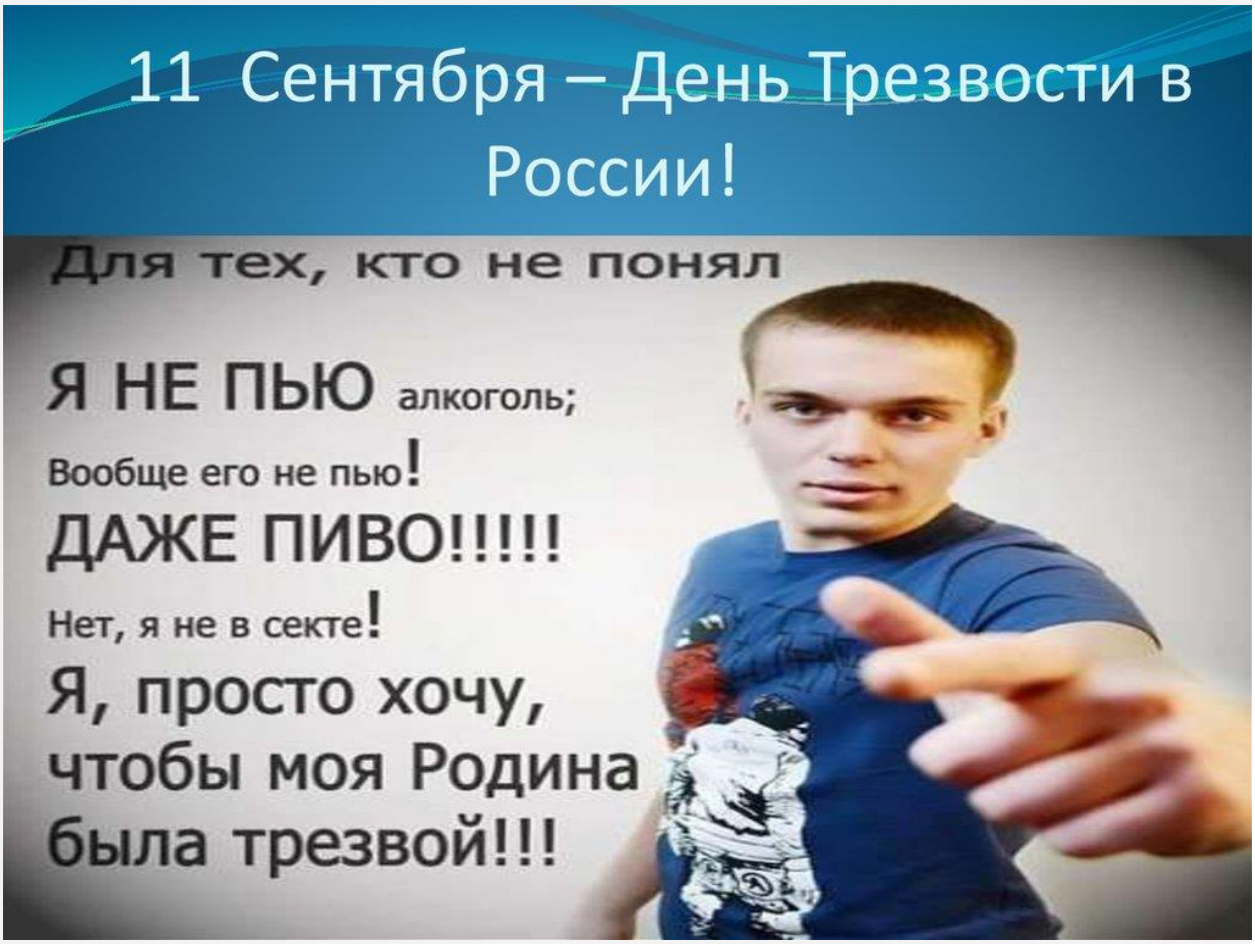
День трезвости и борьбы с алкоголизмом в России 2020: история и традиции

Ежегодно осенью отмечают День трезвости в России, и 2020 год не исключение. В этот день по всей стране проводятся мероприятия и акции, призванные напомнить о вреде алкоголя



Сложно переоценить негативное влияние алкоголя на организм человека. В нашей стране существует множество общественных и благотворительных организаций, занимающихся помощью больным алкоголизмом и пропагандирующих здоровый образ жизни. А дважды в год отмечается День трезвости - во всей России в 2020 году в эти дни будут проводиться тематические мероприятия, направленные на просвещение населения о вреде алкоголя.

