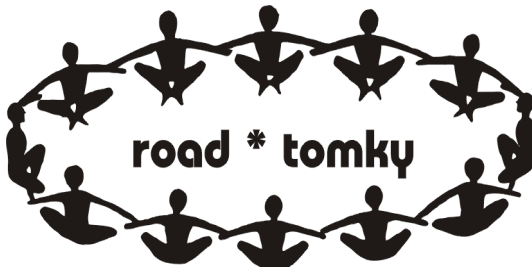


Január 2009




číslo **(12)**

Časopis resocializačného zariadenia pre drogovu závislých



**ROAD, n.o.
Holíčska ul. 30
851 05 Bratislava 5**

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

www.road-tomky.sk



OBSAH

- ★ *Úvod / klient /*
- ★ *Komunita cup 2008 / klienti /*
- ★ *12. výročie 2008 / klienti /*
- ★ *Terénna terapia Čertov - jeseň 2008 / klienti /*
- ★ *Kulturfest - T.K. Magdaléna 2008 / klienti /*
- ★ *Výroky slávnych na Tomkoch / klienti /*
- ★ *Terénna terapia Čertov - zima 2008 / klienti /*
- ★ *Príchod klienta / klienti /*
- ★ *Ukončenie pobytu / klient /*
- ★ *Vlastná tvorba / klient /*
- ★ *Naša ponuka pre rodičov a klientov*
- ★ *Záver / klient /*
- ★ *Sponzori*



Úvod

Ahoj, človek, ktorý si sa rozhodol prečítať tieto riadky.

Každý čistý deň sú pre nás ako sviatky.

Bolí sme na dne, bolí sme špiny,

Ďto nám odpustí naše viny.

Neodpustí nám ich nik,

no každý vie že je odpadlík.

Hľadáme zmysel hľadáme postoj,

tu na Tomkách si šijeme každý svoj postroj.

Učíme sa žiť, učíme sa

s našim psom Nerom vyť.

Bez hanby, bez ostychu

otvárame oči do prepychu.

Prepých pre nás znamená - doživotná odmena.

Čisté srdce, čistá myseľ, toto jediné nám dáva zmysel.

Braňo

Komunita cup 2008

KC je akcia, ktorú pripravujeme od základu my, Tomkári, a o to je to zaujímavejšie. Je skvelou príležitosťou na ktorej môžeme kreatívne využiť svoje schopnosti a nápady. Myslím, že všetko okolo akcie, počnúc prípravou, organizáciou i samotným priebehom upevnilo súdržnosť našej komunity. Taktiež sme mali príležitosť stretnutia sa s mnohými závislými, ktorí sa rozhodli niečo pre seba urobiť.

Peta



...táto akcia je na Tomkoch asi tá najlepšia.

Jej príprava je dosť náročná, ale výsledok je perfektný. Je to zaujímavé v tom, že sa tam stretávajú komunity nie len zo Slovenska, ale aj z Čiech, Poľska, Francúzska.

Mne osobne sa najviac páčila športová disciplína preťahovanie lanom.

Ondro

12. výročie 2008

Hneď po KC nasleduje výročie. Na výročie nie je až taká náročná príprava. Ako komunita sme si pripravili pár scénok na ktorých sme sa dobre pobavili. Okrem toho sme varili guláš pre hostí a rodičov.

Ondro

Mala som možnosť prežiť výročie založenia resocializácie.

Tento potešujúci fakt mi signalizoval, že už 12 rokov úspešne funguje táto inštitúcia.

V ťažkých chvíľach mi to dodávalo silu a odhodlanie robiť pre seba čo najviac, pretože sa to oplatí a má to zmysel.

Peta



Svetlo



Terénna terapia Čertov - jeseň 2008

Terénna terapia nie je žiadna dovolenka, ale bola skvelou príležitosťou na to, aby som na sebe spozorovala moje správanie sa a myšlienkové pochody v inom prostredí. Veľkým plus bolo, že rodičia mohli s nami stráviť víkend, počas ktorého sme si mohli viac porozumieť a otvoriť sa.

Petra

V tom období som tu bol len mesiac a pol. Keď som si uvedomil, že ideme niekde na chatu, nikdy by som nebol veril, že sa dá zasmiať a zabávať aj bez drog. Tam som zistil, že ono to ide. Mali sme tam veľa aktivít, ktoré nás viacej spojili a priblížili. Po tejto terénke som si tu obľúbil ľudí a prijal ich za kamarátov, ktorí mi chcú vážne pomôcť a myslia to úprimne.

