



К свободе призваны вы, братья, только бы свобода ваша не была поводом к угождению плоти...» (Гал. 5:13)

#### ЧИТАЙТЕ:

Федеральный проект «Формирование здорового образа жизни»

Форум трезвенников Татарстана ..... стр. 2

Новости от БФ «Диакония», ..... стр. 3

о. Александр Гаврилов о реабилитации наркозависимых ..... стр. 3 и 6

Клуб «ВОСХОЖДЕНИЕ» и группы взаимопомощи Поздравления с Днём рождения

Координационный центр Петербургской Епархии ..... стр. 4

Истории выздоровления через группы Нар-Анон ..... стр. 5 и 6

МБОУ «Благодать»: реабилитация нарко-алкозависимых ..... стр. 6

Праздник «День Российского Флага»

Фестиваль «Ладоград-2017», продолжение

Социальные партнёры ..... стр. 7

КСД «Трезвая лига» зажигает ..... стр. 8

ОБЩЕСТВЕННО-ПОЛИТИЧЕСКАЯ ГАЗЕТА

# Свободная страна

№ 15-16 (142-143) • 2017

Сайт Межрегиональной Ассоциации НКО по решению проблемы наркомании и алкоголизма «СЕВЕРО-ЗАПАД»  
<http://a-severo-zapad.blogspot.com>



ФОНД РАЗВИТИЯ И ПОДДЕРЖКИ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА

#### ПОДВЕДЕНЫ ИТОГИ АНТИНАРКОТИЧЕСКОЙ ОПЕРАЦИИ «МАК»

На территории Санкт-Петербурга и Ленинградской области проведён первый этап комплексной оперативно-профилактической операции «Мак».

Операция направлена на предупреждение, выявление, пресечение и раскрытие правонарушений в сфере незаконного оборота наркотических средств растительного происхождения, а также ликвидацию незаконных посевов и очагов произрастания дикорастущих растений, содержащих наркотические средства.

Первый этап операции проводился с 13 июня по 15 июля 2017 года. За этот период сотрудниками ГУ МВД России выявлено около 400 преступлений, связанных с незаконным оборотом наркотиков растительного происхождения.

В ходе указанных мероприятий задержаны более 300 граждан в связи с совершением преступлений, связанных с незаконным оборотом растительных наркотиков. Возбуждено порядка 220 уголовных дел и составлено около 200 административных протоколов. В результате операции изъято около трех килограммов растительных наркотиков.

Пресс-служба ГУМВД по Санкт-Петербургу и Ленинградской области

## III ФОРУМ-ФЕСТИВАЛЬ РАЗВИТИЯ ТЕРРИТОРИЙ И ПРИРОДОСБЕРЕГАЮЩЕГО МИРОВОЗЗРЕНИЯ «ЛАДОГРАД-2017» В ГОСТЯХ У ФЕСТИВАЛЯ «САМ» – САМОЙ АКТИВНОЙ МОЛОДЁЖИ

Этим летом III Форум-фестиваль развития территорий и природосберегающего мировоззрения «Ладоград-2017» стал передвижным форумом-фестивалем и прошёл на территории будущего объединения фермерских хозяйств (фермерского инкубатора), вблизи реки Каваша, где проходил 8-й фестиваль САМ – Самой Активной Молодёжи!

Мы познакомились с участниками 8-го фестиваля Самой Активной Молодёжи (САМ), где в течении трёх дней была насыщенная активностью и молодецкой удалой программа. Команда Ладограда дополнила фестиваль «САМ» локацией с экстремальными практиками, направленными на устранение страхов и психологических «блоков» (хождение по стёклам, состояние на ножах и гвоздях, лежание на

доске с гвоздями), небольшой веревочной трассой; культурной, огненной и музыкальной программой. Участники так же смогли посетить «Логово Лешего» – импровизированный передвижной штаб, где смогли помастерить из дерева и познакомиться с основами создания образовательных игр 21-го века.

Традиционно присутствовала и деловая программа. Нас посетил постоянный спи-

кер «Ладограда» профессор, доктор экономических наук, кандидат технических наук, представитель авторского коллектива Концепции Общественной Безопасности Виктор Алексеевич Ефимов, а также председатель Союза борьбы за народную трезвость, профессор Владимир Георгиевич Жданов.

Виктор Алексеевич выступил с лекцией «Молодёжь и точки выхода из вредоносной матрицы». Необходимо отметить, что вопросы задавали не только люди, знакомые с Концепцией Общественной Безопасности, но и люди впервые услышавшие об этом, в особенности было много вопросов от совсем маленьких участников (до 12-ти лет), что может только радовать.

Чуть позже Владимир Георгиевич выступил с развёрнутой лекцией «Отрезвление России – Общее дело» и кратким экскурсом пошагового восстановления зрения естественным образом.

Можно сказать, что распределение людей, знакомых с данной информацией, к людям, кто впервые услышал её было около 30 к 70%. Вопросы здорового и трезвого образа жизни, а так же концептуальной грамотности вызвали большой интерес у аудитории! Актуальные темы позволили участникам задуматься над своим выбором в жизни касательно вредных программ и деструктивных привычек в пользу осознанного и трезвого образа жизни – естественного состояния человека.

Получился интересный опыт, где два различных, но чем-то схожих мероприятия смогли поучиться взаимодействовать вместе. Всё прошло дружно и продуктивно.

Впереди ожидаются мероприятия, в которых мы приглашаем принять участие всех желающих:

1. Хороводы России – 15 августа 2017 года, [www.vk.com/horovod2017](http://www.vk.com/horovod2017)
2. ЗдравФест 19-28 августа 2017 года [www.vk.com/zdravfest\\_russia](http://www.vk.com/zdravfest_russia)
3. Молодёжный сектор на Форуме «АГРОРУСЬ-2017».

Регистрация: [www.vk.cc/6Vdff4](http://www.vk.cc/6Vdff4)

Всё больше мероприятий, которые поднимают актуальные вопросы и решения бережного отношения друг к другу и к сохранению природы. По нашему мнению, именно в консолидации, объединении таких сил кроется недостающая составляющая верных, правильных перемен в обществе, которые уже назрели и готовы воплотиться.

Воплотятся через действия каждого из таких движений, каждое из которых внесёт свою лепту в настоящее и ясное будущее последующих поколений.

Летопись форума-фестиваля и переплетения дружественных проектов можно увидеть во встрече: [www.vk.com/ladogradfest](http://www.vk.com/ladogradfest). Сайт: [www.ladograd.info](http://www.ladograd.info), почта: [info@ladograd.info](mailto:info@ladograd.info)

Алексей ГОРШКОВ, руководитель форума «ЛАДОГРАД», моб. телефон: 8-911-167-94-11



# 10-я ВСТРЕЧА ТРЕЗВЕННИКОВ ТАТАРСТАНА И ПРИВОЛЖСКОГО ФЕДЕРАЛЬНОГО ОКРУГА РФ «БАГРЯЖ-2017»

**10-я встреча трезвенников Татарстана и Приволжского федерального округа РФ состоится на базе отдыха «Литейщик» 25-27 августа 2017 года (Боровецкий лес, г. Набережные Челны, на берегу реки Кама).**

Сбор участников встречи около Дома культуры КАМАЗа с 14 до 15 часов 25 августа, отъезд на базу в 15 часов. Открытие встречи в 18 часов. Проживание в двухэтажных комфортабельных домиках (деревянных) по 8

человек (4 человека на первом этаже, 4 человека на втором этаже). Плата за проживание 250 рублей в сутки, за двое полных суток 500 рублей, организационный взнос 200 рублей, итого 700 рублей. Плата за стоянку машины 50 рублей в сутки. В домиках есть электричество (электрочайник можно привезти), также есть мангалы для шашлыка, баня (за отдельную плату).

Программа встречи составляется, приглашаются соратники (трезвенники), а также люди, которые выбирают трезвый здоровый образ жизни. Территория базы



объявлена территорией без алкоголя и табака, других наркотических веществ. Телефоны для связи с организаторами: +7-919-645-14-29 (С.В. Коновалов); +7-917-933-89-86 (В.И. Орехов). Питание за свой счёт.

**Сергей Владимирович КОНОВАЛОВ,**  
президент Регионального благотворительного общественного фонда «Трезвость» РТ,  
тел.: +7-919-645-14-29; Skype: Konovalovserg,  
сайт: <http://www.fund-sobriety.com/>

## РОСПОТРЕБНАДЗОР ПРИЗВАЛ УСКОРИТЬ ВВЕДЕНИЕ ЗАПРЕТА НА КАЛЬЯНЫ И ВЕЙПЫ В КАФЕ

Глава Роспотребнадзора Анна Попова предложила как можно скорее запретить использование кальянов и вейпов в кафе, барах и ресторанах.

Попова уточнила, что именно ее ведомство предложило ввести это ограничение.

