



## МІФ ПРО ФРОНТОВІ СТО ГРАМ

Напевно, немає більш популярного міфу про корисність алкоголю, ніж міф про фронтіві сто грам, які нібито отримували бійці радянської армії перед кожним боєм.

У тому, що ж насправді відбувалося на полях битв сімдесят років тому, спробуємо розібратися, вислухавши свідчення очевидців.

Мешканець Петербурга, ветеран Володимир Іванович Трунін, який на танку пройшов всю війну від початку і до кінця, розповів глядачам Youtube наступне:

«...Я 22-го року народження, мені зараз йде 91-й рік... Фронтіві сто грам були дуже рідко і тільки в стрілецьких частинах. Коли піхота піднімається і йде по нейтралці назустріч ворогові, то потрібно, щоб трошки люди... як би вам сказати... втрачали б відчуття аналізу, відчуття небезпеки... Це стосується стрілецьких частин.

В танкових частинах екіпажі ніколи не вживали ні сто грам, не курили, не пили трофейного шнапсу — ніколи не було цього. І я поясню вам, чому.

Курити у нас взагалі не можна було, тому що на днищі танка два шари касет із снарядами. Праворуч там стоять 20 броньованих, у башні справа 5 шрапнельних, зліва — підкаліберних... Коли працює дизель, температура масляного бака +130. Він парує.

Так от, якщо ти там закуриш, і цей масляний туман спалахне, то нікого в живих не залишиться. Тому ми вже звикли з першого дня, що ніхто не курил, адже люки відкрити не можна було по 12 годин, і не відкривали...

І ніколи ніхто не пив. Якщо ти вип'єш сто грам, настає почуття «бадьорості», «легкості» такої, розтороможеності. Але вже перехрестя прицілу ти не наведеш, воно в тебе їздить...

Далі — ти повинен бачити обстановку навкруги, всі цілі... Щоб ти завжди був напоготові, в будь-яку секунду, ти не повинен вживати нічого, ніяких «шкідливостей».



...Я ніколи не захоплювався спиртним і не курил, і це допомогло мені дуже довго триматися і вижити дуже довго».

\* \* \*

...Сьогодні «фронтіві сто грам» перетворилися на безвідмовний інструмент сповання як ветеранів війни, так і всіх інших громадян нашої країни. Хоча шкідливість алкоголю, здавалося б, не потребує доведення.

Тому будьте пильні — не дайте сучасним міфотворцям себе обеззброїти!

Youtube:

Фронтіві сто грам — правда от ветерана



Нагородження переможців Літературного конкурсу «Ми за тверезе життя!» у 2013 році (фото: Анастасія Гончар)

## Літературний конкурс «Ми за тверезе життя!» — 2014

Станом на 30 квітня на конкурс надійшло понад 450 робіт з 13 областей України, міста Києва та АР Крим.

Конкурс оголошено Всеукраїнським громадським рухом «Твереза Україна» та Київською міською організацією товариства тверезості та здоров'я серед учнів шкіл та інших навчальних закладів України. Пропонуються такі теми робіт (назва може бути авторською):

- «Я обираю тверезе життя»;
- «Моя сім'я живе тверезо»;
- «Як би нам жилося, якби всі жили тверезо»;
- «Буде твереза вся Україна!»

І нехай у Вас вийде навіть фантастичне оповідання — головне, щоб воно викликало у читача позитивні емоції, закликаючи до тверезості.

## Наркомани тікають з півострова

Учасникам метадонової програми в Криму пропонують лікуватися в реабілітаційних центрах. Але пацієнти воліють їхати в Україну. За метадоном.

Нова влада згортає програму метадонової замісної терапії в Криму. 2 квітня керівник російської Федеральної служби з контролю за оборотом наркотиків (ФСКН РФ) Віктор Іванов повідомив про те, що весь метадон (від 50 до 80 кг), який зберігався на легальних підставах, буде вилучено з установ Криму.

Наркозалежні, які брали участь у метадонової програмі, зможуть пройти реабілітацію в російських реабілітаційних центрах. Про це розповів керівник Севастопольської благодійної організації «Гавань плюс» Денис Трошин. За його словами, 8 квітня представники таких центрів підтвердили готовність приймати пацієнтів із Севастополя безкоштовно.

«Це те, чого ми домагалися, — сказав він. — Нам обіцяли надати підтверджуючі документи. І ми плануємо провести круглий стіл, щоб пояснити все батькам, пацієнтам у спокійній обстановці, щоб хвилювання все прибрати».

За словами головного лікаря психіатричної лікарні Севастополя Георгія Кадомцева, наркозалежних зможуть прийняти і місцеві реабілітаційні центри. Проте, за його статистикою, лише одиниці з числа севастопольських наркоманів погоджуються на реабілітацію.

«В нас у місті 8 реабілітаційних центрів, які працюють за найвищими стандартами, але ці люди не хочуть туди ходити, вони вимагають метадон, — розпо-

будьте творцями нової дійсності!

Переможці у кожній з 12 вікових категорій (учні 1–11 класів — кожен клас в окремій категорії, плюс окрема категорія для старших учасників) отримають **фірмові рюкзаки** та інші призи.

Нагадаємо, що минулого року у конкурсі взяли участь понад 850 авторів з 21 області України і Криму. Літературні твори виявилися різноманітними за жанром і формою — казки, розповіді, міркування, фейлетони, есе, вірші і навіть акровірші.

Увага! Оргкомітет конкурсу прийняв рішення **продовжити прийом робіт до 16 травня 2014 р.**

Роботи приймаються на сайті

www.tvreza.info

## ВСЕСВІТНІЙ НАСТУП НА КУРІННЯ

Майже в усіх країнах світу заборонено палити в громадських місцях. За сумнівне задоволення — отруїтися сигаретним димом — в аеропорту Лондона доведеться заплатити 50 фунтів, а в Греції за це можуть накласти стягнення до 10 тисяч євро. В Арабських Еміратах любитель нікотину очікує штраф у розмірі до \$270 000 і кримінальна відповідальність із взяттям під варту.

У країнах північної Європи, де палить від 19% до 27% населення (не так давно цей показник сягав 40%), смертність від раку легенів одна з найвищих. Тому середня ціна пачки сигарет там становить 10 доларів. Купити її можна тільки запитавши продавця — на прилавках сигарет немає.

У Сполучених Штатах кількість курців знижується давно — молоде покоління вже не тягнеться до цигарки, як було 10–15 років тому.

