



Художник В.Зарубін

В радості будьте як діти

Новорічне свято. Мабуть, воно починається ще з початку грудня. З приємного очікування, коли в повітрі вже відчувається прохолодний запах мандарин. Міста вбираються у сяючий святковий одяг. А потім скрізь з'являються ошатні ялинки.

Скільки позитивних емоцій приносить вбирання ялинки! Діти радіють кожній яскравій іграшці: шишці, скляному будиночку, кожній кульці. А під ялинку обов'язково ставлять Діда Мороза. Адже саме він, оживши в новорічну ніч, має принести всім подарунки, виконати задумані бажання.

Не тільки діти вірять у новорічне диво, але й дорослі. Кажуть, дитинство — це те, що ми загубили в часі, але зберегли у собі. Мабуть, від того, в якій мірі ми зуміли залишитися дітьми, залежить і наше вміння радіти, бути щасливими.

Джерела радості для дитини невичерпні: гляне на сніжинку — радіє, гляне на іграшку — радіє. Посміхніться їй — і наче сонячним промінням огорне вас у відповідь посмішка дитини. Дитяча радість нічого не коштує, але вона безцінна.

На превеликий жаль, більшість дорослих розгубили з роками вміння природної радості. Тому і створюють штучний передсвятковий ажіотаж, закупаючи у магазинах те, що не приносить ні радості, ні щастя. І вже не Дід Мороз, Снігуронька чи ялинка є для них головними символами Нового року. А така «дорогоцінна» величезна пляшка у центрі столу: іскриста обгортка, постріл у стелю, як в американському бойовику, піна, як з вогнегасника... Саме цей ритуал, на жаль, став для більшості символом Нового року. Шкода, що вони вже не можуть уявити собі це чудове свято без тієї бутяфорії, що розігрується навколо алкогольного розчину.

Але ж у дитинстві ми всі вмели радіти без наркозу! Пили чай, сік, лимонад, їли солодощі, і навіть не помічали алкогольної реклами, у яку тепер вкладаються шалені гроші. А можливо, її тоді просто не було? Чи телефір не потрапляв до хижих рук? Комусь дуже вигідно, щоб продавався товар, а свято перетворилося на чергову рекламну акцію. І їм байдуже до край сумних наслідків такого «свята»...

Але нічого в світі не виправдує навіть однієї сльозинки дитини. Щоб надійно захистити своїх найрідніших, маленьких людей від великої спокуси, давайте показувати їм приклад лише Тверезого Нового року.

Нехай неодмінними атрибутами свята для кожного з нас знову будуть ялинка, Дід Мороз та Снігуронька, добрі герої казок та мультфільмів, як у давні часи.

Нехай на столі буде все, крім того, що звеселяє лише на перший погляд, але насправді приносить стільки горя і смутку. Нехай лунають веселі жарти, линуть пісні та добрі побажання.

Можна, можна не оскверняти це прекрасне свято, це очікування дива! Це ж так просто — радіти як діти і разом з дітьми. Вірити в таємницю і сподіватися на прекрасне майбутнє. А все погане, надумане і розрекламоване — нехай відійде у забуття.

Даруючи тепло рідним і близьким, ми цим самим створюємо атмосферу тепла і радості. Радіючи разом з дітьми, радіючи, мов діти, ми сторицею отримуємо від них тепло. Тож щиро привітаємо один одного з Новим роком, новим щастям!

Н.М. Юхимець

СВОБОДА ВІД КУРІННЯ

16 грудня набрав чинності Закон України «Про внесення змін до деяких законів України щодо вдосконалення окремих положень про обмеження місць куріння тютюнових виробів».

Принципово новою є повна заборона куріння (включаючи електронні сигарети і кальян) у закладах громадського харчування. За порушення заклад сплачує штраф від 1 до 10 тис. грн. Приймає скарги і накладає штрафи Інспекція з питань захисту прав споживачів.

Розширено перелік місць, де забороняється курити: до них додаються території медичних, навчальних та спортивних закладів, а також стаціонарно обладнані зупинки транспорту. Курців штрафуватимуть, як і раніше, представники міліції (від 51 до 340 грн.), але якщо рішення про заборону куріння прийнято органами місцевої влади, то протокол про факт порушення мають право скласти й інші посадові особи, а також представники громадських формувань, створених міською (сільською) радою.

