



К свободе призваны вы, братья, только бы свобода ваша не была поводом к угождению плоти...

(Гал. 5:13)

ЧИТАЙТЕ:

Анонс Крестного хода за трезвость

Олег Нилов и проект закона о народосбережении стр. 2

БФ «ДИАКОНИЯ», день за днём...стр. 3

Клуб «ВОСХОЖДЕНИЕ» и группы АА и АН

Скоро 30-летний юбилей СПБРОО «ВОСХОЖДЕНИЕ»! стр. 4

Расписание групп Нар-Анон

План работы РБОО «АЗАРИЯ» на февраль 20 лет в Программе, история жизнистр. 5

«Идти и делать» – история выздоровлениястр. 6

Первая женщина водолаз «Дом надежды на Горе» любит гостей стр. 7

НСД «Трезвая лига» зажигает стр. 8

ОБЩЕСТВЕННО-ПОЛИТИЧЕСКАЯ ГАЗЕТА

Свободная страна

№ 3-4 (178-179) • 2019

Сайт Санкт-Петербургской региональной общественной организации «ВОСХОЖДЕНИЕ» – <http://клуб-восхождение.рф/home>



В ПЕТЕРБУРГЕ РОДИТЕЛИ ОБЪЕДИНЯЮТСЯ ЗА ЗДОРОВОЕ БУДУЩЕЕ СВОИХ ДЕТЕЙ

24 февраля в Санкт-Петербурге пройдет седьмой по счёту концерт «Молодёжь за здоровое будущее». В этот раз мероприятие будет приурочено ко Дню защитника Отечества, так как важно, чтобы подрастающее поколение – будущие защитники нашей страны – вели активную жизнь под девизом ЗОЖ. Также организаторы поставили перед собой задачу просветить подростков о вреде наркотиков, чтобы их не застигли врасплох провокации наркоторговцев.

Общественное движение «За мир без наркотиков»

Просветительское мероприятие-концерт

"Молодёжь – за здоровое будущее!"

24 февраля (воскресенье, 15:00)

Талантливые артисты Петербурга, развлекательные площадки для детей, море творчества!

ТРЦ "Питерлэнд", Приморский пр., 72 м. Беговая

Прими участие в антинаркотическом просвещении молодёжи!

+7-921-583-77-03
vk.com/notodrugs_spb

© 2019 Санкт-Петербургское региональное общественное движение «За мир без наркотиков». Все права защищены. Логотип является товарным знаком, принадлежат Foundation for a Drug-Free World (фонду «За мир без наркотиков»)



По последним данным ФСКН 2016 года ежегодно от наркотических веществ в России погибло 70 тысяч человек, наркоманами становилось 86 тысяч россиян или 235 человек ежедневно. Как заявляет сама служба, это только официальные данные. Организаторы концерта – ОД «За мир без наркотиков» и БФ «Светлый мир» – обеспокоены такими цифрами, так как большая часть их участников сами являются родителями. Поэтому уже третий год подряд проводят такие мероприятия.

Концерт состоится в главном холле ТРЦ «Питерлэнд» по адресу: Приморский пр., 72, начало в 15 часов. В программе – выступления молодых и талантливых петербуржцев. Свои номера представят: вокальная студия «Voice», танцевальная школа-студия Аллы Духовой «Тодес», «Инсейн шоу» с мастер-классом по брейк-дансу, Федерация чирлидинга Санкт-Петербурга, популярный фристайлер Рома Раев и многие другие. Для детей будут организованы развлекательные площадки,

аквагим и мастер-класс от художественной школы «Ganesha Art».

Также организаторы подготовили конкурс для любителей спорта «Молодёжь за ЗОЖ!». Победитель получит фитнес-трекер, который поможет ещё лучше следить за своим здоровьем. Для участия в конкурсе нужно будет сделать фото на концерте и выложить в Инстаграм с #молодёжь-заздоровоебудущее и написать к фото пост о том, почему он лично никогда не будет употреблять

Окончание на 4-й стр.

ФОНД РАЗВИТИЯ И ПОДДЕРЖКИ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА



ЗАДЕРЖАН ПОДОЗРЕВАЕМЫЙ В ПОКУШЕНИИ НА СБЫТ НАРКОТИКОВ

«Оперативники УНК ГУ МВД России по г. Москва задержали 24-летнего приезжего из ближнего зарубежья по подозрению в покушении на сбыт героина в особо крупном размере», – сообщила заместитель начальника столичного УИиОС ГУ МВД России майор внутренней службы Екатерина Гузь.

В полицию поступила информация о приезде мужчины, который может быть причастен к распространению запрещённых средств и веществ на территории Москвы и области.

В результате оперативно-розыскных мероприятий подозреваемый был задержан в подъезде одного из домов на Барвихинской улице.

При личном досмотре у него были обнаружены три свёртка с веществом в виде порошка и комков. Исследованием установлено, что изъятое вещество в одном из свёртков является наркотическим средством – героином, массой более 200 г. Остальное вещество направлено на исследование.

В ходе обследования места временного проживания подозреваемого сотрудники полиции обнаружили электронные весы, кофемолку, упаковочный материал, а также множество свёртков с веществом в виде порошка и комков, массой около 4 кг 250 г. Проведённое исследование показало, что изъятое вещество также является наркотическим средством – героином.

Общий вес изъятого наркотика составил около 4 кг 450 г.

Следствием УВД по ЗАО ГУ МВД России по г. Москва возбуждено уголовное дело по признакам преступления, предусмотренного ст. 30 УК РФ «Приготовление к преступлению и покушение на преступление» и ст. 228.1 УК РФ «Незаконное производство, сбыт или пересылка наркотических средств, психотропных веществ или их аналогов, а также незаконные сбыт или пересылка растений, содержащих наркотические средства или психотропные вещества, либо их частей, содержащих наркотические средства или психотропные вещества». В отношении подозреваемого избрана мера пресечения в виде заключения под стражу.

НАРОДОСБЕРЕЖЕНИЕ – ГЛАВНАЯ ЗАДАЧА ВЛАСТИ

Олег Нилов об образовании Национального совета по сбережению народа

6 февраля Государственная Дума отклонила в первом чтении законодательную инициативу «СПРАВЕДЛИВОЙ РОССИИ» – проект федерального закона № 430928-7 <http://sozd.duma.gov.ru/bill/430928-7> «О народосбережении (об образовании Национального совета по сбережению народа)». С докладом по данному законопроекту выступил один из его авторов Олег НИЛОВ:

– Уважаемый Александр Дмитриевич (Жуков, первый заместитель Председателя ГД – прим. ред.), уважаемые коллеги!

11 декабря прошлого года исполнилось 100 лет со дня рождения Александру Исаевичу Солженицыну, и много выдающихся произведений, слов, цитат действительно заслуживают того, чтобы об этом чаще говорили, вспоминали, а лучше реализовывали. И вот одна из таких цитат: «Сбережение народа и в самой численности, и в физическом, и в нравственном здоровье – высшая из всех государственных задач». Я считаю, что это действительно можно рассматривать, как послание всем представителям во власти. И мы знаем прекрасно, что и статья в Конституции есть о том, что наше государство, социальное государство, прежде всего, а раз так, то и задача, главная задача – это создание всех условий для того, чтобы наш народ был и сбережён, и приумножен. Об этом, слава богу, сегодня заявляют все, в том числе Президент нашей страны.

Так вот давайте это реализуем, чтобы это было не просто намерение. Если

нужно, мы готовы рассмотреть возможность и в Конституцию внести эту замечательную мысль «народосбережение – главная задача власти», всё остальное, о чём мы говорим в многочисленных законах, программах, проектах, в том числе национальных, это служит для обеспечения этой главной задачи, и именно народа, уважаемые коллеги, а не населения и не электората. Понятно, какая большая разница? Вот для этого мы и предложили сегодня начать этот разговор, такой небольшой, но очень важный законопроект, который можно будет потом развивать, дополнять, конкретизировать.

Сегодня в этом законопроекте мы предложили обозначить хотя бы основные целевые показатели благосостояния народа, такие как реальные доходы населения, которые абсолютно связаны и с прожиточным минимумом, и с потребительской корзиной, процент граждан с доходом ниже прожиточного минимума, отношение доходов 10% наиболее и наименее обеспеченных граждан, децильный коэффициент, отношение среднего размера пенсии к уровню прожиточного минимума, объём ВВП на душу населения, объём госрасходов на образование, здравоохранение, культуру, объём потребления товаров, индекс потребительских цен, уровень безработицы и так далее, и так далее.



