**Положение о проведении областного конкурса инфографики**

**1. Общие положения**

**1.1.** Областной конкурс инфографики (далее – Конкурс), приуроченный ко Всероссийскому дню трезвости, проводится в рамках блока тематических мероприятий, направленных на профилактику употребления алкоголя «Наш выбор – здоровье!» областного межведомственного Проекта организации мероприятий, направленных на пропаганду здорового образа жизни и профилактику асоциальных явлений «Тюменская область – территория здорового образа жизни!»

**1.2.** Конкурсная работа – это творческая работа инициативной группы.

**1.3.** Инфографика – графический способ подачи информации, целью которого является быстрое и чёткое преподнесение сложной информации.

**1.4.** Учредителем Конкурса является Департамент социального развития Тюменской области, организатором – ГАУ ТО «Областной центр профилактики и реабилитации».

**1.5.** Настоящее Положение определяет порядок и условия проведения областного Конкурса.

**2. Цель Конкурса**

**2.1.** Цель: формирование общественного сознания и гражданской позиции в вопросах неприятия употребления алкоголя, а также недопустимости управления транспортным средством в нетрезвом состоянии.

Кроме того, в ходе проведения конкурса планируется разработать наглядные материалы по профилактике алкоголизма, для использования в профилактической работе среди автовладельцев, в том числе в рамках акции «Трезвый водитель».

**3. Жюри Конкурса**

**3.1.** Победителей Конкурса определяет жюри.

**3.2.** В состав жюри входят представители ГАУ ТО «Областной центр профилактики и реабилитации», специалисты органов и учреждений системы профилактики.

**3.3.** Жюри Конкурса оставляют за собой право не рассматривать работы, которые не соответствуют требованиям и правилам конкурса.

**4. Участники Конкурса**

**4.1.** В Конкурсе могут принимать участие волонтерские отряды и инициативные объединения Тюменской области (12 +).

**5. Этапы проведения Конкурса**

**5.1.** В период с **01 по 17 октября** участники выполняют конкурсные работы (на основании п.5.2. и 6.2.) и размещают их самостоятельно в группе Конкурса в социальной сети «ВКонтакте» (<https://vk.com/infograf72>) с указанием названия волонтерского отряда/объединения, организации, на базе которой он располагается, и муниципального района/городского округа/города.

**5.2. Не позднее 17 октября 2024 года 23:59 час**. руководитель или лидер волонтерского отряда/объединения, организации (18+) **подает электронную заявку** и указывает в ней ссылку на творческую работу, опубликованную в официальной группе конкурса, а также дает согласие на обработку персональных данных путем заполнения Яндекс-формы. Ссылка на Яндекс-форму: https://forms.yandex.ru/cloud/6694cb2a02848f6e88ae134c/

Ссылка на форму для заполнения электронной заявки будет также опубликована в официальной группе конкурса в социальной сети «ВКонтакте» (<https://vk.com/infograf72>).

**От одного пользователя может быть подана только одна заявка!!!**

**5.2. Не позднее 27 сентября** в группе Конкурса в разделе «Документы» (<https://vk.com/docs-51941319>) ГАУ ТО «Областной центр профилактики и реабилитации» размещает материал, который необходимо использовать при оформлении конкурсных работ в соответствии с **п. 6.1.**

Тема и материал для Конкурса определяются и согласуются с Департаментом социального развития Тюменской области.

**5.3.** **С 17 по 31 октября** жюри Конкурса оценивает работы всех участников. По итогам работы жюри определяются несколько победителей.

**5.4.** Подведение итогов Конкурса состоится **31 октября**.

**6. Условия проведения Конкурса**

**6.1.** **Тематика конкурса: «Алкоголь и вождение несовместимы!».**

**6.2.** На Конкурс предоставляются творческие работы в виде инфографики, соответствующие теме Конкурса и требованиям организаторов.

**6.3.** Конкурс проводится в следующих номинациях:

* «Статическая инфографика» – отображение данных инфографики через картинку/плакат/баннер с помощью графического редактора (ряд программ, с помощью которых можно выполнить работу: Canva, Paint, CorelDRAW, Photoshop, Piktochart и др.);
* «Анимационная инфографика» – отображение данных инфографики через создание видеоролика, длительностью **не более 1 минуты** (ряд программ, с помощью которых можно выполнить работу: Powtoon, Movavi.Video.Suite, Biteable, Animaker и др.).