Erik

Na jesennú terénnu terapiu som sa tešil. Ako komunita sme tam zažili kopec srandy. Chodievali sme na túry, do sauny po večeroch sme hrávali biliard. Boli sme si zahrať kuželky, kde sme sa asi najviac zabavili.

Ondro

Keď sme išli na terénku tak som si myslel že to je nejaká malá chatka kde budeme iba my. Nevedel som ani že tam sú nejaké voľné tribúny a nejaké výlety, bolo to tam fajn. Prvýkrát som zažil maratón bolo to dobré.

Junior



Kulturfest - TK Magdaléna 2008

Na Magdalénu sme sa dosť dlho pripravovali, čo sa týka divadla. Nikdy predtým som si nemyslel, že budem niekedy vystupovať pred toľkými ľuďmi. Hlavou mi bežali myšlienky, že to bude trápne a všeličo iné, hlavne strach a tréma. Bola to ako keby skúška odvahy, pred ktorou som stále utekal. Tentokrát som neutiekol a to, čo sa dialo po odohraní nášho divadla bola jednoducho nádhera. Nikdy predtým som nezažíval takú radosť, ako v tú chvíľu. Nikdy v živote na to nezabudnem.

Erik

Na Kulturfest som sa moc netešil, lebo som vedel čo sa tam robí a čo nás čaká. Na jediné čo som sa tešil bol futbal. Nikdy som na podobnej akcii nebol, predstavoval som si to úplne inak, ale nakoniec to bolo fajn, bol rád a išiel by som ešte raz. Divadlo dopadlo tiež vynikajúco. Prekvapilo ma aj to, keď som videl nášho terapeuta zo slzami v očiach po divadle.

Junior

Bol som tu iba týždeň, na to sme odišli do českej republiky na divadelné predstavenie. Cesta bola zaujímavá a keď sme došli na miesto, hneď nás prekvapila veľká oblasť resocializácie Magdaléna. Bola to bývalá vojenská oblasť. Prekvapilo ma stanovanie, vlastne po prvý krát som okúsil spánok pod holým nebom. Boli sme tam tri dni, ale mal som pocit, že tam sme týždeň. Divadlo sme odohrali, aj som si tam na chvíľu zahral a bolo fajn. Musím uznať, že to bolo smiešne ale dobré vystúpenie všetkých členov ROAD Tomky.

Rasťo



Výroky slávnych na Tomkoch

kliekt ku klientke : ... máš holé križe, daj si tričko!

kliektka : ... ja si na to dám šál ...

kliekt: ... to ako keby som povedal, že namiesto čiapky, si dám na hlavu ponožku ...

kliekt: ... tá Zuzana je hotová Barbara Conanová !

kliekt: ... uviedol si chlapca do pomníkova ...

kliekt: ... týždeň po mojom narodení som dostal zápal pľúc, na čo si moc nespomínam (pri čítaní životopisu) ...

kliektka: ... motykou sa motykuje ...

terapeut: ... prečo si lakuješ nechty?

kliektka: ... rozvíjam si netrasenie ruky ...

kliekt: ... najprv padal dážd', a potom začalo pršať ...

kliekt: ... keď sa rozprávaš so ženou aj po sexe, tak to je láska ...

kliekt: ... ak si mam vybrať prechod medzi stenou a dverami, vyberiem si stenu, lebo sa mi zdá, že to je ľahšia cesta ...

kliekt: ... narodil som sa, a zo začiatku som bol celkom v pohode ...

kliektka ku klientovi: ... nechcem ti vkladať moje ústa, do tvojich úst ...

kliekt: ... je vo mne tlak, ktorý by ma mal niekam posunúť, o tom som počul ...

kliekt:...beriem si to predženie, keď sa na to pozriem striktným sofistickým pohľadom ...

kliektka: ... a som na nervy po tejto skupine, ktorá ešte je ...

kliekt: ... úplne som na to zabudol ... ta sobota prišla tak nečakane ...celý týždeň nič a zrazu je tu sobota !



Terénna terapia Čertov - zima 2008

Táto terénka bola pre mňa dost' odlišná od jesennej, kvôli tomu, že tam prišla moja mama. Dost' som riešil náš vzťah, bolo to prvý krát v živote, kedy som sa s mamou rozprával otvorene a úprimne. Myslím, že táto terénka náš vzťah zmenila k lepšiemu, samozrejme s pomocou ľudí, ktorí sú mi momentálne najbližšie - sú to terapeuti a ľudia, ktorí so mnou žijú v bezprostrednej blízkosti. Som rád, že som sa toho mohol zúčastniť spolu s týmito ľuďmi.