ТВЕРЕЗІ ВІСТІ

ЛЬВІВ

4–8 грудня проведено п'ятиденний курс навчання «Культура здоров'я» для психологів та соціальних педагогів міста, а також тверезницькі лекції для студентів-психологів 1 та 2 курсу «Львівської Політехніки». batyar4@ukr.net

СІМФЕРОПОЛЬ

5 грудня у КДМУ ім. С.І. Георгієвського відбувся конкурс плакатів «Здорова реклама», присвячений пропаганді ЗОЖ, а також антирекламі алкоголю і тютюну. Роботи розміщено на кафедрах та в гуртожитках університету. tverez_kr@ukr.net

ЧЕРНІВЦІ

3 грудня Ю.Г.Оробець провів тверезницькі лекції в Чернівецькому юридичному університеті та школах №42 і №15, а також виступив на місцевому радіо та телебаченні. batyar4@ukr.net

ЗАПОРІЖЖЯ

29 листопада бібліотека для дорослих ім. Маяковського отримала від організації «Тверезе Запоріжжя» підбірку тверезницької літератури. Спеціально оформлена полиця «Обери життя без алкоголю» буде постійно поповнюватися новими виданнями. tverezep.org.ua

ЛУЦЬК

27 листопада у міському палаці культури відбувся інформаційно-просвітницький захід з нагоди третьої річниці заснування Волинського православного братства тверезості ім. святого праведного Іоанна Кронштадтського. tverezep.org.ua

с. Залуква (ІВАНО-ФРАНКІВЩИНА)

17 листопада відбувся День тверезості, в ході якого проведено зустрічі з викладачем мистецтва тверезого життя Ю.Г.Оробецем і покладено квіти до пам'ятника тверезості на околиці села. ptkachivskiy@ukr.net

СІМФЕРОПОЛЬ

13–15 листопада ГО «Тверезий Крим» прийняла участь у міській акції «Світ без наркотиків». Роздано кілька сотень примірників газети «Твереза Україна». tverez_kr@ukr.net

ВІННИЦЯ

30 жовтня – 3 листопада проведено навчання основам собріології. Тим, хто оволодів мистецтвом тверезого здорового життя, викладач Н.М. Юхимець вручила відповідні свідоцтва. natasha_yuhymets@mail.ru

Бердичів (ЖИТОМИРЩИНА)

17 жовтня активісти ЖОГО «Тверезий Житомир» провели акцію проти підкупу виборців горілкою одним з кандидатів у депутати Верховної Ради. Загаданий кандидат був звільнений зі своєї посади у Кабміні і набрав ганебно малу кількість голосів на виборах. www.trezvo.zt.ua

Славути (ХМЕЛЬНИЧЧИНА)

15–16 жовтня на запрошення СМГО «Твереза Славутиччина» собріолог Ю.Г.Оробець провів «уроки здоров'я» для учнів школи №4 та Міньковецького НВК Славутицького району. anton_sl@ukr.net

ЖИТОМИР

7 жовтня в Обласній дитячій бібліотеці відбулися читання на тему «Федір Углов — видатний хірург сучасності і засновник V тверезницького руху», а також урочисте вручення членських квитків ЖОГО «Тверезий Житомир» і дипломів про проходження навчання мистецтву тверезого здорового способу життя. www.trezvo.zt.ua

Справжнє українське тверезе, або безалкогольне, весілля відбулося 10 листопада 2012 року у місті Львові. Його основними героями стали ЗІНОВІЙ та ЮЛІЯ СТАНІШЕВСЬКІ. Це не просто забаганка молодят — таке рішення вони прийняли свідомо. І це вже не просто епізод з особистого життя, а справжній соціальний проект. Адже вони на практиці показали, що будь-яке свято, а особливо таке як весілля, може обійтися без алкогольної отрути. Своїм прикладом вони надихають молодих людей стати на вільний від алкоголю шлях, починаючи своє подружнє життя з такого незвичного першого сумісного свята.

Надаємо слово Людмилі Степанівні, господині тверезого весілля.

Хочу поділитися своїми враженнями про найкраще весілля, яке я провела у своєму житті.

Все розпочалося 6 років тому, коли Зеник познайомився з Юлею. Він довго не наважувався запропонувати їй одружитися, шукав ідеальні місце та час для освідчення. Після довгих при-

Дуже весело було на весіллі! Всі переполювали природні емоції, які лилися через край. Підтримуючи наречених тверезими піснями, танцями, жартами, козацькими іграми, молодь переконала людей старшого покоління в перевагах саме тверезого весілля.