Все эти показатели мы и предлагаем, во-первых, фиксировать, во-вторых, делать регулярной эту информацию для населения по каждому региону об этих показателях, но самое главное – персональная ответственность руководителя любого уровня власти за сбережение народа. Всё что угодно может у него быть на четвёрки и пятёрки, да, привлёк колоссальные инвестиции, построил там дороги, какие-то центры, провёл форумов немереное количество, но народ на вверенной ему территории убывает, продолжительность жизни снижается, смертность увеличивается – всё, двойка и как минимум «до свидания» нужно говорить такому руководителю.

Если это будет главным критерием оценки деятельности руководителей всех уровней, я вас уверяю, совсем другие приоритеты они будут выбирать в своей работе, совсем по-другому бюджеты будут формироваться. И примеры этому уже есть.

Например, я хочу с трибуны поблагодарить губернатора Пензенской области Ивана Александровича Белозерцева, который демонстрирует такой пример. Он своим решением, не дожидаясь наших законов и таких указаний, в обязательном порядке всем руководителям районных и городских звеньев предписал проводить, при согласии, конечно, женщин, которые могут стать матерями, но хотят почему-

то прервать беременность, так вот в обязательном порядке при их согласии проводятся такие переговоры. И очень многие, 800 женщин за прошедшее время решили всё-таки не делать этого.

Пример позитивный, и человек действительно заинтересован в том, чтобы увеличить рождаемость, создать условия, потому что уговорить мать можно только таким образом – создать ей условия для того, чтобы и у ребёнка, и у неё были возможности для счастья. Я могу ещё другие примеры приводить.

Рамзан Ахматович Кадыров. Посмотрите, без всяких законов с нашей стороны он практически минимизировал употребление алкоголя, наркотиков в своей республике. И этому примеру, конечно, могут следовать другие губернаторы, уже не дожидаясь наших каких-то законов.

А что мы наблюдаем в большинстве регионов? По пять магазинов в одном доме, продающих алкоголь, табак, всяческие фастфудные продукты питания, и это, мол, не дело муниципальной и региональной власти. А я считаю, что дело, если бы стремление было в первую очередь сберечь свой народ, создать условия для здорового образа жизни и самое главное – обеспечить это через кошелёк и карман своих граждан.

Поэтому, уважаемые коллеги, вот предложение: сделать главным критерием эффективности власти народосбережение в нашей стране.

Спасибо. Прошу поддержать.

<http://www.spravedlivo.ru/9421810>

КРЕСТНЫЙ ХОД ЗА ВОЗРОЖДЕНИЕ ТРЕЗВОСТИ В РОССИИ ПРОЙДЁТ 2 МАРТА В САНКТ-ПЕТЕРБУРГЕ

2 марта по благословению митрополита Санкт-Петербургского и Ладожского Варсонофия состоится крестный ход в поддержку возрождения трезвости в России. По разным оценкам в молитвенном шествии примет участие около 1000 человек, это жители Петербурга, Ленинградской области и гости города.

В крестном ходе примут участие священнослужители Санкт-Петербургской митрополии, представители православных обществ трезвости, молодёжь, работники медицинских учреждений, представители общественных организаций, работающих в сфере про-

филактики алкоголизма и наркомании.

Начнётся молитвенное шествие от поклонного креста за погибших в годы Великой Отечественной войны. Затем по аллеям Парка Победы участники крестного хода проследуют к Петербургскому СКК, где будет отслужен



молебен о всех людях, страдающих алкоголизмом и наркоманией.

С каждым годом растёт число участников крестных ходов за трезвость. Это и понятно – по статистике ЕЖЕГОДНО алкоголь уносит 500 тысяч жизней наших соотечественников. Каждый 30-й житель нашей страны является алкоголиком. Часто по вине алкоголя страдают совершенно невинные люди. Никакие стихийные бедствия и катастрофы не уносят столько жизней, сколько уносит алкоголь.

**Пресс-служба
Координационного центра
по противодействию
алкоголизму и наркомании
Санкт-Петербургской
епархии**



БЛАГОТВОРИТЕЛЬНЫЙ ФОНД «ДИАКОНИЯ», ДЕНЬ ЗА ДНЁМ...

ОБРАЩЕНИЕ БЛАГОТВОРИТЕЛЬНОГО
ФОНДА «ДИАКОНИЯ»

Благотворительный Фонд «ДИАКОНИЯ» прошёл многоступенчатую систему экспертной оценки благотворительного фонда «Нужна помощь».

Жертвуя на сайте <https://nuzhnaypomosh.ru/funds/diakoniya/>, вы можете быть уверены, что ваши деньги дойдут до благополучателей и не попадут в руки мошенникам.

Благотворительный фонд «ДИАКОНИЯ» более десяти лет бесплатно помогает зависимым от ПАВ в достиже-

нии трезвости и в их ресоциализации. Возвращении их в семью и общество.

Поддержка этой категории лиц не пользуется популярностью у благотворителей.

Помогите фонду оказывать бесплатную помощь мужчинам, которые могут вернуться в свои семьи трезвыми и ответственными мужьями, заботливыми отцами, заботящимися сыновьями. Помогите вернуть их детям, женам, обществу.

СОЦИАЛЬНАЯ ПОМОЩЬ
БФ «ДИАКОНИЯ»

Кабинет социальной помощи принимает всех, кто оказался в трудной жизненной ситуации

Напоминаем, что приём осуществляется по новому адресу: **Санкт-Петербург, ул. Крупской, 5Б**, вход со двора, 2-й этаж (карта прохода от станции метро «Елизаровская» прилагается).

Моб. телефон для связи: **8-981-853-98-96**.

Приём граждан ведётся по графику: **понедельник** с 10.00 до 12.00; **вторник** с 10.00 до 13.00; **среда** с 10.00 до 13.00; **четверг** с 10.00 до 12.00; **пятница** с 14.00 до 17.00.

В Кабинете социальной помощи специалисты по



социальной работе оказывают помощь бездомным гражданам и людям в трудной жизненной ситуации, в том числе:

- консультации по социальным вопросам (восстановление документов, помощь в трудоустройстве);
- материальная помощь в виде одежды и обуви;
- материальная помощь

в виде продуктовых наборов.

Проект «Доброе сердце» реализуется Благотворительным фондом «ДИАКОНИЯ» с использованием гранта Президента Российской Федерации на развитие гражданского общества, предоставленного Фондом президентских грантов.

БЛАГОТВОРИТЕЛЬНЫЕ ОБЕДЫ

Для нашего «Автобуса милосердия» фонд получил необычное пожертвование. Поэтому в понедельник, 4 февраля, наших подопечных бездомных, которые приходят к «Автобусу милосердия», ждал неожиданный сюрприз. Каждому из них достался кулич, который стал прекрасным дополнением к и без того вкусному и сытному горячему обеду.

ВНИМАНИЕ!

Изменилось время работы «Автобуса милосердия»!

Центральный район, ул. Атаманская, 6Е – ежедневно по рабочим дням с 17.00 до 18.00;

Невский район, ул. Челиева, 10 – по вторникам с 14.00 до 15.00.



НОВОСТИ ИЗ СОЛОГУБОВКИ

ДЛЯ ТОГО ЧТОБЫ избавиться от тревоги, обрести максимально возможный эмоциональный комфорт, необходимо сфокусировать своё внимание на происходящем в этом месте и в этот момент времени, не отвлекаясь на размышления о прошлом и будущем, быть «здесь и сейчас».

На терапевтической группе на тему «Мои тревоги здесь и сейчас» с воспитанниками реабилитационного центра «Сологубовка», занимался психолог Александр Фокин. Группа прошла в очень тёплой, дружеской обстановке, старшие помогали новичкам в преодолении состояния. Очень интересный опыт, ресурсы нашли, тревога сменялась теплом, появился интерес.

УМЕЕМ ЛИ МЫ РАДОВАТЬСЯ каждому мгновению жизни?

Как часто нам улыбаются незнакомые люди на улице? А как часто делаем это мы? А ведь улыбаясь, мы делимся с окружающими хорошим настроением.

А позволяем ли себе играть как дети?

В Евангелии Господь призывает каждого человека уподобиться ребёнку. Будьте «как дети» (Мф. 18:3).

