

# 11 сентября — Всероссийский день трезвости

11 сентября, отмечается Всероссийский день трезвости. Правда, мало кто знает, что празднику трезвости уже более ста лет!

Впервые он отмечался в 1913 году по инициативе Церкви. На время праздника были закрыты казённые винные лавки и запрещена продажа алкогольных изделий. Во всех православных храмах столицы читалось воззвание о значении праздника, силами трезвенников были организованы крестные ходы.

Праздники того времени отличались большой насыщенностью мероприятий просветительского и культурного характера.

Вторая половина XIX века – время серьезных перемен во всех сферах жизни Российского государства. В 1861 году состоялась отмена крепостного права, начавшая новый этап в истории России – наметился существенный рост производства, произошло усиление политической активности всех слоев населения, появление новых идей и духовных исканий у ведущих мыслителей русской культуры.

Несмотря на то, что уровень потребления алкоголя на душу населения в год по сравнению с современностью тогда был невысок (4,7 литров против 18,5 литров сегодня), общество, и особенно духовенство, ответило на рост потребления алкоголя массовым созданием обществ трезвости. В конце XIX – начале XX вв. в России развернулось широкое трезвенное движение. Под последним понимается «общественное движение за добровольный отказ граждан (временный или постоянный) от потребления алкоголя, принятие ограничительных, запрети-тельных и просветительных мер против распространения, производства и потребления алкоголя на местном, региональном и государственном уровне».

Первые российские общества трезвости с уставами и продуманной программой действий начали появляться примерно в 1880-х годах. В 1882 году С.А. Рачинским было создано знаменитое Татевское общество трезвости. Наибольшее развитие в истории страны движение за трезвость получило в 1907-1914 годах (между революцией 1905-1907 гг. и первой мировой войной), когда многие осознали необходимость отрезвления как условие спасения и мирного обновления страны. В первую очередь, это связано с переменой правительственного курса, когда власть, наконец, всерьез задумалась об алкогольной угрозе.





ПЬЯНСТВО ЕСТЬ КОРЕНЬ ВСЯКАГО ЗЛА.



ПЬЯНЫЙ ДОМЪ



ЖЕНЩИНА И ПЬЯНЫЙ ВОДИТЕЛЬ



ПОСЛАНИЕ СЫНУ СЕЛЕНАМУ ВОДИТЕЛЮ И ВОДИТКЕ



ЖЕНЩИНА И ПЬЯНЫЙ ВОДИТЕЛЬ



САНВЕДИТСТВО



ЖЕНЩИНА И ПЬЯНЫЙ ВОДИТЕЛЬ

Пить и есть много — вредно,  
На здоровье вредно,  
Привести вредно,  
Привести вредно.

Пить и есть много,  
Только вредно,  
И вредно вредно,  
Вредно вредно.

Пить и есть много,  
Только вредно,  
Пить и есть много,  
Только вредно.

Пить и есть много,  
Только вредно,  
Пить и есть много,  
Только вредно.



ПОСЛАНИЕ СЫНУ СЕЛЕНАМУ ВОДИТЕЛЮ И ВОДИТКЕ



ЖЕНЩИНА И ПЬЯНЫЙ ВОДИТЕЛЬ



ЖЕНЩИНА И ПЬЯНЫЙ ВОДИТЕЛЬ



ЖЕНЩИНА И ПЬЯНЫЙ ВОДИТЕЛЬ



ЖЕНЩИНА И ПЬЯНЫЙ ВОДИТЕЛЬ

Пить и есть много — вредно,  
На здоровье вредно,  
Привести вредно,  
Привести вредно.

Пить и есть много,  
Только вредно,  
И вредно вредно,  
Вредно вредно.

Пить и есть много,  
Только вредно,  
Пить и есть много,  
Только вредно.

Пить и есть много,  
Только вредно,  
Пить и есть много,  
Только вредно.

Пить и есть много — вредно,  
На здоровье вредно,  
Привести вредно,  
Привести вредно.