Photo: Marta Dmytryshyn

СПРАВЖНЄ УКРАЇНСЬКЕ ВЕСІЛЛЯ

готувань, продумування кожного кроку та кожної деталі, освідчення відбулося у середньовічному стилі на вершині дзвіниці однієї із церков Львова.

Дату весілля, 10 листопада, обрали символічно. Вона поєднала в собі три події: одруження, день народження та іменини нареченого. Молоді вирішили святкувати цей день без спиртного.

Все було продумано до найменшої дрібниці. До вінчання в церкву Премудрості Божої у Шевченківській гай молодята їхали на автомобілях марки «Запорожець», прикрашених українською символікою та вишитими рушниками. На капоті кожної машини стояли парою ляльки-мотанки в українському одязі. На автобусах з написом «Тверезі гості» їхали всі запрошені.

Батько Зіновія, Мстислав Богданович, зазначив, що зазвичай до справжнього діла батьки ведуть своїх дітей, а тут сталося навпаки — син Зіновій привів на шлях тверезості батьків. І вони залюбки підтримали в цьому свого сина.

Святкували весілля у ресторані «Чумацький шлях». В залі ресторану грали українські музики, приміщення було прикрашене вишитими рушниками, старовинними світлинами та предметами побуту наших предків.

У запрошеннях на весілля Зіновій та Юлія попередили, що на святі не буде ніяких алкогольних виробів. Було і прохання до гостей прийти у вишиванках. Молодята теж були одягнуті у національний український стрій.

Як господиня весілля, я хвилювалася щодо можливих непередбачуваних ситуацій, адже сама ідея тверезого весілля для гостей була дивом. На щастя, нічого подібного не було. Гості, більшість з яких — молодь, були дуже веселі, радісні, запальні. Усі разом співали українські пісні, в яких не згадувалася алкогольна тематика.

*І я там був,
мед, воду пив;
по вусах бігло,
і в рота попало.*

Тверезий весільний стіл ледве тримався від українських страв та безалкогольних напоїв. Страви подавали традиційні: український борщ, голубці та ковбаси, медовий узвар, домашній яблучний сік та джерельну воду.

А яке ж весілля без вареників? Дві привітні солохи щиро пригощали всіх варениками, які приготувала хрещена мати нареченого. Перш ніж отримати та з'їсти вареника, гостям необхідно було пробігти наввипередки в мішку, поцілувати солоху. Тут, як і в інших конкурсах на весіллі, мені не доводилося пояснювати учасникам, що робити. Все проходило само собою весело, гарно і цікаво.

Унікальність цього свята ще й у тому, що всі гості були в українських вишиванках. По вишиванках можна було впізнати, хто з Покуття чи Гуцульщини, хто — з Галичини чи Волині, а хто — з Буковини чи Полісся. Молодята приїхали привітати гості з багатьох куточків України. Були і однодумці — шановані люди з громадської організації «Твереза Україна», і козаки з Хмельниччини.

Гарним творчим подарунком для наречених та гостей був танець з шаблями — виступ колективу Міжнародної асоціації бойового гопака з м. Нетішина (майстри гопака, як відомо, споконвічно вели тверезий, здоровий спосіб життя). Цей виступ захоплював подихи гостей.

Великим здивуванням для гостей був показ на весіллі боїв-змагань середньовічних часів. На мій заклик гості закрили очі і слухали історію кохання рицаря до нареченої середньовічної доби.

Захопившись хвилюючою розповіддю і відкривши очі, всі присутні побачили перед собою воїнів-рицарів, які по-справжньому билися мечами між собою.

Бій рицарів був не аби яким, а за серце та кохання чарівної принцеси, яка спостерігала за змаганнями. Поєдинок був настільки правдивий, що гості втратили відчуття часу. Всі відчували завзятість, силу кохання воїнів і переживання принцеси.

Насамкінець хочу сказати, що мені часто доводиться проводити весілля та інші масові заходи. Але від цього весілля я отримала неабияке, справжнє задоволення. Я пишаюся тим, що у нас є така твереза молодь, яка відроджує справжні, українські традиції.



photo by: Andriy Kozak

Дуже сподіваюсь, що львівське тверезе весілля Зіновія та Юлії Станішевських спонукатиме всіх українців відновлювати традиції нашого народу, які споконвічно були тверезими.