Erik

Príchod na Lazy pod Makytou bol pre mňa výnimočný tím, že som sa mohol uvoľniť a vypnúť. A keď som vystúpil z auta tak som sa nadýchol čerstvého vzduchu hôr. Páčilo sa mi tam skrz toho, lebo tam boli aj dobré túry na chatu Kohútka kde nám podávali ako obedné menu veľké fajnové buchty. Ale čo ma najviac očarilo bolo to že náš terapeut Rudo nás zobral hrať staré drevené kolky. Ale, je tu niečo čo ma aj nahnevalo, bolo to, že nám nenapadol sneh a na ten som sa najviac tešil. Tu som zažil prvý krát voľnú tribúnu a to sa mi veľmi páčilo.

Zdeno

Pre mňa zimná terénka bol jeden veľký zážitok. Bral som to ako výlet do hôr, respektíve ako dovolenku. Nastalo u mňa neprimerané uvoľnenie a porušovanie pravidiel, ktoré ako resociant mám vždy bezpodmienečne dodržiavať. Odniesol som si veľa postihov ako napr. deň státia alebo deň ticha. Terénka sa ničím nelíši od bežného života na Tomkoch možno len v tom, že máme viac voľného času ktorý využívame prechádzkami do hôr, plaváreň, sauna, spoločenskými hrami, biliardom, stolný futbal, atď. Zaujímavý výlet bol do neďalekej dedinky, kde sa v miestnom zariadení nachádzala staručičká kolkáreň. Tam sme sa krásne vyjašili. Účel terénky je, že sa medzi sebou viac spoznávame pri uvoľnenej atmosfére a stávajú sa z nás priatelia.

Braňo



Príchod klienta

Môj príchod na Tomky bol plný očakávania. Uvítací ceremoniál bol fajn, aj ľudia ma prijali super.

Jožo

Zobral som si strašne moc batožiny, cítil som sa ako debil, keď my povedali, že toto ešte nevideli, že ma komplet vystaňovali z domu. Všetci začali do mňa hustiť dáke pravidla, ktoré mi pripadali stupídne. Čo ma prekvapilo bola rodinná atmosféra, každý bol kamarát a žiaden krik či nadávky. Všetci uvedomeli. Vôbec som si to tak nepredstavoval, lebo na liečení som ešte nebol. Prekvapilo ma, že boli proste v pohode a sranda aj terapeuti.

Rasťo

Ukončenie pobytu

Na začiatku tejto cesty nebolo vôbec nič. Moje postoje boli asi také, uvidíme... So systémom som problém nemal, lebo z basy je človek zvyknutý prijať čokoľvek. Po čase som pochopil, že závislosť je choroba na ktorú sa umiera, ale nedával som stále tomu vážnosť. Samozrejme, že viac som si chcel ponechať, ako sa vzdať veci, ktoré mi neprišli dôležité na to, aby som už nikdy nefetoval.

Ak mi dnes niekto povie že sa prišiel dobrovoľne liečiť tak sa mu vysmejem do tvare. Nikto nepríde na liečenie len tak...

Ja som si chcel splniť jednu vec, chcel som, aby ma ľudia mali radi a rešpektovali. Nikdy sa mi to vonku nepodarilo bez podvodov a násilia. To som vedel, ale priznať farbu je veľmi ťažké.



Ďalšia vec na mojej ceste bola zodpovednosť. Samozrejme, tváril som sa, že viem čo to je, ale to bola vždy iba moja forma. Skutočná zodpovednosť prišla pri organizácii akcií, ako **Komunita cup**, **Výročie a Kulturfest**.

Nevedel som si predstaviť ako sa komunita, v tej dobe 10 členná dokáže postarať o 200 ľudí. Dnes viem. Zažiť si to, bola pre mňa časť. A hlavne s pocitom, aký bol na konci po tých všetkých zápoleniach. Všetci boli šťastní a tou troškou som sa aj ja pričínil o to, aby boli aspoň na chvíľu radi že, sú čisti, ja som bol určite.

Čas plynul a Tomky sú samé akcie. Divadlo? A ja? Na terénke som dostal rovno hlavnú úlohu, mal som nervy, ostych, hanbu a v hlave mi bežalo všetko, len nie hrať divadlo.. V tom čase som sa stal aj starší člen komunity a nemohol som si dovoliť ukázať slabiny.