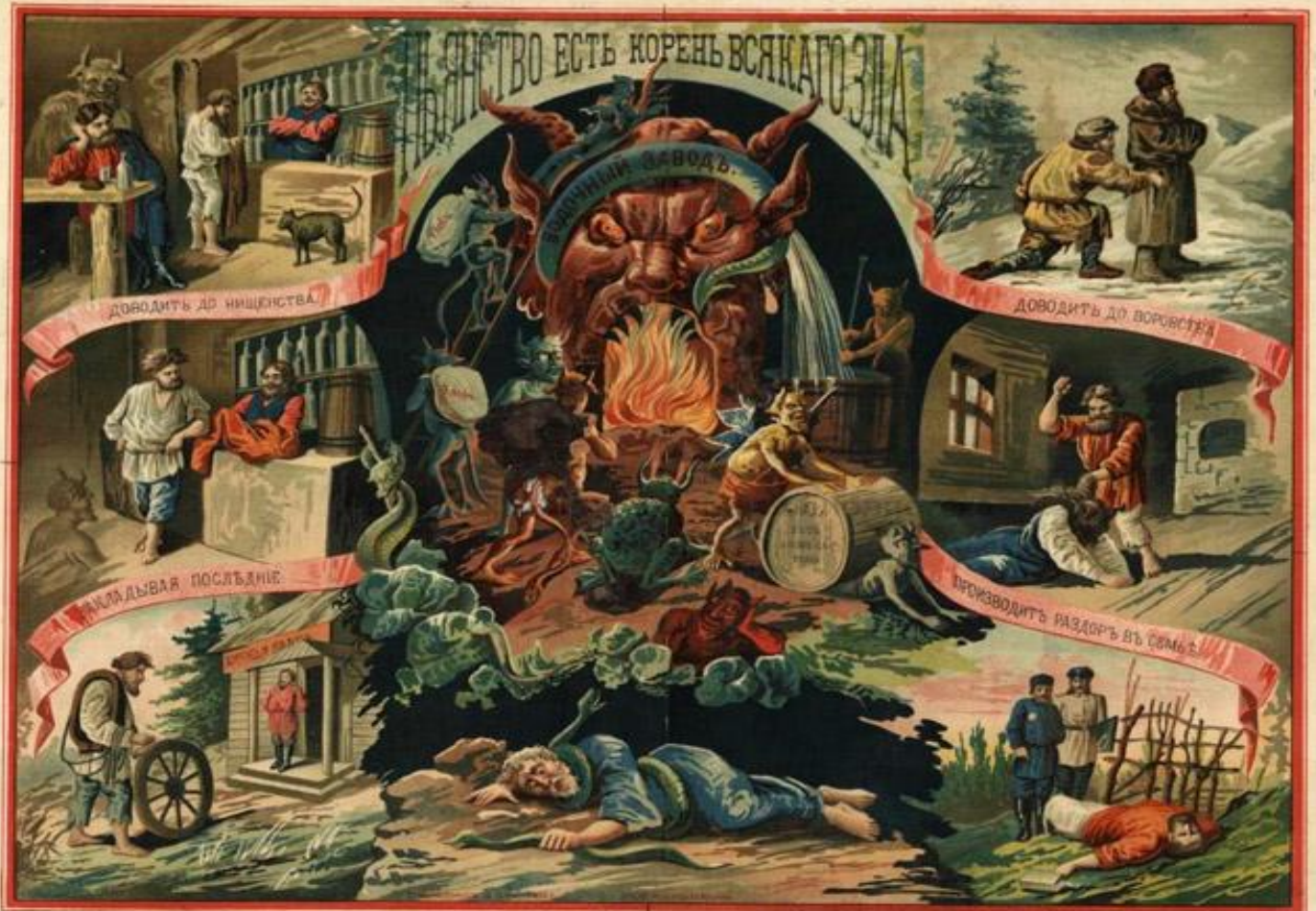
Пить и есть много,  
Только вредно,  
И вредно вредно,  
Вредно вредно.

Пить и есть много,  
Только вредно,  
Пить и есть много,  
Только вредно.

Пить и есть много,  
Только вредно,  
Пить и есть много,  
Только вредно.

Пить и есть много — вредно,  
На здоровье вредно,  
Привести вредно,  
Привести вредно.





