

7 АПРЕЛЯ – ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ

■ РЕДАКЦИОННЫЙ КОММЕНТАРИЙ

МЕДЛЕННОЕ ПРОБУЖДЕНИЕ ОТ ТЯЖЕЛОГО СНА

В Уставе Всемирной организации здравоохранения принята формулировка: «здоровье есть состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов».

Больше рожать и меньше умирать. Таким является основной смысл общегосударственных и областных мер, направленных на оздоровление нашего населения и улучшение демографической ситуации. Мода на «пить, курить и брать от жизни всё» медленно начала меняться на моду быть здоровым. В 2012г. в целом по России наметилась тенденция к плавному, пока еще медленному, росту численности населения. И в нашей Липецкой области

в 2012 году число родившихся по сравнению с 2011 годом увеличилось на 8%. В прошлом году родилось живыми 13,5 тыс. младенцев, из них – 7,0 тыс. мальчиков и 6,5 тыс. девочек. Жить бы всем, да радоваться. Но вредная привычка рано умирать пока еще остаётся живучей. В 2012г. в нашей области умерло 17,8 тыс. человек (0,1% больше 2011г.). Дело осталось за немногим, поубавить страсть к табаку и выпивке и больше внимания уделять физи-

ческой активности. Липецкие школьники начинают усваивать правильные направления в отношении слагаемых самоуничтожения. Из их числа процент курящих с 2008 по 2012 год уменьшился с 27,0 до 20,8. Уменьшились и наркотические «забавы». По пробовавшему наркотики за тот же период снижение с 11,7 до 1,1, а среди регулярно потребляющих наркотики с 10,9 до 1,6. Наметилась тенденция к протрезвлению школьников. За потребление алкоголя с вредными для здоровья последствиями было взято на наркочёт несовершеннолетних: 2008г. – 889; 2009г. – 833; 2010г. – 570; 2012г. – 504. Да и определенная часть взрослых упиваться

спиртным стала осторожнее. Количество смертельных случайных отравлений алкоголем в 2008г. составляло 346 случаев, а в 2012г. – 241 (снижение на 30%). По числу выявленных наркоманов в пересчете на 100 тыс. населения Липецкая область в лучшую сторону отличается от многих территорий страны. В 2008г. Липецкая область – 156,7, по РФ – 252,1. В 2011г. – Липецкая область – 155,1, по РФ – 237,5. За 2012г. данные по РФ отсутствуют. О коренных победах рапортовать неуместно, но кое-что в нашей статистике указывает на то, что народ начинает осознавать преимущества здорового образа жизни.

АЛЬТЕРНАТИВА АЛКОГОЛЮ, ТАБАКУ И НАРКОТИКАМ

Делай как мы, делай вместе с нами, делай лучше нас.

В ЛИПЕЦКЕ ЗДОРОВЫМ БЫТЬ МОДНО



Физкультурники из клуба Константина Одиноца.

«Девять десятых нашего счастья зависят от здоровья» (А. Шопенгауэр)

Именно с этой фразы всякий раз следует начинать разговор о здоровом образе жизни, поскольку именно в этом сходятся как личная мотивация каждого гражданина, так и мотивация общества в целом и государства – быть счастливыми хотим мы все, видеть счастливыми своих граждан хочет и государство. Счастливыми – значит здоровыми. Сегодня пробле-

ма здоровьесбережения граждан России – один из важнейших приоритетов государственной социальной стратегии. Но проблему здоровья нации невозможно решить только государственными механизмами, необходима мотивация на здоровый образ жизни самого общества. И здесь огромную социальную роль выполняют институты гражданского общества. Гражданское общество способствует формированию здорового образа жизни, определяя социокультурные ценности, нормы поведения общества, пропагандируя и культивируя образ здорового и успешного и, в конечном счете, счастливого члена общества. **В Липецке сегодня формирование гражданского общества находится на очень важном этапе – этапе развития гражданских инициатив. Уже 15 общественных организаций избрали своей миссией пропаганду здорового образа жизни и вполне успешно ее выполняют. Еще 98 общественных организаций объединяют липчан – любителей спорта.** Многие масштабные общегородские мероприятия проходят при непосредственном участии или организации общественников. Это и лекции школьникам и студентам, и форумы, волонтерские мероприятия, спортивные соревнования и фестивали, флешмобы, пробежки и велопробеги, показательные выступления спортсменов, мастер-классы спортсменов детям.