День трезвости в России празднуют на двух уровнях - всероссийском (11 сентября) и международном (3 октября). В 2020 году эти дни выпадают на пятницу и субботу соответственно.

История

Всероссийский день трезвости отмечают в нашей стране ежегодно 11 сентября. История этого праздника берет свое начало в XX веке, а именно в 1913 году. Отношение к горячительному на Руси в это время было неоднозначным. При Николае II исключительное право на

производствоалкогольных напитков принадлежало государству. Россия считалась одной из самых трезвых стран мира - производить алкоголь самостоятельно было нельзя, а купить вино из царских виноделен - очень сложно. Но к началу XX века количество продаваемого и потребляемого алкоголя в стране достигло самых высоких показателей за всю историю русского государства. Этому поспособствовал технический прогресс, позволивший наладить потоковое производство дешевого алкоголя - в основном, водки. Подпольные производители обходили царский указ, обеспечивая огненной водой всех желающих, готовых отдать за нее несколько копеек.

В этот же период возникло активное трезвенническое движение, инициированное Православной Церковью. Члены обществ трезвости пропагандировали жизнь без алкоголя: они проводили воспитательные беседы, распространяли листовки и периодические журналы. Одним из значимых результатов подобной просветительской работы стал праздник - День трезвости, который проводили с 1913 года ежегодно вплоть до революции. Датой выбрали 11 сентября - это праздник Усекновения главы святого Иоанна Предтечи. Согласно Евангелию, именно в этот день Иоанну Крестителю по приказу царя Ирода во время пьяного пира отрубили голову. 11-го сентября верующие должны соблюдать строгий пост, в том числе не употреблять алкоголь. В этот день прекращалась продажа горячительного, проводились крестные ходы. Страдающие от алкогольной зависимости просили исцеления у иконы "Неупиваемая чаша", многие давали обеты трезвости.

В послереволюционные годы День трезвости из-за своего церковного происхождения был упразднен, а советская власть начала вести антиалкогольную политику на государственном уровне. В современную Россию праздник вернулся в 2005 году - вновь с подачи Русской православной церкви.

Одновременно с Россией борьба за трезвость велась в США. В конце XIX - начале XX веков, до введения сухого закона 1920 года, в Америке возник свой праздник трезвости. Его связывают с именем Джона Финча, общественного деятеля и активного борца с пьянством - от этого недуга страдали родители Финча. За свою недолгую жизнь он успел организовать несколько десятков трезвеннических организаций, провести сотни просветительских лекций и семинаров, на которых рассказывал о вреде алкоголя. Джон Финч умер 3 октября 1887, а многочисленные последователи продолжили его дело, пропагандируя здоровый образ жизни в своей стране и за рубежом. С тех пор 3 октября ежегодно отмечается Всемирный день трезвости, идею этого праздника поддерживают десятки стран, включая Россию. Поэтому сегодня в нашей стране День трезвости отмечают два раза в году - и 11 сентября, и 3 октября.

В обе даты, в которые принято в нашей стране отмечать День трезвости, благотворительные и общественные организации проводят городские мероприятия, пропагандирующие здоровый образ жизни и призывающие ограничить употребление алкоголя.

Часто это спортивные события - велопробеги, марафоны, сдача норм ГТО. На базе школ и университетов проводятся открытые лекции, дискуссии и круглые столы, посвященные проблемам алкоголизма. В музеях устраивают тематические выставки - среди экспонатов знаменитые чугунные петровские медали "За пьянство" (их масса около 7 кг), исторические документы, дореволюционные листовки и брошюры обществ трезвости.