Наши воспитанники на занятиях арт-терапевта Евгении Всеволодовны, играли-строили замки из песка, лепили фигурки из пластилина. Из фигурок составляли композиции... и приходило понимание совместного созидания, единения и счастья, как в детстве.

Это уникальная возможность исследовать свой внутренний мир, ощущая свободу и безопасность самовыражения.



Пресс-служба Благотворительного фонда «ДИАКОНИЯ»

ОТДЫХ ЗАНИМАЕТ ВАЖНОЕ МЕСТО В ЖИЗНИ КАЖДОГО ЧЕЛОВЕКА

Субботний день в реабилитационном процессе центра «Пошитни» направлен на приобретение навыков здорового отдыха, в который входят русская баня, спортивные мероприятия, общая трапеза с приготовленными своими руками вкусняшками и личное время.



ПРОГРАММА ПОМОЩИ ЗАВИСИМЫМ «ФАВОР»

В Минздраве назвали главную причину смертности российских мужчин

Две трети российских мужчин трудоспособного возраста (70 процентов) умирают из-за проблем, вызванных алкоголем. Об этом сказала министр здравоохранения России Вероника Скворцова.

Она уточнила, что речь идёт не только об острых заболеваниях, вызванных алкоголем и приведших к летальному исходу, но и о накопительной алкогольной смертности: циррозах, язвенных болезнях желудка, осложнениях, панкреонекрозах, ранней гипертонической болезни.

Согласно статистике, смертность российских мужчин трудоспособного возраста в три раза выше, чем у женщин. В настоящее время она составляет 735 случаев на 100 тысяч населения.

Ранее Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) провела аналитику смертности людей во всем мире и также назвала основной причиной их гибели алкоголизм. По данным ВОЗ, гибель одного из 20 человек так или иначе связана с горячительными напитками – чрезмерное употребление спиртного вызывает либо смертельные болезни, либо приводит к ДТП, в котором гибнут люди.

Программа помощи зависимым «ФАВОР» проводит ВЕЧЕРНИЕ КУРСЫ ТРЕЗВОСТИ для алкоголиков (и наркоманов), а также членов их семей. Приходите! Занятия бесплатные.

Подробности по телефону: **8-911-170-54-04**

СПБРОО «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»: понедельник, среда, суббота – в 21.00, во вторник, четверг, пятницу – в 19.00. В воскресенье – в 20.00 (открытая группа). Телефон ответственного: 8-931-539-63-58. Сайт сообщества АА в Питере: www.aaspb.ru

Группа взаимопомощи АН (Анонимные Наркоманы) «ПОТОК»: понедельник, среда, суббота – в 19.00, вторник, четверг, пятница – в 21.00, в воскресенье – в 18.00 (открытая группа).

Группа взаимопомощи для род-

ственников алкозависимых **каждый четверг – в 19.00.**

За время работы групп взаимопомощи 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 взаимопомощи ВДА (взрослые дети алкоголиков) по вторникам – в 19.00 (малый зал).

Группа взаимопомощи АС «Семья» по пятницам – в 19.00, в малом зале. Мобильный телефон +7-911-827-72-59, Елена.

Группы Анонимных Пищевых Зависимых в Петербурге:

1) В.О., 13-я линия, 2, помещение 46, вход через ворота во двор по коду 9876В, дверь ярко-синего цвета: понедельник – 19.00, вторник – 20.30, пятница – 20.30.

2) 1-я Красноармейская ул., 11, внутри храма спуститься на полуподвальный этаж, четверг – 18.30.

3) г. Пушкин, ул. Церковная, 30/22, помещение СПБРОО «ВОСХОЖДЕНИЕ», воскресенье – в 11.30.

* * *

В Феодоровском Государевом Собрании (Царское Село, Академический пр., 34, сайт собора: <http://gosudarevvsobor.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, СПБРОО «ВОСХОЖДЕНИЕ», отдельный вход со двора.

Мобильный телефон 8-911-783-28-71.

E-mail: yagod54@mail.ru. Сайты: <http://клуб-восхождение.рф/home>, <http://a-severo-zapad.blogspot.com>

ДОРОГИЕ ДРУЗЬЯ!

Приглашаем вас на собрания группы АА «Бульдозеристы» **каждую среду и пятницу в 19.30.** Мы находимся по адресу: г. Пушкин, ул. Леонтьевская, 35 (здание храма в честь иконы Божьей Матери «Всех скорбящих радость»). Добро пожаловать! Групповой телефон – 8-904-633-37-63.

В ПЕТЕРБУРГЕ РОДИТЕЛИ ОБЪЕДИНЯЮТСЯ ЗА ЗДОРОВОЕ БУДУЩЕЕ СВОИХ ДЕТЕЙ

Окончание.
Начало на 1-й стр.

наркотики. Затем будет выбрано 5 лучших постов, а набравший большее количество лайков, получит приз.

Также во время концерта будут проведены опросы молодёжи на знание законодательства в отношении употребления и распространения запрещённых веществ. Каждый опрошенный получит па-

мятку с правильными ответами. Опрос составлен совместно с сотрудниками Управления по контролю за оборотом наркотиков по Санкт-Петербургу и Ленинградской области.

По официальным данным, средний возраст подростка, начинающего употреблять наркотические вещества, – от 15 до 17 лет, но в последнее время этот возраст начал

снижаться. Более того, создаются новые формы синтетических наркотиков, которые оказывают непоправимый вред здоровью и делают человека инвалидом. Такие наркотики продвигаются под видом безопасных веществ. Поэтому родители и активисты, которым небезразлично будущее нашей страны, объединились для проведения эффективной работы по профилактике наркомании среди молодёжи. Ведь только вместе можно сделать Санкт-Петербург свободным от наркотиков.

По вопросам организации мероприятия обращаться в пресс-службу ОД «За мир без наркотиков»: +7-981-953-00-38 notodrugs-spb@yandex.ru



АТТЕСТАЦИЯ ПО КУРСУ «ОРГАНИЗАЦИЯ СОЦИАЛЬНО-ПРАВОВОЙ РАБОТЫ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ПРАВОНАРУШЕНИЙ СРЕДИ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ И МОЛОДЁЖИ»

В СПб ГБУ «ГЦСП "КОНТАКТ"», расположенном по адресу: ул. Фрунзе, 4, прошла аттестация по курсу «Организация социально-правовой работы по профилактике правонарушений среди несовершеннолетних и молодёжи».

В конце мероприятия Ваган Ахиллесович Канаян, директор СПб ГБУ «ГЦСП "КОНТАКТ"» вручил слушателям удостоверения об успешном прохождении курса. Всем спасибо за успешно пройденное обучение!

Пресс-служба центра «КОНТАКТ»



ПРИГЛАШЕНИЕ НА ЮБИЛЕЙ СПБРОО «ВОСХОЖДЕНИЕ»

Юбилейное торжество, посвящённое 30-летию деятельности СПБРОО «ВОСХОЖДЕНИЕ», организовано совместно с СПб ГБУ «Дом молодёжи "Царскосельский"» Пушкинского района Санкт-Петербурга.

12 мая 2019 года, воскресенье, время проведения с 12.00 до 16.00.

Место проведения: город Пушкин, Дом молодёжи «Царскосельский», улица Магазиная, дом 42. Вход свободный.

1. Регистрация гостей в фойе первого этажа с 12.00 до 13.30. Осмотр выставки двенадцати НКО, работающих в сфере профилактики наркомании и алкоголизма в Санкт-Петербурге и Ленинградской области.

2. Работает буфет с чаем и кофе, с пирожными и мороженым, работа ТВ, интервью с участниками и гостями юбилея.

3. Работает Информационная выставка плакатов некоммерческих и общественных организаций, работающих в сфере профилактики наркомании и алкоголизма. На столиках, возле стендов, будут представлены буклеты, брошюры, газеты и журналы партнёров СПБРОО «ВОСХОЖДЕНИЕ», газета «Свободная Страна».

4. Открытие торжественного собрания, с предоставлением приветственного слова главе Администрации Пушкинского района, главе Муниципального Совета г. Пушкина, представителям комитетов Правительства и Антинаркотической комиссии Санкт-Петербурга, Русской Православной Церкви – 13.30 – 14.00.