РАЗВОДЯТЪ ХОЗЯЙСТВО

ПЬЯНСТВО ДО ВЪЛОИ ГОРИЧНИ И ЗЕЛЕНАГО ЗМЕЯ

И СМЪРТИ БЕЗЪ ПОКАЯНІА

Иногда на этихъ картинкахъ можно видѣть и другихъ животныхъ, и даже и людей, которые не понимаютъ разницы между добромъ и зломъ, и потому пьютъ и курятъ. Но это не такъ. Каждый изъ насъ долженъ знать, что такое добро и зло, и стараться избегатьъ зла. Если же вы не знаете, что такое добро и зло, то вы должны обратиться къ священнику или къ учителю. Они помогутъ вамъ разобраться въ этомъ. Помните, что пьянство и курение — это зло, и оно можетъ привести васъ къ гибели. Будьте осторожны, и не поддавайтесь искушению.



I. Хмель-вино — напитокъ, который...  
 Пользенъ организму, повышаетъ аппетитъ, и влечетъ къ труду, и къ добрымъ поступкамъ.

II. Сколько хмель-вино полезно...  
 Друзья, рѣчь длинную,  
 А на друзей — лучше рѣчь  
 И вина у меня разное,  
 Оно хмель-вино, которое,  
 Въ рубли, иногда хмель-вино,  
 А въ долгу — добра не прощаю,  
 Потому что хмель-вино.

III. Сколько хмель-вино полезно...  
 Это хмель-вино, которое,  
 Пить не только можно,  
 Но и полезно, и вкусно,  
 Потому что хмель-вино,  
 Пить нужно, и оно полезно,  
 Потому что хмель-вино, и оно полезно,  
 Потому что хмель-вино.



Еще в 1894 году в связи с переходом к государственной винной монополии по всей стране начали создаваться Попечительства о народной трезвости – государственные учреждения, целью которых было распространение здравых понятий о вреде пьянства. Члены попечительств о народной трезвости в отличие от других попечительств получали жалование, а сами попечительства пользовались крупным финансированием. К сожалению, деятельность многих попечительств была крайне пассивной и малоэффективной. Причем «правительство понимало неэффективность начатой борьбы» и искало другие способы решения назревшей алкогольной проблемы.

Наряду с попечительствами в стране создавались различные церковные и гражданские общества трезвости. К 1911 году в стране насчитывалось более 2000 обществ трезвости с огромным количеством членов. При этом общества трезвости были по преимуществу религиозными православными и крестьянскими своему составу. То есть большинство обществ трезвости в российской империи были созданы при сельских приходах, а их работой руководил местный священник.

В 1914 году, в том числе в связи с начавшейся войной, был принят ряд антиалкогольных постановлений, который в значительной степени снизил разрушительное воздействие алкоголя на российское общество. Произошло резкое уменьшение количества потребляемого алкоголя и вслед за этим резкое улучшение демографических и социально-экономических показателей развития страны, описанное в литературе.

В Челябинске общество трезвости, получившее название «Градо-Челябинское Иоанно-Предтеченское общество трезвости», было создано 2 сентября 1912 года в честь Иоанна Предтечи по инициативе настоятеля Александро-Невской церкви священника Михаила Пеньковского.

Благодаря энергичной проповеди о. Михаила о вреде пьянства и пользе трезвости, в общество вовлекалось все больше и больше членов. Работа развивалась, общество росло и стало пользоваться