ЦИФРЫ

5 место занимает Россия в рейтинге стран по количеству употребляемого алкоголя на душу населения (на 2017 год). Стереотип о том, что Россия - самая пьющая страна, не подтвержден: первое место в этом топе заняла Литва.

41 страна на государственном уровне запретила продажу крепкого алкоголя в магазинах (по данным на 2019 год). Среди этих стран Индия, Исландия, Египет и Швеция.

2,5 млн человек ежегодно умирает из-за чрезмерного употребления алкоголя.

5 фактов об алкоголе

1. Самым пьющим городом России в 2018 году признали Саратов. На втором месте - Ханты-Мансийск, на третьем - Пермь. Санкт-Петербург в этом антирейтинге занял 11-е место, Москва - 16-е.
2. . Водка - самый распространенный алкогольный напиток в мире. Ежегодно ее выпивается более 5 млрд. литров. А 31 января празднуется

день рождения водки - именно в этот день в 1865 году Дмитрий

Менделеев защитил свою докторскую диссертацию "О соединении спирта с водой".

3. Алкоголь оказывает негативное влияние на интеллект, подавляя работу мозга. Если употреблять горячительные напитки на регулярной основе, интеллект постоянно будет иметь заниженные показатели.
4. . Длительность жизни регулярно употребляющего алкоголь человека сильно сокращается. Пьющие люди живут в среднем на 10-15 лет меньше.
5. . Алкоголь вызывает сильное привыкание. Даже употребление его в малых, "умеренных" дозах грозит вызвать сильную зависимость.

Всероссийский день трезвости в 2020 году

Поскольку сам такой памятный день был предложен церковью, он привязан к одному из праздников церковного календаря. 11 сентября (по современному календарю) православная церковь отмечает день памяти Усекновения главы Иоанна Предтечи. Он входит в число великих праздников. Примечателен этот день в том числе тем, что на праздник Усекновения главы Иоанна Предтечи церковь объявляет однодневный пост.

Всероссийский день трезвости в 2020 году, как и всегда, будет отмечаться ***11 сентября****. На этот раз он выпадает на пятницу.*

Отмечать в один день с великим церковным праздником светский День трезвости церковь предложила ещё в 1913 году. Спустя год - в 1914 год - Священный Синод церкви предписал сделать такой праздник ежегодным.

Тем самым планировалось пропагандировать образ жизни, при котором алкоголь не играл бы той роли, которую он играет для многих жителей России и сегодня.

Дореволюционное церковное начинание имело очень короткую историю. Первая мировая война, революция в России и приход к власти большевиков - церковь теряет своё влияние и становится гонимой. Новые власти категорически отказываются ото всего, что составляло императорскую Россию. В том числе упраздняется и День трезвости.

В годы существования СССР никакого Дня трезвости не было, даже в эпоху активной борьбы государства с пьянством. Вернулся подобный памятный день в календарь лишь в 2005 году. Инициатива вновь принадлежала православной церкви.