5. Приветствия от партнёров СПБРОО «ВОСХОЖДЕНИЕ» – БФ РЦ «Дом надежды на Горе», БФ «ДИАКОНИЯ», ВОО «Общее дело», РОО «Наш путь», МРОО «Благодать», РБОО «Азария» (Матери против наркотиков) АНО «Голос Матери», КСД «Трезвая лига», АНО «Новая жизнь», АНО «Центр "ПАЛИНАР"» (Вологда), НП «Преображение», ОД «Трезвый Питер», НООО «НАН» (Великий Новгород), ВОО «Твой выбор» (Череповец), ОД «За мир без наркотиков».

6. Отчёт о деятельности РОО «ВОСХОЖДЕНИЕ» с 1989 по 2019 год председателя Совета Я.Ф. Годовикова с показом цветных слайдов на большом экране Дома молодёжи) – 14.00 – 14.30.

7. Праздничный концерт с участием звёзд Пушкинского Дома культуры и СПБРОО «ВОСХОЖДЕНИЕ» – 14.30 – 15.30.

8. Музыкальная дискотека и праздничное чаепитие в помещении СПБРОО «ВОСХОЖДЕНИЕ» на Церковной ул., 30/22 – 16.00 – 18.00.

Председатель Совета СПБРОО «ВОСХОЖДЕНИЕ» Я.Ф. Годовиков

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, 19.00-20.00

«СОЛНЫШКО»: ул. Большая Подъяческая, 34 –
среда, 18.00-19.00

«ШКОЛА НЕЗАВИСИМОСТИ»:

В.О., 2-я линия, 3, – четверг, 18.30-19.30

«ПОЗИТИВ»: Ленинградская обл., Сосновый Бор,
ул. Молодёжная, 66, цоколь – четверг, 18.30

«ГАТЧИНА»: Ленинградская обл., Гатчина,
ул. Достоевского, 2, – среда, 18.30

«СЧАСТЬЕ»: Литейный пр., 44, –
суббота, 16.00-17.15



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
«Информкабинет»)
* * *

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 «Информкабинет»)

ОТКРЫЛАСЬ НОВАЯ ГРУППА SLAA

Анонимные зависимые от секса и любви (SLAA) — это Содружество мужчин и женщин, объединённых желанием выздороветь от болезненного пристрастия к любовным, романтическим и сексуальным отношениям по программе «12 Шагов», заимствованной у Содружества Анонимных Алкоголиков.

Мы собираемся вместе, чтобы:

- поддерживать друг друга, делясь опытом и силой выздоровления;
- достичь эмоциональной и сексуальной трезвости;
- научиться строить здоровые взаимоотношения;
- быть постоянно защищёнными от искушений «поющих нам песни сирен».

**РАСПИСАНИЕ ГРУПП SLAA
в Санкт-Петербурге:**

Вторник, 17.00-18.00
1-я КРАСНОАРМЕЙСКАЯ ул., 11
Воскресенье, 19.00-20.00
КОВЕНСКИЙ пер., 7
Контактный телефон +7-950-037-26-77

20 ЛЕТ ВЫЗДОРОВЛЕНИЯ ПО ПРОГРАММЕ «12 ШАГОВ» С ПОМОЩЬЮ СЛУЖЕНИЯ

Я, Николай, отец наркомана, придя в ПРОГРАММУ 20 лет тому назад, не смог работать, практически, на женских группах Ал-Анон или Нар-Анон, и потому стал инициатором открытия в Ленинграде чисто мужской группы «Отцы наркоманов», на которой у меня стало получаться выздоравливать от созависимости по отношению к сыну-наркоману. На сегодня группа работает вот уже 19 лет. Мало того, в некоторых городах России начали открываться и работать такие же чисто мужские группы. Поначалу созависимые матери и жёны из групп Ал-Анон и Нар-Анон предъявляли нам претензии, что мы в нарушение традиций отделились от них, а им нужно слышать мужское выздоровление от созависимости. Правда, в момент моего прихода в программу мужчин в сообществах было только двое: я и впередиидущий для меня Сергей, который мужественно работал на женских группах более года. Это сегодня через группу «Отцы наркоманов» прошло более 500 отцов зависимых детей.

В процессе выздоровления я много читал литературы по зависимости и созависимости, и мне очень хотелось этим делиться со своими анонимными братьями и сёстрами. Я брал у них электронные адреса. И на сегодня у меня в базе данных анонимных адресов более 2000 – как питерских, так и в других городах России, а также и в других странах (от российских анонимных). Когда я несколько лет работал в Китае, то попросил прекратить делать рассылки того, что находил интересного по нашей проблеме, но после возвращения мои любимые анонимные сёстры и братья попросили меня продолжать рассылки найденного мною материала.

С первых же дней прихода в Программу, имея очень мало литературы официально изданной по алкоголизму и наркомании, я стал с помощью анонимной сестры Галины издавать и распространять то, что мои сестры до моего прихода добывали из-за рубежа и перевели на русский язык. Такие переводы я получал от анонимных сестёр Натальи Васильевны и Татьяны (переводчицы).

С первого же года в Программе, раз по рекомендациям впередиидущих для моего выздоровления было полезно спикерить (то есть подводить итоги по проделанной работе над собственным выздоровлением и намечать планы на предстоящий год до следующего спикерского), то я это делал все прошедшие 20 лет ежегодно, а то, в самом начале пару раз, и между годовыми спикерскими.

Конечно, подготовка к спикерскому, само спикерское, получаемые вопросы и ответы на них – это было необходимо для моего собственного выздоровления, и это главное. Однако мои спикерские были также и несением вести о возможностях программы «12 шагов». Своё спикерское я каждый раз оформлял письменно для себя, печатал с помощью анонимной сестры Галины и раздавал на спикерских, а также рассылал в электронном виде. На 19-ю годовщину я собрал в один файл все свои спикерские за всё время и также разослал по имеющимся электронным адресам.

На 15-м году выздоровления я спикерил на группах созависимых в Ленинградской области (Луга, Сосновый Бор, Гатчина). Сегодня на 20-м году выздоровления я планирую отспикерить на всех группах в Питере, а также в области (естественно, куда меня пригласят).

Когда нахожусь в Петербурге (за время выздоровления, между прочим, 2 года я трудился в Хорватии и более 4 лет в Китае) я регулярно, за редким исключением, последние два-три года работал на группе АА «Зеркало» в специбольнице, которую считаю для себя самой безопасной группой (имея ввиду порой несоблюдение анонимности на городских группах).

Опять же для собственного выздоровления мне очень помогало присутствие на открытых собраниях Анонимных Наркоманов и Анонимных Алкоголиков, где я постоянно впитывал в себя всю сложность выздоровления от зависимости моих любимых приёмных сыновей и дочерей (понятно, что это анонимные наркоманы), которые стали новой семьёй моего выздоравливающего сына.

Благодарный анонимным сёстрам и братьям начавшим до меня Программу «12 шагов» в родном городе, сохранившим до меня её Шаги, Традиции и Принципы служения, за мою собственную жизнь, и жизнь моего ребёнка –

Николай, отец наркомана

ПЛАН РАБОТЫ РБОО «АЗАРИЯ» на ФЕВРАЛЬ 2019 года

1. Первичный приём – для родственников зависимых (наркотики, алкоголь, азартные игры) по четвергам, с 18.00 до 21.00 (бесплатно), предварительная запись по тел.: 570-22-52, +7-911-180-68-08.

2. Обучающие семинары по вторникам (бесплатно) – для специалистов и родственников зависимых с 18.30 до 20.00.

5.02. «Насилие в семье». Валентина Владимировна Новикова, клинический психолог, директор реабилитационных программ центра «Школа независимости», международный тренер по организации и проведению процессов терапии зависимости и созависимости, конт. тел.: 328-32-54, 328-32-93, www.netzav.ru
12.02. «Реабилитация в Городской Наркологической больнице». Тагир Абдурахманович Ахметгаджиев, врач-нарколог, психолог ГНБ, конт. тел.: +7(911) 988-19-54.

19.02. «Признаки болезни, что делать?». Татьяна Владимировна Осина, семейный психолог, расстановщик по Б. Хеллингеру, специалист по зависимостям, конт. тел.: 906-31-30, <http://dvizenie.org>

26.02. «Презентация комплексной программы реабилитации семьи». Ирина Витальевна Тетеревкова, специалист семейной программы МФ ЦР «Дом надежды на Горе».