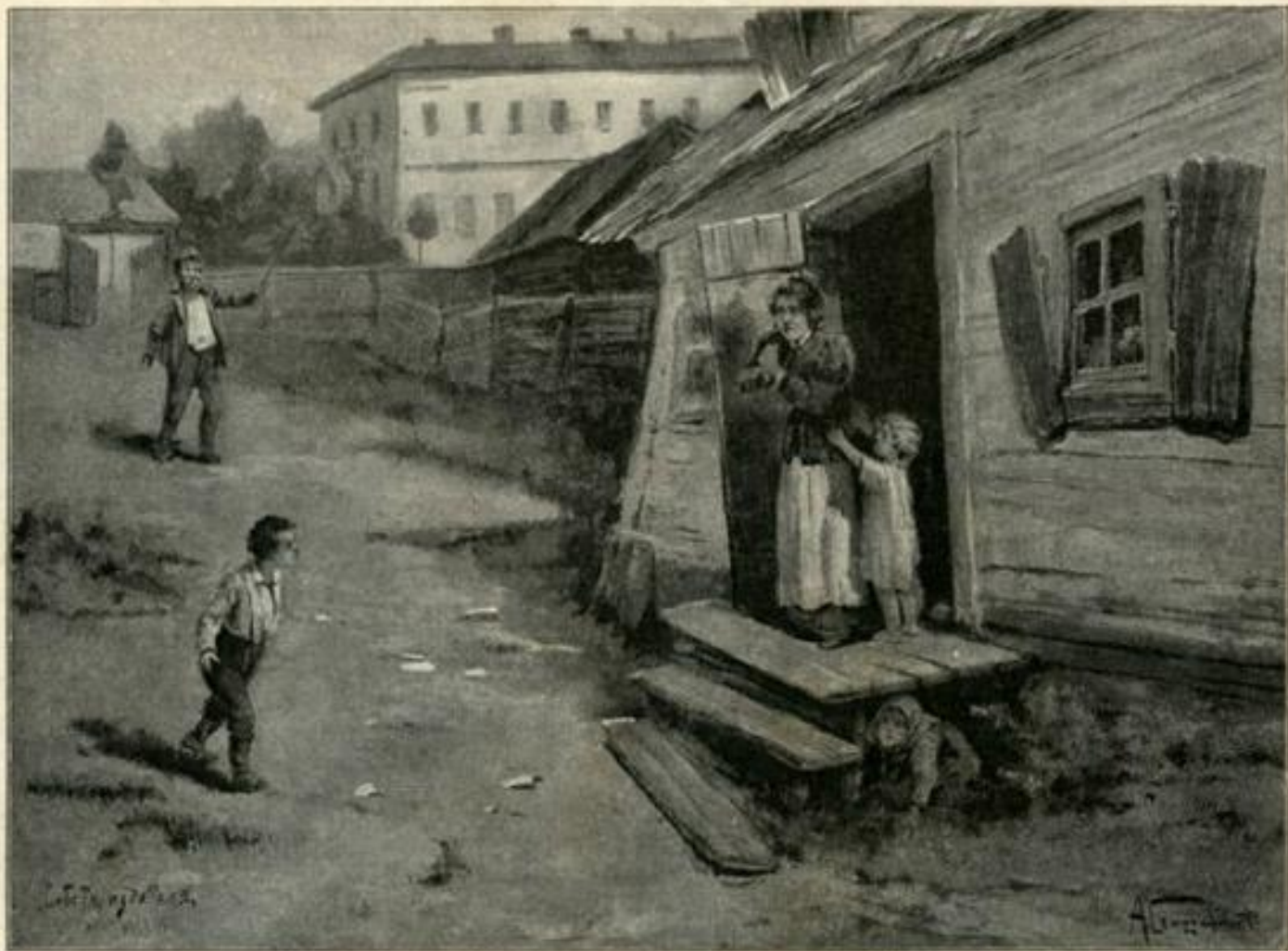


популярностью.

В начале общество насчитывало 23 человек, к концу первого года существования (на начало 1914 года) – 243 человека. Члены общества давали обет в течение определенного времени не употреблять спиртных напитков. Не реже 2-х раз в месяц созывались общие собрания, помимо разрешения хозяйственных вопросов, много говорилось и читалось о пользе трезвости. Особо стойкие и чем-либо проявившие себя члены премировались специальными грамотами, и для всех вообще членов общества присвоено было право ношения знака члена общества из бронзы под золотом.

Деятельность общества выразилась в проповеди с церковного амвона о вреде пьянства, в раздаче устава Общества, иконок, листовок, брошюр против пьянства всем вступающим по отдельности, в расклейке картин против пьянства по папертям городских и ближайших поселковых храмов, лекционной работе. В Народном доме проходили «народные чтения с туманными картинками» (диапозитивами) о вреде пьянства. Собрания общества проходили в Александро-Невской церкви. Была собрана порядочная библиотека по вопросам трезвости, которая все пополнялась выпиской вновь специальных трезвенных журналов, плакатов, журналов религиозно-нравственных и общепопулярных газет того времени. Кроме этого, библиотека пополнялась книгами религиозно-нравственного содержания, пожертвованных горожанами; на членские взносы приобретались брошюры, которые распространялись бесплатно среди населения.