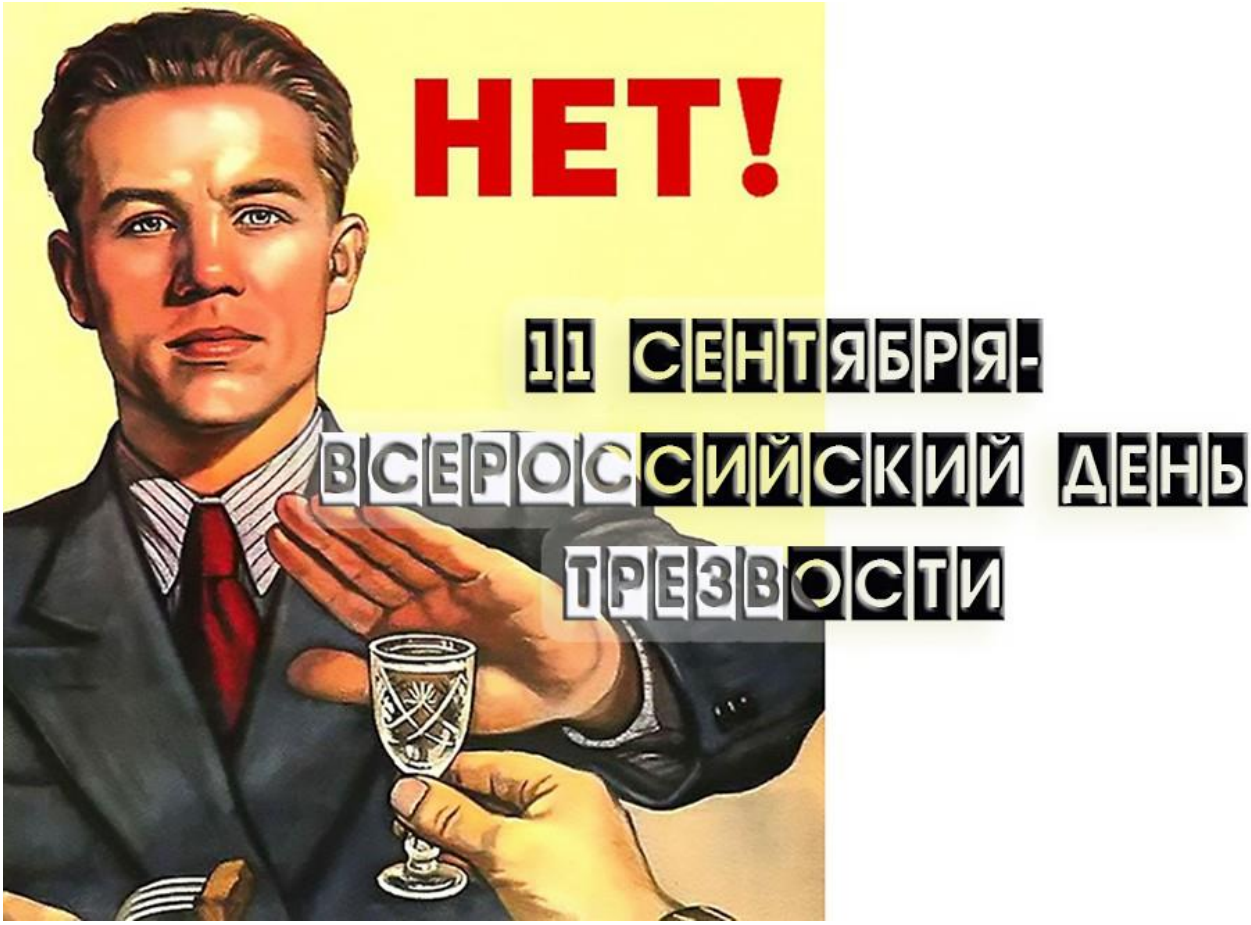
В 2020 году в День трезвости будут проводиться самые разные мероприятия, которые организуются в больших и маленьких городах России. Церковь проводит молебные пения о страждущих недугом винопития. В различных общественных местах проводятся просветительские мероприятия, часто организуемые той же церковью или общественными организациями.

К счастью, сегодня трезвость начинает становиться модной. Безалкогольные свадьбы и другие праздники приветствуются продвинутой молодежью. Люди имеют возможность заполнять свободное время другими занятиями и интересами. Что, конечно же, не отменяет того, что для огромного множества семей алкоголизм одного или нескольких её членов является настоящей бедой. Поэтому пропаганда трезвости - причём, конечно же, не только в один день в году - будет нужна и важна всегда. День трезвости едва ли потеряет актуальность.

Алкогольная зависимость – одна из коварнейших напастей, подстерегающая любого, вне зависимости от пола и возраста. На данный

момент, она наиболее распространена. Алкоголизм ведет к необратимым изменениям поведения, психики зависимого человека, а также разрушению его семьи, дружеских связей. Болезнь «молодеет» с каждым годом. В последнее время большая часть страдающих от недуга – молодые женщины, мужчины, даже подростки. Алкоголизму подвержены все слои общества, а не только бедные. Люди из наиболее богатых слоев не реже становятся жертвами зависимости. В клиниках по лечению алкоголизма можно встретить как рабочий класс, так и успешных бизнесменов, политиков, актеров, музыкантов.

