

3 октября в разных странах отмечают Всемирный день трезвости. Эта дата выбрана не случайно. Этот день стал своеобразным днем памяти американского просветителя Джона Финча, который организовал первое общество трезвости и посвятил всю свою жизнь делу борьбы с алкоголем.

**Всероссийский День Трезвости отмечают 11 сентября.** В 2015 году на эту дату пришёлся первый за многие годы официальный День трезвости в России. Его цель – привлечения внимания людей к проблеме алкогольной зависимости и деградации человека.

А самый первый Российский День трезвости был проведён в 1913 году по инициативе служителей Православной Церкви. Решением Святейшего Синода от марта 1914 года было принято ежегодное празднование Всероссийского Дня Трезвости – 11 сентября (по новому стилю). И эта дата тоже не случайна – в этот день православные христиане отмечают день Усекновения главы святого Пророка Иоанна Предтечи, во время которого следует соблюдать строгий пост.

В России в эти дни закрывались все винные лавки и прекращалась продажа алкогольных напитков. В православных храмах проводились крестные ходы и читались воззвания о важности и значимости трезвого образа жизни, а затем проводился молебен Иоанну Крестителю. Каждый желающий мог дать обет трезвости, который благословлялся священником.

В настоящее время в храмах проводятся акции «Поставь свечу об исцелении страдающих недугом пьянства», а желающие получить выздоровление от напасти возносят молитвы к иконе «Неупиваемая Чаша», дарующей исцеление от болезней, алкоголизма и наркомании.

Празднование Дня трезвости стало всемирной традицией.

## ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ в Центральную городскую библиотеку!

Для Вас работают:  
**абонемент  
читальный зал**

Центр информационных технологий

Мы ждем Вас:

ПН  
ВТ  
СР  
ЧТ  
ПТ

с 11.00 до 19.00

суббота – с 11.00 до 17.00

воскресенье – выходной день

Последняя пятница каждого месяца –  
**санитарный день**

НАШ АДРЕС:

г. Красноуральск  
Бульвар Мира, 3  
Центральная городская библиотека

тел.: (34384) 6-48-31

18+

Муниципальный орган  
«Управление культуры  
городского округа Красноуральск»

Муниципальное бюджетное учреждение культуры  
Городского округа Красноуральск  
«Централизованная библиотечная система»

Центральная городская библиотека

**ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ  
"ТРЕЗВАЯ РОССИЯ"**

**ТРЕЗВАЯ  
РОССИЯ**



[www.ТрезваяРоссия.рф](http://www.ТрезваяРоссия.рф)

Красноуральск  
2016

Алкоголизм в России – одна из наиболее острых социальных проблем, которая серьезно подрывает демографический, культурный, духовно-нравственный и экономический потенциал нашей страны. Она давно уже приобрела характер национального бедствия.

Согласно утверждениям наркологов, не менее 3 миллионов человек в России являются алкоголиками. Однако, многие авторитетные исследователи считают данную цифру многократно заниженной, так как до наркологов «доходит» очень небольшая часть людей, нуждающихся в их помощи. Ведь по имеющимся данным 76% взрослого населения России употребляет спиртные напитки каждый день.

Согласно оценке Всемирной организации здравоохранения «World Health Organization» уровень ежегодного потребления алкоголя, измеряемого в литрах чистого этилового спирта, на душу населения в России за 2014 год составил 15,76 литра. И это при том, что опасная доза определена в 8 литров. Более 500 тысяч россиян умирает от отравления спиртными напитками каждый год.

Законодательство Российской Федерации устанавливает в области продажи алкогольной продукции только 2 запрета. С 25 декабря 2012 года не допускается розничная продажа алкогольной продукции (за исключением организаций, являющихся сельхозпроизводителями) с 23 часов до 8 часов по местному времени. Тогда же был введен запрет на розничную продажу алкогольной продукции в детских, образовательных, медицинских организациях, на объектах спорта и прилегающих к ним территориях. Кроме того, уже длительное время в Государственной Думе обсуждается возможность запрета на продажу алкогольных энергетиков.

Субъекты Федерации также вправе устанавливать ограничения в данной области.