Пример тому – общественная организация «Союз возрождения России» (рук. Дмитрий Афанасьев). В ней объединено темой здорового образа жизни более 5 тысяч молодых липчан. Ребята, не считая еженедельных массовых пробежек, проводят не менее двадцати спортивно-массовых мероприятий в год. Галина Шальнева («Родители против наркотиков»), Алексей Бугаков, Вячеслав Петрович Трушов своей просветительской деятельностью помогли выбрать правильные жизненные ориентиры не одной сотне, если не тысяче липецких подростков и молодых людей, убергли их от наркомании, алкоголизма и табакокурения. Андрей Трофименков («Клуб зимнего плавания»), вовлекает в здоровый образ жизни через «моржевание», **Константин Одиноц создал в Липецке движение «турникменов»,** Андрей Гойкалов и Дмитрий Куменко организуют велопроходы и велопробеги. Всех сейчас перечислять не буду – такой командой неравнодушных, активных общественников может похвастаться далеко не каждый муниципалитет. Сегодня в городе Липецке налажено эффективное сотрудничество, способствующее консолидации усилий всех заинтересованных

сторон по поддержке здорового образа жизни – администрация города Липецка при поддержке общественных организаций и специалистов-медиков и педагогов в рамках реализации городской целевой программы «Молодежь города Липецка осуществляет ряд мероприятий под общим девизом «Здоровым быть модно!». В течение года более 1 500 школьников и студентов проходят школу ЗОЖ.

Григорьева М.П. Заместитель председателя – начальник управления по связям с общественностью департамента по работе с населением и связям с общественностью администрации города Липецка



МУНИЦИПАЛЬНЫЕ БИБЛИОТЕКИ ГОРОДА ЛИПЕЦКА: ПУТЬ К ЗДОРОВЬЮ ЛИПЧАН



В.В.Якимович, директор МУ «ЦБС» г. Липецка, заместитель председателя Липецкого городского Совета депутатов

Библиотеки Централизованной библиотечной системы города Липецка придают огромное значение формированию у липчан, особенно у детей и молодежи, здорового образа жизни, ибо здоровая нация – это прежде всего здоровые дети, а значит, уверенное и надежное будущее России.

Залог успеха в этой работе мы видим в консолидации интересов и усилий многих заинтересованных социальных институтов города, в активном развитии партнерского взаимодействия библиотек с учреждениями здравоохранения, образования, спортивными организациями, общественными объединениями, журналистами, экологами. Только вместе, сообща мы сможем добиться того, чтобы каждый липчанин смог понять, что быть здоровым модно и престижно.

Работа по пропаганде здорового образа жизни является одним из приоритетных направлений муниципальных публичных библиотек города Липецка. Активно используя информационные ресурсы и современные технические средства, библиотекари ежегодно проводят множество интересных и полезных мероприятий: уроки здоровья, устные журналы, познавательные часы, встречи с медицинскими работниками по актуальным вопросам профилактики заболеваний и асоциальных привычек в молодежной среде. Большой популярностью пользуются конкурсы творческих работ «Как чтение книг влияет на заботу о моем здоровье?», выставки книг, периодики, электронных ресурсов, обсуждение книжных новинок и читательские конференции, круглые столы по проблемам наркомании, алкоголизма, акции по здоровьесбережению. Библиотеками ЦБС был реали-

зован библиотерапевтический проект «Школа здоровья, или Читайте на здоровье!», который получил поддержку Благотворительного фонда культурных инициатив (Михаила Прохорова).

В рамках этого проекта было проведено большое количество мероприятий, направленных на формирование здорового образа жизни, на позитивную роль книги, чтения, слова в укреплении здоровья маленьких липецких пациентов и читателей.

Всегда в проведении дня здоровья принимают участия около 100 учреждений Липецка, в их числе 27 городских поликлиник, специалисты городского центра медицинской профилактики, управление экологии администрации г. Липецка, журналисты «Липецкой газеты», ГТРК «Липецк», «Липецкое время».