## Возвращение пьяницы домой.



Посмотрите на этого человека. Сначала пил он очень немного, — только при случае, в компании. Но незаметно образовалась у него привычка к вину, и года через два он сделался пьяницей. Теперь он пьет, не разбирая времени — и днем и ночью. От вина он стал другим человеком. Раньше он был трудолюбив, отзывчив ко всему хорошему, был нежным и любящим семьянином. Теперь же он отталкивает от себя всех. Жена и дети боятся

его, прячутся от него. Вот он возвращается домой. Сидит, завидя отца пьяным, летит стрелой, чтобы предупредить мать. Бедная женщина, не раз терпевшая от него оскорбления на словах и жестокие побои, бледнеет, от горя ломает себе руки. Дочь-малютка, услышав голос отца, прижимается к матери, а другая прячется под крыльцо, чтобы не попасться на глаза пьяному отцу. Вот во что обращает вино «семейный очаг!» Вот какой дается пример дьямь!

29 августа 1913 года в Челябинске проводился праздник трезвости. В этот день во всех храмах города прошли торжественные богослужения, читались проповеди о борьбе с алкоголизмом. На ярмарочной площади у Александро-Невской церкви после литургии состоялся крестный ход и молебен Св. Иоанну Крестителю. В апреле 1914 года был устроен еще один «Праздник трезвости», в котором приняло участие много интеллигенции, особенно учителей. Так описывает это событие Ф.И.Горбунов: «Был устроен грандиозный ход по городу с хоругвями и духовым оркестром, привлечший массу публики. По городу, разукрашенные цветами и цветными лентами с лозунгами о вреде пьянства, были рассыпаны сборщики и сборщицы с кружками по сбору средств в пользу общества. Сбор был хороший. На эти собранные средства рядом с Народным Домом была открыта обществом чайная и читальня».

Популярность общества росла. Но в июле 1914 года началась война. Много членов общества ушло на войну. Продажа вина была закрыта. Трезвость для всех стала обязательной и «в обществе, как в роге спасения, надобность отпала». После 1917 года деятельность общества вовсе прекратилась.



## Проматывание на вино казенных вещей.



Этому молодцу всего 24 года, а онъ уже успѣлъ стать горькимъ пьяницей. Сначала, чтобы добыть денегъ на вино, онъ пускался на разныя хитрости и выпрашивалъ денегъ у родныхъ подъ разными благовидными предлогами: то у него пропала будто бы казенная вещь, и за нее нужно уплатить, то будто бы онъ былъ боленъ и задолжалъ. Но скоро и родные узнали о его проделкахъ,—узнали куда идутъ у него денюжки, и перестали посматрывать. А между тѣмъ пьянство обратилось у него уже въ сильную привычку; его тянуло къ вину. И вотъ, чтобы только выпить, онъ сталъ продавать кое-

что изъ своихъ вещей. Но много ли у солдата своего добра? Скоро добрался онъ и до казеннаго. Ему очень хочется водки, и теперь онъ ничего не разбираетъ: страсть затуманила ему разумокъ, онъ все забылъ, и посмотрите, что онъ дѣлаетъ! На рынкѣ снялъ съ себя шинель и продаетъ ее еврею, какъ собственность, а еврей, конечно, и радъ приобрести ее за безденокъ. Вотъ ужъ вѣрно говорить пословица: «нынѣ гуляшки, завтра гуляшки, находишься безъ рубашки». А между тѣмъ пьяницу-солдата ждетъ за продажу казенной вещи строгое наказаніе. И всему, всему причиною вино!