Источник:  
<https://www.kommersant.ru/doc/3379359>

10-я ВСТРЕЧА ТРЕЗВЕННИКОВ ТАТАРСТАНА И ПРИВОЛЖСКОГО ФЕДЕРАЛЬНОГО ОКРУГА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ «БАГРЯЖ - 2017»  
Общественный фонд Трезвость Набережно-Челнинский филиал  
**25; 26; 27 августа 2017 года**  
База отдыха «ЛИТЕЙЩИК», Боровецкий лес на берегу реки КАМА  
Сбор около Дома Культуры Камаза с 14 до 15 часов, в 15 часов, отправка на базу  
Телефоны организаторов: +79196451429; +79179338986  
**Открытие 25-го августа в 18-00**  
Набережные Челны  
Проживание 2 суток плюс организационный взнос - 700 рублей, домики двухэтажные на 8 человек (4 чел - первый этаж, 4 чел - второй этаж), стоянка для машины - 50 рублей сутки

## КОММЕНТАРИЙ

# О ФЕДЕРАЛЬНОМ ПРОЕКТЕ «ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ»

Такие документы, как правило, готовятся без вынесения на широкое общественное обсуждение, поэтому о реальном их наполнении можно пока только догадываться. Тем не менее, по уже опубликованной информации можно делать кое-какие оценки и выводы.

1. Судя по целевым показателям и прописанным конечным результатам в паспорте программы, основное внимание будет уделяться вопросам снижения потребления алкогольных и табачных изделий, занятию физкультурой и спортом, правильному питанию, а также вопросам сохранения репродуктивного здоровья (сокращение абортов) и повышению приверженности вакцинации.

2. Основными инструментами реализации программы будут просветительские мероприятия с использованием системы образования, СМИ, социальной рекламы и проч. Хотя, скорее всего, в отношении алкогольных и табачных изделий будут реализованы и другие меры административного и экономического характера («Разработаны дополнительные меры, направленные на снижение потребления табачной и алкогольной продукции, электронных сигарет и кальянов»).

3. Значительная часть средств в рамках программы будет предоставлена некоммерческим организациям, для чего будут разработаны дополнительные нормативные документы, а основной конкурс по реализации проектов будет проведен через год.

4. В качестве целевых показателей по снижению потребления табачных изделий указана «распространенность потребления табака среди взрослого населения (%)». Базовый показатель – 32%. Ставится задача снижения с 30,5 % (в 2017 г.) до 27,0% к 2025 г. Соответствуют ли эти целевые показатели остроте проблемы? Например, в Великобритании сегодня показатель распространённости курения среди мужчин и женщин ниже 20%. Кроме того, почему-то отсутствует другой важный и объективный показатель – продажа и потребление табачных изделий (сигарет) в абсолютном выражении и на душу населения.

5. По алкогольным изделиям целевые показатели обозначены, прямо скажем, «средние». Дело в том, что уже согласно «Концепции реализации государственной политики по снижению масштабов злоупотребления алкогольной продукцией и профилактике алкоголизма среди населения Российской Федерации на период до 2020 года», утверждённой 30.12.2009 г., к 2020 году уровень среднедушевого потребления

**7 августа 2017 года на сайте Правительства РФ появилась информация об утверждении паспорта приоритетного федерального проекта «Формирование здорового образа жизни», который будет реализован в период 2017-2025 годов. Проект, наряду с другими, был рассмотрен на заседании президиума Совета при Президенте России по стратегическому развитию и приоритетным проектам, который проходил под председательством Д. Медведева, ещё 26 июля. [government.ru/](http://government.ru/)**

алкогольных изделий в России должен сократиться на 55% от уровня 2009 года. Если исходить из озвученных тогда (Д. Медведевым) 18 литров этанола на душу населения, то сокращение на 55% к 2020 году, как раз и должно составить те самые 8 литров. Которые теперь предполагается достичь лишь к 2025 году. Правда, есть и ещё один нюанс: идёт ли речь о легально продаваемой продукции или же о всей, включая контрафакт, самогон и проч. В любом случае, сокращение потребления спиртного с текущих 10 литров, как указано в паспорте проекта, до 8 литров к 2025 году нельзя назвать амбициозной задачей.

6. Вообще, не очень понятно, почему в проекте речь идёт о 8 литрах этанола. Возможно, это связано с рекомендациями Всемирной организации здоровья, в которых порог среднедушевого потребления в 8 литров обозначается как «опасный». Но это совершенно не означает, что «безопасным» является уровень потребления ниже 8 литров! Статистика всех социально значимых показателей (смертности, заболеваемости, преступности и проч.), связанных с употреблением алкогольных изделий, в последние годы в России, показывает устойчивое сокращение. И это связано, прежде всего, с сокращением объёмов потребления спиртного. Это означает, что каждый литр снижения потребления алкоголя будет влечь сохранение тысяч жизней. Поэтому на 8 литрах останавливаться нельзя! Остаётся надеяться, что 8 литров – это уровень, «не выше которого».

7. Судя по контрольным срокам реализации проекта, указанным в паспорте, к 1

октября 2017 года правительство РФ должно подготовить «первый пакет предложений нормативных правовых актов, направленных на введение дополнительных мер по снижению потребления табачной и алкогольной продукции». А к 1 февраля 2018 года должны быть приняты соответствующие «решения». Что это означает? Поправки в законы, регулирующие оборот алкогольных и табачных изделий, с направлением соответствующих проектов в Государственную думу? Действительно, в министерствах и ведомствах правительства РФ в настоящий момент продолжается подготовка, возможно – диаметрально противоположных предложений, по дальнейшим ограничениям. Отголоском такого противостояния является озвучивание предложения Минздрава РФ по прекращению продажи спиртного в выходные дни. Кстати, эта практика имеет место в странах Северной Европы.

8. Пока нет возможности оценить содержание просветительских и пропагандистских материалов, направленных на формирование здорового образа жизни, прежде всего – по отношению к алкоголю и табаку. Можно отметить, что в паспорте проекта исчезли такие «анахронизмы», присутствующие в предыдущих документах, как «ЗЛОупотребление алкогольными изделиями». В то же время в комментарии к обсуждению проекта министра здравоохранения РФ В. Скворцовой, размещённого на сайте Правительства РФ, продолжает звучать тезис о «неумеренном потреблении» спиртного, предполагающий некую «норму» потребления. Поэтому будут ли эти материалы (фильмы, социальная реклама и

прочее) ориентировать граждан на трезвость, как безалкогольный образ жизни, или же будут прививать «культуру питья», не известно. Можно быть уверенным, что вокруг этого принципиального вопроса ещё будут происходить жаркие баталии. Связаны они не только с идеологией проекта, но и с тем, кто получит немалые средства на реализацию проектов: сторонники трезвого образа жизни или так называемые «культурнопитейщики».

9. В значительной степени, идейное содержание проекта «Формирования здорового образа жизни» именно в части решения алкогольной проблемы будет определяться другим документом Минздрава РФ – «Концепцией стратегии здорового образа жизни», который пока ещё окончательно не утверждён, и с нетерпением ожидается как общественностью, так и бизнес-сообществом.

10. В целом, в ближайшие годы в России будет происходить реализация очередного этапа антиалкогольной и антитабачной кампаний, которые могут существенно повлиять на все стороны жизни общества. Какой вариант, в итоге, будет реализован: радикальный или инерционный? Или же, вообще, произойдет откат в антиалкогольной и антитабачной политике, что имело место, например, в конце 1980-х годов в СССР? Это будет зависеть от политической воли руководства страны, организованности общественности и сопротивления алкогольного и табачного лобби.

11. При этом необходимо отметить, что реализация проектов по снижению алкогольного и табачного бремени происходит пока кулуарно, без широкого и открытого общественного сопровождения. Не существует ни федерального, ни региональных общественных советов, призванных сопровождать реализацию данных проектов и обеспечивать включение в процесс широкой общественности. Следствием этого, в частности, является отсутствие публичного, экспертного анализа эффективности принятых с 2009 года антиалкогольных мер. Это приводит к мушкетёрскому не объективным, научно установленным фактам и тенденциям, а слухов, мнений неких, как правило – аффилированных с алкобизнесом, «экспертов».

Отсутствие таких общественных механизмов может существенно затруднить и даже сорвать успешную реализацию поставленных государственных задач.