Європа і Азія набагато більше заражені цією огидною звичкою, хоча й тут ситуація змінюється. За останні кілька років уряди Франції, Ірландії, Італії і Великої Британії заборонили куріння в приміщеннях по всій країні. А в Росії 1 червня 2014 року набуває повної сили закон «Про охорону здоров'я громадян від впливу оточуючого тютюнового диму та наслідків споживання тютюну»

Понад 80% курців проживають у слабозрозумітих країнах. Палити безкарно і безкоштовно в цивілізованому світі можна тільки в спеціально відведених місцях — «курильних кімнатах» в аеропортах чи транзитних зонах. Такі кімнати добре вентилуються, щоб усі, хто проходить поруч, не відчував дискомфорту.



Курильна кімната в аеропорту міста Дубай (ОАЕ)

Взагалі, зони для самоотруєння можуть бути різними: від маленької прозорої будки з витяжкою та фільтрами до величезних кімнат з баром, столиками і квітами. Як варіант, на відкритому повітрі неподалік від входу буде обладнано зону для паління з відповідною табличкою.

Як відомо, курець шкодить не тільки собі, але й оточуючим. Зокрема, у 2011 році від пасивного куріння в 192 країнах світу померло 600 000 дітей.

За даними досліджень, опублікованими в журналі The Lancet, (Jasper V. Been et al, 2014), заборона куріння на роботі та в громадських місцях знижує кількість випадків розвитку астми у дітей, а також число передчасних пологів на 10%.

Дослідники проаналізували медичні дані про 2,5 млн. пологів і 250 тисяч випадків нападів астми у дітей за 2008–2013 роки. Вони прийшли до висновку, що вже через рік після введення заборони куріння ці показники починають стабільно знижуватися.

За матеріалами агентства

«Кримінформ»:

http://www.c-inform.info/news/id/3164

(Продовження. Початок на сторінці 1)

Весь світ бореться з курінням. В одних країнах успішно, в інших не дуже. В цілому ситуація досить типова: там, де влада сувора і дотримання закону люди вбирають з молоком матері — там боротьба успішніша. У країнах, де більше шанують демократичні норми, — процес боротьби з курінням йде повільніше, з опором, а то й з відвертим бойкотуванням.

У Європі і Північній Америці контроль над виробництвом і вживанням тютюну жорсткіший, організований на внутрішньому і міжнародному рівні, а заходи щодо боротьби з курінням аналізуються на предмет ефективності.

Отже, зробимо невеликий огляд ситуації з курінням у деяких країнах світу.

**БУТАН** був першою державою, що заборонила куріння в громадських місцях. Ця заборона працює з середини XVII століття. Причому тютюн заборонено продавати і вживати нарівні з іншими наркотиками. За порушення — штраф у розмірі 170 євро (в середньому жителі цієї країни отримують 20–25 доларів).

Порушенням вважається навіть частування сигаретою бутанця приїжджими — штрафуються обоє. Тут курять або іноземці, або заможні громадяни, які мають можливість купувати сигарети за надвисокими цінами. А таких тут надзвичайно мало. Прості бутанці, залежні від тютюну, вживають різні жувальні суміші.

**ВЕЛИКОБРИТАНІЯ:** в країні курить близько 22% населення, причому курців-чоловіків і жінок порівну.

Боротися з тютюновим самоотруєнням тут почали ще у 2006 році. Сьогодні в країні закон про заборону куріння діє в громадських будівлях, закладах харчування, частково в громадському транспорті та в місцях скупчення людей.

У лютому 2014 року Британський парламент більшістю голосів заборонив куріння в автомобілі в присутності дітей.

**ІРЛАНДІЯ** виводить курців методом штрафів (хоча є й інші передбачені законом заходи). Штраф за куріння в недозволеному місці тут найвищий серед країн Європи — 3000 євро. В Ірландії курить 19% дорослого населення.

**НІМЕЧЧИНА:** ще в 1980-х роках було заборонено куріння в літаках, в тому числі і на внутрішніх рейсах, а також в будівлях аеровокзалів. З середини 2000-х років боротьба з курінням стала масштабнішою: заборонили отруюватися і отруювати інших у громадському міському, приміському та міжміському транспорті, на залізничних вокзалах, а також на робочих місцях, в тому числі у школах (хоча це обмеження діє не у всіх землях).

В аеропортах і на залізничних платформах Німеччини димити можна тільки у відведених для цього місцях. Курці задовольняють свою пристрасть у маленьких скляних кабінках, і виглядають ці бідолахи досить жалюгідно.

З початку 2014 року набрав чинності новий закон про заборону куріння в барах і ресторанах (за винятком випадків, коли зал орендовано групою відвідувачів-курців). Кожен заклад зобов'язаний обладнати спеціальними місцями для некурців, куди не повинен проникати запах тютюну. Більш того, якщо некурцем є бармен, закон захищає від диму і його.

Оскільки відокремлювати курців від некурців досить складно, часто доводиться просто забороняти куріння всередині приміщення. Штраф за порушення у будь-якому випадку сплачує і власник приміщення (роботодавець), і сам курець.

Подивимося, чи дадуть ці заходи суттєві результати. Зараз у Німеччині курить приблизно 25–30% населення.

**ІТАЛІЯ** прийняла антитютюновий закон одразу після ратифікації Рамкової конвенції ВООЗ. Курить тут близько 30% чоловіків і менше 20% жінок, і це співвідношення майже незмінне.

Заборонено отруювати димом громадські місця, в тому числі й готелі. За дотриманням закону стежать: значний штраф — в межах 300 євро — діє. А якщо заклад не має табличок про заборону куріння, власник або орендар сплачує до 2000 євро.

Заборонено димити в присутності вагітних жінок і дітей, у школах й інших навчальних закладах (штраф до 500 євро). А в аеропорту Болоньї викурена сигарета коштувала адвокату Альберто Маммукарі 2000 євро — саме такий штраф йому написали поліцейські. Основну контролюю-

чу (а водночас і каральну) функцію покладено на карабінерів італійської поліції. В них є навіть приблизний план штрафів за куріння: закладаються певні суми, які повинні надійти від порушників до бюджету.

**НІДЕРЛАНДИ:** курців 26% (29% серед чоловіків і 23% серед жінок), і це число має тенденцію до зниження.

Заборона куріння поширюється тільки на великі бари і кав'ярні, в тому числі кав'ярні з легальною марихуаною.