Prišiel Kulturfest. Po pozretí prvého divadla som si povedal, tak na toto nemáme. Skúšali sme, hádali sme sa, štekali po sebe a boli neprijemní. Prišiel večer **V** a ja som si povedal, že nezhodím tie týždne úsilia. Ako jediná komunita sme zažili **standing ovation**, to boli pocity na ktoré sa nezabúda, bola to obrovská radosť z toho, že my ako komunita sme to dokázali a tak som si to na javisku užil. Ale viete čo bolo najlepšie zo všetkého??? Pri kláňačke keď sme boli za oponou sa tam zrazu zjavil Rudo so slzami dojatia na krajíčku, bolo to pre mňa také dojímavé, že teraz keď píšem mám slzy v očiach. To musíte zažiť, to sa opísať nedá.

Ako aj výročie. Vidieť ľudí ktorý prešli Tomkami a sú v pohode, je veľmi motivujúce, viem že to nie je ľahké, ale dá sa to a to je dôležité. A o tom sú celé Tomky. Čo do toho dáš, to si odnesieš vo výbave na život vonku. Je to ako keby som už bol niekoľko rokov čistý, ale opak je pravdou. Len včera som ukončil moju najťažšiu cestu môjho života, no a dnes som si strojcom svojho šťastia len a len ja.

Už žiadne okolnosti a výhovorky prečo som si dobral život. Som to ja, kto rozhoduje o tom ako budem žiť. Ukončenie bola pre mňa prvá vec, ktorú som dokázal sám a sám som si to aj stanovil.

Za ten pocit sa oplatí bojovať, dá to sebavedomie, ale konečne to čisté sebavedomie.

Luky

Vlastná tvorba

*My sme ľudé ze Záhorá, z resocu u Tomkú,
bývame tam šeci spolu, v jednom mauem domku.*

*Prišli sme sem po jednom, naučiť sa žiť,
chceme prestať drogovať, chceme prestať piť.*



... jednoducho Hugo z nástenky na chodbe ...



Naša ponuka pre rodičov a klientov

- ★ *každý utorok od 18:00 na **Holíčskej č.30** v Petržalke ponúkame **klub pre klientov***
- ★ *každý prvú a tretiu stredu v mesiaci ponúkame od 18:00 na **Holíčskej č.30** v Petržalke **klub pre rodičov***
- ★ *každú prvú sobotu v mesiaci od 14:00 do 16:00 na **Tomkoch**, organizujeme **rodinnú terapiu** (voľnú tribúnu) pre klientov zariadenia a ich rodinných príslušníkov*
- ★ *každý pondelok od 17:30 na **Holíčskej č.30** v Petržalke ponúkame **partnerský klub pre alkoholikov***
- ★ ***posilňovací pobyt** po dohode s odborným garantom:
☎ kontakt: **0903 / 738 939**
MUDr. Daniela Cymbalová*
- ★ ***sociálne poradenstvo a sociálna prevencia** v pracovných dňoch od 8:00 do 16:00, v stredu do 18:00 na **Holíčskej č.30** v Petržalke
☎ kontakt: **0903 / 762 211, 02 / 53 418 222**
Mgr. Anna Hannikerová*
- ★ ***individuálne poradenstvo a prevenciu** poskytujeme v pondelok od 14:30 do 16:00 na **Holíčskej č.30** v Petržalke
☎ kontakt: **0903 / 738 939 do 22:00 hod.**
MUDr. Daniela Cymbalová*



Záver

Sme unavení a zničení, ale nie sme porazení.

Dali sme sa do boja, lebo ešte stále niekde na konci temného tunela môžeme tušiť svetielko nádeje.

A toto tušenie nás priviedlo sem na Tomky, kde sa učíme nanovo žiť.

Máme silného nepriateľa - závislosť, ktorého môžeme poraziť, len po tvrdom výcviku, ktorým tu prechádzame.

„Brick by brick” - ako spieva Iggy Pop - budujeme pevné základy našich nových životov.

A aké budú pevné, to je len na nás.

Sveťo



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*

*Petit Press, a.s.
Únia žien Slovenska*

ĎAKUJEME



Šéfredaktor : Rudolf Cserge

Zástupca šéfredaktora : Alena Romančíková

Spoluautori: Ondrej, Sveťo, Jožo, Peťa, Erik, Zdenko, Junior,
Rasťo, Braňo

Design: Rudolf Cserge

Číslo účtu : Slovenská sporiteľňa Malacky 0180044085 / 0900

Neprešlo jazykovou úpravou

Redakcia : Tomky 664, 908 79 Borský Sv. Jur
telefón / fax: 034 / 65 98 311
mobil: 0907 / 546 700
e- mail: tomky@centrum.sk

Zakladajúci šéfredaktor : PhDr. Andrea Vasilescu