

11 сентября

«ВСЕМИРНЫЙ

ДЕНЬ

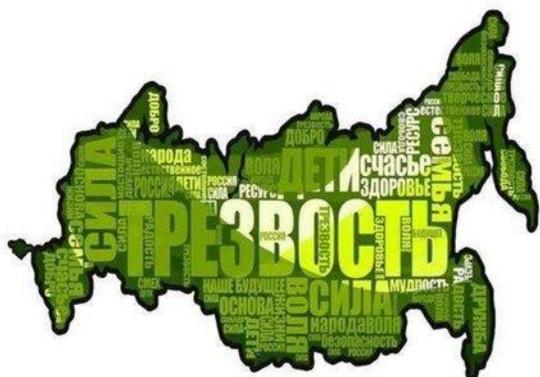
ТРЕЗВОСТИ»



# «ТРЕЗВОСТЬ - НОРМА ЖИЗНИ»

«Трезвость - воздержание от спиртных напитков.

Здравая рассудительность, свобода от иллюзий,  
самообмана.»



**Трезвость –  
норма жизни**

**Я ЖИТЬ  
ТРЕЗВО**



**Трезвость -  
естественное, творческое состояние  
человека, семьи, общества.**



# 11 сентября 2015 года признан всемирным днем трезвости.

*Этот праздник проводился в России ежегодно с 1911 до 1917 года. А потом о нем забыли. Почему возник этот праздник и праздновался именно в этот день, вы сейчас узнаете.*

## Немного из истории...

История праздника началась давно, еще 100 лет назад, в Петербурге. В далеком 1911 году 34 человека, представители интеллигенции православно-охранительных взглядов, организовали Всероссийский трудовой союз христиан-трезвенников. Его члены пропагандировали здоровый образ жизни и абсолютный отказ от алкогольных напитков. Девизом Союза стал лозунг «Счастье народа - в трезвости!», под которым впоследствии и стало проводиться торжество, названное Днем трезвости. Первое торжество было проведено членами Союза трезвенников по благословению всех православных архиереев, которые правили в то время в России, на организацию праздника по всем городам и селениям страны. Получив это согласие и благословение, впоследствии праздник начали проводить не только в Петербурге, но и в других российских городах. Поддержали идею не все, но в более чем половине губерний праздник все-таки проводился. Была избрана основная программа, по которой и проходило торжество. На протяжении антиалкогольных дней закрывались все питейные лавки, а продажа спиртного была запрещена.

Спустя 2 года, 28-29 августа (11-12 сентября по новому стилю) 1913 года, День трезвости в России получил статус официального торжества. Эту идею активно поддерживала церковь и интеллигенция, а также некоторые представители правящего класса страны. Это существенно облегчало решение многих вопросов, связанных с организацией праздника, его финансирования и т.д. В то время в Петербурге существовали и другие общества трезвенников, которые тоже принимали участие в торжестве, так 29 августа 1913 года этот праздник получил еще статус церковного. Организован и проведен он был с благословения Святейшего Синода. Для этого выбрали день усекновения главы Иоанна Предтечи, большого религиозного праздника. Но, несмотря на такую всестороннюю поддержку, просуществовала эта добрая традиция недолго. Советская власть наложила запрет на празднование. Возобновилась традиция только в 2005 году. Основная идея торжества заключалась в пропаганде здорового образа жизни. Представители интеллигенции и церкви хотели показать, что человек может счастливо, радостно и полноценно жить и без употребления алкоголя. Уже в те времена для России этот вопрос стоял очень остро. Это был первый всероссийский праздник. Отмечали его с широким размахом. С тех пор День трезвости в России так и отмечают в сентябре.





# «СПОСОБЫ ПОЛУЧЕНИЯ УДОВОЛЬСТВИЯ»



- ▶ **Физические способы** Физкультура, спорт, танцы, путешествия, туризм, экстрим, физическая работа. Физические способы приводят к хорошему эмоциональному состоянию, повышают тонус организма, улучшают внешний вид, физическую форму и работоспособность.
- ▶ **Духовные способы** Искусство, музыка, литература, творческая работа, медитация, религия, дружба, любовь, романтика и т.д. - требуют планирования, воображения, времени, работы над собой. Лишь любовь и творчество делают нашу жизнь осмысленной и яркой.



Хоккей



Алкогольные напитки сейчас льются рекой, пьют их даже дети. От пьянства в стране ежегодно гибнет 40 тысяч граждан России - это в 3 раза больше наших потерь за всю афганскую войну.



# Что же такое алкоголь и в чем его коварные свойства?

- ▶ **Алкоголь** - это депрессант, то есть вещество, замедляющее все процессы в организме. Небольшие дозы алкоголя придают ощущение расслабленности и уверенности в себе. В больших дозах он замедляет реакцию и отрицательно сказывается, например, на глазомере и координации.

*Злоупотребление алкоголем может привести к ожирению, т. к. алкоголь содержит калории, хотя и совершенно не питателен, к язве, циррозу печени, а также к заболеваниям мозга, почек и мышц, включая сердечную.*

- ▶ **Алкоголизм** - это психическое заболевание неумеренного потребления алкоголя.
- ▶ **Детский алкоголизм** - один из самых страшных недугов современного общества.

## ПРИЧИНЫ ДЕТСКОГО АЛКОГОЛИЗМА

- ▶ Попытки ребенка самоутвердиться среди старших товарищей;
- ▶ Желание уйти от проблем (какими являются неприятности в школе, ссоры с родителями и непонимание с их стороны и т.д.);
- ▶ Зависимость от улицы, когда в семье нет возможности выплеснуть свои эмоции;
- ▶ Выпивка за компанию;
- ▶ Наличие свободных, неконтролируемых денег, на которые можно купить горячительные напитки;
- ▶ Алкоголизм родителей.

## ОСОБЕННОСТИ ДЕТСКОГО АЛКОГОЛИЗМА

- ▶ Он развивается значительно быстрее, чем у взрослых;
- ▶ Имеет более тяжелые последствия, чем у взрослых.

## ПРОИСХОДЯТ НАРУШЕНИЯ:

- ▶ Памяти;
- ▶ Интеллекта;
- ▶ Логического и абстрактного мышления;
- ▶ Нарушено эмоциональное реагирование.

*Если раньше молодые люди начинали проявлять интерес к спиртному к 18 годам, то сейчас среди алкоголиков встречаются дети 10-12 лет и даже 3-х летние.*

## **ВЛИЯНИЕ АЛКОГОЛИЗМА НА ВНЕШНОСТЬ ЧЕЛОВЕКА**