Господиня тверезого весілля, член ГО «Твереза Славутчина» Людмила Степанівна Ніколюк

ВІДГУКИ ГОСТЕЙ

Як добре, що створення сім'ї у Юлії та Зіновія було без грама алкоголю! Очі у молодят та гостей тверезі і світяться від щастя.

Всі у вишиванках, народні пісні, традиції, гуляння та конкурси... немов потрапив до епохи Шевченка.

Хай життя у молодят буде як медовий місяць, і без «гіркого» присмаку.

Хочу ще на таке тверезе, національне весілля, де буду кричати не «Гірко», а «СОЛОДКО!»

Тарас Мельничук, м. Броди

Весілля — найщасливіший день у житті молодого подружжя. Важливо, щоби в цей день душі молодят були чистим, як вранішня роса, а розум тверезий, як природа. Тверезо кохати, любити, тверезо радіти, цінувати кожну мить у житті — великий Божий дар кожній людині.

Світлий день молодого подружжя Зіновія та Юлії Станішевських став пам'ятним прикладом духовної чистоти та тверезості. Від самого початку й до кінця на весіллі молодих витав дух добра та щастя. Не було навіть згадки про отрути! Радісні посмішки, щирий сміх, забава й танці аж до ранку... Таким було справжнє українське — тверезе весілля!

Зичимо молодятм многая та блага я літа!

Ярослав Стасів, м. Львів

Весілля пройшло в добрих українських традиціях: з викупом нареченої, благословенням батьків, вінчанням у церкві, українськими піснями, танцями, дотепними жартами.

Під час вінчання священник Ігор Цар відмітив, що давно мріяв про подібні весілля в Україні і безмежно радий, що така подія сталася. Має надію, що це не останнє таке вінчання.

Такі весільні свята повинні бути в Україні.

Юрій Оробець, м. Черкаси



Marta Dmytryshyn



photo by: Andriy Kozak



Photo: Marta Dmytryshyn

ТВЕРЕЗІ БАТЬКИ — ЗДОРОВІ ДІТИ

Прогулюючись вулицями, можна побачити молодих батьків, які, крокуючи за візком, милуються своїм дитинчам. Але дедалі частіше трапляються випадки, коли замість того, щоб оберігати своїх дітей від несприятливого середовища, через свою необізнаність чи несвідоме ставлення батьки самі стають прикладом шкідливих звичок.

Серце обливається сльозами, коли бачиш молоду маму чи батька, які в одній руці тримають дитину, а в іншій — сигарету чи пиво. На будь-які зауваги можна почути: «Дитина ще нічого не розуміє», «вона ще маленька», «вона знає, що це — кака» тощо. Невже малюки розумніші за своїх батьків? Вони ж, дорослі, рідко посправжньому задумуються над словами, сказаними зі сторони.

* * *

Дитина, подібно до губки, всмоктує з навколишнього світу геть усе. Вона ще не може відрізнити хороше від поганого. Період найбільш інтенсивного пізнання — вік від 1 до 5 років. У цей час формується темперамент і закладаються основи світогляду. Тому саме в цей період дуже важливо виховати у дитині те, що батьки хотіли б бачити у майбутньому.

Першою життєвою школою для дитини є сім'я. Батьки, хочуть вони цього чи ні, неминуче виховують дітей за своєю подобою. Зазвичай, не помічаючи і не усвідомлюючи фізичної та психологічної згубності своїх шкідливих звичок, батьки передають їх своїм дітям.

Дослідженнями ВООЗ доведено: якщо в сім'ї один курець, існує імовірність 30–35%, що дитина куритиме. Якщо обоє батьків курять — ця ймовірність зростає до 70–85%. А у тверезих сім'ях — навпаки: менше 5% дітей стають курцями чи питущими.

Як же відбувається залучення до шкідливих звичок? До одного року дитина лише відчуває все навколо, в тому числі й своїх батьків. Від року і далі — сприймає розумом.

Поступово вона починає мислити образами: добра і зла, казкових та мультиплікаційних героїв, хороших і поганих істот тощо.

Батьки — виключно позитивний образ. Вони добрі, лагідні, чуйні, найкращі та правильні в усьому. Й у свідомості дитини закладається зразок для наслідування — наслідування найрідніших людей.



