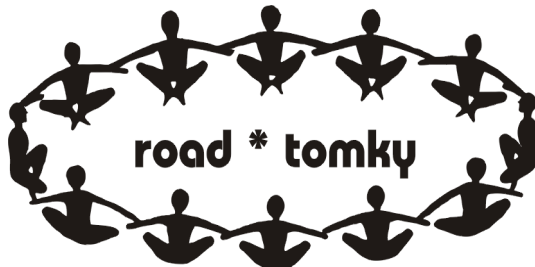


Máj 2005



číslo **(05)**

Časopis resocializačného centra pre drogovu závislých



ROAD, n.o.
Hraničná ul. 2
821 05 Bratislava 2

 **tel. / fax: 02 / 53418222**
e-mail: road.hranicna@stonline.sk

www.road-tomky.sk



OBSAH

- ① *Úvod / klientka /*
- ② *Začiatok pobytu na Tomkoch / klienti /*
- ③ *Terénna terapia Smrdáky / rodičia /*
- ④ *O čistom živote a klube / slíže /*
- ⑤ *Vlastná tvorba / klienti /*
- ⑥ *Výroky slávnych na Tomkoch*
- ⑦ *Naša ponuka pre rodičov a klientov*
- ⑧ *Záver / klient /*
- ⑨ *Sponzori*

✓ *musíme si uvedomiť, že rovnako sa bojíme žiť a milovať ako zomrieť*



Úvod

Práve sa Vám dostalo do rúk ďalšie číslo nášho časopisu. Veríme, že Vás zaujme, snažili sme sa do neho vložiť kúsok z nás.

Kvapku nádeje nás klientov, že sa nám podarí znova nájsť zmysel života, kvapku viery našich rodičov a príbuzných, že sa rodina roztrieštená na črepy znova poskladá do pôvodného tvaru, i keď už navždy bude polepená, ale aj kvapku trpezlivosti našich terapeutov, ktorí nám s tým všetkým pomáhajú.

Otvorte svoje srdcia, tak ako sme to tu urobili my a poďte sa s nami pozrieť ako sa vlastne učíme veriť, pomáhať si, dúfať, smiať sa ale aj plakať, nebáť sa jednoducho žiť.

Kačena

✓ *každá myšlienka vytvára našu budúcnosť*



Začiatok pobytu na Tomkoch

„Pre mňa to bol hlavne deň plný rôznych aj rozporuplných emócií. Očakávanie, strach, radosť, neistota. Také oŕukávanie a vyrovnanie sa s faktom, že som teda predsa tu. Je to vyčerpávajúce a mäťúce ale je to prirodzené. Ako príchod do tábora, len s vedomím, že som tu akoby za trest za niečo čo som urobil. Trochu i keď nie veľmi mi pomáhalo, že som rozumel tomu, že nech je to celé akokoľvek nepríjemné pomôže mi to.“

Zdeno

„Na Tomky som prišiel z jedného dôvodu, lebo vonku som nevedel zvládnuť drogy a zostal som na nich závislý. Zo začiatku som si myslel, že tu vôbec nepatrím, že nie som až tak závislý, ale zistil som jednu vec, že závislosť je len jedna a ja ju mám.

Som tu 7 týždeň a zistil som, že tu naozaj patrím, na základe toho, že mám presne také zážitky ako oni.“

Janulo

✓ je to iba myšlienka a myšlienku možno zmeniť



„Na Tomky som prišiel asi pred mesiacom. Prvé dni boli pre mňa dosť zlé. Noví ľudia, nové okolie atď. Nevedel som čo od mňa chcú a s nikým som skoro vôbec nekomunikoval a hlavne nevedel som ako to tu vlastne vydržím. Dnes si na to skoro vôbec nespomeniem. Sú tu strašne fajn ľudia a všetkých mám moc rád.“

Matúš

„Moje pocity som mala zmiešané a to, že noví ľudia, že sa tu musí stále pracovať a že nemám vôbec na seba čas je tu málo osobného voľna. A tie skupiny, to bolo najviac deprimujúce pre mňa a najmä tie tvrdé zrkadlá a tá pravda čo tak veľmi bolí. A to privítanie ktorým som musela prejsť to nebolo vôbec príjemné s každým niekam chodiť a robiť to čo mi povedia, na prvý deň toho bolo na mňa dosť. Keby som nebola tak silno presvedčená, že tu mám byť, tak by som asi odišla. Ale to sa nestalo a som rada, že som tým prešla.“

Monika

✓ *minulosť je voči mne bezmocná*



Terénna terapia Smrdáky

„Terénna terapia v Smrdákoch, to bolo aj svedectvo o hraničných situáciách, v ktorých sa ide na obnaženú dreň. Vyplavovanie skrytých tráum, šokujúce doznanie, výbuchy citov, iskrenie i mŕtve prázdno v mladých očiach, rozpaky, neúprosne diagnózy, bolesť... A ako zmysel toho všetkého hľadanie Cesty (Road) ... Keď som toto všetko sledoval, prišlo mi na um: čo sú shakespeareovské príbehy či umelecké diela typu Prelet nad kukučím hniezdom oproti tejto Dráme Života!?“

otec klienta

Čo nám dala terénka v Smrdákoch?