Каждый год в России выделяются значительные средства для борьбы с алкоголизмом. Проводится просветительная работа среди молодежи. Внедряются программы по наращиванию популярности здорового образа жизни, занятий спортом, хобби. Для зависимых людей предоставляются различные варианты лечения в зависимости от дохода. Психологи и психиатры работают с семьями алкоголиков, стараются помочь сохранить семьи



Кто празднует?

К празднованиям могут присоединиться все желающие.

Традиции

В день трезвости проводятся масштабные антиалкогольные акции. По телевизору можно увидеть множество познавательных передач о вреде

спиртного и последствиях его чрезмерного употребления. Для молодежи проводятся флешмобы, тематические лекции.

.

Интересные факты

- До революции 1917 года практически половина мужчин в Российской Империи были трезвенниками. Тогда в год среднестатистический житель выпивал не более 3,4 литра алкоголя в год. Сейчас же статистика ужасает. В среднем в год выпивается 17-18 литров, что является опасным для здоровья.
- В России и странах СНГ каждая пятая смерть вызвана причинами, связанными с чрезмерным употреблением алкоголя.

Алкоголизм в мире считается одной из самых распространенных бед, ставящих под угрозу выживание человечества. Недуг не выбирает. Он поражает людей разного возраста и социальной принадлежности.

Когорту алкоголиков регулярно пополняют подростки и молодые женщины. Это люди разных профессий, включая интеллигенцию, чиновников и т. д. Удручает и статистика несчастий, случающихся по вине алкоголя.

Потому общество старается ставить серьезный заслон пьянству, который сводит нацию к катастрофе.

- **Страна единодушно отказывалась от алкогольных изделий, закрывая питейные заведения и винные магазины.**
- **Православные церкви проводили богослужения и молебны Иоанну Крестителю, обращались к чадам с рассказами о значении праздника, проводили крестные ходы.**
- **Города устраивали полезные тематические мероприятия.**
-

Советская власть надолго прервала добрую традицию. Ее возобновили, присвоив статус всероссийского, 12 лет назад. С той поры Всероссийский День Трезвости – значимое для нас событие. Смысл его посыла в том, чтобы

каждый внес посильную лепту в борьбу со злом и помог другим понять, как хорошо жить без зависимости.

Опасная статистика

Проведение Всероссийского Дня Трезвости намного актуальнее для сегодняшней России, чем дореволюционной. Злоупотребление алкоголем поставило нас ближе к опасной черте, способной привести к вымиранию нации.

Статистика настораживает

1. **Если раньше чуть ли не половина русских мужчин были абсолютными трезвенниками, то около 40 лет назад их насчитывалось всего 0,6%.**
2. **До революции на человека приходилось 3.4 л спиртного в год. Теперь объем выпитого максимально опасен для жизни. (По нормам ВОЗ, после 8 л начинается деградация).**
3. **В стране, как и у наших соседей, каждая 5-я смерть спровоцирована причинами, связанными с употреблением спиртного.**
4. **Каждый восьмой автовладелец, устроивший аварию на дороге, был пьян.**

Пугает и степень социальной опасности, которую таит в себе пьянство. Каждый третий россиянин, выпивая в год не менее 20 литров спирта, разрушает себя, семью, окружение и работу, провоцирует совершение преступлений, рождение физически и умственно неполноценных детей, развитие хронических заболеваний и т.д.

Что предпринимает общество

Диагностировать алкоголизм, принявший форму национального бедствия, несложно. Но излечить порой невозможно. Поэтому Церковь и государство стараются максимально адаптировать формы борьбы с пьянством к современным условиям.

Как проходит 11 сентября в России?