Позитивний образ включає в себе не тільки самих батьків, а й їхню поведінку. Коли дитина з цікавістю роздивляється, як тато з мамою випускають з рота дим, вона думає, що це — добре.

Побачивши це декілька разів, малюк захоче повторити за ними і потягнеться по сигарету. Батьки майже панічно заберуть її з дитячих рук говорячи: «Не можна, бо це кака!».

Минає час, і дитина знову бачить політ сизого диму з рота батьків. Знову потягнеться по сигарету, і знову «кака». Черговий раз спостерігаючи подібні «обряди», дитина опиниться перед парадоксом: з одного боку, батьки дарують любов, тепло та лас-

ку, навчають того, що вміють самі. А з іншого — вони смочуть загадкові «білі палички», які забороняють їй.

Опинившись у ситуації невизначеності, дитина не може раціонально осмислити цієї заборони. Але образ добрих, найкращих батьків стає міцним підґрунтям позитивного ставлення до куріння. Розуміння цього бракує більшості молодих батьків.

ся до алкоголю позитивно. Адже своїми вчинками батьки закладають дитині не тверезий, а алкогольноорієнтований образ поведінки: дискредитують в очах дитини одну з головних людських цінностей — природну тверезість, а також програмують дитину на вживання алкоголю у майбутньому. Кількість та різновид випитої отрути при цьому не має значення.

* * *

Біда України (і не лише України) — у відсутності спеціальних педагогічних програм для школярів та студентів, які через 5–10 років самі стануть батьками. Картина справді жахлива: станом на 2008 р. 79% хлопців та 67% дівчат — студентів ВНЗ, курять, 80% хлопців та 72,5% дівчат вживають алкоголь. Цей жахливий факт ставить під загрозу виживання української нації.

Наголошую, це майбутня українська інтелігенція, котра буде виховувати наступне покоління та будуватиме країну.

Просвітницькі програми можуть підвищити рівень свідомості серед молодих людей. Передусім, це стосується їх власного здоров'я і тверезої поведінки, а також необхідності тверезого підходу у вихованні дітей.

Хто, як не батьки, повинні бути добрим прикладом для наслідування, а не копіювання шкідливих звичок. Адже не достатньо привести дитину на світ, нагодувати, одягнути її, вважаючи це виконаним батьківським обов'язком. У родюче поле дитячої душі потрібно посіяти добре насіння. Дитині потрібно віддати частину своєї душі. І важливо, щоб ця душа була чистою, тверезою.

Пам'ятаймо: тверезість — це єдиний правильний стан свідомості, що є необхідною умовою духовного, інтелектуального та фізичного розвитку людини, громадянина, особистості. Тільки батьківська тверезість може бути запорукою тверезості та здоров'я дітей.

Я.В. Стасів, доцент
Міжнародної Академії Тверезості,
викладач історії Львівського вищого
професійного художнього училища.

ЗПТ: в Україні фінансується наркоманія?

Ми живемо не тільки в одній з найбільш п'яних країн світу. Україна — єдина держава в Європі, де немає реально діючого державного реабілітаційного центру. Натомість 128 лікувально-профілактичних установ і 34 неурядові організації реалізують так звані метадонові і бупренорфінові програми: наркозалежних «лікують» важким наркотиком, який у декілька разів сильніший, ніж героїн.

За офіційною версією, переслідується мета соціалізації наркоманів і припинення ними внутрішньовенного введення наркотиків. Що ж являють собою ці програми насправді? Позбавлення від залежності під наглядом лікаря чи зростання кримінальних справ і числа людей з початковою стадією залежності, підсаджених на «лікування» і приречених на смерть?

Оскільки суспільство негативно ставиться до легального розповсюдження наркотиків, міжнародні структури використовують у своїй діяльності медичний термін «замісна терапія». Нещодавно його вдосконалили, додавши слово «підтримувальна» — ЗПТ. Таке формулювання задовольняє і наркоманів, і їхніх батьків: перші отримали легальний доступ до психотропних речовин, які підтримують їх у стані наркотичного сп'яніння, а останні думають, що їхні діти справді лікуються від наркозалежності.