„Uvedomenie si, že sme všetku svoju pozornosť, lásku a strach upriamili na nášho závislého syna. Popritom sme tak akosi pozabudli na ďalšie naše deti, ktoré síce nie sú závislé, ale ...!“

rodičia klienta

✓ *každá skúsenosť je úspech*



O čistom živote a klube

Tomky som ukončil 11.6.2004. Bývam v dome na polceste v Metanoi. Veľmi mi to pomáha, pretože to je chránené bývanie. Je to na dva roky a pomáha mi to postaviť sa na vlastné nohy. Tomky mi neskutočne pomohli a boli pre mňa obrovským prínosom. Na Tomkoch som sa naučil žiť, fungovať a byť čistý. Po Tomkoch som začal žiť od nuly. Som už vyše dva roky čistý a som šťastný. Mám prácu, kde je so mnou šéfka nadmieru spokojná, dávam si pomaličky dokopy rodinné vzťahy, chodím pravidelne na kluby, šetrím si peniaze, pomaly, ale isto splácam dlhy a skutočne neni nad to v klude si večer líhať a ráno v klude vstávať. A z odstupom času zisťujem, že všetko o čom sa na Tomkoch hovorí skutočne funguje v reálnom živote. Ináč to neviem vyjadriť iba tak, že som čistý a šťastný.

Paľo

**Bol som si istý, že niečo ako rodinne založená komunita medzi partiou narkomanov nemôže fungovať.
Tentoraz som sa našťastie mýlil.**

(autentická výpoveď klienta)

✓ *musíš zísť prídaleko, aby si zistil ako ďaleko môžeš zísť*



Vlastná tvorba

Čo si o sebe myslíme?!

Prídeme sem ako majstri.

Ako najväčší gangstri.

Myslíme si, že sme zhlkli celý svet.

Múdre feťácke rady tu už neplatia.

*Tu nie sme na ulici, kde sme boli niečo,
keď sme mali drogy a peniaze.*

Ale bez nich sme boli strašne maličký.

*Vždy, keď nám bolo najhoršie, tak sme sa
akurát poľutovali a prosili o pomoc.*

Nieкто nám pomohol!!!

Ten nieкто bola naša rodina.

Tá jediná nás mala a má rada takých, akí sme.

Nemusíme sa hrať na niečo, čo nie sme.

*Tá jediná nám podala pomocnú ruku a my sme ju vždy využili a zobrali
ju celú a zas sme sa poddali drogám.*

*Drogy nám boli vždy prednejšie ako hocičo iné, ale tam cesta nikdy
nevedla a ani nebude.*

Len jedna cesta vedie od nich

*a to do resocializácie, kde sa naučíme odznova žiť, a tam zistíme, že sme
hovno dokázali v živote.*

Janulo

✓ *aĸ naozaj ľúbite sami seba, všetko v živote sa vám darí*



Svetlo

*Videl som tmu, prázdno a nič,
ale niekde vo vnútri duše mal som chtiť,
že zmeniť sa v niečo lepšie chcem,
aby viera, ktorú mám a ktorú rád odovzdám aj vám
priniesla krajší zajtrajšok všetkým ako som ja.*

*A tak toto svetlo, ktoré mi ukázalo smer,
bude navždy v mojom srdci jasne svietiť
a nádej ktorú mám mi hovorí,
že už nikdy nebudem sám.*

Dano

*Každý z nás mal život pekný
Pre nás však nedosahoval vysokej ceny
Neboli sme spokojní so sebou samým
Žili sme cudzej role hraním
A s podobným príbehom
Sme sa jedného dňa dostali k dilerom
Kúpili sme si iný svet
V ktorom na chvíľu problémov niet
Život normálny sa nám vzdal'oval
Každý svojej ilúzie bol kráľ
Dovtedy všetko tak jasné
V jednej chvíli zhasne
Až jedného dňa potrebujeme
Aby nám niekto pomohol
V našom prípade
Road to bol.*