- **Госбюджет выделяет на разрабатываемые и внедряемые программы солидные суммы.**
- **В городах и других населенных пунктах страны размещают информационные стенды со статистикой о повышении смертности от злоупотребления алкоголем, психических расстройствах, о росте числа аварий на дорогах и др.**
- **На предприятиях, в учебных заведениях и организациях выступают узкие специалисты, которые доносят до аудитории доступную информацию о том, как пагубно влияет спирт на организм, особенно в подростковом и пожилом возрасте.**
- **Некоторые бизнесмены, по примеру своих дореволюционных коллег, прекращают продажу любого алкоголя.**
- **Чтобы поддержать активный образ жизни и в поддержку отказа от спиртного, энтузиасты проводят разного рода марафоны, митинги, эстафеты, конкурсы и так далее. А артисты выступают на разных площадках страны.**

- **В российских городах появляется атрибутика, выпускаемая во имя трезвости.**
- **Стены домов и асфальт разрисовываются «трезвыми» надписями и картинками, к чему активно привлекается молодежь и подростки.**
-

ГБУЗ РК «Центр медицинской профилактики
Министерства здравоохранения Республики Крым

11 сентября – Всероссийский День Трезвости

В 1913 году, по инициативе служителей Православной Церкви, был проведен первый **Российский День трезвости**. Решением Святейшего Синода от марта 1914 года было принято ежегодное празднование Всероссийского Дня Трезвости – **11 сентября** (по новому стилю).

Дата была выбрана не случайно – 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. Священники рекомендуют провести этот день в действии – сходить в храм, поставить свечу и помолиться за всех, страдающих недугом пьянства.

Икона Божией Матери "Неупиваемая Чаша"

Согласно стандартам Всемирной Организации Здравоохранения границей потребления спиртного, после которой начинается деградация общества, является потребление алкоголя в количестве 8 литров на человека в год.

В 1913 году, когда Россия праздновала 300-летие дома Романовых, количество алкоголя на душу населения составило 4,7 литра в год. В дореволюционные годы 43% мужского населения в стране оставались абсолютными трезвенниками.

К 1979 году доля непьющих мужчин сократилась до 0,6%. А в настоящее время количество спиртного на душу населения, включая несовершеннолетних, составляет 18 литров в год, что выходит далеко за пределы нормы.

Сегодня Всероссийский День трезвости как никогда актуален. Разумный и осознанный выбор трезвого образа жизни – одна из основных задач, стоящих перед современным обществом. И в этот день силами различных общественных и молодежных организаций проводятся тематические акции, выставки, флешмобы и другие мероприятия во многих российских городах.

Традиции Православной Церкви

Духовно-нравственное воспитание и евхаристическая и общинная жизнь раньше были лучшей профилактикой пьянства. Проводились праздники трезвости, лекции, проповеди, создавались общества трезвости. В итоге, демографическая ситуация и показатели развития изменялась в лучшую сторону. Увы, как было выше сказано, советская власть, отменившая это празднование, свела на нет все усилия…

Поэтому и сейчас, как раньше, когда страна 11 сентября, в день Усекновения главы Иоанна Предтечи, единодушно молилась в церквях, в российских православных приходах на литургиях и молебнах возносятся горячие молитвы о страждущих недугом винопития и наркомании.

Всероссийский День Трезвости всем, кто хочет видеть нацию здоровой и сильной, желательно проводить не в застольях и, тем более, без спиртного.

Церковнослужители рекомендуют:

1. **Заказать в церкви молебен Иоанну Предтече, который своим примером ратовал за игнорирование спиртного;**
2. **Пойти вместе с родственниками, страдающими алкоголизмом, на богослужение, поставить свечу, приложиться и помолиться у икон Божией Матери «Неупиваемая Чаша», преп. Ксении Блаженной и другим святым, к которым принято молиться в таких случаях; Поисповедоваться и причаститься.**

Это событие носит и светский характер. Потому людям неверующим рекомендуется общаться с близкими (в том же интернет-пространстве), совершать добрые дела во имя крепкой семьи и здорового общества.
У бизнесменов 11 сентября есть также шанс внести свой вклад в благое дело. Они могут себе позволить не торговать спиртным в своих заведениях и заняться по возможности благотворительностью.

