предполагается провести на открытии слёта трезвенных сил “Еланчик-2014” в июле 2014 года.

Киев: (063) 0654575  
Белая Церковь: (097) 9690403  
Яготин: (099) 2259017  
Винница: (067) 7266191  
Казатин: (063) 6653813  
Ладыжин: (067) 7115678  
Днепропетровск: (068) 4453749  
Кривой Рог: (093) 9393203  
Житомир: (097) 7620349  
Бердичев: (067) 7647875  
Нов.-Волынский: (098) 5995189

## Спрашивайте трезвенные материалы в Вашем регионе:

Запорожье: (097) 7808330  
Ивано-Франковск: (067) 7353589  
Болехов: (093) 9497680  
Луганск: (050) 8039019  
Алчевск: (095) 1785298  
Краснодон: (095) 4076008  
Стаханов: (095) 1743211  
Луцк: (050) 6271033

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

Полтава: (095) 8820439  
Кременчуг: (096) 3713462  
Ровно: (096) 5733424  
Здолбунов: (097) 8830805  
Мизоч: (096) 5127755  
Оржев: (096) 4940538  
Симферополь: (050) 3973667  
Сумы, Глухов: (097) 8372233

Тернополь: (098) 9234073  
Харьков: (096) 0818371  
Хмельницкий: (067) 7600632  
Славута: (097) 2374547  
Черкассы: (067) 4901159  
Смела: (095) 4214275  
Черновцы: (098) 6161008  
Чернигов: (0462) 937005  
Ужгород: (099) 4373686  
Иршава: (050) 1052439  
Мукачево: (066) 7643776