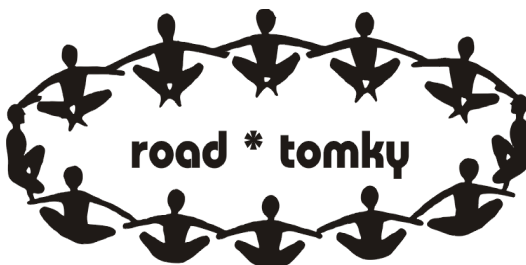


Február 2016



číslo (16)

Časopis resocializačného strediska



ROAD, n.o.
Handlovská 11
851 01 Bratislava 5

tel. + fax 02-53418222

www.road-tomky.sk



OBSAH

- ❑ **Úvod**
- ❑ **Nástup na Tomky**
- ❑ **Komunita Cup 2015**
- ❑ **Terénka Kuchyňa**
- ❑ **19. Výročie**
- ❑ **Terénka Čertov**
- ❑ **Vianoce 2015**
- ❑ **Silvester 2015**
- ❑ **Vlastná tvorba**
- ❑ **Výroky slávnych**
- ❑ **Záver**



Úvod

*Po nejakom čase tu máme opäť ďalšie vydanie časopisu Tomky, v poradí 16 číslo. Udialo sa niekoľko zmien, či už v terapeutickom tíme, v komunite, ale aj v rekonštrukcii domov. Čo sa týka našej dlhoročnej tradície - vydávania časopisu, nič sa nemení. V mene celej komunity a myslím, že aj v mene terapeutického tímu môžem napísať, že rok 2015 bol vydarený, aj keď to nebolo vždy jednoduché. Neostávalo nám nič iné, ako sa prekúsať všetkým čo nám prišlo do cesty a ísť jednoducho ďalej. Niekoľko klientov prestúpilo do 5.fázy, ukončilo program a vybrali sa dráhou abstinencie. Obmenená komunita potrebovala čas, trpezlivosť a vytrvalú prácu, aby všetko fungovalo tak ako by malo. V polovici roku prišla pre nás prvá zaťažujúca skúška. **Komunita Cup.** Tu sa malo ukázať aký sme súdržní, no nebolo to vždy tak. Komunita cup sme celkovo zvládli, ale v komunite bolo po tomto podujatí cítiť dlhú dobu nepokoj a po niekoľkých týždňoch sme museli riešiť závažné situácie, ktoré sa udiali práve na Komunita cupe. Dôsledkom týchto okolností sme necestovali na Kulturferst do Magdalény. Opäť sme sa sami presvedčili o tom, že za chyby treba platiť. Teraz však môžem povedať, že komunita druhú polovicu roku zvládla omnoho lepšie. Trvalo dlhú dobu, aby sme si opäť získali dôveru. K tomu nám určite dopomohlo zvládnuté 19.výročie, terénne terapie v Kuchyni a aj na Čertove. Všetkým čo sme museli prejsť nám bolo odmenou najkrajší čas pre nás všetkých strávený na Vianoce a Silvestera. Skutočne to stálo za to!*

Tu sú výpovede nás všetkých, veď prečítajte si sami ...



Nástup na Tomky

(výpovede klientov)

Volám sa Erik Š. Mám 21 rokov, pochádzam zo Šintavy. Na Tomky som prišiel 7.12.2015 s očakávaním, že sa zmením a uvedomím si môj problém s drogami. Som čistý 7 mesiacov. Moju prvú a dúfam, že poslednú stredno-dobú liečbu som absolvoval vo Veľkom Záluží. Liečba trvala 10 týždňov a absolvoval som ju celú. Pred liečbou som bol silno namotivovaný a už pred ňou som bol 45 dní čistý. V Záluží som dostal 2-krát toxickú psychózu, ktorá ma dosť poznačila. Vymlela mi z hlavy aj to málo, čo som tam mal. Nikdy mi škola nešla, možno že som na ňu nemal, alebo sa mi vážne nechcelo. Na liečení mi terapeutka odporučila resocializačné zariadenie, ktoré by mi mohlo pomôcť. Tak som si vybral Teen-challenge, ktoré sa nachádzalo hneď vedľa môjho domova v meste Sereď. Psychologička mi radila, že môj výber nebol vhodný. Ale ja hlupák tvrdohlavý, som si išiel za svojím. Až po 2 a pol mesiaci som pochopil, že sa to "zariadenie" neprávom volá resocializačné zariadenie. Spravil som tam aj peknú hlúposť s liekmi. Tak to bola moja cesta na Tomky. Ceremoniál sa mi veľmi páčil. Vtedy som pochopil: Jeden ako všetci, všetci ako jeden. Nebudem si niečo namýšľať od tohto zariadenia, ale budem robiť všetko pre to, aby mi pomohlo.