\*\*\*

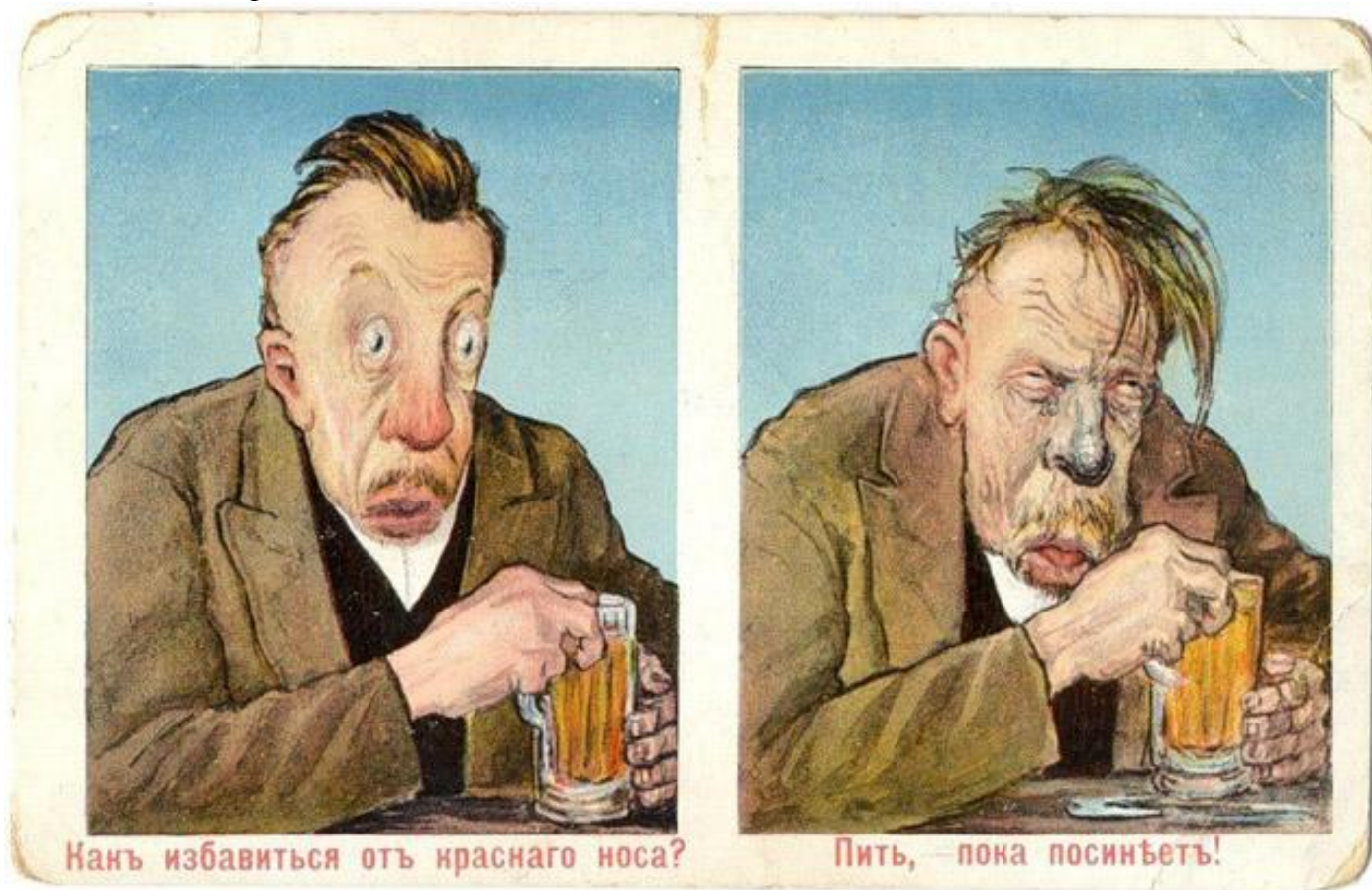
Большинство обществ трезвости появилось на территории Челябинской епархии в довольно поздний (после 1911 г.) период развития общероссийского движения за трезвость. Они создавались по образцу существующих, уже наработавших опыт обществ и братств трезвости в других регионах. Подчас общества трезвости обязаны своим появлением государственной и церковной политике, но также среди инициаторов подобной работы было немало энтузиастов, искренно желавших потрудиться на благо Церкви и своего народа.