Библиотека им. М. М. Пришвина успешно провела библиотерапевтическое занятие «Сказочные этюды» и КВН «Будем

здоровы!» в детских городских больницах № 1, № 2. Каждый ребенок получил в подарок красочные списки лучших книг серии «Читайте и будьте здоровы!». Сотрудники библиотечно-информационного центра национальных культур совершили путешествие на поезде «Здоровье»

вместе с маленькими пациентами областной детской больницы. В клубе «Отечество» военно-исторической библиотеки им. М. В. Водопьянова состоялась встреча с врачом «Секреты долголетия». В библиотечно-информационном центре «Левобережный» с большим успехом была проведена литературная игра «Советы Айболита». Библиотечно-информационные центры им. П. И. Бартенева и им. Е. Смургиса провели акции «Выбери жизнь». Во многих библиотеках прошли конкурсы электронных плакатов «Вредным привычкам – нет!». Главное здесь – не проведение мероприятий, специально подготовленных силами библиотекарей, медицинских работников, педагогов, а участие детей, подростков, молодежи в процессе подготовки и обязательное прочтение литературы, которая поможет им преодолеть психологические проблемы, избавиться от тревоги, страха, помочь при-

обрести друзей, сподвигнуть к собственному творчеству.

Прошлой весной в Молодежном центре Центральной городской библиотеки им. С. Есенина прошла студенческая акция «Здоровым быть модно!», посвященная Всемирному дню здоровья. Ее цель – изменить отношение к пагубным пристрастиям – курению, алкоголю, наркомании и увеличить число молодых липчан, согласных с этим утверждением.

Интересным моментом акции был конкурс между командами студентов и сотрудников Централизованной библиотечной системы. Победила в нем дружба и стремление к здоровому образу жизни. Нынешний год в плане пропаганды здорового образа жизни будет плодотворным. В здоровом теле здоровый дух.

В.В. Якимович



Коллектив детской библиотеки «Солнечная» организовал игру-путешествие «Азбука здоровья» для детей третьих классов школы №63. Мероприятие прошло увлекательно и весело, дети узнали много нового и выслушали советы доктора Айболита.

Ежегодно в начале апреля во всех 27 библиотеках системы проводится Всемирный день здоровья.

В библиотеки приходят медицинские работники, спортсмены, экологи, педагоги школ искусств, дошколята и учащиеся школ, студенты.

«СОЮЗ БОРЬБЫ ЗА НАРОДНУЮ ТРЕЗВОСТЬ-ЛИПЕЦК»



Уже 2 года в Липецке активно действует общественная организация «Союз Борьбы за Народную Трезвость». За это время в жизнь Липецка прочно вошла традиция регулярных пробежек в поддержку здорового образа жизни, которые Союз проводит каждое воскресенье в парках города. Кстати, 7 апреля состоялся юбилейная сотая пробежка. После пробежек мы проводим зарядки, командные спортивные игры, тренировки на турнирах вместе с клубом «Турникмены Липецка». Клуб турнирменов

собрал в своих рядах уже более ста ребят только в одном Липецке. Кроме активных занятий на турнирах и брусках, философия клуба включает в себя отказ от алкоголя и табака. Движение постепенно растет и распространяется по многим районам Липецкой области. Также Союз Борьбы за Народную Трезвость устраивает многочисленные спортивно-туристические слеты в теплое время года, а зимой лыжные походы. Периодически проходят спортивные фестивали, последний – «Спорт против

наркотиков» – состоялся 3 марта в парке экстремальных видов спорта X-City и собрал около 1000 человек. На фестивале состоялись показательные выступления многочисленных спортивных клубов и танцевальных коллективов, прошли соревнования, были организованы спортивные конкурсы и мастер-классы для зрителей. Ближайший фестиваль в X-City мы проводим 29 апреля, он будет называться «Спорт-Весна». На фестивалях можно увидеть экстремальные виды спорта, единоборства,

лучшие танцевальные коллективы города, принять участие в соревнованиях на скалодроме и многое другое. Создана и проводит активные тренировки и игры футбольная команда «Патриот». Проводятся многочисленные спортивные праздники, дни здоровья. Работа с учащимися – один из важнейших видов нашей деятельности. В школах и других учебных заведениях города и области мы провели уже около восьмидесяти встреч, направленных на формирование у подростков здорового и трезвого образа жизни. За время своего существования мы организовали девять благотворительных поездок в детские дома. Во время подобных акций мы посещаем детский дом, проводим с ребятами спортивные игры и эстафеты, даём театрализованные представления (например, на Новый год привозили Деда Мороза со Снегурочкой и дарили подарки). Специально для этого на базе «ВКонтакте» создана группа «Детские дома в г.Липецк и Липецкой области», где любой неравнодушный может присоединиться как к сбору подарков (развивающие игры,

фрукты, спортивный инвентарь, детские книги и т.п.), так и к самим поездкам.