**7. Требования к предоставляемым работам**

**7.1.** Работы выполняются с использованием предложенных материалов (Приложение 1.3.1), которые размещаются в группе Конкурса в разделе «Документы» (<https://vk.com/docs-51941319>). Данные материалы содержат статистические данные, краткий анализ проблемы, основные последствия и т.д. Направленные материалы оформляются в виде инфографики в соответствии с одной из номинаций, указанных в пункте 6.2.

**7.2.** Прикрепляя ссылку на творческую работу, опубликованную в социальной сети «ВКонтакте», **участник должен обеспечить возможность открытого доступа к размещенному материалу на период проведения Конкурса**.

**7.3.** Подавая заявку на участие в Конкурсе, участник гарантирует, что является автором творческой работы, которая создана без незаконных заимствований, плагиата и неправомерного цитирования других объектов интеллектуальной собственности и при ее создании им не были нарушены права третьих лиц, в том числе исключительные права.

**7.4.** Творческие работы, направляемые на Конкурс, не должны иметь никакого политического подтекста, провоцировать конфликты или пропагандировать запрещенные вещества. Также работы не должны нарушать моральные, этические нормы, законодательство РФ.

**7.5. Работы, не соответствующие требованиям п. 7.1. – 7.4., к конкурсу не допускаются.**

**8. Критерии оценки**

**8.1.** Оценка конкурсных работ участников осуществляется по следующим критериям:

* Соответствие тематике и раскрытие темы;
* Наличие элементов инфографики: диаграммы, таблицы, схемы, рисунки, карты, графики.
* общее восприятие работы.
* возможность использовать как листовку/видеоролик при проведении профилактических мероприятий, в том числе акции «Трезвый водитель».

**8.2.** Каждый критерий имеет оценку от 0 до 2. Максимально участник может получить 8 баллов.

**9. Подведение итогов**

**9.1.** Оценка представленных работ происходит на основании критериев, приведенных в п. 8.

**9.2.** В каждой из номинаций жюри определяет нескольких победителей, набравших наибольшее количество баллов, которые награждаются дипломами, а также сувенирной продукцией от Организатора.

**9.3.** Все конкурсанты награждаются дипломами за участие.

9.4. Лучшие работы с сохранением авторства будут рассмотрены на заседании Экспертного совета по осуществлению анализа и оценке материалов в сфере профилактики употребления психоактивных веществ, и, в случае положительного рассмотрения, одобрены к использованию в работе.

**10. Иные положения**

**10.1.** ГАУ ТО «ОЦПР» организует информационную кампанию по проведению Конкурса, в том числе в сети Интернет (СМИ, официальный сайт, группы в социальных сетях).

**10.2.** ГАУ ТО «Областной центр профилактики и реабилитации» вправе использовать материалы, предоставленные на Конкурс по своему усмотрению, в том числе для публикаций на интернет-ресурсах ГАУ ТО «ОЦПР» и в СМИ.

**10.3.** Департамент социального развития Тюменской области вправе вносить изменения в настоящее Положение.

Приложение 1.3.1.

**Материалы для оформления творческой работы**

 *Материалы подготовлены для использования участниками при оформлении конкурсной работы. Материалы необходимо изучить и выделить ключевую информацию, которая будет отражена в творческой работе в виде инфографики*.

***Тематика конкурса (на выбор): «Алкоголь успеху не товарищ!»***

***«Алкоголь – это «путь в никуда»***

## *«Алкоголь и успех — несовместимые понятия»*

*Пьянство — есть упражнение в безумстве*

*(Пифигор)*

*Алкоголь — сильнейший яд нейротоксического действия,*

*в первую очередь поражает головной мозг*

*и другие отделы нервной системы*

**Почему от алкоголя страдает головной мозг?**

Попадая в организм, алкоголь начинает распадаться в системе пищеварения, откуда опадает в кровь. По сосудам кровяного русла токсины движутся в наиболее снабжаемый кровью орган – головной мозг. Поток крови к нему является наиболее сильным, так же как и содержание жидкости в целом. Именно поэтому находящиеся в жидкости продукты распада этилового спирта больше всего токсичны для головного мозга.