3. Лекции, семинары, группы и консультации специалистов (бесплатно):

• Базовые семинары по созависимости, по пятницам 18.30 – 20.00. Ведущий – Тимур Каримов, психолог, консультант по химической зависимости,

дополнительная информация по тел.: +7(921)791-54-67.

1.02. Устаревшие идеи. Рубрика «Тяжело расставаться». Часть 2.

8.02. Занятия не будет!
15.02. Взрослые, стоящие на коленях, или «жертва» как стиль жизни.

22.02. Тревоги зуд, духовная чесотка или что может быть современными ценностями. Наконец-то!

• Практические занятия для созависимых: «Грани созависимости», по понедельникам 18.30 – 20.00. Ведущая – Ольга Ильина, психолог, дополнительная информация по тел.: +7(921)326-27-11.

4.02. Свободная тема: ответы на вопросы. Презентация 4-х месячной программы «Преодоление созависимости».

11.02. Треугольник Карпмана. Часть 1. Бег по кругу.

18.02. Треугольник Карпмана. Часть 2. Спасение утопающих – дело рук самих утопающих.

25.02. Треугольник Карпмана. Часть 3. Иллюзии контроля.

• Группа общения с психологом. По понедельникам, 20.00 – 21.15. Ведущий – Евгений Кокорев, медицинский психолог высшей категории, консультант по созависимости и семейным отношениям, дополнительная информация по тел.: +7(911)969-48-30.

• «Общественная приёмная по правовым и юридическим вопросам» для зависимых и их родных, 12.02 с 19.00. По предварительной записи: 570-22-52, адвокат Екатерина Олеговна Солдатов, тел.: +7(931)343-70-68.

• Консультация о реабилитационных центрах. Любовь Ивановна Спичарская, президент РБОО «АЗАРИЯ», по

**САНКТ-ПЕТЕРБУРГ,
ул. БОЛЬШАЯ ПОДЪЯЧЕСКАЯ, 34**
(станции метро «Сенная площадь»,
«Садовая», «Спасская»)
Телефон/факс: (812) 570-22-52
моб. телефон +7-911-180-68-08
(с 15.00 до 21.00,
понедельник-суббота)
www.azaria.rusorg.ru
https://vk.com/rboo_azaria
azaria.info@gmail.com

тел.: +7(911)719-69-60, или по предварительной записи по тел.: 570-22-52.

• «Избавление от алкоголизма, курения, ожирения без медикаментов и гипноза» по методу Г.А. Шичко, преподаватель Вадим Владимирович Лапшичев, предварительная запись по тел.: 349-48-04 или +7(921)306-11-45.

• Общество художников наива «РАДУГА» – занятия для всех желающих, по вторникам с 14.00 до 17.00. Руководитель – член Союза художников России, художник Ильдус Назипович Фаррахов. Занятия помогают каждому участнику развить свои природные способности. Запись по тел.: +7(981)686-42-36.

• Группа здоровья для всех: «Обретение себя в гармонии» – гармония души и тела, обретение себя. Ведущая – Вера Леонидовна Пиотуховская, психотерапевт. По субботам, 12.00 – 15.00. Тел.: +7(911)977-01-69.

• Группа здоровья для зрелых и молодых: «Движение – это жизнь». Ведёт занятия Любовь Жданова. По понедельникам и четвергам, 11.00 – 13.00. Тел.: +7(911)220-67-87.

4. Дополнительное услуги за фиксированное пожертвование:
Профессиональные тренинговые

программы (участие только по предварительной записи):

• Тренинг «Ассертивного поведения». Начало тренинга по мере комплектования группы.

Для всех желающих стать более уверенными в себе и настойчивыми, открыт набор в группу. Ведущий – Тимур Каримов, консультант-психолог. Дополнительная информация и запись у дежурного по тел.: (812)570-22-52, моб. +7(911)180-68-08.

• Курс «Преодоление созависимости». Начало 19 февраля.

Блок 1. «Зависимость – это болезнь. Правила общения с заболевшим».

В этом блоке вы узнаете: как развивается зависимость от веществ (алкоголь и наркотики), как протекает заболевание, как общаться с зависимым и мотивировать его на процесс выздоровления.

Первый блок состоит из четырёх семинарских занятий: 19 и 26 февраля, 5 и 12 марта с 18.30 до 20.00, и тренинга – «Интервенционное вмешательство или как мотивировать зависимого сделать шаг к лечению».

Дата тренинга: 17 марта с 10.00 до 17.00. Ведущие – Тимур Каримов, Ольга Ильина, Зинаида Бодановская.

Участие в курсе только после собеседования. Записаться на собеседование по телефонам: +7(911)180-68-08 (Тимур), +7(921)326-27-11 (Ольга). По результатам собеседования, тренинг можно пройти отдельно.

Индивидуальное психологическое консультирование.

Индивидуальные консультации проводятся по предварительной записи. Дополнительная информация и запись по телефонам: +7(921)791-54-67, Тимур Каримов – психолог, консультант по химической зависимости и созависимости; +7(921)326-27-11, Ольга Ильина, психолог, консультант по созависимости.

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.cmk.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. Телефон 8(812)717-55-71. Сайт: www.jfond.spb.ru**

3. ООО «АРКОНА-НЕВО» – генеральный директор **Александр Михайлович Кузнецов**. Детские аттракционы (надувные, резиновые детские горки, карусели). Мобильный 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**

5. МБОО «БЛАГОДАТЬ», директор **Евгений Александрович Смиринский**. Бесплатная реабилитация нарко-алкогозависимых.

Адрес: **Ленинградская область, Тосненский район, пос. Ульяновка, ул. Свободная, 2. Телефон 8 (812) 923-13-01.**

Сайт: **http://grace-rehab.ru/**

6. АНО «ПАЛИНАР», директор **Сергей Николаевич Петраков**. Социально-психологическая помощь наркозависимым и их родственникам на площадке АНО «Палинар». Адрес: **г. Вологда, Тополевый пер., 19. Мобильный телефон 8-817-2 50-10-24.**

АКАДЕМИЧЕСКАЯ
МЕДИЦИНСКАЯ
СЛУЖБА

В 1989 году, когда в Военно-Медицинской академии им. С.М. Кирова 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. Алексеев) под руководством О.В. Ганжи (на снимке) 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. Алексеев – 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 Ладожского Владимира.

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

В рамках Президентской программы в Санкт-Петербурге и Ленинградской области Академическая Медицинская 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.

ПРИВЕТ! Меня зовут Гоша и я алкоголик. Хочу поблагодарить всех анонимных алкоголиков за возможность рассказать о своём опыте, быть трезвым и живым.

Немного оглянувшись в моё прошлое, вижу, как быстро я делал шаги. И это потому, что не хотел сдохнуть. Возможно, у меня не было такого глубокого дна как у кого-то, но деморализация была полной. Алкоголь наступал на пятки, раздвигал меня так, что я еле смог выкарабкаться и обратно уже не хотел.

1,2,3-й шаги для меня это были такие блиц-шаги: 1-й шаг – не могу справиться сам; 2-й шаг – может помочь Он; 3-й шаг – не мешать Богу делать мою жизнь. И сразу же 4-й шаг, его я сделал довольно быстро. Мне было дано две недели на ресентимент, за это время я написал все 4 колонки. Неделя – на страхи и секс. Далее проскочил 5,6,7-й шаги. Снова эдакий «блиц»... То, что Бог открыл мне в 4-м шаге, сильно мешало мне, избавиться от этого я был готов более чем. Написать список восьмого шага тоже оказалось достаточно просто. И тогда я решил, что всё будет легко даваться и впредь.

По своей сути я очень большой трус, или как называет меня мой хороший друг, приобретённый в сообществе, – «сыкло». Да, и это правда. Очень люблю анонимных алкоголиков за то, что они всегда говорят правду. Я нахожусь в этом сообществе потому, что я трус. И так было всегда. Я всегда отовсюду убежал. Прожив 25 лет в своём родном городе Хабаровск, с 17 лет сменил несколько мест проживания, несмотря на то, что у меня была собственная квартира. В конечном итоге я и её продал, сбежав в Санкт-Петербург, а внутри теплилась надежда – на этот раз всё будет по-другому... Однако ничего не прокатило, алкоголь достал меня и здесь. В Питере я чуть не пропил деньги, вырученные за квартиру, только Бог уберёг меня... В общем, всё, что я делал в своей жизни, я делал из-за страха... А в «Большой книге» сказано, что страх разъедает душу как ржавчина, что всё наше существование пронизано страхом, что страх как воровство.