Ведем активную работу в Интернете: наше сообщество «Здоровый образ и спорт в Липецке» собрало уже более 5000 человек. Адрес группы – <http://vk.com/sbnt48>, через нее к нам может присоединиться любой желающий.



Дмитрий Афанасьев, руководитель ЛООО «Союз Борьбы за народную трезвость – Липецк».

фото из архива СБНТ

ВАМ НУЖНА ТРЕЗВОСТЬ ИЛИ «ТОРМОЗНУТЬСЯ» ОТ ПЬЯНКИ НА ВРЕМЯ?

Самый важный ответ, который необходимо дать самому себе, прежде чем пройти кодирование или другое лечение – на вопрос: «Нужна ли мне трезвость?!»



Любовь Дмитриевна Набатникова, в 80-90-е годы председатель областного общества трезвости и здоровья, инициатор создания клубов трезвости в г.Липецке, заведующая амбулаторным отделением реабилитации наркобольных ГУЗ «ЛОНД», доцент психологии, кандидат наук

В 1989г. образовался клуб трезвости «Родник», через пять лет участники клуба разделились на два клуба «Родник» и «Родник надежды». В 2009г. исполнилось 20 лет. Оба клуба живы и отметили похвальный знаменательный юбилей. Более 30 мужчин клуба «Родник надежды» уже два десятка лет живут трезво и счастливо.

О чем говорят и думают трезвые мужики? -Мысли о спиртном? Конечно, в голову заходят, но главное, их за хвост не держать. Мысль, она как пришла, так и ушла – вокруг много пьют. **А вот когда знаешь, на себе испытываешь, что трезвость лучше, то и за мысли о пьянке не цепляешься!** Смеются: «Мысль о пьянке как пришла, так и ушла. Главное, за хвост её не держать!»

-Пил от нечего делать! Когда с пьянкой завязал, глаза пошире раскрыл, жадным до жизни стал! И этого тебе хочется, и другого... **И тогда уж трезвость не распечатывай!**

Клуб «Родник надежды» возглавляет **Александр Андреевич Затейкин**, чьей энергии в его 63 года хватает на собственную счастливую, трезвую жизнь и заботу о близких, о семье и о членах клуба.

Вопрос: «Можно ли сравнить пьяную и трезвую жизнь?»

Ответ А.А. Затейкина: «Она не сравнима! Как слиток золота, например, и подделка. Я в Москве, на Казачьем Круге, дважды с Путиным виделся. Ну, мог бы я такой чести удостоиться, если бы пьянку продолжал?»

Вопрос: «Не жалеете, не обидно, что нельзя себе позволить выпить?»



Клуб «Родник». Председатель Прокшин Юрий Михайлович (в центре). Тел. моб.: 8-905-593-26-54.

Ответ А.А. Затейкина: «О чём жалеть? Досада есть, конечно, но не потому, что другим можно выпить, а мне нельзя, что я вроде как инвалид, неполноценный. Как вам объяснить? Для

меня выпивка перестала быть ценностью. Важность жизни стала в другом – встретиться на праздник с друзьями, рыбалку обсудить, о жизни поболтать... Но больше всего тащусь, когда с правнуком общаюсь! Он мной гордится, когда меня по телевизору показывают. А я сияю от счастья, что нужен ему, своей жене, друзьям, что они меня любят. И я полон сил, здоровья, энергии – так много хочется ещё успеть! Об одном досаду, поздно за ум взялся, мне почти 43 было. Лучшие годы в пьянке и дебошах!..Но лучше поздно, чем никогда. Я твёрдо усвоил: внутри я устроен так, что мне по жизни всего надо много. Работать – так работать: хорошо и много, но и платите мне соответственно. А куда деньги приспособить, я найду. Если любить, так любить. Я к вам с добром, и вы меня не обессудьте. А если пить, то пить, как говорится, хорошо и много. Вот ты мне предлагаешь выпить чуть-чуть. Это меня не устроит. Моему нутру, оказывается, надо много алкоголя. А начну пить много, то всё, что на чаше жизни наложено, быстро улетучится!

О жёнах клубистов можно сказать только одно – они счастливы в семейной жизни. Чего от всей души и всем вам желаю! У истоков обоих клубов в те года стояла общественная организация «Липецкое областное Обще-

диспансер, в частности М.И. Коростин, главный врач. Однако последующие 15 лет трезвости – это исключительная заслуга членов клубов и обоих председателей общественных объединений.