**ШВЕЙЦАРІЯ** — досить парадоксальна країна щодо отруєння повітря тютюновим димом і боротьби з цим злочинном. На початку століття там курили 32% населення, а за останні 10 років частка курців скоротилася, хоча закони про обмеження тютюнокуріння, а також ввезення, виробництва і вживання тютюну приймалися тільки з 2008 року.

Федеральний закон забороняє куріння тільки в ресторанах і в громадському транспорті, а також в окремих закладах. Місцеві законні акти мають вищий пріоритет, ніж федеральний.

Зараз курців у країні 26% (31% серед чоловіків і 22% серед жінок).

**ФРАНЦІЯ:** з 2008 року палити заборонено абсолютно у всіх громадських будівлях, приміщеннях, майданчиках. Отруюватися можна тільки у себе вдома.

Запроваджувався такий закон не відразу, а поетапно, починаючи з 2003 року. Тут історично не засуджувалися жінки-курці, і це призвело до страшних наслідків на початок XXI століття: курили 60% жителів, а серед жінок-курців було 35%.

## ВСЕСВІТНІЙ НАСТУП НА КУРІННЯ

*«Закон суворий, але це закон». Особливо, коли йдеться про заборону отруювати повітря в громадських місцях. Звісно, курцям некомфортно стримувати свою пристрасть, але й некурцям прикро розгладжуватися власним здоров'ям навіть життям через чиюсь шкідливу звичку...*

*У більшості країн світу закони щодо куріння прийнято не так давно, і потрібен час, щоб побачити їх ефективність. Швидше за все, цей ефект буде помітний лише через покоління. І хочеться вірити, що наші онуки оберуть бездимне життя не під впливом заборон, а усвідомлено.*

Тепер у Франції курить близько 30% населення, що показує, наскільки ефективним є планомірне впровадження заходів, викладених у рекомендації ВООЗ щодо захисту людства від куріння.

**ЛАТВІЯ:** у травні 2013 року сейм запровадив кримінальну відповідальність для батьків, які палять в присутності дитини. Таким чином, куріння стає в один ряд з жорстоким поводженням з дітьми.

В цій країні курить 32% населення (46% чоловіків і 20% жінок).

**РОСІЯ:** курить 40% населення (близько 60% чоловіків і 25% жінок). З 1 червня 2014 року повністю набирає чинності закон «Про охорону здоров'я громадян від впливу оточуючого тютюнового диму та наслідків споживання тютюну».

В будівлях і на території дитсадків, шкіл, вузів, лікарень тощо палити заборонено вже давно, більш того, отруйний дим заборонений на відстані 15 метрів від входу до будь-яких громадських місць.

Тепер буде повністю заборонено палити в ресторанах, на залізничних платформах і в поїздах. У магазинах тютюнова продукція переміститься з чільних місць до окремих закритих боксів. А перед фільмами і передачами зі сценами куріння телебачення буде зобов'язане показувати соціальну рекламу про шкідливість тютюну.

Обіцяють також ввести штраф від 3000 до 5000 рублів за куріння в авто при дїтях, захищаючи їх від пасивного куріння.

Водночас активісти виборюють приміщення для куріння в аеропортах і поїздах далекого прямування. Останні, можливо, матимуть спеціальний вагон-курилку, обладнаний додатковими системами фільтрації. Але вартість обслуговування подібних приміщень буде включено до вартості квитка, який буде давати пасажирові не тільки право проїзду, але й право отруюватися у відповідних ядроізолюючих зонах.

А ось одне з приватних пасажирських автопідприємств міста Кемерово ще на початку 2013 року розвісило в автобусах оголошення: «Шановні пасажири! У разі куріння водія в салоні ви маєте право не оплачувати проїзд». Повідомляється про таку ж практику і в Оренбурзі. Водії, які проштрафилися, вносять до каси підприємства гроші зі своєї кишені.

**ФІНЛЯНДІЯ:** у цій країні, де закон про заборону куріння прийнято вперше у Європі, яскраво простежується зниження числа курців. Суттєво обмежено продаж, імпорт, а також місця реалізації тютюну. Перелік місць, де куріння заборонено і серйозно карається, — один з найбільших. Порушенням буде вважатися навіть незагашена сигарета в руках людини, яка йде повз школу. У 2010 році набув чинності найсуворіший антитютюновий закон у світі, який передбачає за куріння тюремне ув'язнення.

Середня вартість однієї пачки сигарет тут 7–12 доларів, а придбати їх можна тільки після особистого прохання — на прилавках сигарети і тютюнові вироби не лежать (такі ж вимоги законодавства у Швеції, Норвегії, Ісландії).

Сьогодні у Фінляндії чоловіків-курців 27%, жінок — 20%. До 2040 року країна планує повністю звільнитися від куріння.

**ШВЕЦІЯ** у числі інших скандинавських країн — лідер у боротьбі з тютюном. Курять 24% жителів країни.

Отруюватися заборонено практично скрізь: в орендованих автомобілях (не кажучи вже про громадський транспорт), майже в будь-якому приміщенні (навіть якщо від вулиці його відділяє лише перегородка — скляна, дерев'яна, сітчаста), у ресторанах, кав'ярнях — тільки в спеціально обладнаних кімнатах з витяжками.

У Швеції, як і у Фінляндії, всім співробітникам державних (а нерідко і приватних) організацій виплачуються премії, якщо вони кинули палити.

ніж на 15%, серед підлітків кількість курців не збільшується.

**АВСТРАЛІЯ:** з грудня 2012 року всі сигарети продаються в уніфікованих пачках без фірмових логотипів. Поки що обсяги продажів не знизилися, але один з найбільших тютюнових концернів Philip Morris вже оголосив про закриття заводу в Мельбурні до кінця 2014 року (виробництво переноситься у Південну Корею).

Згідно з офіційними даними, в Австралії у 2001 році курили 27,2% чоловіків і 21,2% жінок, а в 2012 році — 20,4% чоловіків і 16,3% жінок.

І наостанок — про країни, де боротьба з курінням ведеться, але, з різних причин, не дає поки що належного ефекту.

**ГРЕЦІЯ:** частка курців — 40% населення, і це дуже багато. Серед жінок курять 34%, серед чоловіків — 46%.

Боротьбу за бездимне повітря у Греції почали у числі останніх. З 1 вересня 2010 року там заборонено куріння в громадських місцях. Розмір штрафу — від 50 до 10000 євро.

**АВСТРІЯ:** у 2008 році тут курили близько 46% населення, і половину курців становили жінки. Кількість жінок-курців збільшувалася, що, мабуть, і стало приводом для прийняття досить жорстких законів.