Создание общества, свободного от наркотической и алкогольной зависимости, является целью Федерального проекта **«Трезвая Россия»**.

Основные задачи проекта:

- консолидация всех разумных сил общества, включая государство, бизнес, общественные организации, религиозные объединения и все ответственные политические партии для создания эффективной системы, направленной на избавление граждан России от алкогольной и наркотической угрозы;
- внедрение культуры здорового образа жизни и популяризация норм ГТО;
- сокращение уровня потребления алкоголя и табака среди граждан Российской Федерации.

Для решения проблем алкоголизма и наркомании необходимо использовать комплексный подход, объединяющий пропаганду здорового образа жизни, пресечение незаконной продажи наркотиков и алкоголя, лечение и реабилитацию в обществе.

**Горячая линия Федерального проекта  
«Трезвая Россия»  
8-800-700-88-00**



которую мы продвигаем – увеличение возраста продажи алкоголя до 21 года».



Руководитель проекта «Трезвая Россия» в Свердловской области – Член совета свердловского отделения Общероссийской общественной организации «Деловая Россия» Иван Сергеевич Роженцов: «Мы должны представить людям альтернативу в виде здорового образа жизни. Привить иные ценности, не связанные с потреблением алкоголя и табака».

Проект «Трезвая Россия» совместно с центром информационных коммуникаций «Рейтинг» составили «Национальный рейтинг трезвости».

Самыми трезвыми субъектами оказались Чеченская республика, республики Ингушетия и Дагестан, а самыми пьющими – Еврейская автономная область, Ненецкий автономный округ и Магаданская область. Свердловская область набрала 126,5 балла и заняла 20-ю строчку рейтинга.

По словам главного нарколога Свердловской области Олега Забродина, в Свердловской области алкоголизмом страдают примерно 35 тысяч человек. Этот показатель сохраняется на протяжении нескольких лет, причем он примерно в два раза ниже, чем средний показатель по России.

Постепенно снижается заболеваемость наркоманией в Свердловской области. Сейчас под наблюдением психиатров-наркологов находится около 9 тысяч жителей региона. При этом героиновых наркоманов среди них становится меньше, а вот число потребителей «синтетики» растет. За последние пять лет в регионе в 6 раз выросло количество не смертельных отравлений синтетическими наркотиками.

Многие нации на нашей планете практически подошли к точке невозврата, за которой начинается деградация и вымирание. Всего 25 литров чистого алкоголя на человека в год – и у нации нет будущего.



### **О вреде алкоголизма и наркомании можно прочитать**

**Ваисов С. Б. Наркотическая и алкогольная зависимость** : практическое руководство по реабилитации детей и подростков. – Санкт-Петербург : Наука и Техника, 2008. – 268 с. – (Мир психологии и психотерапии).

Известный психолог С. Б. Ваисов рассматривает вопросы практической наркологии, обобщает современные представления о причинах возникновения наркозависимости, раскрывает механизм её развития, даёт детальное описание клинических особенностей и течения наркоманий. В книге описывается реальный способ лечения, основанный на программе психотерапевтического восстановительного лечения больных наркоманиями «12 плюс», реализованный в Санкт-Петербургской Городской наркологической больнице.

**Исмуков Н. Н. Без наркотиков** : программа предупреждения и преодоления наркотической и алкогольной зависимости. – Ростов на Дону : Феникс, 2004. – 315 с. : фот. – (Будь здоров!).

Известный врач Н. Н. Исмуков предлагает проверенную практикой лечебную систему по предупреждению и избавлению от наркотической зависимости, направленную на восстановление защитных функций организма и включение собственной «антинаркотической» системы.

**Кузнецов В. Ф. Как бросить пить? Новая эффективная методика самокодирования.** – Минск : Современное слово, 2009. – 191 с.

Книга рассчитана на тех, кто искренне и сознательно желает избавиться от алкогольной зависимости, на родных и близких, обеспечивающих половину успеха в этом непростом деле, а также на широкий круг людей, которые столкнулись с этой проблемой или занимаются лечением алкоголизма.