Samuel

✓ *slová sú najsilnejšou drogou ľudstva*











Výroky slávnych na Tomkoch

- ☺ *klientka : ja si nekonkretizujem konkrétne*
- ☺ *klient sa sťažuje : nedostávam odozvy aké by som chcel dostať*
- ☺ *reakcia na klienta : ty si chodiaca studnica vedomosti*
- ☺ *klient radi : mne keď sa nechce robiť, myslím na niečo iné a nie na to čo robím*
- ☺ *klient ku klientke : ja ťa budem používať ako zlý zážitok*
- ☺ *klient pri riešení chute : keď som vyšiel z kotla už som bol vyriešený*
- ☺ *otázka na skupine : čo to je TV ???*
- ☺ *klient: odtancoval som si do kúpeľne*
- ☺ *otázka : ku komu tu máš najbližšie odpoveď: na druhé poschodie*
- ☺ *zrkadlo : koľko ma ktorá baba ceckov to si pamätáš*
- ☺ *klient ku klientovi: ty si fetoval iba v stredu ???*
- ☺ *klient: nedostaval som spätné zrkadla od feťakov*
- ☺ *terapeutka ku klientovi: komiks sú iba bubliny s trocha slovami*

✓ to čomu veríte, je vašou skutočnosťou



Naša ponuka pre rodičov a klientov

- ➔ každý pondelok o  na Hraničnej č.2 v Bratislave prebieha klub pre klientov , ktorí chcú žiť čistý život
- ➔ každý utorok o  na Hraničnej č.2 v Bratislave prebieha klub anonymných narkomanov NA
- ➔ každý prvý a tretí pondelok v mesiaci prebieha o  na Hraničnej č.2 v Bratislave skupinové stretnutie rodičov a sympatizantov závislých
- ➔ každú prvú sobotu v mesiaci medzi  a  na Tomkoch, prebieha voľná tribúna pre klientov, ktorí sú v resocializačnom zariadení a ich rodinných príslušníkov
- ➔ *individuálna terapia po dohode:*
MUDr. Daniela Cymbalová
 kontakt: **0903 / 738 939**
- ➔ *Mgr. Marta Špaleková*
 kontakt : **0907 / 163 983 alebo 034 / 65 98 311**
- ➔ *posilňovačka po dohode s odborným garantom:*
MUDr. Daniela Cymbalová
 kontakt: **0903 / 738 939**

✓ *mojim jediným sklamaním v živote je, že nie som niekto iný*



Záver

Prišiel čas na pár vrúcnych slov na záver. Zase ste mohli spolu s nami nahliadnuť do našich životov a toho, čo sa v nás odohráva. Sú tu zhrnuté pravdivé výpovede klientov i klientov, ktorí už ukončili. Týmto číslom sme Vám chceli ukázať, že Tomky sú iba začiatok, tí ktorí chcú začať aj začnú.

Myslím, že z tohto časopisu si má šancu zobrat' každý to, čo potrebuje, či už abstinent, alebo bežný človek. Nie len abstinenti to majú v živote ťažké, a preto by sme mali držať spolu a spoločne čeliť nástrahám života. Je smutné, že preto, aby sme toto spoznali

sme museli začať fetovať, ale život, ktorý vedieme teraz, nám závidí veľa čistých ľudí. Často na seba zabúdajú a stále sa za niečim naháňajú.

Čo je dôležitejšie ako poznať sám seba a cítiť sa dobre? Porozmýšľajme, čo vlastne chceme, ja to viem.

Tomáš

✓ celá sila spočíva v súčasnom okamihu



Sponzori

*Trnavský samosprávny kraj
Bratislavský samosprávny kraj
Protidrogový fond*

*Nadácia Queen Juliana Foundation Holandsko
British Know How Fond
Kancelária Kanadského veľvyslanectva*

*Magistrát hl.m. Bratislavy
Miestny úrad Petržalka
Miestny úrad Ružinov
AJ OZAP, a.s.
Dobré jablká - Dunajská Lužná
p. Ivan Zima
p. Peter Kostelný – les. Správa
p. Chudík – starosta Borský Sv. Jur
p. Zuzana Kocúriková*

*NPOA
NOS - OSF
Hodina deťom
Grand Press, a.s.
Nadácia rozum a cit
MUDr. Koncová
p. Štefan Šimovič
p. Gabriel Hladik*

ĎAKUJEME

***Osobitne ďakujeme všetkým, ktorí podporili našu činnosť a
prispejú nám 2% zo svojich daní.***

✓ to čomu veríte, je vašou skutočnosťou



Šéfredaktorka: *Mgr. Marta Špaleková*
Zástupca šéfredaktora : *Mgr. Vierka Šedivá*


Spoluautori: *Monika J., Kačena, Tomáš, Matúš, Zdeno, Janulo, Samuel, Dano, Monika H., rodičia, Paľo*

Design: *Rudo Cserge*

Číslo účtu : *Slovenská sporiteľňa Malacky 0180044085 / 0900*

Môžete nám napísať: *road.hranicna@stonline.sk*
Kontaktný formulár : *www.road-tomky.sk*

Neprešlo jazykovou úpravou

Redakcia : *Tomky 664, 908 79 Borský Sv. Jur*
 **Telefón:** *034 / 65 98 311*
Zakladajúci šéfredaktor : *PhDr. Andrea Vasilescu*

✓ *jediný problém nič nerobenia je, že nevieš kedy si skončil*