З 2009 року у всіх барах і ресторанах площею більше 50 кв. метрів повинні бути окремі зони для куріння, причому місць для некурців повинно бути вдвічі більше, ніж для курців. У закладах меншої площі рішення про те, чи можна в ньому палити, — цілком на совісті власника. Але якщо куріння заборонено, то за порушення передбачено штраф від 1000 євро.

**ЧЕХІЯ:** курить близько 35% населення, але антитютюнові заходи досить слабкі: майже в будь-якому закладі громадського харчування можна димити. В Чехії прийнято розділяти зали для курців і некурців, але відвідувач, який отруївся тютюном, може повернутися до «некурського» залу і смердіти сигаретами...

Не можна палити в магазинах, банках, інших установах — але це стосується тільки відвідувачів, для співробітників є виділені місця для куріння.

Не можна в Чехії палити на автобусних і трамвайних зупинках — але можна поруч з ними. У поїздах окремих напрямків є вагони для курців, курять і на станціях, правда, подалі від входу до вокзалу.

**ІСПАНІЯ:** курять приблизно 33% чоловіків і 27% жінок. Поки що тут заборонено курити лише номінально: у громадських місцях (чого ніхто особливо не дотримується), музеях, а також у великих ресторанах (точніше, там повинні бути виділені зали для курців і некурців).

**БЕЛЬГІЯ:** курить понад 60% населення, серед жінок — близько 25%. Заборона куріння, введена у 2007 році і розширена в 2010, стосується лише закладів громадського харчування.

**ІНДІЯ:** антитютюновий закон прийнято в 2008 році. Тут заборонена реклама тютюнових виробів, у тому числі й шляхом продукт-плейсменту. Але, на жаль, поки що результатів ці зусилля не принесли, і в Міністерстві охорони здоров'я стурбовані зростанням пасивного куріння і рівнем смертності від нього.

Курять в цій країні близько 15% населення (чоловіки — 25%, жінки — 4%). Але з урахуванням загальної кількості жителів (1,2 мільярда) — це значна армія винищувачів свіжого тютюну.

**КУБА** — країна елітних сигар і Фіделя Кастро (сам він покинув палити ще в 1990-х, коли в нього почалися негаразди з легенями). В країні чудова система охорони здоров'я, що допомагає утримувати показники смертності від наслідків куріння на низькому рівні. Але факти невблаганні: найбільше тут помирають саме від раку легенів (курить більше половини населення).

З 2005 р. тут заборонено палити в громадських місцях: в магазинах, офісах, громадському транспорті і таксі, навчальних закладах, місцях масового скупчення людей, у тому числі в спортзалах, театрах і на стадіонах, а також в приміщеннях, де встановлено кондиціонери. Та серйозного зниження кількості курців в масштабах країни поки не спостерігається.

За матеріалами  
ne-kurim.ru, aviasovet.ru, forumint.biz,  
itar-tass.com, rg.ru, rt.com  
відомував О.А. Почекета

Продовжуємо публікацію книги «Слово — це Бог», яку написала Люція Павлівна Шичко-Дроздова про свого чоловіка — Геннадія Андрійовича Шичка, творця методу руйнування алкогольно-тютюнової залежності.

У день шістдесятиріччя Геннадія Андрійовича відправили на пенсію, але він не падав духом, продовжував вести активну громадську роботу...

Закінчилася попередня частина визнанням Люції Павлівни: «...Тоді я зрозуміла: розваги — це все-таки споживачтво. Людина отримує, і отримує дуже багато, і це необхідно. Але Геннадій Андрійович підійшов до тієї пори свого життя, коли для людини задоволенням вищого порядку є не отримувати, а — дарувати».

## СЛОВО — ЦЕ БОГ

Частина 4 (початок у №5 (10), вересень – жовтень 2013)

Влітку 1986 року його запросили провести заняття на Магнітогорському металургійному комбінаті. Я збиралася їхати на південь Одеської області, до мами. Тоді у мене боліли суглоби, і мені здавалося, що допомагає тільки південне тепло. Хотіла, щоб і Геннадій їхав зі мною на відпочинок, і ще раз завела цю розмову в поїзді під час прощання.

— Геннадію, в Магнітогорськ можна поїхати коли завгодно, а зараз літо, давай відпочинемо.

Він навіть якось стрепенувся, але зараз же немов приборкав себе. І трохи невпевнено промовив:

— Наближається ще й поїздка у Москву, а її не відкладеш.

Встав, попрощався і швидко вийшов з вагону. Майже за мить я вибігла на перон, щоб ще щось сказати, але він був уже далеко, йшов швидко, не озирюючись.

Жили ми дружно, любили одне одного. Геннадій Андрійович навіть рахував щасливі дні з моменту нашої зустрічі. Він говорив: «Хороші взаємини — запорука щастя, і людей треба вчити мистецтву спілкування». Планував написати книгу на цю тему.

Але дітей у нас не було, а без дітей, чесно кажучи, немає сім'ї, або вона неповноцінна. Діти — основа сім'ї. Тільки тоді Вітчизна багатіє.

Наша сім'я, хоч і без дітей, була сім'єю. Ми сердечно прив'язувалися до всіх, кого Геннадій Андрійович повертав, по суті, до життя. Вважали їх своїми дітьми. І таких дітей у нас багато розсіяно по землі. І дай їм, Бог, щастя. Я глибоко переконана, що Геннадій Андрійович прийшов у цей світ, щоб світ став трішки щасливішим. Він ніколи не говорив мені, що йому шкода людей, але я бачила — серце кров'ю обливалося у нього, коли він стикався з нещастями.

...У Магнітогорську, прямо на заняттях, відкрилася шлункова кровотеча. Це було несподівано, неймовірно. Шлунок він вважав найбільш надійним своїм органом, а тут на тобі. Виявляється, бувають виразки «німі», які до пори, до часу не дають про себе знати. А тут — фатальний збіг обставин. Тривала дорога, він їхав поїздом і, не вмюючи подбати про себе, мабуть, безладно харчувався. Коли приїхав, його пригостили вишнями, і він з'їв їх чимало, а потім мені казав: «Дуже кислі вишні на Уралі». Кислі вишні, та на голодний шлунок...

Операцію готували швидко, але ретельно. В ті короткі хвилини, коли до Геннадія Андрійовича поверталася свідомість, лікар не забула запитати, чи робили йому коли-небудь перели-



вання і чи пам'ятає він групу крові. Він сказав, що переливання робили, але давно, під час війни, а група крові друга. Лікар перепитала, чи точно друга, і знову послала кров до лабораторії. Повторний аналіз підтвердив другу групу, хоча в першому аналізі значилася четверта.