**Сергей КРУПЕНЬКО**  
Информационно-методический центр «Трезвый город», Новосибирск,  
[trez-gorod@ngs.ru](mailto:trez-gorod@ngs.ru), 952-914-59-31

*«Значительная часть средств, в рамках программы, будет предоставлена некоммерческим организациям», – это ещё одна веская причина регистрировать региональные и местные трезвеннические организации. Надо не плакаться, что государство не финансирует трезвенническую деятельность, а использовать те каналы финансирования, которые государство предоставляет для общественных (некоммерческих) организаций.*

*Концепция стратегии здорового образа жизни», как и данная программа, ещё не утверждены и наши предложения, при массовом их направлении в Минздрав, могут быть учтены в этих документах. Пишите.*

**Г.И. ТАРХАНОВ, первый заместитель председателя СБНТ**



# Священник Александр ГАВРИЛОВ: ОБ ИНСТРУМЕНТАХ ТРЕЗВОСТИ, КАЧЕСТВЕННОЙ РЕМИССИИ И ОДЕЯЛЕ ДЕПРЕССИИ

**Отец Александр — настоятель храма Неупиваемой Чашы в городской наркологической больнице, специалист по работе с зависимыми и их семьями, духовник реабилитационного центра «Ручей».**

**Ниже представлено интервью с отцом Александром об его служении в храме и видении проблемы зависимости, основанном на большом опыте работы с нарко- и алкозависимыми.**

## ПРИХОД — РЕБЁНОК

— Отец Александр, храм Неупиваемой Чашы — это ваше первое настоятельство. Прошло около 8 месяцев с момента вашего назначения, как за это время складывался приход?

— Приход — он как будто ребёнок, он сам развивается. Вот у тебя есть дети, и ты хочешь, чтобы они ходили в музыкальную школу, а они, может, этого совсем не хотят. Когда-то давным-давно я мечтал, что у меня будет свой храм, у меня были свои амбиции, видения, чего бы я хотел сделать. Тут где-то совпадает, а где-то не очень... Приход — это люди, которые ведут себя каким-то определённым образом. А то, что я хочу, чтобы мой ребёнок был таким — это моя гордость. Дело в том, что Господь родил ребёнка, и теперь — он сам по себе. А я, скорее, — наблюдатель, который смотрит со стороны на процесс: вот оно идет и идёт.

Вот у меня была идея — после каждой службы кормить всех супом. Я думал, изобрести такой свой фирменный — рыбный, чтобы и в пост можно было. А тут девочки сами стали делать пирожки. И теперь, пока я потребляю Дары в алтаре, они накрывают на столы, я выхожу, а там — уже, как корова языком — одни тарелки. Конечно, голодные все.

Ещё здесь такой важный момент семейности. Например, у нас есть женщина, у которой умер сын, и она ходит за него молиться и кормит других ребят — как своего сына. А у кого-то из них родителей вообще нет, и им важна забота. Вот так оно само получается.

— А как такая самостоятельность видна в приходской жизни?

— По вечерам у нас проходят группы анонимных алкоголиков и наркоманов, группы для их родителей. Всё сами: попросили, сами организовали, всё поставили, вымыли... А тут ещё недавно новая идея им понравилась — ездить в паломничества. Я-то вообще, экскурсии не очень люблю. Съездили в Гатчину с мощами муч. Вонифатия, нас там очень хорошо встретили; на обратном пути я предложил в Вырицу заехать. Им так понравилось! Прошло несколько недель — снова хотят на экскурсию. Мы уже по городу по святым местам поехали.

Обязательно службы по субботам и воскресеньям. Беседы проводим. Кроме основных богослужений по субботам и воскресеньям у нас проходит акафист Божьей Матери перед иконой «Неупиваемая Чаша» и акафист муч. Вонифатия. Ещё есть группы — для зависимых и их родственников.

— У вас написано «особая богослужебная направленность». Это как?

— А мы стараемся сделать службу специально для зависимых людей. В ектеньи, где разрешается, вставляем прошения об исцелении от зависимостей. Евангелие я трактую в контексте выздоровления от зависимостей, созависимостей, о семье, любви. Ещё у нас есть специальный момент деления опытом. Когда один из ребят выходит вперёд и рассказывает о своём опыте ремиссии. У нас есть правило — говорить 7 минут. 2 минуты о том, как сначала всё было плохо, — для того, чтобы проассоциироваться с остальными, и 5 минут — про то, как вышел на путь. Его задача — поделиться инструментами. И здесь получает пользу множество народа: матери понимают, что — вот, перед ними стоит, к примеру, Рома, который выздоравливает. Значит, программа работает. Те, кто сами проходят программу, понимают, что важно выполнять её целиком. Нельзя делать, что больше нравится, не пропускать остальное.

## НЕ ТРЕЗВОСТЬ, А КАЧЕСТВЕННАЯ РЕМИССИЯ

— Вы говорите о программе, что это такое?

— Это пять основных пунктов, которые помогают всегда оставаться в трезвости: всегда быть на группах, всегда быть на службе, иметь впереди идущего, каждый день писать свой эгоизм и иметь служение.

Про службы я говорю, что причащаться раз в неделю — это минимум. Они приходят каждую субботу и воскресенье. А на буднях по праздникам мы служим ранние, чтоб всем удобно было.

Группа — место деления, где можно обсудить, что с тобой происходит, сравнить с опытом других. Они должны понять, что если не пришел на службу, потом не пришел на группу — уже что-то плохое происходит.



## САМОАНАЛИЗ

Очень важно в конфликтах понимать свою сторону, видеть свой эгоизм. Понятно, что человек может быть неправ. Но, когда отслеживаешь свои собственные желания, мотивы, то картинка меняется. И когда записываешь это каждый день, оно уже происходит он-лайн. Вот я на тебя кричу, и ты уже начинаешь злиться... Но тут думаешь: а почему я злюсь? Ну, потому что мне хотелось, чтобы о. Александр вёл себя не так, а по-другому. А почему я считаю, что он так должен себя вести? Я что, божок какой-то, который знает, как кому себя вести? Вот, когда так делаешь постоянно, оно происходит само. Впереди идущий — это тот человек, чей путь выздоровления тебе близок. Вот допустим, у Ромы два года трезвости, и он может взять для ориентира себе человека, у которого трезвость — 5 лет. А таких, например, два человека: но один хочет в монастырь, а у другого семья. Рома тоже хочет семью, поэтому он выберет второго. То есть он находит для себя впереди идущего с теми успехами, которых хочет достичь сам. Если нравится спорт, стоит выбрать впереди идущего, увлекающегося спортом. Если кто-то хочет социальных благ — квартиру, машину, то логично выбрать того, кто этого достиг.

И обязательно должно быть служение. Вот видишь, у Ромы оказалось два свободных часа, он мог быть потратить их на

себя, а он идёт в больницу, чтобы рассказать, как стать трезвым. Это его форма служения. Он приходит в палату и начинает говорить. А им — куда деваться — слушают. Может, для кого-то в этот момент откроется новое. Без служения человек опять начинает деградировать. У всех оно может быть разным: вот Рома свидетельствует, кто-то моет полы в храме, кто-то группы организывает. Главное, что если нет служения, ты уже на грани срыва. Им нельзя быть бездейственными. Если появляется дырка, свободное время — нужно обязательно занять его служением.

— Почему так важно служение? Когда отдаёшь, у тебя появляются силы?

— Сама по себе трезвость — это набор инструментов. Грубо говоря, хочешь поухудить — тебе нужно: 1. Меньше есть, 2. Больше двигаться. Хочешь поступить в институт: обложись учебниками, ходи на подготовительные курсы. Мы их учим инструментам трезвости, то есть говорим: это топор. Им надо рубить вот так и вот это. Но сил — взять топор и рубить, — у них нет. Он может знать: у меня сейчас тяга, чтобы её снять, мне надо идти на группу и поговорить с впереди идущим. Но вот он лежит, а сил нет. Ну, просто нет энергии. Мы учим, как эти силы найти. Конечно, огромную благодать даёт Причастие. Ты причащаешься, и у тебя появляются силы жить. Но до Причастия бывает сложно дойти, поэтому — иногда проще доползти до своего соседа в коммуналке и помыть ему посуду. Это даст силы дойти до храма. Служение — это такой инструмент, который его вдохновляет, чтобы были силы начать работать по программе. А когда сил нет, то хоть ты и знаешь, чего нельзя делать, сопротивляться этому ты тоже не можешь. Ты такой размазанный кисель. А начинаешь служить, помогать кому-то — вроде, и в тонусе постоянно находишься. И тебе хорошо, и обществу.

— Так для этого надо захотеть. Все эти сложности: служение, молитва... Наверное, зависимому человеку не так сразу захочется переставать быть «размазанным киселем»?

— Это вопрос дна человека. Когда он понимает, что уже всё, дальше некуда, он на дне, он начинает выкарабкиваться. Дно у каждого может быть своё: у кого-то здоровье, у кого-то работа, у кого-то семья. Как только человек понимает, что он это теряет, он пугается. И тогда приобрести трезвость может помочь любой реабилитационный центр. Главное, чтобы родственники не мешали до этого дна дойти. Мы учим, чтобы они создавали его даже искусственно: выгнали бы его на улицу, и ни при каких условиях не шли навстречу. А потом — просто дали бы визитку с телефоном центра. Но вопрос-то в другом. Самое важное — это качественная ремиссия. Чтобы человек работал на той работе, которая ему нравится, чтобы семья появилась или вернулась бы старая, чтобы он в храм ходил, чтобы здоровье поправлялось. Чтобы голова начала нормально работать, и отношения с Богом бы восстановились — это и есть качественная ремиссия. А обеспечить её должна хорошая программа.