**Лапшичев В. В. Самый надёжный и правдивый метод избавления от любой вредной привычки : метод Шичко.** – Москва : АСТ ; Санкт-Петербург : Прайм-ЕВРОЗНАК ; Владимир : ВКТ, 2008. – 214 с.

Вадим Лапшичев многие годы помогает людям избавляться от пагубных зависимостей по методу Шичко. Написанная им книга расскажет, что следует делать, чтобы навсегда избавиться от пристрастий, которые губят и коверкают жизнь.

**Макеева А. Г. Как уберечь ребёнка от курения и знакомства с алкоголем.** – Москва : Вентана-Граф, 2003. – 32 с. – (Ваш ребёнок: азбука здоровья и развития).

Автор приглашает читателей к обсуждению очень важной и актуальной для нашей сегодняшней жизни проблемы: как предотвратить раннее знакомство детей с одурманивающими веществами? От этой беды не застрахован ни один ребёнок. Как поступить, если это случилось? Что могут и должны делать родители, чтобы воспитать у ребёнка стойкое неприятие всего, что вредит здоровью? Как помочь ребёнку противостоять дурману? Ответы на эти вопросы можно найти, если начать думать вместе.

**Максимова Н. Ю. Психологическая профилактика алкоголизма и наркомании несовершеннолетних** : учебное пособие. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2000. – 383 с. – (Учебники «Феникса»).

Доктор психологических наук Н. Ю. Максимова в своей книге рассматривает психологические аспекты предупреждения алкоголизма и наркомании. В ней представлена система психолого-педагогических воздействий, направленных на профилактику возникновения у подростков психологической готовности к употреблению алкоголя и наркотиков.

**Народные методы избавления от алкоголизма и наркозависимости** / [авт.-сост. С. П. Евдокимов]. – Москва : АСТ, 2006. – 64 с. – (Здоровье и жизнь).

В книге рассматриваются нетрадиционные методы лечения алкоголизма и наркомании.

**Ниссен Йорген Ф. Невидимый слон** / пер. с датского А. Богдановой. – Москва : АСКОН, 1998. – 124 с. : ил.

Книга «Невидимый слон», несмотря на небольшой объём, вмещает практически всё, что надо знать об алкоголизме: его симптомы, развитие и последствия. Подробно освещаются те травматические процессы, которые происходят с зависимым от алкоголя, действуют на его близких, друзей и коллег. Большое внимание уделяется проблеме женского алкоголизма.

**Родителям и педагогам: всё о наркомании :** эффективные программы профилактики, сценарии и материалы для классных занятий. – Изд. 2-е. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2005. – 348 с. – (Библиотека школьника).

Книга адресована родителям, преподавателям школ и колледжей и, в опосредованном изложении, молодёжи в возрасте 14-18 лет. Она построена так, чтобы преподаватели любого школьного предмета могли, используя и развивая основные положения книги, обсуждать с учениками те или иные аспекты наркомании.

**Соловьев С. С. Алкоголь, табак и наркотики – главные враги здоровья человека :** учебно-методическое пособие. – 2-е изд., стер. – Москва : Дрофа, 2005. – 192 с. – (Библиотека учителя).

В пособии приведены сведения о крайне негативном влиянии алкоголизма, табакокурения, наркомании и токсикомании на здоровье, личность и социальный статус человека, практические советы и рекомендации людям, желающим отказаться от употребления спиртных напитков и бросить курить, методы и способы профилактики наркомании и токсикомании.

**10000 советов. Как избавиться от алкоголизма и наркозависимости /** [авт.-сост. Н. В. Белов]. – Москва : АСТ ; Минск : Харвест, 2005. – 398 с.

В книге собрана информация о зависимости от алкоголя и наркотических веществ и способах избавления от неё. Здесь вы найдёте экскурс в историю этих смертоносных увлечений, рекомендации наркологов и психологов, народных целителей и действительные факты из жизни людей, которые регулярно употребляли наркотики. Книга поможет осознать опасность алкоголизма и наркомании, чтобы разумным путём избавиться от них.

Составитель: **И. Паранина**, заведующая  
Информационно-библиографическим отделом  
Центральной городской библиотеки