Пізніше Геннадій Андрійович казав, що він врятувався дивом. Справді, кровотеча могла відкритися в поїзді, в готелі, нарешті, лікар могла довіритися першому аналізу крові. І згодом Геннадій Андрійович всім, кому міг, настійно рекомендував мати в паспорті запис про групу крові.

Після операції доглядала за ним Валентина Андріївна, сестра Геннадія Андрійовича, і наші добрі друзі Долгополови. Я приїхала 16 серпня. Він швидко йшов на поправку. Невдовзі його виписали, і два тижні ми пробули у будинку відпочинку, розташованому в мальовничому куточку Уралу.

У перших числах вересня літак приземлився в Пулково. Йшов дрібний осінній дощ, і Геннадій жадібно втягував у себе цю мряку. Він був щасливий. Його настрої передався мені. А вже ми повернулися додому, а вдома, кажуть, і стіни допомагають!

Геннадій відразу включився у роботу. Зустрічався з членами клубу «Оптималіст», проводив заняття в ній групі та приймав іногородніх, а вони їхали і їхали здалеку, навіть з Камчатки. А ще треба було працювати над книгою, яку, нарешті, замовило видавництво.

В середині жовтня приїхав кінорежисер з Москви на предмет створення фільму. До розмови долучилася я:

— Добре було б зняти всі десять його занять з групою.

Він погодився.

— Фільми будуть працювати і працювати у великих, малих і величезних залах, — говорив захоплено Микола Валентинович Прибиловський, талановитий режисер, який зробив багато чудових фільмів і був, до речі, в той час вже директором однієї із столичних кіностудій.

Ми домовилися про приблизні терміни. Він запропонував розпочати роботу вже у жовтні, як тільки вирішиться питання зі знімальною групою. Я була на десятому небі, адже здійснювалася мрія Геннадія Андрійовича. Все було добре.

Вранці 31 жовтня він зібрався до поліклініки, та затримався, щось захоплено читав, і раптом — здавлений вигук:

— Швидко допомогіть!

Потім довго серце моє обривалося при вигляді «Швидкої»...

Лежачи на носилках в передпокої, він раптом сказав:

— Радість моя, а нам знову пощастило...

Я навіть розгубилася. Тільки що він відчував біль, якого не знав ніколи, тарілка була заповнена використаними ампулами, з обличчя щойно зійшла маска страждання і... «пощастило».

— А це ж могло статися в дорозі, за кермом.

Я уявила і злякалася. Миттєвий сильний біль стає домінуючим і відволікає людину від усього оточуючого.

Одного разу був такий випадок. Ми під'їжджали до Мінська. Раділи майбутнім зустрічам. Геннадій багато говорив про матір, і несподіваним нашим приїздом він хотів зробити їй маленький сюрприз. Ми вже були зовсім близько, ніщо не порушувало нашого радісного стану, як раптом Геннадій ні з того, ні з сього покинув кермо і почав швидко нишпорити по кишенях, шукаючи гребінець. Некерована машина з'їхала з асфальту, наближаючись до глибокої придорожньої канави. І коли праве колесо майже зіслизнуло у прірву, я крикнула: «Кермо!», — і крутнула його від себе. Добре, що не помилилася. Геннадій Андрійович повернувся до дійсності. Виявляється, оса заплуталася у волоссі. Він хотів визволити її, так вона вжалила в палець.

— Біль був такої сили, що я забув про все, не думав, де я, що треба робити, крім одного: гребінець! Його треба терміново знайти і вичесати осу. А укуси оси, між іншим, не такий вже і безневинний, — продовжував Геннадій. — В історії відомий випадок загибелі актора цирку. Він виступав з левом, в пащу якого довірливо клав свою голову. Одного разу щелепи зімкнулися, і тіло сміливця обм'якло. Виявилось, що лева прямо в ніс вжалила оса.

Іншого разу ми так само спокійно подорожували з друзями по Литві. На узбіччі стояли захоплені вирішенням власних проблем подружжя та дівчинка з м'ячем. Раптом, перед самим носом машини, дівчинка пустила м'яч на дорогу й побігла за ним. Гальмувати вже було пізно, і тоді Геннадій Андрійович різко повертає вліво, — здавалося, веде машину прямо під колеса зустрічного автобуса, — об'їхавши дівчинку, так само швидко вирулює вправо. Ми з автобусом розминулися буквально впритул. Все це сталося за лічені секунди, я тільки встигла глибоко вдихнути, а коли видихнула, все вже було позаду. Як укопані, стояли чоловік з жінкою, забувши причину своєї суперечки, і дівча з м'ячем на дорозі.

Тоді-то я оцінила високу майстерність і миттєву реакцію Геннадія і зрозуміла: справжній водій ніколи не наїде на людину. Швидше сам загине, а не наїде.

Я згадала ці випадки за кермом тому, що тоді ми були зовсім поруч з безоднею. І тепер раптом безодня дихнула на мене. І... відступила. Адже він затримався вдома, і біль знято, значить, все вже позаду, і нам дійсно знову пощастило, а це — лише випробування, чергове випробування.

Я заспокоїлася, і дорогою до лікарні ми говорили про невідкладне, про те, що треба зробити.

Його поклали в реанімацію, але в суботу і неділю не було лікарів, і сестри мене впускали. Я привозила необхідні йому матеріали. Він не мислив себе без роботи. Але час минав, і час життя його вже був майже вичерпаний...

(Переклад з рос.: О.А. Почекета. Далі буде)

## ТВЕРЕЗІ ВІСТІ

### Козятин, ВІННИЦЬКА область

Готується до друку ілюстрована книга «Ф.М. Калінчук: тисячі людських "дякую"», яку написала, зібравши спогади та відгуки більш ніж 100 учнів Федора Михайловича, голова ГО «Твереза Козятинщина» Наталія Юхимець. Презентація книги відбудеться під час Всеукраїнського з'їзду тверезницького руху, який проходитиме неподалік від м. Ладижин Вінницької області з 12 по 20 липня 2014 року.

natasha\_yuhymets@mail.ru

### ЖИТОМИР

**19 лютого — 23 квітня** Голова ЖОГО «Тверезий Житомир» Павло Васильович Коваль провів курс лекцій з собріології. Заняття проводилися щосередини на базі Обласного центру здоров'я і спортивної медицини. Зустрічі були спрямовані на поглиблення тверезницьких знань серед Житомирян. Найбільш відповідальні слухачі будуть рекомендовані до вступу в організацію.