Знаменитые трезвенники в России

Раньше в России особо не нуждались в решительных государственных мерах. Кроме проповеди, хороший пример подавали трезвенники, заметно сокращающие потребление спиртного. В самые разные времена это были:

1. **А. Пушкин,**
2. **Л. Толстой,**
3. **Н. Миклухо-Маклай,**
4. **К. Циолковский,**
5. **Ф. Достоевский,**
6. **И. Павлов,**
7. **К. Станиславский,**
8. **Н. Носов,**
9. **Н. Амосов,**

10. **Ю. Гагарин и др.**

Есть и в наше непростое время среди известных в разных сферах людей те, кто исповедует трезвый образ жизни, и это:

1. **О. Гаркуша,**
2. **С. Збруев,**
3. **А. Шлеменко,**
4. **И. Гомес,**
5. **С. Михалок,**
6. **В. Сухоруков,**
7. **Д. Харатьян,**
8. **В. Гафт,**
9. **С. Безруков и пр.**

Пьянство – это порок. Увы, спиртное, которое убивает личность и общество, продолжает оставаться средством наживы для изготовителей горячительного и тех, кто его продает. Процветает и реклама алкоголя, которая не может не влиять на психику людей, особенно подростков.

Вот почему общество ждет от государства более решительных мер,которые бы приостановили повсеместную торговлю некачественными спиртными напитками и запретили алкогольную рекламу. Здоровый образ жизни – вот что должно стать общественной ценностью.

Разрушительная зависимость

Алкоголизм – это сильная физическая зависимость от спиртосодержащих напитков. Больной не может контролировать частоту и объем их потребления, перестает управлять своим поведением и адекватно воспринимать окружающую действительность. Со временем алкоголики бросают работу, оставаясь без средств к существованию. Потребность находить деньги на выпивку толкает их на преступления. Сильно страдают семьи, особенно с детьми, в которых живут пьяницы. Со временем личность полностью деградирует.

Впервые эту болезнь сформулировал и описал ее проявления шведский врач в 1949 г. Он отмечал, что заболевание является причиной патологических изменений в работе всех органов и систем организма. Иными словами, происходит разрушение организма и психики личности.

Вселяет ужас то, что алкоголизмом болеют люди всех возрастов, включая несовершеннолетних, независимо от половой принадлежности, социального положения и уровня материального достатка.

«Губит людей не пиво»

Многие слышали эту веселую песенку из комедии Леонида Гайдая. На самом деле, чрезмерное и регулярное употребление пива представляет серьезную озабоченность наркологов. Этот

слабоалкогольный напиток быстрее формирует алкогольную зависимость, ее труднее вылечить. К сожалению, в нашем обществе пиво доступно, имеет демократичную цену, широко рекламируется, а его употребление не осуждается.

Ужасающие цифры

Во всем мире в 2000 г. было зарегистрировано 140 млн алкоголезависимых людей, через 10 лет их стало 208 миллионов.

Россия не отличается разумным отношением к употреблению спиртных напитков – это неоспоримый факт. Идея предложить гражданам альтернативу возникла давно, поэтому 11 сентября празднуется Всероссийский День Трезвости.

Складывается впечатление, что праздник новый, но это не так — ему уже более 100 лет. Впервые его провели в Санкт-Петербурге в 1913 году, а в 1913 году он стал официальным праздником, который поддерживала церковь. «В трезвости счастье народа» — девиз Всероссийского дня трезвости.

Хоть Россию и считают «родиной водки», алкоголь не поощряли никогда. Употребление вина церковь не запрещала, но пьянство порицалось. В народе его высмеивали с помощью пословиц и поговорок.

До революции Россия была практически на последнем месте в Европе по употреблению алкогольных напитков. С помощью Дня трезвости количество людей, отказывающихся от алкоголя, только росло.