Erik Š.

O svojom umiestnení na Tomky som vedel už pár týždňov vopred. Myslel som si že tu budem maximálne do 18-ťky a potom pôjdem domov a ďalšie veci, že nebudem chodiť na žiadne vychádzky domov, že tu nebude ani telka, proste nič. Vedel som od kurátora, že tu je nejaké dievča z môjho mesta. Dosť som bol zvedavý, kto to môže byť. Po ceste na Tomky som sa dozvedel kto to je. To dievča som poznal už dlhšie. Po príchode do zariadenia som bol dosť zmätený a to hlavne preto, že som bol ešte stále pod vplyvom. Postupne som zisťoval ako to v skutočnosti všetko je, bola tu telka, vychádzky a výhody vyšších fáz, čo ma aj potešilo. Postupne som triezvel a absolvoval som prijímací ceremoniál. Tam som spoznal objekt a ľudí s ktorými tu budem žiť.

Sebastián



Vonku som nepatril ku feťákom, ktorí po čase pre drogy boli schopní urobiť všetko, aj keď som z relatívne chudobnej rodiny a peniaze som často nemal. Spával som totiž s feťáčkou o 20 rokov staršou než ja. Vonku som to považoval za "super vzťah", ale aj vďaka nemu som tu, aby som zistil, ako to celé bolo. Mal som od nej čo som chcel... Pochopenie, sex, peniaze a hlavne pervitín. Samozrejme neskôr aj problémy so zákonom. Teraz som vlastne rád, že som tu a ten problém je už vyriešený. Aspoň pre mňa. Aj kvôli tomu, že ma chytili s drogami, že som nechodil do školy a za to, že to už mama so mnou doma nevládala, sa spolu so sociálkou dohodla, že prídem práve sem. Bol som na detoxe asi mesiac a 10.6.2015 som prišiel sem. Mal som 15 rokov. Prvý deň mi tu bolo fakt zle. Chýbalo mi doslova všetko. Bol som ešte riadne mimo, ale myslel som si, že som v pohode a dúfal som, že sa tu fetuje. Za brata som dostal Maja a to som mal šťastie. Zodpovedne sa mi venoval a chvíľami sa mi tu začalo páčiť. Spoznávanie sa s pravidlami a komunitou mi tiež robilo problém. Moje prvé postoje k tomu tu, boli také, že som hovoril o tom ako nechcem ďalej fetovať, len preto, lebo som chcel ísť čo najskôr domov. Čoskoro mi to padlo, po tom čo som fajčil na pracovkách a bol zapletený aj do niektorých príserov tu. Až potom som začal chápať, o čo tu vlastne ide. Stále som bojoval s tým, aby som nerobil veci na oko a dnes myslím, že som to zvládol a rozmyšľam už inak. Pohľad na moju minulosť a drogový život sa mi zmenil tiež, ale stále nie som rozhodnutý s drogami prestať. Je to proces. Stále verím v to, že sa mi to rozhodnutie raz bude zdať ako to najsprávnejšie, čo môžem urobiť. Už nechcem rozprávať o tom, ako to vôbec nie je, lebo takto si tú šancu sám ani nedám. Tomky mi už teraz dali veľa a myslím, že som tu chvíľami radšej ako vonku, takže to, že som tu nie je až také zbytočné, ako som si myslel.