Масштабне впровадження ЗПТ розпочалося в Україні з декабря 2006 р: МОЗ наказало у найкоротший термін визначити перелік її виконавців — наркологічні медичні установи, протитуберкульозні диспансери та низка інших організацій. 1 березня 2012 р. в Україні налічувалося 6678 пацієнтів ЗПТ, що на 562 особи більше, ніж 1 січня 2011 р.

У звітах ООН неодноразово підкреслювалося, що запровадження метадонових програм спричиняє зростання в країні метадонових наркоманій. За даними ECAD (Європейські міста проти наркотиків) за 9 років існування метадонової програми у Швеції померло 33% її учасників, а 69% продовжували вчиняти злочини. За час дії аналогічних програм у Литві кількість наркоманів там зросла у 8 разів.

В 90-ті роки метадон як замітник героїну застосовувався й у Росії, але після внесення його до «Переліку наркотичних засобів, психотропних речовин та їх прекурсорів, що підлягають контролю...», перестав використовуватися. Причини — швидкий розвиток звикання і вживання його з метою отримати наркотичне задоволення.

З 1998 року метадон на території Росії більше не дозволяється використовувати у лікувальній практиці. Голова Постійного комітету з конт-

ролю наркотиків при МОЗ РФ академік Е.А. Бабаян назвав замісну терапію замаскованою легалізацією наркотиків.

Наприкінці минулого року Глобальний фонд виділив Україні антиснідівські 305 000 000 доларів з обов'язковою умовою: впровадження метадонової програми. Сьогодні міжнародні фонди чинять тиск на Державний департамент виконання покарань, вимагаючи введення ЗПТ у в'язничних закладах (наказ Мін'юсту, МОЗ та МВС № 821/937/1549/5/156 від 22.10.2012 р.).

Беручи іноземні подачки, держава по суті відгородилася від людей, які потрапили в біду, керуючись такою фразою: «Ось тобі таблетка, і помри».

Я не є запеклим ворогом замісної терапії як такої: у деяких випадках без неї дійсно не можна обійтися. Але впровадження метадону може закінчитися крахом України як держави: тисячі українців будуть позбавлені будь-якого шансу позбутися залежності. Адже метадон викликає звикання з першого разу, а його застосування призводить до довічної інвалідності.



Г.Ю. Пригунов,
аддиктолог, керівник Програми
допомоги залежним «Здраво»

Дуб та Берізка

...На території санаторію «Діброва» зросли поруч Дуб та Берізка. Дуб виріс міцним і могутнім, з північного боку схилу до річки, а біла Берізка виросла ніжною і стрункою, майже біля самої води.

Щороку Дуб з нетерпінням чекав сезону літніх відпусток, коли приїдуть люди і почнуть свій активний відпочинок.

Дубу, звичайно, було не зрозуміло, чому люди так поведуться. Особливо дивним здавалося те, що вдень люди випускали з рота багато диму, в той час як він, могутній дуб, ночами виробляв для них кисень. Але, незважаючи ні на що, він був щасливий створювати для них тін у спекотний день і впускати жолуді, щоб діти могли ними гратися.

Але одного разу в тому лісі сталося нещастя. Один відпочиваючий чогось випив і, через необережність, забув загасити недопалок від своєї цигарки. І в лісі почалася жадлива пожежа. Диму було стільки, що блакитного неба не було видно зовсім. А спека стояла така страшна, що ніхто з дерев вже й не сподівався вижити.

Добре, що відпочиваючих було багато, і вогонь помітили відразу. Пожежники приїхали швидко і моментом впералися з такою страшною небезпекою як пожежа у лісі. Але у багатьох дерев встигла обгоріти кора.

Коли пожежники поїхали і метушня вляглася, Дуб подумав: «Скільки ж часу тепер знадобиться всьому лісу, щоб переробити цей дим в чисте повітря! І скільки згоріло жолудів, з яких вже наступного року могли б вирости молоді дубочки!»

На щастя, до нашого Дуба вогонь не дійшов, і Дуб знову замислився: «Скільки ж часу потрібно Людині, щоб вона доросла до тверезого способу життя?»

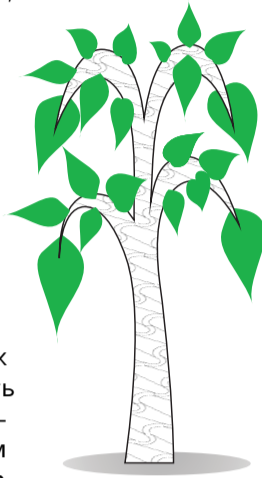
Не знайшовши відповіді, він звернувся до Берізки:

— Послухай, я такий сильний і могутній, а нічого зробити не можу, щоб цього більше не повторилося.