Людмила Лобачова, www.trezvo.zt.ua

### ХАРКІВ

**12 квітня** координатор руху «Твереза Україна» у Полтавській області плавець Сергій Кірчик і лідер громадської організації «Тверезий Житомир» Павло Коваль взяли участь у напівмарафонському забігу (21 км), пробігши дистанцію, відповідно, за 1:40:56 (105 місце) і 1:41:27 (110 місце з 506 учасників). Мер Харкова Геннадій Кернес зайняв в забігу 137 місце. Хлопці отримали величезне задоволення від прийому харківських глядачів і наочної пропаганди тверезого способу життя. Обидва тверезих легкоатлета запланували повторити забіг 27 квітня в Києві.

kirchuk@gmail.com

### СІМФЕРОПОЛЬ

**8 квітня** у бібліотеці імені І.Я. Франко пройшов інформаційний захід, присвячений Всесвітньому дню здоров'я. Голова ГО «Тверезий Крим» Сергій Козуля розповів учням шкіл і училищ міста про шкідливість куріння в лекції «Тютюн — дозволений наркотик», а завідувач електронним читальним залом бібліотеки О.Г. Мішеніна провела слайд-урок «Екологія здоров'я», який змусив молоде покоління ще раз задуматися про руйнівний вплив психоактивних речовин на організм людини, про користь здорового способу життя.

www.sobriety.in.ua

### Славутчина, ХМЕЛЬНИЦЬКА область

**1–7 квітня** координатор руху «Твереза Україна» у Черкаській області Ю.Г. Оробець провів 11 лекцій у навчальних закладах району. Він відвідав школи №2, №3, №4, педагогічний лицей та лицей «Успіх» у місті Славута, школу №1 і №3 міста Нетішин, а особливо пам'ятною стала зустріч з батьками у школі села Жуків. Записано нові програми на Славутському та Нетішинському телебаченні. Славутчани вже давно знають Юрія Григоровича як людину, яка переконливо та яскраво несе людям, особливо молоді, світло знань про тверезий спосіб життя.

М.О. Караван, www.slavuta.tverezia.info

### ЛЬВІВ

**23–26 березня** активісти ГО «Твереза Галичина», руху «Твереза Україна» та «Автономний Опір» влаштували низку антиалкогольних рейдів з метою припинення незаконної торгівлі алкоголем у центрі міста. Складено протоколи про адміністративні правопорушення. Якщо місцева міліція не припинить несанкціоновану торгівлю, активісти готові звернутися до центральних органів влади, адже місцеві підприємці не припиняють продавати алкоголь дітям! «Рано чи пізно і їх бандитській імперії настане кінець» — запевняють вони.

Зіновій Станішевський, batyar4@ukr.net

### Макіївка, ДОНЕЦЬКА область

**17–19 березня** координатором Всеукраїнського громадського руху «Твереза Україна» у Донецькій області Євгеном Вікторовичем Черноусом було здійснено показ фільмів «Секрети маніпуляції — алкоголь» та «Технологія споживання» у загальноосвітній школі №36 для учнів 7–9 класів.

chernous89@mail.ru

### СІМФЕРОПОЛЬ

**10 березня** активісти ГО «Тверезий Крим» взяли участь у всеукраїнському благодійному проєкті «Тижень добрих справ». Кримські тверезники висаджували на території школи-інтернату для дівчат фруктові дерева, встановлювали лави. Багаторазовою командою працювала дружно, чого можна побажати і нашим політикам. Адже тільки спільними зусиллями ми зможемо зробити світ кращим!

www.sobriety.in.ua

### ЛЬВІВ

**9 березня** ГО «Твереза Галичина» провела у бібліотеці-філії №18 інтелектуально-творчий захід, присвячений 200-й річниці з дня народження Т.Г. Шевченка. У заході взяли участь близько двадцяти осіб. Історик Ярослав Стасів крім усього іншого наголосив, що за все життя Тараса Григоровича завжди і скрізь бачили тільки у тверезому стані.

Оксана Устрицька, kseniya14@ukr.net



Люція Павлівна Шичко-Дроздова (фото з сайту ivandrozdov.ru)

## ТОЧКА ЗОРУ

## В благому завязті моральнім...

На зборах тверезників, сайтах тверезницьких організацій, в їхніх газетах і бюлетенях часто можна почути і прочитати нарікання, що пропаганда тверезості проводиться недостатньо енергійно і ефективно. Особливо багато ентузіастів пориваються до шкіл. Їм здається, що вони можуть розповісти школярам щось зовсім нове й докорінно змінити їхню свідомість.

Однак ще в 1990-х роках видатний вчений, автор енциклопедії про тютюн (Табак и здоровье. Киев. 2004, 224 с.) Костянтин Сергійович Красовський попереджав, що окремі «дитячі» програми агітації проти алкоголю, тютюну тощо частіше за все виявляються контрпродуктивними. Сам факт приходу «всезнаючого наставника» до «нерозумних дітей» викликає відторгнення, бажання довести, що й «самі не в тім'я биті» і хто насправді розумніший.

У зв'язку з цим Ханс Фек'єр (автор книги «Алкоголь та інші наркотики: магичні чи хімічні речовини?») вказував, що вживання інтоксикантів багато дітей і розглядають як доказ своєї дорослості. І той факт, що саме юним споживачам алкоголю і тютюну приділяється підвищена увага, що їх з такими зусиллями намагаються умовити «кинути», силоміць залучаючи при цьому до розмови й тих їхніх однолітків, котрих інтоксиканти поки що не принадили, частіше за все це більше перекоонує юних п'яниць і курців, що вони досягли своєї мети, довели свою дорослість і самостійність.

Можливо, деяку користь і принесли б такі бесіди, якби застосовувались як покарання. Попавши школяр, припустимо, на курінні тютюну — вислухай, будь ласка, лекцію про шкідливість для здоров'я цього виробу. Подібна практика існує в США та деяких інших країнах.

Але ні в якому разі не можна розглядати всіх школярів як однорідну масу дурних і зіпсованих недорослків, що тільки й мріють випити і закурити. Таке ставлення у багатьох з них спровокує бажання протестувати, навмисне робити те, що так посилено радять не робити.

Додам, що в багатьох школах загальнообов'язкові лекції «про шкідливість» уже проводяться. Часто це роблять функціонери псевдотверезницьких організацій, що представляють корпоративні інтереси лікарів-наркологів.