Dominik

Zo začiatku som sa aj bála sem ísť, nuž ja som taký bojko, ale nakoniec to bolo aj dobré. Baby mi skontrolovali všetky veci, či náhodou nemám pri sebe niečo, čo tu je zakázané. Potom mi zobrali všetky osobné veci, musela som odovzdať aj červené náramky, ktoré mi robila mamina proti urieknutiu. Potom mi priradili sestru Viki, ktorá ma oboznámila o všetkom, ako to tu funguje a potom som sa išla vybaliť na izbu. Prijímací ceremoniál bol o deň nato, bol super, postupne ku mne chodili klienti, aby ma oboznámili s hospom, plecháčom, pivnicou, kotlami a tak. Musela som splniť aj rôzne úlohy, ako napr. nájsť v plecháči vec, ktorá tam nepatrí. Bol tam cesnak v ktorom bol lístoček, na ktorom bolo napísané "buď trpezlivá a maj sa rada". Potom som musela spievať pred všetkými, robila som to prvýkrát, trošku som sa ja hanbila, ale nakoniec som to nejak dala.

Táňa



Komunita Cup 2015

(Výpovede klientov)

Komunita Cup je jedna z mnohých príležitostí, na ktorú sa dá počas roku tešiť. Trvá celý víkend, kde sa zhromaždí okolo 200 feťákov a my sa o nich staráme. Je to nezabudnuteľný zážitok a obrovská skúsenosť. Z KC 2015 som si odniesla zážitok, aký sa často nevidí, aby 200 feťákov gratulovalo jednému spoluklientovi. Bolo to úžasné a toto nikde inde už nezažijeme, len na Tomkoch !..

Viktória

Komunita Cup, Tomkári usporadúvajú každý rok v júny, tento rok som sa tam zúčastnila aj ja a bola to dosť drina nachystať všetko pre vyše 200 ľudí, či jedlo, či súťaž, ale mala som dobrý pocit z toho všetkého a aj ako sa nám darí, aj napriek niektorým veciam čo sa tam stali...

Soňa

Odkedy som sem prišiel, často som počul ako sa všetci tešia na KC-čko. Nevedel som čo to vlastne je a bol som ešte zjavne mimo aby som to celé chápal. V prvý deň "Komunita Cupu" som oslavoval svoje 16. narodeniny. Deň prebiehal celkom dobre, až na to, že som zo svojej torty ani neochutnal. Bolo mi zle. Ale to je už iný príbeh .. :) Potom sme vyrazili do kempu kde sa KC odohrávalo. Večer tam bolo už vyše 200 ľudí a pri uvítacom ceremoniáli som prežil fakt emotívne chvíle. Keď sme sa držali v kruhu za ruky, chalan čo to tam viedol, vyzval všetkých, aby mi zaspievali "veľa šťastia, zdravia". Bolo to super aj keď celý deň ma sprevádzali myšlienky o tom, že mám narodeniny a to, čo som v ten deň vonku chcel a mal naplánované, som si nemohol dopriať. Teraz keď som už dlhšiu dobu čistý, tak pri tejto spomienke sa zakaždým pousmejem a viem, že to bolo úplne o niečom inom. Je to jeden z najkrajších momentov, ktoré sa tu na Tomkoch dajú zažiť. Vážim si tie chvíle n a čisto, ktoré som tam prežil. Pozitívne ma to naladilo na zvyšné 2 dni a na KC-čko spomínam len v dobrom.

Dominik



Táto terénka bola pre mňa obidva roky veľmi pestrá! Užila som si to veľmi a dokonca som ani jeden rok nevyviedla žiaden prúser, a vlastne áno, ale toto už je za mnou. Ako aj minulý rok, aj tento si každý klient zobral nejakú zodpovednosť, za ktorú zodpovedal. Komunita Cup je vlastne akcia, ktorú usporadúva naša komunita pre druhé komunity zo Slovenska, Čiech a Francúzska. Ja som veľmi aktívny človečik, preto som bola rada, že sa môžem motať všade a pomáhať. Opäť tento rok som si na zodpovednosť zobrala disciplínu volejbal aj s mojím minuloročným partákom Rišom, s ktorým sme dohliadali na pravidlá a režim na ihrisku. Bolo to veľmi ťažké, ale boli sme veľmi pohltení eufóriou, ktorá sa tam prichýlila. Nikdy som si nevedela predstaviť akciu, kde môžu byť ľudia čistý a už 2.rok to vidím. Takže sa to dá !