Страх же гнал меня по шагам. И вот после четвёртого шага, пройдя блиц-шаги 5,6,7-й и написав список 8-го шага, я должен был идти и ДЕЛАТЬ, совершать действие. «Теперь мы НУЖДАЕМСЯ в поступках, ибо вера без действий МЕРТВА!» (стр. 74 АА), потому, что всё предыдущее было лишь подготовкой. Это как раз то самое место, где я обычно по жизни разворачивался и убежал.

От одного из анонимных алкоголиков я однажды услышал, что 9-й шаг – это когда мне нужно идти признавать свою неправоту без каких-либо оправданий или объяснений. Всю свою жизнь я оправдывался, искусно прикрываясь «логическими доводами». Нам же «нравится логика»... Я всегда объяснял свою позицию, что это произошло потому и поэтому, что виноват тот-то или тот-то. И люди верили мне, более того, в большинстве случаев я и сам верил в то, что говорил. А в пьяном угаре вообще было проще всего оправдать всё что угодно, мол, я ж бухой, чего с меня взять?!

Но на самом деле всё обстояло иначе... Об этом я очень верно услышал от одного спикера, не помню дословно, но суть в том, что если я полез в фонтан купаться, или полез в драку с толпой, или бегаю голый по площади, то это не потому произошло, что я напился – я напился, чтобы сделать это, потому что моё настоящее безумие одолевает меня именно тогда, когда я трезв. Алкоголь спался меня, лечил. Я пил для того, чтобы загасить ту боль, которую порождали голоса в голове, и позволял себе безумные поступки.

У меня на голове есть шрам, я чуть не лишился глаза в драке, его я получил будучи трезвым... Подрался с соседом по квартире из-за подушки, ИЗ-ЗА ПОДУШКИ, МЛЯ, из-за того, что мой знакомый, с которым мы снимали вместе квартиру, решил поспать на ней во внеочередной раз. Мое эго мне сразу рассказало, что меня хотят опустить, зачмырить и т.п. Что оставалось делать? – Только разбить о голову товарища кружку и чуть не ослепнуть на один глаз...

Вы знаете, любая мысль о том, что со мной что-то не так, всегда тотчас же вытеснялась каким-то нелепым оправданием в пользу безумия. И в этом моё

безумие. Совершать ужасные, противоестественные поступки, смотреть на всё это и думать – случайность... И повторять всё снова. А со временем совершать подобные безумства, уже не пытаясь оправдаться перед самим собой, возможно, лишь немного перед другими.

Так вот, когда я узнал о своих недостатках в 4-м шаге и попросил Бога забрать их в 7-м, у меня на руках был список тех, кому я должен был возместить ущерб. Это путь освобождения через настоящее действие. В «Большой книге» сказано, что если мы не сделаем 9-й шаг, мы обязательно напьемся. Возможно, даже не напьемся, но желание покончить с этой унылой и ненавистной жизнью точно вернётся. А это означает – неизбежная СМЕРТЬ!!! Вот ведь в чём дело, пройденные шаги подарили мне надежду на лучшую жизнь и помогали мне верить в действенность Программы «12 шагов». А стало быть отступать было некуда, иначе – смерть. А теперь умирать-то не хотелось, потому что я ощущал возможность иной, лучшей жизни.

Ведь алкоголь – это всего лишь симптом. А на самом деле я люблю сходить с ума, это моё... По своей сути я безумец, я – псих! Хотя, может, внешне этого и не видно... Все говорили: «Какой ты хороший парень, когда не пьёшь». Но

ИДТИ
И ДЕЛАТЬ!

именно когда я пил, я был настоящим. Поэтому чтобы избавиться от своих недостатков, мне нужно было идти и ДЕЛАТЬ. Мой первый 9-й шаг не представляет из себя ничего особенного, но именно он убедил меня в том, что я поступаю верно, потому что всё предыдущие 8 шагов я делал исключительно основываясь на вере. А ведь мне как агностику всегда требуется подтверждение чего-то, пощупать надо обязательно...

Так вот. Когда я зачитал список 8-го шага спонсору, он мне сказал поставить галочки напротив тех, кому (или чему) я готов идти возместить в ближайшие дни. И одним из первых объектов был гипермаркет, в котором я воровал еду, ел и не платил, даже не столько из-за нужды, сколько из-за безаказанности и чувства куража. Это было по приколу. И вот, спустя 2 года, мне нужно было идти в этот гипермаркет, на виду у множества людей (я же думал весь гипермаркет будет на меня смотреть) признавать свою неправоту и предлагать возместить ущерб. Было страшно, но страшнее казалось то, что исполнит-ся предупреждение «Большой книги»: в конце концов «алкоголь обладает большой силой убеждения». Я пошёл под страхом смерти, ведь алкоголь – это смерть для меня. Забавная эта штука наша болезнь – каждый раз, когда я иду делать что-то, что рекомендует наша программа: будь то помочь другим, возмещение ущерба или что-то ещё, такие по сути своей хорошие, добрые, правильные вещи, я иду как на плаху... В таком состоянии, будто всё конечно, жизнь несправедлива, и мы все умрем... Я иду с опущенной головой... делать доброе дело. Но вся фишка в том, что именно так я и освобождаюсь, именно эти поступки отсекают меня от моей головы. Как сказано в «Большой книге», нам нужно выйти за рамки нашего синтетического сознания. Так я выхожу, так я освобождаюсь.

Итак, я иду в этот гипермаркет, трясусь как осиновый лист. Звоню спонсору, думая, что сейчас спонсор меня спасёт, даст супер напутствие, которое меня как рыцарские доспехи защитит от всех напастей, и я пройду через все невзгоды на белом коне неврежденным. Но спонсор мне сказал: «Ну что же, молись, бери Бога с собой и делай то, что должен делать». Ничего нового, но это было важно. Я помолился и пошёл.

Подхожу к стойке информации, и обращаюсь к персоналу: «Кто тут у вас по административным вопросам?»

«А по какому вопросу?» – спрашивают меня в ответ.

Тут я начинаю мяться: «Ну... вы понимаете... я... тут...»

В общем понимаю, что надо выкладывать всё начистоту, иначе дело дальше не пойдёт.

Собравшись с силами, говорю: «Я у вас в магазине воровал еду, ел и не платил. Я был не прав, нечестен и готов возместить ущерб».

У людей шок, у меня – тоже, потому что первая мысль: «Приехали, тут-то меня и повяжут. И за меньшее люди могли срок».

Девушка администратор говорит: «Этот вопрос нужно решать через службу безопасности», – и вызывает по рации сотрудников секьюрити.

Моя голова начинает мне петь песни: «Ну вот и всё, приплыли – сейчас гуртом приедут мусора, будет захват, браслеты на руках, СИЗО, прощай, мама, и т.п.» В общем, лирика. Последние пару минут до прихода сотрудников дилились для меня, реально, вечность. Я покрылся холодным потом, и меня всего трясло, как на отходняках.

И вот подходит ко мне девушка – кто-то из администрации или СБ, я так и не понял, и спрашивает: «Что Вы хотели?»

Я, собрав все свои силы в кулак, повторяю всё вышеизложенное. Девушка внимательно на меня смотрит, на лице – бурная мозговая деятельность. «Что же делать с Вами?» – спрашивает она. Отвечаю: «Не знаю, давайте что хотите». И вот тут Бог проявил своё милосердие, а я в очередной раз убедился в правоте утверждений «Большой книги». Это был мой первый 9-й шаг, поэтому, я уверен, мне его Бог сделал таким лёгким. Представитель гипермаркета даже не заикнулась о деньгах, которые я должен. Мне было предложено описать всё содеянное в «Книге жалоб и предложений», подытожив это обещанием больше так не поступать. ВСЁ! Это был настоящий подарок. Я вышел оттуда, не чувствуя земли под ногами. Состояние было схоже с физическим экстазом, хотелось улыбаться и плакать, прыгать и петь... Это было чудо! И тогда я удостоверился, что все обещания «Большой книги», всё то, о чём мне говорил мой спонсор, всё это – правда. Это работает. Моя вера укрепились.