Подобно клеткам всех других органов, нейронам мозга необходимо возобновляться, количество погибших клеток пополняется новыми. Если в организме постоянно присутствует алкоголь, скорость отмирания клеток увеличивается, а процесс образования новых постепенно затормаживается с последующим прекращением. Результат этого – преждевременное старение человека (как физическое, так и моральное). Заключается оно в первую очередь в огрублении кожи и ее раннем старении, снижении умственных способностей намного раньше предполагаемой физической старости.

Кроме того, уменьшаемся и объём мозга человека. Происходит сглаживание извилин и сокращение их длины. Это приводит к возникновению частых кровоизлияний, которые в большинстве своем остаются незамеченными, а следовательно без лечения. Причиной их является сосудосуживающее действие этилового спирта. Результатом является нарушение функций головного мозга.

 Таким образом, **под воздействием алкоголя:**

* **происходит гибель нейронов головного мозга;**
* **закупориваются капилляры,**
* **формируются тромбы;**
* **возникают кровоизлияния (микроинсульты, микроинфаркты);**
* **уменьшается объем головного мозга;**
* **сглаживаются мозговые извилины**.

Все больше успешных людей выбирает здоровый образ жизни и полный отказ от употребления алкоголя. И это не дань моде, а необходимое условие для личного развития и достижения поставленных целей.

Попадая в организм, алкоголь проникает во все органы и системы, тем самым нарушая их нормальную работу. Такая дестабилизация организма, негативно отражается как на умственной, так и на физической видах деятельности. Даже однократное употребление приводит к снижению работоспособности!

Вот лишь некоторые неблагоприятные последствия, которых можно избежать, если вы будете отдавать предпочтение безалкогольным напиткам:

**Снижение умственных способностей**

**Алкоголь снижает скорость мышления, а при длительном регулярном употреблении — ухудшает интеллектуальные способности.**

Это объясняется тем, что, когда алкоголь попадает в кровь, эритроциты слипаются. В крови образуются тромбы, которые намертво закупоривают микрокапилляры, что приводит к кислородному голоданию.

А кислородное голодание в свою очередь запускает отмирание клеток. Нередко капилляры раздуваются и лопаются. В результате чего навсегда и безвозвратно умирают несколько тысяч клеток головного мозга.

Только ясный и живой ум является главным залогом успешной самореализации и продвижения по карьерной лестнице. Чтобы придумать перспективную идею нужно накопить достаточно ресурсов для ее формирования. А алкоголь работает именно над уничтожением ресурса*.*

## Ухудшение памяти

**После употребления алкоголя человек не способен создать высокую концентрацию внимания, следовательно, не способен фиксировать информацию.**

Запоминание — это освоение новой информации, процесс, который требует высокой степени активности клеток коры головного мозга.

В случае необходимости запомнить что-то срочно основную работу выполняют нейроны коры с большим количеством активных контактов. Они используя обширные горизонтальные связи между разными отделами коры головного мозга, фиксируя информацию путем формирования ассоциаций и коротких «цепочек».

Даже при однократном приеме алкоголя нейроны испытывают серьезный удар: их первая реакция на любое минимальное количество — прекращение работы на уровне контактов между нейронами, т. е. нарушение связей и нарушение передачи импульсов. Если концентрация алкоголя в крови высокая, то страдает сразу большой объем связей, и это приводит к тому, что человек не способен создать высокую концентрацию внимания, следовательно, не способен фиксировать информацию.

После того как алкоголь попадает в кровь, он начинает действовать на мозг в течение 10–30 минут. В этот период алкоголь может нарушать кратковременную память, вызывая затруднения в запоминании текущих событий и информации. При значительном употреблении алкоголя могут возникнуть так называемые провалы в памяти (блэкауты), когда человек не может вспомнить то, что происходило во время опьянения.

* Краткосрочные последствия (в течение нескольких часов до нескольких дней).
* Среднесрочные последствия (в течение нескольких недель).
* Долговременные последствия (месяцы и годы).

**Плохое эмоциональное состояние**

**В результате употребления алкоголя нарушается эмоциональное равновесие.**

Человек становится раздражительным, не чувствует сил и желания продуктивно заниматься какой-либо деятельностью. Кроме того, потребляющий алкоголь человек, более ранимый в ситуациях, в которых трезвенник не видит проблем.

В поддержании эмоционального состояния важную роль играет серотонин: он подавляет отрицательные эмоции и не дает уходить в депрессивное состояние. Из-за воздействия  алкоголя  мозг не способен вырабатывать серотонин в нужных количествах.