Подарки

Основная идея праздника – это пропаганда здорового образа жизни. Подразумевается, что человек должен провести этот день в кругу близких и друзей, обойдясь традиционным чаепитием с тортом и шоколадными конфетами.

Близким людям можно подарить вещи, с символикой праздника – футболки, шуточные ордены, значки, кружки, магниты. Людям, страдающим алкогольной зависимостью, важно показать, как может быть интересна трезвая жизнь. Им можно подарить абонемент в фитнес клуб или бассейн.

Актуально дарить наборы шоколадок

В шоколаде содержится серотонин, который обладает антидепрессивным действием и помогает справляться с бессонницей. Также эндорфин – гормон счастья. Шоколад может заменить алкоголь – поднимает он настроение не хуже, но последствий и проблем со здоровьем при умеренном потреблении нет.

ГБУЗ РК «Центр медицинской профилактики»
Министерства здравоохранения Республики Крым

АНКЕТА «Отношение к алкоголю»

Инструкция:
прочтите эти утверждения и укажите, согласны Вы с ними или нет.

1. Здоровый человек может выпить три кружки пива за один час без последующей потери самоконтроля или замедления реакции.
2.Употребление алкоголя в смеси с определенными наркотиками может привести к смертельному исходу.
3. Крепкие напитки (виски, ром, джин, водка и т.д.) являются более вредными для организма, чем другие алкогольные напитки (вино, пиво и т.д.).
4. Алкоголь-это яд.
5. Половина дорожных происшествий является результатом вождения в нетрезвом виде.
6. Алкоголь препятствует быстрой реакции.
7. Алкоголь отравляет печень и может вызвать омертвение тканей (после чего они не восстанавливаются).
8. Беременные женщины не должны пить, поскольку исследования показали, что алкоголь способен повредить еще не родившемуся ребенку и иногда может вызвать у него умственную отсталость.
9. Большинство алкоголиков - деградировавшие люди с низким уровнем образования.
10. Алкоголь искажает ощущения и иногда приводит к тому, что выпившему человеку становится жарко при опасно холодной погоде.
11. Подросток может стать алкоголиком от пива.
12. Многие алкоголики начинают пить до 20-летнего возраста.

А теперь оцените свой результат:
Да – 2, 4, 5, 6, 7, 8, 11, 12.
Нет – 1, 3, 9, 10.

ГБУЗ РК «Центр медицинской профилактики»
Министерства здравоохранения Республики Крым

АНКЕТА «Отношение к спиртным напиткам»

Инструкция: ответьте, пожалуйста, на следующие вопросы.

№ Вопросы	Баллы
1. Мое желание выпить зависит от настроения.	+2
2. Я избегаю пить спиртное, чтобы не стать излишне болтливым.	-1
3. Периодами я выпиваю охотно, периодами меня к спиртному не тянет	+1
4. Люблю выпить в веселой компании.	+2
5. Я боюсь пить спиртное, потому что, опьянев, могу вызвать насмешки и презрение	-1
6. Спиртное не вызывает у меня веселого настроения.	-1
7. К спиртному я испытываю отвращение.	-3
8. Спиртным я стараюсь заглушить приступ плохого настроения, тоски или тревоги.	+1
9.Я избегаю пить спиртное из-за плохого самочувствия и сильной головной боли впоследствии.	-1
10. Я не пью спиртного, так как это противоречит моим принципам	-3
11. Употребление спиртных напитков в большом количестве меня пугает	-1
12. Выпив немного, я особенно ярко воспринимаю окружающий мир	+1
13. Я выпиваю со всеми, чтобы не нарушить компанию	+1

Итого:

Система оценки: Баллы суммируются алгебраически, т.е. с учетом знака.

1. При суммарной величине **+2** и выше можно говорить о наличии психологической склонности к употреблению спиртных напитков.
2. Очень высокие показатели **+6** и выше свидетельствуют не об интенсивной алкоголизации, а о стремлении демонстрировать свою склонность к выпивкам.
3. Отрицательная величина говорит об отсутствии психологической склонностью к алкоголизации.
4. Величина, равная **0 или +1** является неопределенным результатом