Одной из важнейших форм работы местных обществ трезвости (помимо церковной проповеди и богослужения) было моральное воздействие, пример трезвенников. Общества трезвости подготовили почву для проведения ограничительных мер со стороны государства, воздействуя на общественное сознание. Но реальный результат – заметное снижение потребления по всей стране – проявился только вследствие решительных государственных мер.

Сегодня по данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) каждая пятая смерть в России и соседних странах происходит от причин, связанных с алкоголем. При этом уровень потребления



алкоголя в нашей стране классифицируется как максимально опасный для здоровья населения. К этому стоит добавить тот социальный урон, который несет обществу высокая алкоголизация населения: ей обязаны огромное количество преступлений, распад семей, брошенные и неполноценные в физическом отношении дети.



С точки зрения Церкви лучшей профилактикой любого рода зависимостей является духовно-нравственное воспитание, вовлечение в евхаристическую и общинную жизнь. История Русской Православной Церкви свидетельствует о большом опыте, накопленном приходскими обществами трезвости начала XX века. Тогда при активном участии в Церкви велась обширная просветительская работа – проводились Праздники трезвости, читались публичные лекции, произносились проповеди о вреде пьянства и пользе трезвости. Общее число участников обществ трезвости доходило до 500 000 человек.

Такое движение не могло оставаться незамеченным, и к 1914 году в отношении царского правительства к алкоголю наметились серьезные сдвиги, породившие массу позитивных перемен, улучшивших демографические, социальные и экономические показатели развития страны. К сожалению, война и революция изменили ситуацию, и теперь ценный опыт приходится приобретать и осмыслять заново.

Конечно, ситуация в стране за прошедшие 100 лет изменилась, нужны новые формы работы, адаптированные к современным условиям. Но сам факт того, что в нашей истории, и в частности г. Челябинске, существовало общество трезвости, члены которого вели трезвый образ жизни ради спасения себя и своих близких от порока пьянства, ради возрождения нравственных ориентиров своих сограждан, вселяет в нас уверенность и смелость встать на путь трезвости и личным примером трезвой жизни внести свой вклад в преодоление страшной беды, угрожающей нашему Отечеству.

# Эксперты: с 30 г алкоголя в день начинается рост смертности



*О том, как избежать вредного влияния «зеленого змия», какие меры принимает государство и как себя вести каждому из нас*

## ПЬЕМ «ПО-СЕВЕРНОМУ»

Россия известна как страна с «северной моделью» употребления алкоголя — так эксперты называют способ пить ударными дозами. Вместе с нами в этом ряду выделяются Беларусь, Казахстан, Украина и страны Балтии. При «южной модели», куда менее опасной для здоровья — ее практикуют, например, Италия, Испания, Франция, Греция — граждане пьют достаточно регулярно, но понемногу и менее крепкий алкоголь: бокал сухого вина за обедом или ужином.

Как отмечают специалисты, в целом россияне в последнее сокращают свои «возлияния» — по официальным данным в 2016 г. на каждого человека приходилось менее 10 литров алкоголя в год, что ощутимо меньше, чем в 2015-м (в то время как в благополучном европейском регионе есть страны, где пьют по 14 л в год). Однако у нас сохраняется и преобладает экстремальный метод, когда люди «принимают на грудь» большие дозы, вплоть до смертельно опасных.

«Это, например, больше 1 л водки за один раз, — поясняет **заведующая отделением профилактики рисков здоровья Центрального НИИ информатизации здравоохранения Минздрава России Дарья Халтурина.** — При этом надо понимать, что с возрастом способность выносить экстремальные алкогольные нагрузки значительно сокращается. Например, если в 18 лет, будучи здоровым, можно, выпив литр водки, отделаться сильным похмельем, то организм 45-летнего мужчины такое может уже не пережить». У нас в стране очень высока смертность именно от передозировки.