## «ЗАМОРОЧКА» БЕЗ ТУМБЛЕРА ДЕПРЕССИИ

— Здесь-то и нужна психология, да?

— Да. Ведь очень важно, почему человек делается зависимым. Употребление — это следствие какой-то душевной нестабильности. То есть, допустим, человек трудится на работе, где его обижают, унижают, выгоняют, а это его проект... тогда у человека начинает голова бурлить: он спит с этой заморочкой, встаёт с этой заморочкой, ест с этой заморочкой, у него психика может поехать. И это будет уже

Окончание на 6-й стр.



## НОВОСТИ ОТ БФ «ДИАКОНИЯ»

■ В субботу, 5 августа, мы с ребятами с ЦСА гуляли по Питеру. Это был последний день, когда с нами был Гриша — сотрудник АНО «Трезвый Сахалин». Его каникулы в БФ «Диакония», совмещённые с обменом опыта, закончились. Хотелось сделать красивый заключительный аккорд — показать имперский Петербург, один из самых красивых городов мира. Мы прошли от канала Грибоедова через Спас-на-Крови, по дворам Капеллы на Дворцовую площадь, оттуда по Миллионной мимо Атлантов, тех самых, что «держат небо ка каменных руках», на набережную. Посмотрели на Петропавловскую крепость, на Кунсткамеру и Ростральные колонны, дошли до Медного всадника и простились у станции метро «Адмиралтейская». Нам даже дождь не очень мешал. Зато увидели байкеров, бесконечной шумной вереницей следующих по набережной перед Адмиралтейством. До свидания Гриша! Привет Сахалину!

■ Мы помогли открыться нескольким реабилитационным центрам в России.

Один из них митрополический реабилитационный центр «Воскресение» в Белгородской области. На их прекрасном сайте <http://centr-voskresenie.ru/12-stupeny-trezvoy-zhizni/> есть ссылка на наше сотрудничество: «Программа социальной реабилитации в церковной общине лиц, зависимых от наркотических и психоактивных веществ "Метанойя" разработана по инициативе и решению администрации Благотворительного фонда «Диакония» и одобрена священноначалием Русской Православной Церкви Московского Патриархата. Программа направлена на духовное, психическое и физическое восстановление лиц, зависимых от наркотических и психоактивных веществ. Программа любезно предоставлена нам фондом "Диакония", внедрена и обкатана при непосредственном участии его сотрудников».

Пресс-служба БФ «ДИАКОНИЯ»

# КЛУБ «ВОСХОЖДЕНИЕ» и СООБЩЕСТВА АА и АН

**В помещениях клуба «ВОСХОЖДЕНИЕ» в Царском Селе (г. Пушкин), ежедневно проходят ГРУППЫ ВЗАИМОПОМОЩИ АА (Анонимные Алкоголики) и АН (Анонимные Наркоманы) по оказанию помощи болящим алкоголизмом и наркоманией.**

Расписание работы ГРУПП ВЗАИМОПОМОЩИ в помещениях клуба «ВОСХОЖДЕНИЕ» по адресу: **Царское Село, ул. Церковная, 30/22** (вход со двора).

ГРУППА ВЗАИМОПОМОЩИ АА (Анонимные Алкоголики) «СТУПЕНИ»: **понеделник, среда, суббота и воскресенье в 21.00, во вторник, четверг, пятницу в 19.00. В субботу ещё в 16.00** (открытая группа).

ГРУППА ВЗАИМОПОМОЩИ АН (Анонимные Наркоманы) «ПОТОК»: **понеделник, среда, суббота в 19.00, вторник, четверг, пятница в 21.00, в воскресенье в 18.00** (открытая группа).

ГРУППА ВЗАИМОПОМОЩИ для родственников алкозависимых **каждый четверг в 19.00.**

За время работы ГРУПП ВЗАИ-

МОПОМОЩИ перестали употреблять алкоголь и наркотики более 300 мужчин и женщин, рождаются и растут детишки у мам и пап, которые научились жить в трезвости и радости.

ГРУППА ДЛЯ ЗАВИСИМЫХ от любви, романтических и сексуальных отношений.

Если вы устали от бесконечных поисков любви и отношений, включая любовь к самому себе, если вы устали от иллю-

зий и фантазий о любви, разочарований и одиночества, возможно, эта группа для вас.

Добро пожаловать по **субботам в 14.00** в помещении РОО «Восхождение» по адресу: **Церковная ул., 30/22.**

Телефон для связи: **8-951-686-95-01, Нина.**

+++

В Феодоровском Государевом Соборе (Царское Село, Академический пр., 34, сайт собора: <http://gosudarevsobor.cerkov.ru/anonsy>) проходит ОТКРЫТАЯ ГРУППА ВЗАИМОПОМОЩИ (зависимые и созависимые) «Федоровская» в помещении Воскресной школы (вход через офицерское крыльцо) каждое воскресенье в **16.00**. По окончании работы группы все желающие идут в клуб «ВОСХОЖДЕНИЕ» на чаепитие и активное общение.

Наш адрес: **196607, Санкт-Петербург, г. Пушкин, ул. Церковная, 30/22, РОО «ВОСХОЖДЕНИЕ»**, отдельный вход со двора, мобильный тел.: **8-911-783-28-71.**

E-mail: [yagod54@mail.ru](mailto:yagod54@mail.ru).

Сайты: <http://клуб-восхождение.рф/home>, <http://a-severozapad.blogspot.com>

**СЕМЕЙНЫЕ ГРУППЫ АЛ-АНОН**  
ПОМОЩЬ СЕМЬЯМ АЛКОГОЛИКОВ

(812) **981-90-11**  
АНОНИМНО, БЕСПЛАТНО

**Сердечно поздравляем!**

Dear Father Bernie,

With sincere love we are glad to greet you a happy birthday! Your personal holiday is a good reason for great joy for all friends and alumni of 'House of Hope on a Hill'. We always feel your help and kindness whatever distance you are. We wish you good health, well-being and bright days!

Give you a strong friendly hug,

Your 'House of Hope on a Hill' and all of us.  
July 29, 2017

**С днём рождения, Евгений!**

Дорогой Евгений Викторович!

Е. В. ЗУБКОВУ

Пусть с ярким солнцем сегодняшнего высококортжественного дня спорит широкая радостная улыбка на Вашем лице. Пусть не смолкают здравицы в Вашу честь. Пусть в этом большом хоре будут ясно различимы наши голоса — друзей и собратьев. Пусть наша благодарность ощущается, несмотря на расстояние. С днём рождения! Многая лета! Здравия и благоденствия!

Искренне Ваш — «Дом надежды на Горе».  
12.08.2017.

**С днём рождения, Светлана Алексеевна!**

Светит высокая просинь  
Сквозь монотонность дождя.  
Яркая, милая осень  
Щедрыстю дарит тебя.

Ярче алмазов сверкают  
Зимние строгие дни,  
Ясным умом вдохновляют,  
Мудрость рождают они.

Легкость и нежности ласку  
Ветер надежды несет -  
Эта весенняя сказка  
Быльио любви прорастет.

Лето, ах, красное лето!  
Зрелых колосьев поля.  
Доброй заботой согрета,  
Как откликается, Света,  
Как плодоносит земля!

Светлыми полнится днями,  
Что ни пора — хороша!  
Благословенна дарами  
Путь богатеет душа...

С любовью  
и признательностью,  
твой «Дом надежды на Горе»  
и все мы.

31 июля 2017 года.

**Сердечно поздравляем!**

Дорогая Наташа!

Н. ТРИФОНОВОЙ

Сегодня день твоего рождения, и это праздник не только твой. Мы радуемся вместе с тобой, как и множество людей, которые считают тебя своей крестной матерью, чьими заботами и теплом возродились к новой жизни. Пусть Небо хранит тебя! Пусть твоя душа будет окружена заботой и теплом, наполняется радостью и светом. Мирных и счастливых тебе дней — не только в праздники, но и всегда.

С любовью — твой «Дом надежды на Горе»  
и все мы.  
17 июля 2017 года

**КООРДИНАЦИОННЫЙ ЦЕНТР ПО ПРОТИВОДЕЙСТВИЮ НАРКОМАНИИ И АЛКОГОЛИЗМУ ОТДЕЛ ПО СОЦИАЛЬНОМУ СЛУЖЕНИЮ И ЦЕРКОВНОЙ БЛАГОТВОРИТЕЛЬНОСТИ САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКОЙ ЕПАРХИИ**  
Тел. 8-911-170-54-04

Центр был создан в сентябре 2014 года в целях улучшения и оптимизации работы православной реабилитации и профилактики.

Руководителем центра назначен протоиерей Максим Плетнёв.