А Берізка йому й відповідає:

— Та робити, власне, нічого й не треба. Тому, що людина — це така істота, яка вчиться на своїх помилках. І стільки століть витрачає час на знищення свого здоров'я. А потім розповідає, що тільки дурні вчаться на своїх помилках, вважаючи себе найрозумнішою істотою на планеті. Скажи, яка ж вона після цього Homo Sapiens? Адже дивися, як просто живемо ми, в гармонії з природою, і як вона про нас піклується, якщо їй не заважає людина.

А далі вона розповіла про те, що їй видно зі свого бережка. І як було б добре, якби Людина поведилася по-іншому, якби всі люди жили тверезо.



О.А. Видиборець

Новорічна традиція чи заборонена тверезість?

Кожного Нового року я перевіряю відчуття: чи залишилися на місці мої давні дитячі новорічні враження. Оскільки я вже «дідо старий» (37 років), мене вже не охоплює таємнича атмосфера цього свята, як колись в дитинстві, і з цього факту я сумую.

За тиждень до Нового року монтувалися зимові атракціони. Я пам'ятаю механічну Бабу Ягу, що в ступі накручувала кола зверху своєї хатинки. Уявіть велетенського Змія Горинича, одна металева голова якого вже лежить на підлозі, а інші ще рухаються, та вже готові злетіти з ший від удару богатира, також механічного. Або чудернацькі барабани, що обертаються навколо осі, а коли дивишся всередину — видно, як намальовані сніговики перекидаються між собою сніжними головами. І все це навколо рухомої платформи з ялинкою в іграшках та гірляндах. Казкові були часи!

Але минуло...

Аж ось нещодавно був свідком однієї розмови. Один дядько другому жалівся: «Оце як подумаю про Новий рік, так страшно стає: скільки треба (!) буде випити та як на ранок буде боліти голова».

В мене, як в тверезої людини, відразу ж виникло питання: а навіщо робити те, від чого при першій згадці здригається тіло й дух? Шкодую, що не зорієнтувався та не спитав. Спробую надолужити на папері.

Що сталося з цією людиною? Казкові дитячі асоціації втрачені назавжди. І не просто втрачені, а замінені кошмаром. Бо, бачте, «треба».

Спробуємо досягнути. Чи будемо ми себе почувати комфортно, коли виявиться, що ми робимо зло тільки тому, що хтось колись це «запровадив» і з того часу «всі так роблять»? Чому мертві дурні керують живими?

Спадає на думку один експеримент з людиноподібними істотами.

У клітці розміщено п'ять мавп. Їх годують, поять, дають грати і пустувати. Одного дня до стелі клітини підв'язують зв'язку бананів, а під нею розташовують сходи.

Одна з мавп, помітивши банани, починає підійматися по сходах з явними намірами їх дістати. У цей момент усіх мавп обливають з брандспойту дуже холодною водою.

Проходить трохи часу, й інша мавпа намагається поласувати бананами зі стелі. Знову холодний душ для всіх мавп.

Згодом дістати банан намагається третя мавпа... але інші хапають її та стягують зі сходов, не бажаючи холодного душу.

Через певний проміжок часу одну мавпу прибирають з клітини і замінюють новою. Помітивши банани на стелі, вона намагається їх дістати і починає підійматися по сходах, але на превеликий подив і жах, бачить злі пики інших мавп. Після третьої-четвертої спроби вона розуміє, що дістати банан їй не дозволять.

Далі, з клітини прибирають ще одну з перших п'яти мавп і запускають туди новеньку. Як тільки вона намагається дістати банан, усі інші дружно її атакують. Причому, енергійніше за усіх та, яку підселили останньою.



Таким чином, після поступової заміни усіх мавп створюється ситуація, коли в клітці залишається п'ять мавпочок, яких водою взагалі не поливали. Але вони не дозволять нікому дістати банан із стелі. Чому? Тому що в цій клітці склалася така «традиція»...

Як тільки ми поставимо під сумнів «традицію» алкогольного застілля, вона лусне під тиском аргументів розуму, розтане від чуйності серця. Чому від неї повинні страждати наші нащадки? Тож нехай на нас і перерветься це порочне коло.