И по сей день полученный опыт толкает меня идти получать новый. Ведь, несмотря на то, что мы налаживаем свои дела, теперь наша жизнь должна повернуться таким образом, чтобы приносить максимальную пользу Богу и окружающим. Не скажу, что выполняю вышеизложенное на 100%, но я стремлюсь к этому, и каждое утро в 11 шаге прошу Бога направить меня туда, где я могу быть полезен. Но попросить всегда легче, чем пойти сделать, когда Бог даёт такую возможность. Когда возвращаются жалость к себе, раздражение, недовольство и иже с ними, я вспоминаю свой опыт 9-го и 12-го шагов, которые убедили меня, что помощь другим и забота о них – ЕДИНСТВЕННОЕ СПАСЕНИЕ. Это нелегко, но никто не говорил, что будет легко. Программа проста, но не всегда легка. Каждый раз, когда я спрашивал у спонсора, есть ли путь полегче, он указывал мне на виновоначный магазин – вот он путь полегче.

На сегодняшний день я не ищу лёгких путей, и это выражение кардинально изменилось для меня по смыслу. В программе вообще очень многое обрело для меня иной смысл. Даже такие вещи, как пословицы и поговорки изменились в моём восприятии. Например, от добра добра не ищут – это о бескорыстии; делай добро и бросай его в воду – о том же; на Бога надейся, но сам не плошай – 3-й шаг и т.д. И это всё дала мне «Большая книга» – через спонсора, через группы, через служение.

В этой книге описано абсолютно всё, что нужно делать для того, чтобы стать счастливым, прийти к Богу. И не нужно искать иные пути. В предисловии к первому изданию русского перевода есть упоминание о русской поговорке – не надо изобретать велосипед. Для меня в АА это по сей день так и остается. Если миллионы людей обрели новую жизнь, благодаря программе «12 шагов», значит и для меня это сработает. Нужно просто делать, потому что если бы когда-то в прошлом один алкоголик не пошёл и не сделал 9-й шаг, не стал бы отдавать свой опыт в 12-м, то не было бы меня, вас и этих коммат, куда можно прийти и получить помощь.

С благодарностью «Анонимным Алкоголикам» за свою новую жизнь

Гоша Б., г. Санкт-Петербург

(Не употреблял с 28.08.2012 года)

Напечатано с аудиозаписи от 26.06.2016 года)

ЛЕГЕНДА ЛЕНИНГРАДА – ПЕРВАЯ ЖЕНЩИНА-ВОДОЛАЗ

В Петроградском районе Санкт-Петербурга состоялось открытие мемориальной доски памяти Нины Васильевны Соколовой – первой в истории нашей страны женщине-водолазу.

В годы блокады Ленинграда Нина Соколова участвовала в строительстве бензопровода через Ладогу – «артерии жизни», по которой в осаждённый город поступало топливо.

На торжественном мероприятии присутствовали дети Нины Соколовой: Марина Александровна Лабедкая и Евгений Викторович Зубков (сооснователь «Дома надежды на Горе»).

— Я очень рада, что, наконец, свершилось это событие. Это была такая длительная эпопея: всё упиралось в деньги, собирали документы и так далее. Но справедливость восторжествовала. Хочу сказать спасибо всем, кто принимал в этом участие, — сказала Марина Лабедкая.

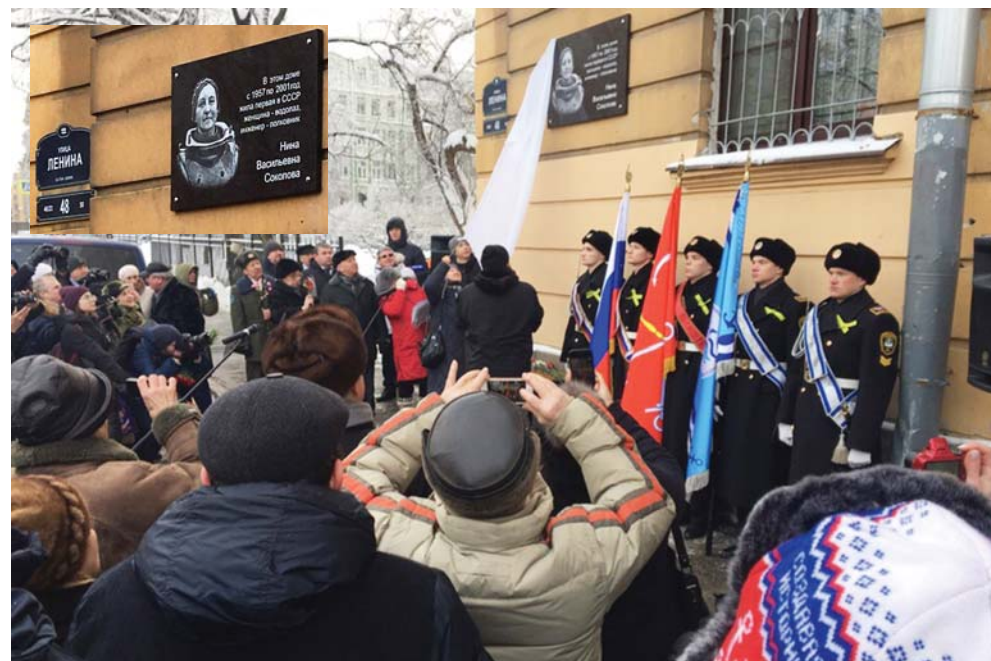
В 1931 году Нина Соколова поступила в Ленинградский институт инженеров водного транспорта, а после его окончания получила направление в ЭПРОН — Экспедицию подводных работ особого назначения.

Службу Соколова начала в Баренцевом море в 1939 году. К началу Великой Отечественной войны Нина уже была главным инженером 27-го отряда ЭПРОНа. Ее подразделение восстанавливало подводные коммуникации после бомбёжек, поднимало затонувшее оружие, продукты, технику. В осаждённом городе 27-й отряд ЭПРОНа работал в условиях артиллерийского обстрела и авиационных налётов: водолазы поднимали с затонувших барж мешки зерна, прокладывали подводный телефонный кабель.

На Ладоге строились подводные железнодорожные спуски и подъёмы: цистерны с бензином, застрявшие у озера, спускали прямо на воду и буксировали на противоположный берег, где снова ставили на рельсы. Весной 1942 года вопрос, как по дну перейти Ладожское озеро, стал в буквальном смысле вопросом жизни и смерти: в блокадном го-

роде горюче-смазочных материалов оставалось на 100 дней. Нина Соколова участвовала в строительстве бензопровода через Ладогу — «артерии жизни» для осаждённого Ленинграда. Задача стояла тяжелейшая: работать нужно было быстро и тайно, а опыта сооружения подобных магистралей не существовало ни в отечественной, ни в зарубежной практике. Сотрудники отряда Соколовой в реализации проекта сыграли огромную роль: они проводили все подводные работы на дне озера, гидроиспытания, участвовали в укладке труб, обеспечивали необходимый водный транспорт для проведения работ. Задание было выполнено за 43 дня — 16 июня 1942 года. Трубопровод протяжённостью 29 километров (из них подводная часть — 21 км) и диаметром чуть больше метра проложили на глубинах до тридцати пяти метров. За общее время эксплуатации — с июня 1942 по март 1943 года — в осаждённый Ленинград через Ладогу поступило около 50 тысяч тонн бензина.

Войну Нина Соколова



закончила в звании инженера-подполковника Военно-Морских сил. Во время работы на Ладоге она была дважды ранена. Её личный счёт под водой — 644 часа, то есть почти 27 суток. Легенда ЭПРОНа награждена двумя орденами Красной Звезды, орденами Отечественной войны II степени и «Знак Почёта». В 34 года Нина Соколова стала инженером-полковником, преподавала в Высшем военноморском училище им. М.В. Фрунзе (ныне — Санкт-Петербургский военно-морской институт). Единственная женщина-водолаз Великой Отечественной войны ушла из жизни в 2001 году, на 90-м году жизни.



ствовали Евгений Зубков, Дмитрий Шагин, Олег Гаркуша, Игорь Гаврюшкин, Владимир Рекшан, Светлана Мосеева, Сергей Мосеев, Евгения Колпакова, председатель правления «Дома» Татьяна Максимова. Рассказывали о том, как родился «Дом», вспоминали всех, кто стоял у его начала, какие были трудности, и как их сообща преодолевали, и, конечно, о радостных и смешных моментах. Говорили и о проблемах сегодняшнего дня, о том, как трудно находить в обществе отклик тема алкоголизма.