Вони більш-менш правдиво розповідають про шкідливість для здоров'я від вживання нехороших виробів, але й не забувають додати, що «від цього буває ейфорія».

Ясно, що у багатьох слухачів бажання легко отримати ейфорію прямо зараз може побування захворіти через 20 років.

А крім «позапрограмних бесід» є ще й звичайні уроки літератури, історії, географії. Про поетизацію шкідливих речовин сказано багато. Тут лише зазначу, що навіть «проходження» літературних творів, автори яких захоплено оспівують те, до чого ентузіасті тверезницького руху намагаються викликати відразу, навряд чи допомагає школярам отримати правильне уявлення про інтоксиканти. Як вже відзначала газета «Твереза Україна», обмежень на їхню рекламу і пропаганду в Україні наразі замало.

Як кореспондент українського часопису для школярів «Однокласник», закликаю всіх особливо вдумливо поставитись до проблеми, пов'язаних з інтоксикацією значної частини нашої молоді, відмовитись від наскоків на школи, що й без того підпадають під найрізноманітніші впливи. Багатьом ентузіастам не завадило б для початку добре вивчити ці питання «для себе». Зокрема, ознайомитись з чудовою літературою, що її видає Український інформаційний центр з проблем алкоголю і наркотиків.

Юрій Спіридонов, speer2013@yandex.ua

Урок тверезості № 3  
ІСТОРІЯ ТЮТЮНУ І БОРОТЬБА З КУРІННЯМ

(Урок № 1 опубліковано в № 3(8), урок № 2 — у № 6(11))

На уроці необхідно показати, що тютюн — досить недавнє і сумнівне «надбання» людства, обумовлене помилкою більшості і жагою прибутку меншості.

## Мета уроку

Навчальна — ознайомлення з історією тютюну та боротьби з курінням. Виховна — формування негативного ставлення до куріння. Розвиваюча — розвиток умінь аналізувати інформацію та брати участь у груповому обговоренні.

## Хід уроку

Давайте пригадаємо, про що ми говорили на минулому уроці.

**?** Чи правда, що наш народ «завжди пив»? Коли почалася історія споживання народів Російської імперії? Як? Чому? Хто був зацікавлений у споживанні народу?

Тепер поговоримо про тютюн. Давайте з'ясуємо, коли і як куріння проникло до життя та побуту людей.

**Д** Послухаємо доповідь, підготовлену учнями на тему «Історія тютюнопаління». (Хто бажає доповнити? Вчитель повідомляє не озвучені факти.)

Звичай курити тютюн потрапив у Європу з диких племен. Вважається, що сталося це після експедиції Колумба.

**?** Згадайте, хто такий Христофор Колумб? (Адмірал іспанського флоту, у пошуках нових шляхів до Індії «помилково» відкрив Америку.) В якому році це сталося? (У 1492 р.)

По дорозі до Америки він потрапив зі своєю командою на групу островів, які отримали назву Західно-Індійських.

Зійшовши на берег, він виявив, що аборигени (яких Колумб називав індіанцями) курять значних розмірів трубки, скручені з листя якоїсь рослини, випускаючи з рота клуби диму. Це були первні «сигари», які самі індіанці називали «табакос».

Спочатку тютюн курили тільки моряки, портові робітники, люди аморальної поведінки й кримінальні елементи. Однак незабаром куріння стало популярним і серед вищих класів іспанського та португальського суспільства. Це пов'язано з ім'ям Жана Ніко, сина бідного нотаріуса, який завдяки своїй працьовитості й таланту потрапив до аристократії.

Експериментуючи з вирощуванням тютюну в садах Лісабонського палацу, він став вивчати лікувальні властивості тютюнових листків. Він вилікував одного з своїх знайомих, що мав хворобу носа, компресами зі свіжого тютюнового листа. Потім пані з дефектами шкіри подібним чином звільнив від абсцесу на щоці. Шлях до популярності для Ніко, а разом з ним — і для тютюну був відкритий.

**?** Як ви думаєте, чи впливає з того, що компреси з тютюнового листа виявилися лікувальними, висновок про користь куріння? (Ні, тому що сире листя тютюну, яке застосовують зовнішньо, не можна порівнювати з вдиханням тютюнового диму при курінні. Не будемо ж ми їсти мазь, призначену для зовнішнього застосування!)

Після цього тютюн почали вирощувати у всіх королівських садах, а потім і по всій Франції, звідки він поширився в інші країни. До кінця XVI століття куріння проникло до Іспанії, Португалії, Франції, Англії і Голландії. Тридцятирічна війна сприяла розповсюдженню куріння в Німеччині та Швеції. До Русі тютюн був завезений англійськими купцями у 1585 році.

Не можна сказати, що він безперешкодно проникав усюди. У низці країн,

наприклад, в Італії, тютюн було оголошено «забавою диявола». Задля повчання нащадків п'ятеро монахів, звинувачених у курінні, були живцем замуrowані в монастирській стіні. А в Англії за указом Єлизавети I (у тому ж 1585 р.) курців прирівнювали до злодіїв і водили вулицями з мотузкою на шії.

Уряди інших країн теж вели боротьбу з курінням. Застосовувалися різні покарання, іноді досить жорстокі. Наприклад, у XVII столітті турецький султан Мюрад IV заборонив продаж тютюну, торговцям-порушникам відрубували голову, а тіло залишали на вулиці як наочне попередження.

Куріння тютюну, а також його застосування в якості ліків часто викликало важкі отруєння, що нерідко закінчувалося смертю. Англійський король Яків I оголосив куріння шкідливим і негідним цивілізованої людини заняттям. Свою знамениту працю «Про шкідливість тютюну», опубліковану у 1604 році, король закінчив словами: «...звичка, бридка для мозку, небезпечна для легенів». Це була перша популярна книжка про шкідливість куріння. А в 1761 році з'явився перший клінічний опис випадку раку, викликаного тютюном.

У Росії в часи правління царя Михайла Федоровича звинувачених у курінні вперше карали 60 ударами палиць по стопах, вдруге — відрізанням носа чи вух. Після спустошливої пожежі в Москві у 1634 році, причиною якої виявилось куріння, воно було заборонено під страхом смертної кари. У часи Олексія Михайловича, сина Михайла Федоровича, в спеціальному «Укладенні» 1649 року було «велено всіх, у кого буде знайдено богомерзенне зілля, катувати і бити на козлі батогами, поки не зізнаються, звідки зілля отримано». Приватних торговців тютюном було наказано «шмагати, висилати у далекі міста».