Работа Координационного центра (КЦ) будет вестись в трёх направлениях:

- Наркозависимость, руководитель направления — протоиерей Максим Плетнёв;
- Алкогольная зависимость, руководитель направления — о. Игорь Илюшин;
- ВИЧ заболевания, руководитель направления — о. Георгий Пименов.

Все участники Координационного центра — люди с огромным многолетним опытом работы.  
[antinarco.org](http://antinarco.org) [kc.eparhia@mail.ru](mailto:kc.eparhia@mail.ru)

**Сердечно поздравляем!**

Dear Rick,

Today is the day of your birthday and we celebrate with you. We believe you brother and father, and we are your family. We hope our congratulations not cooled due to the long distance. Let today be the beginning of another year of your goodwill and the good life. We wish you light and joy, prosperity and longevity. Let our friendship always warms you. With great gratitude, love and respect, your House of Hope on the Hill and all of us.  
July 17, 2017





## «САЛЮТ МОСКВА!»

**5 августа прошла II Всероссийская конвенция Нар-Анон «Салют Москва!» под девизом «Продолжаем наше путешествие!».**

**Гостей было много, почти из всех регионов России – от Владивостока до Санкт-Петербурга. Впервые была осуществлена возможность удалённого доступа, что позволило русскоязычным выздоравливающим во всех уголках нашей планеты слышать происходящее действие!**

**Общий срок выздоровления присутствующих на Конвенции составил 416 лет, 3 месяца и 25 дней!**

Уникальное применение в жизни и семье 12 традиций московских спикеров Кати и Маши порадовало новым подходом к использованию программы «12 шагов». Спикерские выступления чередовались со спектаклями-сказками «Сердце на замке» и «Про любовь, королеву и границы» – это оживляло и разнообразило всю программу Конвенции. Юрий (Москва) подробно и по мере своего роста по шагам рассказал по теме: «Мои инструменты выздоровления», в котором главным выделил – служение, отнесся к нему и регулярное посещение групп. Супруги из Таганрога Владимир и Надежда восхитили всех присутствующих своим непримиримым желанием выздоравливать «Семейная болезнь – семейное выздоровление». И удивительно, что к работе по шагам их сподвиг зависимый сын! Важно слушать своих детей – они, порой, мудрее нас!

Порадовал опыт прохождения шагов в малой группе Аллы (Москва). Спикеры честно и всесторонне признали свои недостатки и сумели достойно возместить ущерб своих прошлых непониманий и сами теперь помогают страдающим от

созависимости и зависимости.

Мы поучаствовали во всех предлагаемых мероприятиях: купили новую литературу Нар-Анон, для гажной распродажи «Возьми меня с собой!» привезли сувениры, календари и сладости с традиционными видами Санкт-Петербурга и пригородов. Купили и себе изящные вещицы на память о Конвенции и о людях, безвозмездно предоставивших их для поддержки важного мероприятия.

Отрадно, что уже одобрена первая из 4-х частей «Весна» Российского еженедельника «Времена года», появилось желание написать свою страничку.

Выступили с благодарностью по итогам Конвенции к организаторам и гостям, пригласили ВСЕХ в гости к нам в феврале 2019 года на 30-летний юбилей питерского Нар-Анона.

После заключительной молитвы обменялись теплом, телефонами и воспоминаниями о 1-й конвенции Нар-Анон, проходившей в городе на Неве в 2015 году. Гости спрашивали печатные издания нашей информационной газеты «Свободная страна» со статьями об уникальном опыте работы по шагам и всех проводимых мероприятиях в нашем регионе и стране по выздоровлению от зависимости и созависимостей.

После ужина, танцев, спикерского на корабле все гости дружно спели песню с 15-летнего юбилея группы «Гатчина»: «Мы знаем пароль, мы видим ориентир – "12 шагов" спасут этот мир!».

**Ольга К. (13 лет) группа Нар-Анон «Солнышко» (Санкт-Петербург)**



## МЫ СНОВА В СТОЛИЦЕ!

*Рядом наши братья и сёстры из разных городов России. Это наша семья. Мы вместе уже много лет встаём плечом к плечу, чтобы не сломаться, не упасть, не умереть от горя. Беда у всех одна. Наши родственники наркоманы. Мы учимся жить по-новому. И встречаюсь вместе, делимся своим опытом этой новой жизни. Спасибо семье из Таганрога за их энтузиазм, мужество, любовь. Вся семья пришла в Нар-Анон, чтобы расти духовно и выздоравливать. Это чудо для нас от Высшей силы. Спасибо девочкам из Москвы за их спектакли. Мы смеялись над тем, какими мы были. И радовались, что мы меняемся. Спасибо всем спикерам за мужество поделиться своим выздоровлением. Это каждый раз вдохновляет жить дальше. Огромная благодарность всем за прогулку по Москва-реке. За любовь и радость, за то что мы вместе! Пусть растут наши ряды выздоравливающих от созависимости. И давайте вместе петь нашу песню девиз!*

**Дарья (4 года) группа Нар-Анон «Школа независимости» (Санкт-Петербург)**

Сегодня у семейных групп Российского Нар-Анона около 50 наименований книг, брошюр, буклетов.

И этот список постоянно пополняется



ЭТО БЫЛО грандиозное шоу!!! Мне даже сложно представить как организовать событие такого масштаба довольно чётко и организованно.

Люди из разных стран встретились вместе через годы 4-6 августа в Москве на 2-й конвенции Русскоязычного зонального форума сообщества «Анонимные Наркоманы» «Москва 2017».

Вместе радовались услышанному вместе плакали. Это было море чувств и взаимопонимания множество спасённых жизней.

## «НАМ ЕСТЬ ЧЕМ ПОДЕЛИТЬСЯ!»

На конвенции присутствовали и дети зависимых, понимали природу зависимости вырабатывая у себя иммунитет. Им были рады и относились с теплотой.

Один совершенно здоровый человек никогда не употреблявший ничего в жизни, но имея зависимого коллегу, пришёл на конвенцию в новом костюме с подарком и букетом, выслушал его историю и поздравил со слезами друга с юбилеем. Это было трогательно.

Летя в самолёте из далекой страны один зависимый при прохождении таможни был остановлен офицером пограничной службы с вопросом: «Что это за литература про наркотики находится в сумке у пассажира?» – «Это литература про выздоровление!» – ответил тот. И тогда слёзы навернулись на глаза таможенника, оказывается он имел зависимого сына и уже отчаялся найти выход и тут впервые получил вест о 12-шаговых программах.

Единственное что мне не понять до сих пор, то это цены на шашлыки, плов, чай, кофе, горячую воду и пепси-колу, которые удивили. Просто они были завышены на некоторые позиции в три раза. Но зависимые ребята не межевались и кидали крупные купюры направо и налево, порою даже не доедая купленное.

Видимо, цены могли быть обусловлены высокой арендой в Лужниках, и это мне было не приятно, ТК сравнил с иными европейскими конвенциями, это была немного абсурдная ситуация, ТК на тех конвенциях было попримилнее чем в Лужниках, по расходам. Но тем не менее даже такой сервис и плов за тарелку 350 рублей (вместо 70-120-150), не остановил участников, ни кола за 100 место 60-ти. Итак, порядка 5000 человек искали выздоровления, демонстрируя свою состоятельность в вопросах. Заплатить в три раза дороже, не считая мелочевку, оказалось тоже особенным выздоравливающим ходом, так же как и угостить друга.

Встречи прошли на высшем уровне!

**Ольга, Санкт-Петербург (срок трезвости в АН-14лет)**

## ОПЫТ КАЖДОГО — МОЯ ОПОРА

В программе «12 шагов» я только 4 месяца. Испытываю огромное чувство благодарности ко всем участникам группы Нар-Анон «Благовест», так как постоянно ощущаю поддержку: можно смело попросить о помощи, услышать и узнать об опыте многих людей, попавших в такую же ситуацию, как у меня.

Важно знать, что ВЫХОД ЕСТЬ, и чувствовать поддержку впереди идущих. Я много узнала о таких заболеваниях, как наркомания и созависимость. Начала понимать свои чувства и поведение, что помогает налаживать отношения в семье и с окружающими, это очень интересно и вознаграждается миром в душе, восстанавливается доверие в семье. Силы, методы и способы для изменения себя я получаю на группе и из литературы сообщества Нар-Анон. В тяжёлые моменты я вспоминаю, о чем говорили на группе, и стараюсь применить это в своей жизни. Опыт каждого – это моя опора, даже если не все сразу получается.

Спасибо группе «Благовест»! Радостно видеть на 18-летнем юбилее ветеранов группы, которые стояли у истоков ее создания, и выздоравливающих наркозависимых. Глядя на этих людей, я чувствую надежду, воодушевление и доброжелательность к новичкам.

**Екатерина (4 месяца), группа Нар-Анон «Благовест» (Санкт-Петербург)**

Праздник состоялся!!! Было много стариков и Зновичка – это чудо, программа работает, люди выздоравливают, колоссальная поддержка группы, позитив, спасибо всем!!!