Встреча получилась очень тёплой, душевной. Большое спасибо участникам, особенно добровольцам и почитателям!

Пресс-служба РЦ «Дома надежды на Горе»
На снимках: основатели и друзья «Дома надежды на Горе»; участники встречи.

ГОРЦЫ ВСЕГДА РАДЫ БЛИЗКИМ ДРУЗЬЯМ!

В «Доме надежды на Горе» вновь состоялась встреча со всенародно любимым артистом Игорем Растеряевым.

Он привёз две гармонии, так, на всякий случай. У одной порвался ремень, второй инструмент не зазвучал. Дежурный консультант Александр Ткаченко оперативно принёс проволоку, скотч и помог Игорю устранить неисправность.

Но ремень порвался ещё раз, и процедура ремонта повторилась. В общем, как в известной шутке — «порвали два баяна»...

А если серьёзно... Эмоций и вправду было много. Как и в прошлый приезд, артист пел о войне, о жизни, о мире и людях — и песни брали за душу всех. Вне зависимости от того, про что была песня, она была больше, чем история, о которой в ней шёл рассказ.

Одна участница реабилитации слышала песни Игоря ранее, и радостью увидела его «вживую».

Другой зритель сказал: «Я когда выбирал, в какой центр поехать, не знал, что здесь проводятся такие концерты. Знал бы, поехал бы сразу, без сомнений».

Зрители делились чувствами, глубокими личными переживаниями — так откликнулись песни Игоря, и много благодарили. Игорь сказал перед отъездом: «А как было не приехать?!»



Олег Гаркуша (конечно, он тоже был) традиционно рассказал о себе, о своей трезвости, напутствовал ребят в новую жизнь. И как всегда привёз угощение — в этот раз грибы, которые он лично собирал и солил.

Разыграли диски и книгу от Олега и Игоря.

Обнимались с Олегом, по любимой традиции «С Гаркушей обняться — трезвым остаться!» Игорю подарили фирменную футболку «Дома надежды на Горе».

Спасибо Игорю Растеряеву и организатору воскресного трезвого досуга Олегу Гаркуше! Это были незабываемые впечатления.

Большое спасибо куратору воскресных программ Андрею Серкину, волонтерам — водителю Александру и фотографу Катерине.

www.houseofhope.ru

На снимке: Игорь Растегаев и Олег Гаркуша.

В ГОСТЯХ У МИТЬКОВ

Важная и интересная встреча основателей, друзей-попечителей и добровольцев «Дома надежды на Горе» состоялась 26 января в галерее творческого объединения «Митьки» в Санкт-Петербурге.

Значительным поводом для встречи послужил приезд сооснователя «Дома» Евгения Зубкова в связи со знаменательным событием — открытием мемориального знака памяти первой в мире женщины — тяжёлого водолаза Нины Соколовой, мамы Евгения Викторовича.

Для добровольцев Сергея, Веры, Лизы и Константина встреча стала замечательной возможностью собрать новые материалы для книги о «Доме надежды на Горе», которую они пишут. Присут-



«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

Зарегистрирована Территориальным управлением по Санкт-Петербургу и Ленинградской области Министерства Российской Федерации 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
Электронная версия газеты. 15.02.2019 г.

ТРЕЗВАЯ СЕРИЯ Interc^{ntinental} Sober Cup

Пятнадцатый розыгрыш самого престижного из турниров в помещениях закончился триумфом столичной (Вырица – мировая столица трезвости) «Конторы Трезвости» из Ивановска (будущее название этого населённого пункта, согласно пророчеству Братца Иоанна). Теперь на счету ивановцев, как и у другой команды из этого, известного на весь мир посёлка («Вырица» в переводе с древнерусского – «рай земной») – вырицкой «Коммуны», также две победы в Межконтинентальном кубке «Трезвой лиги».

team	1	2	3	4	points	goals
Kontora Trezvosti ★★	A	2:0	3:0	6:0	9	11–0
Obscheye Delo	0:2	A	2:0	1:0	6	3–2
Zebbras	0:3	0:2	A	4:0	3	4–5
Kommuna ★★	0:6	0:1	0:4	A	0	0–11

team	1	2	3	4	points	goals
Sober World ★	B	2:1	4:0	1:2	6	7–3
Xazar ★	1:2	B	3:2	6:1	6	10–5
EG-Sport	0:4	3:2	B	1:0	3	4–6
Kamikaze	2:1	1:6	0:1	B	3	3–8



Камикадзе vs EG-Спорт



Трезвый Мир vs Хазар

7th place game Kommuna 2–3 KAMIKAZE
5th place game ZEBRAS 2–0 EG-Sport
3th place game Obscheye Delo 1–6 EG-Sport XAZAR
final KONTORA TREZVOSTI 5–0 Sober World
topskorer 11 Yury DOBROV (Xazar)
best assist 8 Yury SHELOGUROV (RN)
super keeper 0,76 Araz BAKHSHYZADE (KT)

ТРЕЗВАЯ ЛИГА

при поддержке



представляет

football IQ league
 регулярное первенство и кубок
 футбольной IQ лиги

а также турниры-прогнозы



- CONMEBOL -
COPA AMERICA
 BRASIL 2019

Предлагаем читателям газеты попробовать свои силы, ответив на вопросы первых пяти туров.

Напротив каждого из вариантов по мере убывания вероятности правильного ответа надо поставить цифру от нуля (основная версия) до четырёх (менее всего предполагаемый ответ).

ПОБЕДИТЕЛИ РАЗНЫХ ЛЕТ

2009	Игорь СОЛОГУБ
2013	Борис ОСЬКИН
2014	Андрей БОЛЬШАКОВ
2015	Алексей ЖУЧКОВ
2016	Борис ОСЬКИН
2017	Станислав ТАРАТЫНОВ
2018	Алексей ЖУЧКОВ

вопрос первого тура

Фамилии игравших в одно время футболистов основного состава какого советского клуба, становившегося с этими игроками призёром первенства СССР, зашифрованы следующим образом: 1) «ходячий мертвец»; 2) осадное орудие; 3) приятель Бурнаша; 4) знаменитый академик; 5) Левченко; 6) легендарный советский разведчик; 7) первый полный кавалер военного ордена (ниже – варианты ответа).

Динамо (К)	Динамо (М)	Днепр	Спартак	ЦСКА

Дополнительное очко в турнирной таблице, если будет верно назван город, в команде которого заканчивал футбольную свою карьеру футболист, указанный в списке первым.

вопрос второго тура

Название футбольного клуба, выступающего или выступавшего в высшем дивизионе чемпионата какой страны, было запечатлено на одном из ценников фруктово-овощного лотка у железнодорожной станции «Пискаревка» с августа по октябрь 2018 года.

Латвии	Молдовы	Словении	Чехии	Эстонии

вопрос третьего тура

Выступлениями за какую команду прославился футболист, фамилия которого аналогична имени наиболее известного нашему зрителю персонажа из биографии киноактёра, однофамильца пятикратного чемпиона Англии. В названии этой импортной кинокартины с его участием содержится наименование футбольного клуба, дважды побеждавшего в национальном первенстве одной из европейских стран.

Арсенал	Ливерпуль	Лидс	МЮ	Челси

Дополнительное очко в турнирной таблице, если будет верно названо количество цветов (за исключением ахроматических), которые имеются на национальном флаге страны, наименование двукратного победителя чемпионата которой содержится в названии упомянутого выше фильма.

вопрос четвёртого тура

С появлением в английской премьер-лиге реального наставника какого клуба заключительный ответ его «киношного» (по фильму Эмира Кустурицы) коллеги из «Партизана» маме будущего игрока белградской команды выглядит уже не столь абсурдным.

Derby Country	Ipswich Town	Portsmouth	Sunderland	WBA

Дополнительное очко в турнирной таблице, если будет верно названа фамилия этого английского тренера.

вопрос пятого тура

Команду столицы какого государства возглавлял самый успешный для своей национальной сборной тренер, чьи имя и фамилия здесь зашифрованы?

Бургундии	Королевства обеих Сицилий	Латинской империи	Папской области	Эссекса

Дополнительное очко в турнирной таблице, если будет верно названо имя его отца, неоднократного победителя чемпионата и лучшего бомбардира, сыгравшего в десять раз больше своего сына матчей за национальную сборную страны.