Специалистам приятно осознавать, что доброе дело не только выжило в непростых жизненных катаклизмах общества и страны, но и стабильно закрепило свою трезвость, семейное счастье, высокий уровень жизни. О клубе «Родник надежды»

и здорового образа жизни, объединяют вокруг себя единомышленников, желающих создать свою жизнь без алкогольных, табачных, наркотических и прочих вредных допингов.

Высокое качество жизни профилактика трезвости и здоровья.

Для тех, кого интересует собственная трезвая и счастливая жизнь без употребления психоактивных веществ (алкоголя, наркотиков, табака и прочего), а



Клуб «Родник надежды». Председатель Затейкин Александр Андреевич Тел. моб.: 8-909-221-45-52

Клуб «Родник надежды», его создатели и активисты, второй слева в верхнем ряду А.А. Затейкин, крайняя справа в первом ряду Н.Н. Цыганова

местное телевидение «ТВК» в 2009г. сделало две передачи, посвящённые 20-летию юбилею. Центральное телевидение «ТНТ» также снимали фильм о трезвых липчанях. Хочется надеяться, что общественное движение за трезвость будет развиваться и крепнуть, вливать в себя новые, молодые силы, идеи, начинания. В 2011г. в г.Липецке организовано новое активное молодёжное общественное объединение, возглавляемое Дмитрием Афанасьевым. Молодые люди включились в пропаганду трез-

также в другом психологическом качестве, кто желает познавать свои природные возможности, кому не безразлично собственное «Я», восстановление семейного счастья, совершенство и личностное развитие, приглашаем в амбулаторное отделение реабилитации. Здесь при медико-психологическом центре «Виктория» действуют семейный клуб встречи «Семья», молодёжный тренинг-клуб «Альтер Эго», любительское объединение развития способностей «Чародейство».

Л.Д. Набатникова.

► **Амбулаторное отделение реабилитации** Государственного учреждения здравоохранения Липецкий областной наркологический диспансер Медико-психологический центр «ВИКТОРИЯ» г. Липецк, ул.Космонавтов. д.2. тел. (4742) 34-85-86

► **Семейный клуб встречи «Семья»**, руководитель: Колягина Олеся Александровна (тел.моб: 8-950-803-85-18);

► **Молодёжный тренинг-клуб «Альтер Эго»**, руководитель: Долгих Наталия Николаевна (тел. моб.: 8-904-219 79-11 или 8-909-218-00-27);

► **Любительское объединение «Чародейство»**, руководитель: Набатникова Любовь Дмитриевна (тел. моб.: 8-960-156 -35-01 или 8-920-249-11-72).



Алексей Бугаков, руководитель автономной некоммерческой организации «Центр Региональной политики и социальных инноваций», член общественного Совета при Липецком областном Совете депутатов.

ПРОЕКТ «ЗДОРОВЫМ БЫТЬ МОДНО»

Сегодня такие понятия, как «здоровый образ жизни» и «здоровье», не всегда популярны среди молодых людей нашего региона. Порой ребята просто не думают о том, что с их здоровьем могут возникнуть какие-либо проблемы. Поэтому в современных условиях состояние физического и духовно-нравственного здоровья молодежи стало одной из острых проблем. **Каждое последующее поколение обладает худшим потенциалом здоровья, чем предыдущее.** Поэтому на сегодняшний день к одному из приоритетных направлений государственной политики отнесено здоровье населения в целом и особенно подрастающего поколения. Проект «Здоровым быть модно»

предоставил уникальную возможность привлечь внимание на тему популяризации ЗОЖ среди молодежи г.Липецка и Липецкой области и побудить молодых людей, молодежные общественные организации, деловые круги и гражданское общество совместными усилиями поставить вопросы здоровья во главу молодежной политики области.

Автором проекта, который вот уже на протяжении 8 лет реализуется на территории нашего региона, можно считать ЛОМОО «Ассоциация учащейся молодежи». Именно благодаря данной организации и её Вице-президенту Роговской Жанне Ивановне проект успешно начал жить и развиваться.

Будучи волонтером и ведущим множества мероприятий проекта не могу не отметить ту огромную работу, которая проведена за эти годы совместно с ГОУЗ «Липецкий областной наркологический диспансер», который, являясь соорганизатором мероприятий, всегда оказывал не только организационную, но и методическую поддержку. В ходе реализации проекта проводились мероприятия, направленные на пропаганду ЗОЖ, физической культуры и на профилактику асоциальных явлений в молодежной среде (наркомания, табакокурение, пивной алкоголизм, распространение ВИЧ/СПИДа).