**Наталья (3 года), группа Нар-Анон «Благовест» (Санкт-Петербург)**

Я член Нар-Анона группы «Гармония» из Твери. Была рада посетить 2-ую Всероссийскую конвенцию Нар-Анона «Продолжаем наше путешествие...», которая проходила 5 августа в г. Москва. Выражаю огромную благодарность всем, кто принимал участие в организации и проведении этого чудесного праздника выздоровления. Спасибо всем, кто пришёл и приехал поддержать это радостное событие, кто поделился опытом, верой, любовью, силой и надеждой. Чувствовалось единство, что вместе мы Сила. Обмен теплом, объятиями, и песня ещё раз объединили нас!

Благодарю!

**С любовью, Юлия**

**Тверское содружество Нар-Анон приглашает НА ПРАЗДНИЧНОЕ ОТКРЫТОЕ СОБРАНИЕ 9 сентября 2017 года в 14 часов по адресу: г. Тверь, ул. Советская, 61 Нам 3 года!!!!**

### ВНИМАНИЕ, ВНИМАНИЕ!

В ПЕТЕРБУРГЕ с 1999 года РАБОТАЕТ ГРУППА «ОТЦЫ НАРКОМАНОВ» – по ПОНЕДЕЛЬНИКАМ с 19.30 до 20.45 по адресу: В.О. 2-я линия, 3, вход, где табличка «Информационный кабинет»

\*\*\*

В ПЕТЕРБУРГЕ РАБОТАЮТ ДЕТСКАЯ (с 8-ми до 11-ти лет) и ПОДРОСТКОВАЯ (с 12-ти лет) ГРУППЫ по 12-ти ШАГАМ: «ОРАНЖЕВЫЕ ЛУЧИКИ» и «ОРАНЖЕВОЕ СОЛНЦЕ», а ТАКЖЕ ОДНОВРЕМЕННО В СОСЕДНЕМ ПОМЕЩЕНИИ ГРУППА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ «ОРАНЖЕВОЕ НЕБО» – КАЖДОЕ ВОСКРЕСЕНЬЕ с 13.00 до 14.00 по адресу: Санкт-Петербург, В.О., 2-я линия, 3, вход, где табличка «Информационный кабинет»

### ГРУППЫ ВЗАИМОПОМОЩИ РОДСТВЕННИКОВ И ДРУЗЕЙ НАРКОМАНОВ «НАР-АНОН»

«Нар-Анон» – это сообщество, двенадцатишаговые группы взаимопомощи для членов семей и друзей наркозависимых. Эти группы предназначены для тех, кто знает или испытывал чувство отчаяния и безысходности в связи с наркоманией близких людей и хотел бы понять, как найти выход и изменить жизнь к лучшему.

Мы делимся опытом, силой и надеждой, соблюдая при этом традицию анонимности. Используем программу «Двенадцать шагов», руководствуясь девизом «Прогресс, а не совершенство», меняем своё отношение к проблеме. Мы несём послание надежды людям, даём понять, что они больше не одиноки.

Телефон в Санкт-Петербурге 8-963-30-718-03.

«БЛАГОВЕСТ»: В.О., ул. Кадетская, 29 – понедельник, 19-20.00  
«СОЛНЫШКО»: ул. Большая Подъяческая, 34 – среда, 18-19.00  
«ШКОЛА НЕЗАВИСИМОСТИ»: В.О., 2-я линия, 3 – четверг, 18.30-19.30  
«ПОЗИТИВ»: Ленинградская область, г. Сосновый Бор, ул. Молодёжная, 66, цоколь – четверг, 18.30  
«ГАТЧИНА»: Ленинградская область, г. Гатчина, ул. Достоевского, 2 – среда, 18.30  
«СЧАСТЬЕ»: Литейный пр., 44 – суббота, 16-17.15.



**Владимир Михайлович  
Бехтерев**

Русский медик-психиатр,  
невропатолог, физиолог,  
психолог, академик.

**«Алкоголь является ядом для всякого  
живого существа – растений и  
животных.»**

**«Не остается сомнений, что алкоголь,  
даже в малых дозах, является сильно  
действующим ядом на центральную  
нервную систему.»**

## СЧАСТЬЕ – ЭТО НАША ОТВЕТСТВЕННОСТЬ

Самым не принимаемым словом 7-го шага для меня было «СМИРЕННО», оно вызывало бурю сопротивления, так как оно с детства жило в сознании с блокирующей принудительной командой «Смирно»: стой, сиди, лежи, говори. Чтобы как-то начать движение по этому шагу, я раздробила слово и поняла его смысл: С МИРОМ!

Обиды отступили в 4-м и 5-м шагах, в 6-м выявила у себя 34 недостатка, и чтобы не впасть в уныние и понять, что недостатки мне были нужны, чтобы выжить в сложных жизненных ситуациях, спонсор порекомендовала мне на каждый недостаток найти у себя по 2-3 достоинства, которые Бог дал мне при рождении, но я из-за своеволия не принимала их. Таким образом выравнялся давний крен моей тонущей в негативе души, выравнялось мое отношение к себе и позволило двигаться дальше и ме-

няться. К каждому недостатку я применяла как молитвы и опыт шаги 1, 2 и 3-й. Все сочувственно отдавала Высшей силе, а она без особого труда творила чудеса в те моменты, когда я с миром отпускала свои изъяны. Оковы одна за другой улетучивались из моей души. Все недостатки разом я отдала не могла, так как они за долгие годы жизни стали моим вторым «Я». Но формула: «Бог дал – Бог заберёт» вселяла веру и надежду на очищение. Жизнь в принятии происходящего становилась всё счастливее и интереснее.

Теперь на обиды и чувство вины смотрю с умилением, как на маленького ребёнка, они ушли из моего сознания и перестали будоражить душу. Вместе с этим появилось умение нести за себя ответственность, что сделало меня свободной и более чуткой и разборчивой. Фокус внимания с негатива пере-

ключился на позитив, отыскивание в людях хорошее – укрепляет и восстанавливает мои отношения с близкими и окружающими.

В список 8-го шага я старательно перенесла почти всех из списка обид. Показала спонсору, та вернула мне тетрадь со словами: «Кого из самых близких ты забыла?» Я снова перечитала список, добавила дальнюю родню. И снова – не то! Я взмолилась: «Скажи мне, кого всё-таки нет в списке?» Она обняла меня и шепнула на ушко: «ТЕБЯ НЕТ... самый большой вред нанесён тебе самой от себя!» От этого откровения у меня подкосились ноги, я присела на скамеечку и заплакала. В моём сознании произошёл переворот. Я преисполнилась желанием возместить ущерб людям, тем самым, возмещая ущерб себе.

**Настя К., группа  
Нар-Анон «Солнышко»  
(Санкт-Петербург)**

**Священник Александр ГАВРИЛОВ:**

## ОБ ИНСТРУМЕНТАХ ТРЕЗВОСТИ, КАЧЕСТВЕННОЙ РЕМИССИИ И ОДЕЯЛЕ ДЕПРЕССИИ

**Окончание. Начало на 3-й стр.**

психиатрия. И у нормального организма есть такой тумблер под названием депрессия. Когда мозг «перегревается» от проблемы, психику словно накрывает одеялом: человек становится таким апатичным, ему ничего не хочется. Это на самом деле, спасение организма, чтобы дело не дошло до психиатрии. Но беда в том, что этот защитный механизм у некоторых отсутствует. Алкоголизм и наркомания передаются до четвертого поколения. И вот, представь, что если в роду кто-то был пьяницей, то у его детей, внуков, правнуков нет защитного механизма депрессии. И что происходит, если у такого человека возникает проблема: боль душевная нарастает, а отключить её невозможно.

Когда человек больше не может этого терпеть, ему дают подсказку, соответствующую тому социальному слою, к которому он относится. Если он такой работяга – ему протягивают стакан «выпей и забудь». Он выпил, на два часа отпустило, а дальше вся боль вернулась, и он понял, что ничего не изменилось. Зато узнал, что нужно делать, чтобы становилось легче. А человеку молодому друзья предлагают таблетки. Иглы-то сначала болят, а таблетки – вроде, ничего. На несколько часов становится лучше. Или дети: вот ребёнок может бояться школы, давления.

Он домой вернулся и – бах – в компьютер с головой ушёл. Там другая жизнь, там он герой. А ребёнку, который на улице – предлагают нюхнуть. Женщина может начать заедать. Пока пища переваривается, кровь от головы отходит, мысли тяжёлые не так давят. Молодые люди ещё могут уйти в сексоголизм, игроманию, в экстремальные виды спорта. Есть наркотики обществом приемлемые: трудовголизм, например. А есть ещё религиозная зависимость. Я раньше читал литературу, и был всегда с этим не согласен. А потом и сам увидел: вот дома полная катастрофа, дети не учатся, везде беспорядок, а она целыми днями в храме. И полы идёт туда мыть, и на все службы ходит, лишь бы не решать главной проблемы.