**?** Чому, незважаючи на заборони, продовжували продавати тютюн? (Тому що це приносить прибуток.)

Плантатори, фабриканти й купці отримували величезні прибутки від торгівлі сигарами і цигарками. Створювалася справжня індустрія тютюнових виробів. А шкідливі властивості тютюну до XIX століття практично не були вивчені, і лікарі нічого не могли протиставити поганому прикладу куріння. Звичка ж ця підкріплювалася потужною рекламою різного роду курільних трубок та іншого «приладдя» курців.

Торгівля тютюном не скорочувалася, прибутки значно зростали. Цей факт змусив багато урядів змінити своє ставлення до тютюну і використовувати його як джерело поповнення скарбниці.

Так, торгівлю тютюном і куріння в 1697 році було дозволено у Росії. Це відбулося в період царювання Петра I, який сам став затятим курцем після своєї подорожі до Голландії. Більше того, він всіляко схиляв до куріння своє оточення і дозволив вільне ввезення тютюну з-за кордону, наклавши, щоправда, на нього високе мито.

У Західній Європі сигарети почали набувати популярності з часів Кримської війни (1854–1856 рр.). Англійські і французькі офіцери привозили сигарети, куплені у турків.

США: у 1890 р. у 26 штатах було заборонено продаж сигарет неповнолітнім (в деяких штатах — до 24 років). Багато з них незабаром пішли далі: починаючи зі штату Вашингтон у 1893 р., при-

наймні в 14 штатах повністю або частково заборонили збут, виробництво, зберігання, рекламу і куріння сигарет. Ще в 21 штаті і території обговорювалися подібні заборони. Головними активістами цієї кампанії були бізнесмени, які вважали, що сигарети сприяють зростанню злочинності і зниженню продуктивності праці робітників. Зокрема, проти куріння виступив Генрі Форд у статті «Справа проти маленького білого рабовласника» (The Case Against the Little White Slaver), а також Томас Едісон.

Перша Світова війна призвела до цигаркового буму: і в Російській імперії, і в багатьох західноєвропейських країнах військовослужбовцям безкоштовно роздавали сигарети (їх включили до складу солдатського та офіцерського пайка).

**?** Як ви думаєте, навіщо? (Щоб у солдатів сформувалася потреба купувати тютюнові вироби в майбутньому. Безкоштовний сир тільки в мишоловці.)

В період з 1918 до 1920 року випуск тютюнових виробів у СРСР скоротився, але вже до 1928 року він досягнув дореволюційного рівня. Шкідлива звичка — курити — хоча і не схвалювалася, але й не була суворо заборонена в радянських республіках.

Ще в 1950-х з'явилися перші наукові публікації про шкідливість тютюну а в 1960 році — попередження про це на пачках. Було досягнуто й інших успіхів у боротьбі з курінням.

1980-ті роки характеризувалися початком глобального наступу на тютюн: податки на нього в США і країнах Західної Європи зросли за цей період на 85%. У 1990-х тютюновому капіталу довелося неабияк потіснитися після серії успішних судових процесів проти тютюнових фірм, які виграли звичайні громадяни.

У 1994 році Канада стала однією з перших країн світу, де заборонили куріння на внутрішніх і міжнародних рейсах усіх авіакомпаній. Представник компанії «Air Canada» повідомив, що вона щорічно заощаджує 900 000 доларів (на всіх авіарейсах) на прибирання літаків.

Тютюнові магнати, яких виганяли з США та Європи, знайшли ринок збуту в Україні та Росії. З початку 90-х років у нас почалося небувале поширення куріння, яке вдалося зупинити лише після ратифікації Україною у 2006 році Рамкової конвенції ВООЗ по боротьбі проти тютюну (РКБТ). Зараз ситуація поступово поліпшується. Скорочення поширеності куріння стало одним з факторів зменшення смертності в Україні за останні кілька років (див. www.center-life.org).

Таким чином, тютюнопаління в історії Європи і, зокрема, України є відносно недавнім «надбанням» і нараховує всього кілька століть. В середині XX століття складно було зустріти жінку, яка курить.

Сьогодні куріння залишається лихом нерозвинених країн. Західна Європа планує до 2020 року повну ліквідацію виробництва і продажу сигарет.

## ВИСНОВКИ:

1. Знайомство з тютюном є нещасним випадком в історії людства.

2. Масовості куріння набуло протягом останніх 300–500 років. Провідну роль у його поширенні відігравали комерційні інтереси певних соціальних груп.

3. Тютюн (нікотин) викликає звичку і згубну пристрасть (залежність).

Публікується за виданням: *Трезвий образ життя / ред. Козуля С.В. — Симферополь, 2013. — 72 с. Переклад з російської: Д.І. Бачурський*

## Запитуйте тверезницькі матеріали у Вашому регіоні:

Київ: (063) 0654575  
Біла Церква: (097) 9690403  
Яготин: (099) 2259017

Вінниця: (067) 7266191  
Козятин: (063) 6653813  
Ладизин: (067) 7115678  
Дніпропетровськ: (068) 4453749  
Кривий Ріг: (093) 9393203  
Житомир: (097) 7620349  
Бердичів: (067) 7647875  
Нов.-Волинський: (098) 5995189

Запоріжжя: (097) 7808330  
Івано-Франківськ: (067) 7353589  
Болехів: (093) 9497680  
Луганськ: (050) 8039019  
Алчевськ: (095) 1785298  
Краснодон: (095) 4076008  
Стаханов: (095) 1743211  
Луцьк: (050) 6271033

Камінь-Каширський: (096) 8709291  
Львів: (093) 7277080  
Дрогобич: (096) 6583376  
Миколаїв (Львівська): (063) 7277733  
Стрий: (096) 2039312  
Червоноград: (095) 4959328  
Одеса, Южне: (063) 9385262  
Татарбунари: (067) 9922416

Полтава: (095) 8820439  
Кременчук: (096) 3713462  
Рівне: (096) 5733424  
Здолбунів: (097) 8830805  
Мізоць: (096) 5127755  
Оржів: (096) 4940538  
Сімферополь: (050) 3973667  
Суми, Глухів: (097) 8372233

Тернопіль: (098) 9234073  
Харків: (096) 0818371  
Хмельницький: (067) 3809025  
Славутич: (097) 2374547  
Черкаси: (067) 4901159  
Сміла: (095) 4214275  
Чернівці: (098) 6161008  
Чернівці: (096) 6161008  
Ужгород: (099) 4373686  
Іршава: (050) 1052439  
Мукачеве: (066) 7643776