## КАК НЕ ПЕРЕБРАТЬ?

Существуют ли безопасные дозы алкоголя и каковы они? По этому вопросу ведется немало споров, встречаются разные мнения. На что же ориентироваться простому человеку? **Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ)** указывает границу абсолютно опасной дозы: 60 мл этанола для мужчин и 50 мл для женщин. В пересчете на спиртные напитки это соответственно 180 или 150 г водки, или 1,5 пива, или 0,5 л вина в сутки. За этими границами начинается критически опасное



потребление. Однако по эпидемиологическим данным (то есть по итогам многолетним наблюдений за большими группами населения. — Авт.) видно, что уже с 30 мл этанола в день начинается рост смертности, говорит Дарья Халтурина. Это 90 г водки, 800 мл пива или большой бокал вина. То есть, выпивая столько, человек уже однозначно себе вредит.

— При этом я не могу призывать не пить вообще, так как есть данные, что алкоголь снижает риск атеросклероза (то есть закупорки кровеносных сосудов холестериновыми бляшками. — Авт.), но здесь речь идет исключительно о низких дозах алкоголя, — подчеркивает эксперт. Например, один небольшой бокал (не более 150 мл) сухого красного вина и далеко не каждый день — ВОЗ рекомендует минимум два дня в неделю полностью воздерживаться от алкоголя.

## НЕ ТОЛЬКО ЦИРРОЗ

Что же грозит тем, кто пьет, не видя берегов? Многие традиционно вспоминают цирроз печени, однако на самом деле масштаб повреждения и даже разрушения организма намного шире, предупреждают врачи. Алкоголь это канцероген, поэтому злоупотребление спиртным ведет к развитию заболеваний, которые больше всего пугают людей — различных видов рака. В частности, доказано, что с употреблением алкоголя связано увеличение риска развития рака молочной железы, губы, языка, пищевода, печени, желудка, мочевого пузыря.

«Если человек употребляет больше 30 мл этанола в день, у него также повышаются риски нейродегенерации», — поясняет Дарья Халтурина. В результате снижается интеллект, ухудшается память, характер, растет вероятность развития болезней Альцгеймера и Паркинсона. Причем, с возрастом наша нервная система становится все более подвержена опасному воздействию алкоголя. В целом же многолетние исследования и наблюдения за десятками тысяч людей показали, что злоупотребление алкоголем, в частности регулярное употребление водки, сокращает жизнь человека в среднем на 8 лет.

## ВАЖНО

Не менее сильно, чем на пожилых людей, алкоголь негативно действует на молодой организм. Мозг человека активно формируется до 25 лет, и прием алкоголя до этого возраста затормаживает развитие мозга, в результате страдает и уровень мышления, и гормональный фон, а в дальнейшем это сказывается не только на здоровье, но и на карьере, уровне дохода человека и т. д., отмечают эксперты.

## ЦИФРЫ И ФАКТЫ

- 82% всех убийств в России совершаются в состоянии алкогольного опьянения.
- Каждый 60-й российский мужчина сейчас в тюрьме, и причина этого чаще всего в алкоголе.
- 55% жертв при пожарах не трезвы в момент смерти.

(данные на основе официальной статистики, предоставлены Д.Халтуриной).

## ВОПРОС-РЕБРОМ

### Как спастись от «зеленого змия»?

Мировая научно-обоснованная практика говорит о том, что основа — это ограничительные действия. Неспроста многие люди, которые признают свою зависимость от каких-то сайтов в Интернете, просто ставят себе блокировку на них, отмечают эксперты. В нашей стране самыми эффективными на сегодня оказались снижение ценовой доступности крепкого алкоголя, сокращение количества мест продажи и ограничения продажи по времени.



Также сейчас очень активно работает система ЕГАИС, которая отслеживает потребление алкоголя, напоминает Дарья Халтурина. Изначально ЕГАИС учитывала только производство алкоголя, но с 2016 года распространена также на розничную продажу, и теперь, когда продаются спиртные напитки, на чеке появляется qr-код, где зашифрована вся информация о каждой бутылке. Для магазинов это пресекает возможность закупать нелегальный алкоголь и продавать его — если на чеке не будет нужного qr-кода, торговая точка рискует лишиться лицензии. А покупатели всегда могут убедиться в легальности алкоголя, узнать производителя, сканируя qr-кода с чека, с помощью специального приложения для смартфона.