(Продолжение на 4 стр.)

ПРОЕКТ «ЗДОРОВЫМ БЫТЬ МОДНО»

(Окончание. Начало на 3 стр.)

Каждый год в проекте появлялись новые формы работы с молодежью, это и разнообразные семинары, ток-шоу, тренинги, «круглые столы», конференции, презентации, спортивно-развлекательные праздники, концерты, дискуссионные площадки. И это не полный перечень форм работы, используемых в нашей работе.

За эти годы было проведено более 450 мероприятий, направленных на формирование здорового образа жизни, с общим охватом более 85000 молодых граждан Липецкой области. Необходимость реализации проекта обусловлена проблемной ситуацией среди



Разговор о главном, ток-шоу в студенческом коллективе.

молодежи в отношении табакокурения, употребления алкоголя и наркотиков и распространения ВИЧ-инфекции.

Хотелось бы отметить, что в разные периоды своей реализации проект «Здоровым быть модно» находил и финансовую поддержку за счет средств областного бюджета, негосударственных организаций, администрации г.Липецка и в настоящий момент его финансирование предусмотрено в рамках реализации городской целевой программы «Молодежь г.Липецка 2013-2015 г».

В этом году в рамках проекта предусмотрено более 70 мероприятий с предполагаемым охватом молодежи более 10000 человек.

Алексей Бугаков

Сидят отец и сын, картошку едят... Сын потянулся за картошкой и случайно задел бутылку водки – она пошатнулась, но не упала. Сын, смеясь:

– Пап, смотри – бутылка только что была на волоске от смерти...

Отец отвечает серьезно:

– Ты тоже....



**ЕСЛИ У ВАС ЕСТЬ ИНФОРМАЦИЯ
О ФАКТАХ СБЫТА НАРКОТИКОВ ИЛИ ДРУГИХ
ПРЕСТУПЛЕНИЯХ В СФЕРЕ НЕЗАКОННОГО
ОБОРОТА НАРКОТИКОВ, ОБРАЩАЙТЕСЬ**

**ПО ТЕЛЕФОНУ ДОВЕРИЯ УПРАВЛЕНИЯ
ФСНН РОССИИ ПО ЛИПЕЦКОЙ ОБЛАСТИ**

(4742) 25-27-25 (КРУГЛОСУТОЧНО, АНОНИМНО)

ЭКСТРЕМАЛАМИ НЕ РОЖДАЮТСЯ, ЭКСТРЕМАЛАМИ СТАНОВЯТСЯ

Липецкая областная молодежная общественная организация (ЛОМОО) «Федерация «Грайнд» объединяет экстре-

мальные виды спорта – скейт-борд, BMX велосипед, ролики, сноуборд и другие. Эти новые виды популярны среди моло-

дежи, позволяют отвлечься от повседневных забот и таких опасных пристрастий, как потребление алкоголя, табака и нар-

котиков. Экстремальные виды постоянно позволяют прогрессировать в физкультуре и спорте и самосовершенствоваться. Не-

важно, учить каждый день новые трюки или просто кататься для удовольствия – каждый находит для себя в этом деле что – то особенное. На регулярных соревнованиях, проводимых «Грайнд» можно показать свой уровень мастерства, или научиться новым трюкам. Экстремальный спорт постоянно развивается – появляются новые виды, новые трюки. Все это можно увидеть в Липецке и начать заниматься физкультурой и интересным спортом. Наш электронный адрес: xsport48@mail.ru.

Не имеющих медицинских противопоказаний приглашаем в наши ряды.

Данила Бакланов,
руководитель ЛОМОО
«Федерация «Грайнд».



Липецкие наркологические весты.
Главный редактор: Трушов В.П.
Компьютерный набор текста: Марчукова А.О.
Учредитель и издатель: ГУЗ «Липецкий
областной наркологический диспансер»
Индекс подписки 52216.

12+

Адрес издателя и редакции:
398006, г. Липецк, ул. Ленинградская, 18,
телефон 73-06-45. Газета зарегистрирована в ЦЧУР СМИ
г. Воронеж, рег. № ПИ 6-0311 от 21.05.2001г. Тираж 900 экз.
Объем 1 п.л. Цена свободная.

Отпечатано в ООО «Веда социум»,
398055 г. Липецк, ул. Московская, 83.
Подписано в печать по графику 28.04.2013 г.
в 12.00 фактически в 12.00.
Заказ № 1519.