**P. S. Алкоголизм, наркомания и другие зависимости – лишь некрасивые и зримые формы той проблемы, которая живет внутри многих «здоровых» людей. Игнорировать или избегать тот вопрос, который ударяет в лоб каждое утро – может быть, в этом и есть грех, порок и болезнь, главная нечестность перед Богом. Ведь именно так – незаметно, ровно, мы теряем мечты, призвание, жизнь, притворяясь кем-то иным, чем мы есть. Прорываться вперёд и искать самого себя, заниматься самоанализом и служением, выздоравливать – нужно не только зависимым.**

## О ЦЕНТРЕ «БЛАГОДАТЬ»

МБОО «Благодать» осуществляет благотворительную деятельность, направленную на первичную профилактику, социальную реабилитацию и адаптацию людей, имеющих зависимость от наркотических, токсических веществ, алкоголя и других химических веществ. На базе организации существует несколько бесплатных центров социальной реабилитации в Санкт-Петербурге и Ленинградской области. Курс реабилитации проходит стационарно в течение срока индивидуально подобранного для каждого участника программы, с учётом вида и продолжительности зависимости – от 6 до 12 месяцев. За помощью в центр может обратиться любой – независимо от возраста, пола, вероисповедания, мировоззрения и места жительства.

За 16 лет работы к нам обратились за помощью и так или иначе получили её около полутора тысяч человек, нуждающихся в помощи. Все эти люди получили консультацию наших специалистов, 350 человек полностью прошли программу реабилитации и вернулись в общество его полноправными членами. Из них 124 человек в прошлом были алкоголиками, а 226 человека – наркоманами. Из числа выпускников нашей программы было создано 40 полноценных семей. Родилось 48 здоровых детей. Более 150-ти человек, не прошедших полностью программу, на настоящий момент также не употребляют наркотики, алкоголь и ведут здоровый образ жизни, создали семьи.

Для того, что бы попасть в центр и стать участником программы реабилитации, ведёт работу консультативный кабинет приёмной комиссии, где можно получить консультацию и направление в один из центров не только Санкт-Петербурга и Ленинградской области, но и в другие города России.



**Директор МБОО «Благодать»  
Евгений Александрович Смиринский**

**Адрес приёмной комиссии: Ленинградская обл., Тосненский район, пос. Ульяновка (железнодорожная станция «Саблино»), ул. Свободная, 2. Тел: 8-(812)-923-13-01.**

\* \* \*

МБОО «Благодать» является членом Союза гражданских инициатив (г. Москва), зарегистрированного в феврале 2007 года и объединившего 43 неправительственных организаций из семи Федеральных округов России, и также входит в состав Межрегиональной ассоциации Некоммерческих организаций по решению проблем наркомании и алкоголизма «СЕВЕРО-ЗАПАД» (г. Санкт-Петербург), орг. 20.01.2004 г.

Вся деятельность МБОО «Благодать» основана на добровольном, безвозмездном выполнении работ и оказании помощи нуждающимся гражданам. Все работники центров реабилитации являются волонтерами.



**Гл. врач - д-р Ганжа О.В.**

## АКАДЕМИЧЕСКАЯ МЕДИЦИНСКАЯ СЛУЖБА

В 1989 году, когда в Военно-Медицинской академии создавалось первое отделение неврозов, и система реабилитации посттравматического стресса для ветеранов боевых действий появилась возможность свободно использовать комплексное лечение и реабилитацию наркологических зависимостей, и наиболее актуальную – **алкогольную зависимость**.

Группой медиков Министерства обороны РФ – профессор, доктор медицинских наук С.П. Свистунов; профессор, доктор медицинских наук М.Ф. Лукманов; профессор В.А. Алексеенко – под руководством О.В. Ганжи был внедрён ряд передовых методов, используемых в мировой практике, но являющихся «ноу-хау» для российской медицины. Экспресс-методы **лечения алкоголизма** и наркомании, комплексная система реабилитации, помощь пациентам и их семьям, в решении психологических и психотерапевтических проблем позволили завоевать известность Академической службе не только в нашей стране, но и зарубежом.

<http://www.youtube.com>

В настоящий момент Академическая Медицинская служба является научным и практическим партнёром Пражского Восточно-Европейского института партнёрства, ведущие консультанты получили высокую оценку в клиниках Европы и Америки. О.В. Ганжа – Сафолкский университет (США), профессор В.А. Алексеенко – Елизаветинский госпиталь (Бостон, США), профессор М.Ф. Лукманов – председатель программ Психологического травматического стресса, профессор С.П. Свистунов – ведущий специалист по психологическому сопровождению программ реабилитации МО РФ.

Как член Общественной службы психического здоровья – Академическая Медицинская служба получила высокую оценку и благословение Митрополита Санкт-Петербургского и Ладоского Владимира.

Многие известные политические деятели, артистическая элита благодарны специалистам за своё здоровье.

В рамках Президентской программы в Санкт-Петербурге и Ленинградской области Академическая служба ежегодно проводит конкурс рисунка «Против наркомании и алкоголизма». Хорошее оснащение и высокая квалификация специалистов позволяют оказывать эффективную помощь не только жителям России и стран СНГ, но зачастую пациентами центра являются жители Европы, Азии, США и Австралии.

**Адрес: Санкт-Петербург, ул. Садовая, 56**  
**Круглосуточные телефоны центра:**  
**(812) 314-44-82, (812) 310-70-24, 380-96-74.**  
**Сайт: www.sad56.ru**





## ДЕНЬ ГОСУДАРСТВЕННОГО ФЛАГА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Уже более двадцати лет наша страна отмечает День Государственного флага Российской Федерации. День флага России – это праздник всей страны.

22 августа в Александровском парке, на площади перед СПб ГБУК «Театр-фестиваль «Балтийский дом» состоится праздничный танцевальный флешмоб «Россия. Движение. Жизнь», участником которого может стать любой желающий.

Поддержать участников праздничного флешмоба придут знаменитые артисты и спортсмены. Среди них заслуженная артистка России Марина Капуро, победитель городских, межрегиональных и международных смотров-конкурсов балетмейстер Александр Бирюков, мастер спорта России по спортивным бальным танцам, танцор международного класса Дмитрий Суфтин, актриса театра и кино Ирина Малиновская, участник и победитель чемпионатов России и Бразилии, чемпион России Александр Гуцин, чемпион России по спортивной акробатике Егор Лагунов, участник и победитель чемпионатов России и мира, чемпион России по экстремальным видам спорта, участник церемонии открытия Олимпийских зимних игр в Сочи-2014 Виктор Демидов, а также артисты творческого коллектива «Вдохновение».

Кроме того в программе мероприятия:

- парад велосипедистов и роллеров;
- конкурс рисунков на асфальте.

Организатор: **Фонд развития и поддержки культуры, спорта и туризма**

Контактное лицо для СМИ – координатор проекта **Татьяна Якубова**, тел. +7 (921) 771-34-48

## НАШИ ПОСТОЯННЫЕ СОЦИАЛЬНЫЕ ПАРТНЁРЫ

1. ООО ТЕАТРАЛЬНО-КОНЦЕРТНАЯ КОМПАНИЯ «СТОП-ТАЙМ» – генеральный директор **Евгений Николаевич Мочулов**. Проведение концертов популярных рок-групп и концертно-спортивных фестивалей. Крупнейший из них – ежегодный антинаркотический фестиваль музыки и спорта «Мир без наркотиков» в Петербургском СКК при поддержке Комитета по культуре Санкт-Петербурга.

Адрес ТКК «СТОП-ТАЙМ»: Санкт-Петербург, Лиговский пр., 53, офис 703.

Тел.: 8 (812) 764-48-73  
E-mail: [stoptime@mail.cmkr.ru](mailto:stoptime@mail.cmkr.ru)

2. ООО «ЖИЛИЩНЫЙ ФОНД» – генеральный директор **Александр Клавдиевич Терентьев**. Фонд осуществляет перевод в нежилой фонд, узаконивание и согласование перепланировок, продление договоров аренды КУГИ, представительство в Фонде имущества. Адрес: Санкт-Петербург, ул. Тележная, 15, офис 19.

Тел.: 8 (812) 717-55-71  
Сайт: [www.jfond.spb.ru](http://www.jfond.spb.ru)

3. ООО «АРКОНА-НЕВО» – генеральный директор **Александр Михайлович Кузнецов**. Детские аттракционы (надувные, резиновые детские горки, карусели). Моб. телефон: 8-931-289-95-46.

4. ООО «МарТ» – генеральный директор **Игорь Владимирович Семушин**.

Телефон: 8 (812) 717-41-51

Адрес антикварного магазина «Коллекционер-М»: Санкт-Петербург, Лиговский пр., 47.