В погоне за расслаблением и весельем с помощью алкоголя постепенно подменяются истинные эмоции на ложные, связанные с опьянением.

Чем чаще человек испытывает подобные состояния, тем сильнее наносится удар по его самооценке, разрушается внутренний стержень, который позволяет человеку преодолевать препятствия, встречающиеся на жизненном пути.

**Сокращение полезных социальных связей**

**Чем чаще человек употребляет алкоголь, тем стремительнее сокращается его привычное окружение. Подобное притягивает подобное.**

От пристрастившего к алкоголю человека постепенно отворачиваются, друзья, родные и знакомые. Он утрачивает доверие окружающих, теряет для них интерес как личность,

Под воздействием алкоголя снижается уровень ответственности, что нередко приводит к поступкам, за которые в последствии бывает стыдно, даже привести к совершению правонарушений и преступлений.

Какой же может быть успех и ощущение счастья при таких вводных?

Человек, который ведет трезвый образ жизни не только не рискует потеряет «старых» друзей, но и притягивает к себе единомышленников, располагает к общению, внушает большее доверие при новых знакомствах. Люди тянутся в тому, или идут за тем человеком, у которого есть чему поучиться.

Не стоит забывать и том, что вероятность получить интересное и перспективное предложение, возможность возглавлять какое-либо объединение, у человека, зарекомендовавшего себя с положительной стороны, горазда выше.

**Утрата финансового благополучия**

**Наличие пагубных пристрастий к алкоголю является одной из причин финансового неблагополучия.**

Человек не только вынужден тратить определенные суммы на приобретение очередной дозы алкоголя, но и постепенно теряет мотивацию к развитию, повышению финансового благополучия - желанию достигать каких-либо целей и получать вознаграждение за свою деятельность.

Кроме того, в состоянии алкогольного опьянения человек не редко становится жертвой преступников, например, мошенников, и может лишиться денежных средств или других, имеющихся у него ценностей.

Трезвый образ жизни позволяет человеку рационально распоряжаться имеющимися у него ресурсами. Благодаря наличию свободного времени гораздо больше шансов найти дополнительный источник дохода или превратить любимое хобби в способ заработка.

У людей с трезвым взглядом на мир и рассудительность с большой вероятностью получится отыскать способы, как выгодно инвестировать имеющиеся сбережения деньги и получить еще большую прибыль.

**Все больше людей осознает, что алкоголь – это «путь в никуда»,**

**а безопасных доз алкоголя не существует!**

За 2023 год количество россиян, строго придерживающихся принципов здорового образа жизни, выросло на 27,6%, или на 2,4 млн человек, до 11 млн - подсчитала аналитическая служба аудиторско-консалтинговой сети FinExpertiza на основании опросных данных Росстата. В свою очередь число антизожников уменьшилось на 5,9%, или на 2,9 млн человек. Ссылка на источник: <https://finexpertiza.ru/press-service/researches/2024/reg-zdor-obr-zhizn/>

 По данным ФКУ «Главный информационно-аналитический центр» МВД РФ в 2023 году зарегистрировано 1947,2 тыс. преступлений. Почти каждое четвертое преступление (22,4%) совершено в состоянии алкогольного опьянения. Ссылка на источник: <https://journal.tinkoff.ru/media/sostoianie-prestupnosti-v-rossii.ecggponnuxuy..pdf>

**Успешные люди против алкоголя**

**Уоррен Баффет**, третий в списке богатейших людей на планете по версии  [Forbes](http://www.forbes.com/profile/bill-gates/?list=billionaires" \t "_blank), никогда не употреблял алкоголь и не испытывал организм на прочность другими психоактивными веществами.

***«У человека только один мозг и одно тело*. *И они должны служить ему всю жизнь*. Очень легко заставить их трудиться годы напролет, но если перестать о них заботиться, то в 40 лет вас ждет катастрофа, .... *То, что вы СЕЙЧАС делаете, определяет, насколько работоспособными будут ваши разум и тело спустя 10, 20 и 30 лет*»*,*** *-*[считает](http://www.independent.co.uk/news/business/analysis-and-features/warren-buffet-the-secret-of-the-billionaires-success-1622649.html) предприниматель.

(Ссылка на источник: <https://subscribe.ru/group/formula-schastya/15334249/>).