Erika

Upršaná terénka Kuchyňa 2015

(Výpovede klientov)

Aj minulý aj tento rok v Kuchyni na terénke nám nevyšlo počasie. Minulý rok mokrý, všetko, všetky veci a tento rok zima, dážď, to isté. Dúfam, že to miesto pre nás feťáčikov nie je zakliate. No mne sa terénka veľmi páčila, aj keď som sa zúčastnila 2.krát ako 1.fáza sa mi tam veľmi páčilo. Okolie a príroda je balzam na naše ubolené myšlienky a deravú dušu. Pri mnohých situáciách mimo domu sa na nás dalo ľahko zistiť, ako to vlastne máme a ako sa správame pod menším dohľadom. Ako minulý tak aj tento rok bola Kuchyňa veľmi plodná pre skupiny s rodičmi. Bolo tam veľa emócií, slz, nervov, ale len pre tých, ktorí si zato mohli len sami. Ale pre tých, ktorí boli dobre naladení a šli si svojou cestou bez zbytočných prúserov, dokázali vypnúť a vychutnať si atmosféru, ktorú sa v nás snažili rozprúdiť aj naši najúžasnejší terapeuti Rudo a Alenka.

Erika



Na terénke v Kuchyni som bol 2.-krát za môj pobyt tu. Prvý krát sme boli na bicykloch čo bolo dosť záťažové. No tento rok sme išli mikrobusedom. Tam bolo celkom fajn a aj cesta. Nacvičovali sme tam väčšinou program kvôli počasiu, ktoré nám veľmi na túry neprialo. Mali sme tam viacero silných skupín a na našu terénnu terapiu došli aj niektorým klientom rodičia. Nasmiali sme sa, aj poplakali si. Malo to svoje čaro. Iné prostredie, iná atmosféra. Ja som rada, že som bola súčasťou toho všetkého a aj zo spomienok, ktoré mi ostávajú. Ďakujem.

Lusy

Nemôžem sa sťažovať na Kuchyňu aj napriek tým všetkým udalostiam čo sa stali a skončila som mimo komunity. Terénka v Kuchyni prebiehala viac – menej v upršaných dňoch, ale to mi vôbec nevadilo, lebo predsa mám stany rada, každý deň sme si spríjemnili menšou prechádzkou na obed, na túry sa vôbec nechodilo, ale to predsa nikomu nevadilo.

Soňa

Tento rok som bol prvý raz na terénke v Kuchyni. Program tam bol veľmi dobrý a bola to aj príjemná zmena stereotypu. Nacvičovali sme divadlo, chodili sme na pekné prechádzky do okolia a každý deň sme išli na obed do reštaurácie. Poobede sme mali obedné terapie, ktoré sa nakoniec viedli aj v prítomnosti niektorých rodičov. Pre mňa celkom príjemný zážitok.

Rosario



19. Výročie

(Výpovede klientov)

Druhý krát na výročí to bolo lepšie. Známe tváre, istá motivácia výborný hovädzí guláš. Divadlo predvedené bývalým klientom, terapeutom a vynikajúci silno podporujúci zážitok. Život prináša mnoho zážitkov, no to, čo som zažila tu, toľko pozitívnej energie, to sa slovami ani nedá opísať.

Lusy

Aj keď to zo začiatku nevyzeralo s našou komunitou nádejne, tak si myslím, že tak ako rok pred tým, sme nezaostali, ale potešili a pobavili hostí, ktorí prišli spolu s nami osláviť 19. výročie našej resocializácie. Mohli sa tu zúčastniť klienti, rodičia, bývalí klienti a známi. Pre nich sme pripravovali guláš a nezabudnuteľné divadlo (Pán prsteňov), ktoré sme sami režírovali. Všetci prítomní sa mohli zúčastniť na tombole a neskôr mohli všetci vyhodnotiť svoj rok na hodnotiacej skupine. Týmto sa ukončilo aj výročie a každý si odniesol so sebou čo chcel, čo ho možno pobavilo alebo aj dojala.