Живімо тверезо!

І.С. Мамутов

* * *

Що саме розповіла Берізка Дубу далі, нам поки що не відомо. Пропонуємо Вам спробувати про це подумати і написати продовження цієї історії. Ми віримо, що з Ваших розповідей вийде найкраща казка у світі, яку створимо ми, всі разом!

Всеукраїнський громадський рух «Твереза Україна», Київська міська організація товариства тверезості та здоров'я і Білоцерківська міська молодіжна громадська організація «Молода Еліта» оголошують

Літературний конкурс «Ми за тверезе життя!»

Конкурс проводиться серед учнів усіх шкіл та інших навчальних закладів України. Темі творчих робіт (назва може бути авторською):

- «Що розповіла Берізка Дубу»
- «Як би нам жилося, якби всі жили тверезо»
- «Я обираю тверезе життя»
- «Тверезість — норма життя»
- «Свобода від допінгів»

І нехай Ваша розповідь буде схожа навіть на фантастичне оповідання, головне, щоб вона викликала у читача позитивні емоції, закликаючи до тверезого життя. Будьте творцями нашої дійсності!

Роботи приймаються до 30 березня 2013 р. на адресу електронної пошти konkurs@tvereza.info

Переможці конкурсу у кожній віковій категорії (учні 4–8 класів; учні 9–11 класів; студенти та старші учасники) отримують цінні призи:

- 3 місце — рюкзак для міста
- 2 місце — туристичний рюкзак
- 1 місце — сімейний туристичний намет

і запрошуються на VIII Всеукраїнський з'їзд тверезницького руху, який відбудеться 13–21 липня 2013 р., для відпочинку у наметовому таборі та спілкування з однолітками (діти запрошуються разом з батьками).

Казку «Дуб і Берізка», перелік прийнятих на конкурс робіт, а також Положення про конкурс розміщено на сайті «Твереза Україна»:

www.tvereza.info

14 липня 2013 р. у рамках VIII Всеукраїнського з'їзду тверезницького руху в м. Біла Церква Київської області відбудеться II науково-практична конференція «Формування тверезого способу життя в сім'ї та суспільстві».

На конференцію приймаються статті або тези доповідей, які є оригінальними дослідженнями їх авторів і відповідають тематиці однієї з секцій конференції.

Статті та тези приймаються електронною поштою science@tvereza.info до 1 червня 2013 року.

Детальніше про участь у конференції на сайті www.science.tvereza.info

Запитуйте тверезницькі матеріали у Вашому регіоні:

Київ: (063) 0654575
Біла Церква: (097) 9690403
Богуслав: (067) 1677384
Вінниця: (067) 7266191
Козятин: (063) 6653813
Ладизин: (067) 7115678
Дніпропетровськ: (068) 4453749
Кривий Ріг: (093) 9393203
Житомир: (097) 7620349
Бердичів: (067) 7647875

Запоріжжя: (097) 7808330
Мелітополь: (067) 1800041
Івано-Франківськ: (067) 7353589
Болехів: (093) 9497680
Кіровоград: (066) 8409051
Луганськ: (095) 5139507
Алчевськ: (095) 1785298
Краснодон: (095) 4076008
Стаханов: (095) 1743211
Луцьк: (050) 6271033

Ковель: (093) 8820355
Кам.-Каширський: (096) 8709291
Львів: (093) 7277080
Дрогобич: (096) 6583376
Миколаїв (Львівська): (063) 7277733
Стрий: (096) 2039312
Червоноград: (095) 4959328
Одеса: (093) 9265734
Татарбунари: (067) 9922416
Южне: (063) 9385262

Рівне: (096) 5733424
Здолбунів: (066) 3880187
Севастополь: (095) 6712167
Сімферополь: (050) 3973667
Суми: (050) 7250360
Буринь: (099) 2223581
Глухів: (097) 8372233
Тернопіль: (098) 9234073
Харків: (098) 2388461
Херсон: (095) 4911220

Хмельницький: (067) 7600632
Славута: (097) 2374547
Черкаси: (067) 4901159
Сміла: (095) 4214275
Чернівці: (050) 5600007
Чернівці: (063) 5642585
Городня: (063) 6924788
Ужгород: (099) 4373686
Іршава: (050) 1052439
Мукачеве: (066) 7643776