



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

Это празднество зародилось уже более века тому назад. Основоположителем торжественной даты стал Санкт-Петербург. В очень далеком уже 1911 году порядка 30 граждан, входящих в число российской интеллигенции, создали трудовое сообщество трезвенников-христиан. Участники Всероссийской организации христианских почитателей трезвости активно пропагандировали абсолютное табу на потребление спиртосодержащих напитков и призывали вести активный стиль жизни. Главным лозунгом общества было принято призывание: «Наше благополучие – в полнейшей трезвости!», именно под этим воззванием и стали устраиваться регулярные празднования, которым дали название «День трезвости». Первый антиалкогольный праздник был проведен с общего благословения архиереев русской Православной Церкви. Спустя всего два года День трезвости приобрел официальный статус. Такую идею охотно поддерживали практически все представители российских сословий: интеллигенция; церковные служащие; представители власти. В праздновании активно участвовали и члены иных групп и сообществ трезвенников. В 2005 году **День трезвости** в России приобрел второе рождение.

Алкоголизм – самая большая проблема современности. Это тяжелое хроническое заболевание, формирующееся на базе физической и психической зависимости. Человек, страдающий алкозависимостью, разрушает всю свою жизнь – лишается друзей, работы, семьи.

Эпидемиологическая ситуация в стране по COVID-19 не позволяет организовать и проводить различные профилактические мероприятия, направленные на борьбу с этим социальным злом. По мнению специалистов, профилактика становится наиболее успешной, если к ней привлекается большое количество народа. **К одним из самых значимых мероприятий, направленных на борьбу с алкоголизмом относится Всероссийский день трезвости.** Участники сообщества трезвенников противопоставляют спиртному иные ценности: **мудрость; творческое начало; созидание и развитие; здоровое самочувствие.** Именно эти моральные устои и терял человек, оказавшись в пьяном плену. **Основная цель праздника — пропаганда трезвого образа жизни.**

День трезвости – праздник, который не отмечается традиционным застольем. Его следует проводить, сохраняя трезвость рассудка, радуясь

возможности общения с близкими и стремясь сделать так, чтобы трезвость стала естественным состоянием каждый день в году. Ведь только трезвый человек может быть успешным, счастливым, иметь крепкую семью и уважение.

Соблюдать и пропагандировать трезвость необходимо не только один раз в году. Каждый человек ответственен перед своими детьми за ту страну, которую он им оставляет. Нынешняя Россия обгоняет многие страны по употреблению алкоголя, но подобный факт не должен вызывать у людей уныние и бессилие. Сейчас люди начинают **осознавать своё положение**, а осознание, как известно, — это уже 50% успеха. В борьбе с этим пороком нет и не может быть разделения на «своих» и «чужих». Практически каждая семья в той или иной форме пострадала от явления алкогольной зависимости. Как только трезвость войдёт в мышление людей, станет безразлично, запрещены спиртные напитки или нет, ведь следует повторить, что проблема находится не в алкоголе, а в головах. А голову запретом не исправишь — она исправляется лишь тогда, когда учится по-иному мыслить.

Отказываясь от употребления алкоголя, мы сможем сделать этот бизнес не привлекательным в России, а нацию более здоровой и сильной. Празднуйте День трезвости 11 сентября и откройте для себя двери в новую жизнь!

Информация подготовлена заведующей отделом гигиенического воспитания и обучения ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Калининградской области» Ф.К. Стром.