Viktória

Na výročie som sa tešil najviac preto, že uvidím svojich rodičov a ukážeme predstavenie, ktoré sme mesiac nacvičovali. Nikdy som takú akciu nezažil. Predstavenie dopadlo fajn a ja som bol jedna z hlavných postáv predstavenia. Guláš bol super. Celkovo sa mi to páčilo a dúfam, že ďalší rok to bude ešte lepšie.

Sebastián



Keď som prišla na Tomky, ľudia tu akurát nacvičovali dáky program. Neskôr som sa dozvedela, že za pár dní je výročie. Prišlo sem veľa hostí a bývalých klientov. My sme navarili vynikajúci kotlíkový guláš, ktorý všetkým chutil. Bola tu neskutočná atmosféra a to všetko na triezvo, na čistú hlavu. Bolo to vážne super.

Ivona

Magický Čertov

(Výpovede klientov)

Začal by som asi tým, ako som si to predstavoval pred cestou tam. Samozrejme tešil som sa, ale tá predstava, že budeme chodiť na každodenné dlhé túry a to, ako nás budú slíže kritizovať, vo mne vyvolávala čudné pocity. Keď sme prišli na miesto, očarila ma príroda, ktorú som si na túrach vychutnával ešte viac a ešte celkový dizajn a atmosféra v chate. Prvé dni ubiehali fakt rýchlo a užíval som si to tam. S chalanmi sme tam hrávali futbal na blate, večer aj biliard a stolný futbal a taktiež sme tam veľa jedli. Varili tam super! Už bol piatok a vôbec som sa netešil. Prichádzali rodičia a aj bývalí klienti. Moje obavy zo mňa opadli na večernej skupine. Zistil som, že nielen na skupinách, ale aj pomimo sú to v pohode chalani. Rozprávali fakt rozumné veci. Postupne som sa na ďalšie skupiny tešil. Ďalšie ráno sme vyrazili na Kohútku. Bola to asi najdlhšia prechádzka, ale najviac som pozoroval to úžasné prostredie práve počas nej. A aj tá samotná prechádzka splnila účel. Hore sme sa schuti najedli, niektorí až prejedli, a aj pre borůvkové knedlíky sa tam vždy rád vrátim. Samozrejme nechýbali ani chvíle keď som bol plný emócií, hlavne v situáciách, keď nám bývali klienti "nakladali" na fungovanie komunity, ale myslím, že to je neodlúčiteľná súčasť Čertova, lebo práve tam to má svoju moc a silu. Po tom všetkom som sa vracal strašne unavený, s plnou hlavou terapie, ale aj pekných zážitkov a možno aj s trošku iným pohľadom na život za bráničkou.

Dominik



Na Čertove som bol prvý krát. Bolo mi tam dobre a páčilo sa mi okolie. Nemal som ani nejaké veľké očakávania, ale bolo tam vážne dobre. Chodili sme na krátke túry každý deň a mohol som pri tom rozvíjať rozhovory s inými klientmi. Jedlo mi tam chutilo, jedlo sa tam veľa mäsa, no aspoň tak, jak by to malo byť. S personálom som sa nerozprával, ale boli tam milí. Izby boli pekne zariadené, ale nepáčili sa mi obliečky na paplóny, boli príliš staré a drsné. Každý večer som hral buď biliard alebo calciato, pritom bola vždy dobrá nálada. Mrzelo ma, že nemohla prísť moja rodina pre nedostatok financií. Nakoniec som sa už aj tešil, že sa vraciam na Tomky.