Сайт: [www.antik-m.ru](http://www.antik-m.ru)

5. МБОО «БЛАГОДАТЬ», директор **Евгений Александрович Смиринский**, бесплатная реабилитация нарко-алкогозависимых. Адрес: Ленинградская область, Тосненский район, пос. Ульяновка, ул. Свободная, 2. Тел. 8 (812)923-13-01.

Сайт: <http://grace-rehab.ru/>

6. ООО «СЛАВУТИЧ» – генеральный директор **Николай Александрович Тюленев**, общестроительные работы в Санкт-Петербурге.

Тел. 8 (812) 717-94-93  
E-mail: [slavytich13@gmail.com](mailto:slavytich13@gmail.com)

# ФЕСТИВАЛЬ «ЛАДОГРАД-2017» ПРОШЁЛ НА БЕРЕГУ РЕКИ КОВАШ

Традиционный экологический фестиваль «Ладоград-2017» в этом году прошёл на площадке VIII Северо-Западного фестиваля Самой Активной Молодёжи «САМ 2017» с 11 по 13 августа вблизи посёлка Коваш, на берегу реки Коваш.

Мы благодарим руководство Аграрного университета за предоставленную возможность провести фестиваль на территории Фермского парка в 2015 и 2016 годах. По ряду независимых от нас причин в этом году мы



выбрали новую площадку, в итоге мы объединились с фестивалем «САМ 2017».

В нашей совместной программе:

- социально-ролевые игры, тренинги по личностному росту, ораторскому искусству, командообразованию, массажу, тренинг по ПРО-активности,

- спортивные мероприятия, тренинги креативности, верёвочные курсы, игра в 2-х метровый мяч, катание в зорбе, игра «Что? Где? Когда?».



- целый блок бизнес-тренингов и многое другое!

- огненное шоу, стекла, гвозди, практики на доверие.

**Приглашенные спикеры 12 августа**

□ **Виктор Ефимов** – с 10 часов:

«Молодёжь и точки выхода из вредоносной матрицы».

□ **Владимир Жданов** – с 14 часов:

1. «Отрезвление России – общее дело».

2. «Восстановление зре-

ния естественным образом».

Кроме обширной программы фестиваля, мы, участники праздника, находились в красивом месте, где смешанный лес, берег реки, палаточный лагерь, костёр и трёхразовое питание придавали нам новых сил и энергии на великие свершения! Фестиваль получился! Впереди нас ждут новые интересные совместные проекты!

**Организатор  
фестиваля «Ладоград»  
Алексей**

Тел. +7 (911) 167-94-11

## «СВОБОДНАЯ СТРАНА»

Учредитель –  
**В.Ф. Кулинич**  
Главный редактор –  
**Я.Ф. Годовиков**

Адрес редакции:  
198334, а/я №29  
Тел.: 8-911-783-28-71  
E-mail: [yagod54@mail.ru](mailto:yagod54@mail.ru)

Газета зарегистрирована  
Территориальным управлением  
по Санкт-Петербургу  
и Ленинградской области  
Министерства РФ  
и средств массовых коммуникаций  
Свидетельство о регистрации  
ПИ № 2 – 7000 от 9.01.2004

Мнение авторов может  
не совпадать с мнением редакции  
Присланные материалы  
не рецензируются и не возвращаются  
При перепечатке ссылка на газету  
«Свободная страна» обязательна  
Все рекламируемые товары  
и услуги имеют необходимые  
лицензии и сертификаты  
Тип. ООО «РИП-СПБ»  
18.08.17 г. Т-1000 экз.  
Бесплатно

football IQ league

Чемпионат ФIQL

1. Станислав ТАРАТЫНОВ (Пенальти) – 69 очков (22 дня);
2. Павел КОЛОТОВ (7 Студио) – 65 (44);
3. Игорь СОЛОГУБ (Радио-Зенит) – 52 (81);
4. Борис РАЗЫГРИН (Новороссия) – 46 (49);
5. Олег ФЁДОРОВ (СПб ГАСУ) – 43 (87);
6. Владимир МАЗУРОВ (СПб Курьер) – 41 (45);
7. Владимир СМИРНОВ (Трезвоград) – 41 (60);
8. Иван ФИЛИППОВ (Славия) – 39 (62);
9. Михаил ЕФРЕМОВ (Коммуна) – 37 (88);
10. Михаил СИРОТА (Оккервиль) – 36 (45).

Кубок ФIQL

Полуфиналы:

Павел КОЛОТОВ 5 – 4 Борис РАЗЫГРИН  
Станислав ТАРАТЫНОВ 6 – 0 Владимир СМИРНОВ

ФИНАЛ:

Павел КОЛОТОВ 1 – 2 Станислав ТАРАТЫНОВ



Станислав Таратынов

Фото Александра Ушакова

SOBER NATIONS CUP

St.petersburg

27.05.2017

teams	RUS	WRL	BOT	AZE	tkm	points	goals	place
russia		3:1	0:1	5:0	3:0	15	11-2	I
sober world	1:3		1:0	6:2	3:0	10	11-5	II
botswana	1:0	0:1		4:0	3:0	9	8-1	III
azerbaijan	0:5	2:6	0:4		1:0	3	3-15	IV
turkmenistan	0:3	0:3	0:3	0:1		1	0-10	V

TEAMS	I	II	III	IV	show	total
RUS	3	3	6	9	6	15
WRL	0	3	6	9	1	10
BOT	3	6	9	9	0	9
AZE	0	3	3	3	0	3
TKM	0	0	0	0	0	0



Угловой у ворот сборной Ботсваны.



ГЕРОЙ ДНЯ

интеллектуально-футбольное шоу

Финал канониров

ГРЕБНЁВ	5 – 1	НАВАС
---------	-------	-------

Вратарский финал

ЕЛИСЕЕВ	2 – 0	КОБОЯНКВЕ
---------	-------	-----------

Спринтерский финал

ГРЕБНЁВ	I
АДАМ	II
МУСТАФАЕВ	III

тет-А-тет (1x1)

КГАКАТСИ	–	МУСТАФАЕВ	1:0
ЛИНБЕРГ	–	ЕЛИСЕЕВ	2:1
БРЮХАНОВ	–	ГРЕБНЁВ	1:0
ХИСМАТУЛЛИН	–	ГАДЖИЕВ	1:0
КГАКАТСИ	–	ЛИНБЕРГ	2:1
БРЮХАНОВ	–	ХИСМАТУЛЛИН	3:2
БРЮХАНОВ	–	КГАКАТСИ	1:0

ФИНАЛ ЧЕТЫРЁХ канонир vs вратарь

ГРЕБНЁВ	–	ЕЛИСЕЕВ	5:0
---------	---	---------	-----

спринтер vs дриблёр

БРЮХАНОВ	–	ГРЕБНЁВ	0:0 (4:3)
----------	---	---------	-----------

БОЛЬШОЙ (IQ) ФИНАЛ

ГРЕБНЁВ	–	БРЮХАНОВ	2:2 (7:6)
---------	---	----------	-----------

PLAY OFF

SEMIFINAL

RUSSIA 2 – 0 AZERBAIJAN  
SOBER WORLD 1 (2) – 1 (0) BOTSWANA

3RD PLACE GAME

BOTSWANA 4 – 1 azerbaijan

FINAL

SOBER WORLD 2 – 0 RUSSIA

ФИНАЛ КУБКА ТРЕЗВЫХ НАЦИЙ ПО УЛИЧНОМУ ФУТБОЛУ

Сборная Трезвого мира – сборная России. 2:0.

27 мая 2017 года. Футбольно-хоккейный комплекс БС. Санкт-Петербург. Температура +12 °С. Пасмурно.

Трезвый мир: Хесус НАВАС – Майк АКОСИМ, Питер КГАКАТСИ, Педро МОНСУЙ, Тевин СЕБОКО.

Россия: Андрей БРЮХАНОВ – Михаил ГРЕБНЕВ, Евгений ЕЛИСЕЕВ, Виктор КАЦ, Никита ЛИНБЕРГ.

Голы: Акосим (1+0), Кгакатси (2+0).  
Лучшие бомбардиры: 7 – Никита ГРЕБНЕВ (Россия), 6 – Абдулрахман АДАМ (Ботсвана), 5 – Питер КГАКАТСИ, 4 – Майк АКОСИМ (оба – Трезвый мир), 3 – Михаил ГРЕБНЁВ (Россия).

Лучшие ассистенты: 3 – Питер КГАКАТСИ, Никита ЛИНБЕРГ, 2 – Мпоентле КЕНАЛЕМАГ (Ботсвана), Михаил ГРЕБНЕВ, Юсиф АБДУЛЛА (Ботсвана), Хесус НАВАС (Трезвый мир).

Лучший вратарь: Эрик КОБОЯНКВЕ (BOT).

MVP: Майкл АКОСИМ (SW).



Лучший вратарь турнира