Mišo

Ako každý rok aj tento sme sa nezaobišli bez zimnej terénky Čertov. Pre mňa je to najlepšia terénka, lebo je to jediných pár dní v roku, kedy sa stretnú rodičia, klienti a aj bývalí klienti naraz. Ja osobne si myslím, že aj pre viacero klientov je zlomová, lebo tam sa rozhodli ísť tou správnou cestou. Na Čertove som bola po 2.-krát a moje pocity s tými spred roka sú neporovnateľné. Veľkú časť pripisujem tomu, že minulý rok som tam bola sotva 4 mesiace a hlavne ma zaujímali úplne iné veci, čo sa celkom potvrdilo a ukázalo na 1. voľnej tribúne, ktorú som tam mala. Hotová katastrofa, nielen pre mojich rodičov, ale pre všetkých prítomných. Tento rok mi čas spríjemňoval môj otec. Terénka trvala od utorku do nedele a v piatok prišli rodičia aj bývalí klienti. Na celom pobyte boli skoro všetky 5. fázy, ktoré sú momentálne na Gwerkovej. Každý deň sme absolvovali túru a poobede sme mali klasickú skupinu, po ktorej sme mali možnosť hrať biliard a calciato. Po príchode rodičov sme sa všetci privítali na večernej dvojhodinovej skupine. Celkovo za celý pobyt sme mali k dispozícii minimálne 8 hodín intenzívnej terapie. V sobotu nás čakal výstup na Kohútku, kde sme si dali klasické borůvkové knedlíky. Aby som nezabudla, aj tento rok nás čakalo príjemné prekvapenie – možnosť bazénu. Terénka sa končila nedeľným obedom. Dovolím si povedať, že z celej terénky mám veľmi dobrý pocit a naozaj to stálo za to aj keď priznávam, mala som menšie obavy.

Viktória



Na terénke na Čertove som bol tento rok prvý krát. Prostredie, v ktorom sme boli ubytovaný mi bolo známe, pretože som v tom kraji vyrastal. Pred touto terénkou som mal obavy hlavne z bývalých klientov a zo skupín na ktorých budú. Skoro každý deň sme hrávali futbal a spoločenské hry. Cez týždeň sme ráno chodili na prechádzky do okolia, ktoré boli veľmi pekné. Každý deň boli dve skupiny. Večer sme hrávali stolný futbal a biliard, čo ma veľmi bavilo. Boli sme aj na plavárni z čoho som sa potešil. V piatok prišli za mnou rodičia s bratmi. Bol som veľmi rád, že budem tráviť čas s nimi. V sobotu sme sa šli prejsť na Kohútku, kde som bol už v minulosti veľa krát. Boli sme tam hlavne kvôli borůvkovým knedlíkom. Sú strašne sladké a chutné. Počas prechádzky tam a späť som mal možnosť porozprávať sa s mamou. Mal som aj skupinu s rodičmi, ktorá mi dosť pomohla. Celkový dojem z tejto terénky bol nad moje očakávania.

Sebastián

Na Čertove som bol už druhý krát. No dal mi veľa, hlavne to, že som mal možnosť sa opäť pozrieť na to, že aby som nezabudol kto som. Som rád, že sa môžem zúčastňovať terénnych terapii. Tento rok už aj končím program resocializácie a Čertov to uzavrel. Teším sa na ďalší rok, že budem môcť prísť.

Mário

Tomkárske Vianoce

(Výpovede klientov)

Tieto Vianoce boli pre mňa výnimočné. Výnimočné v tom, že som ich trávila nie s pravou, ale mojou náhradnou rodinou. Bola tu úžasná atmosféra, dvadsať ľudí s rovnakým problémom a všetci sme boli šťastní a hlavne čistí. Rozprávali sme si aké boli tradície a aké jedlá sa jedia v rôznych kútoch Slovenska. Večera bola pre mňa veľmi zaujímavá, lebo my doma máme kapustnicu. Tu sme jedli hubovú polievku v chlebe a kapra, ktoré nám ako potešenie pripravil náš terapeut Rudo. Po večeri sme si dali všetci darčeky, čo sme si pre seba pripravili. Potom sme išli do kostola a neskôr mali Superstar.

Ivona



Toto boli moje druhé Vianoce v nejakom zariadení, ale oproti predošlým boli úplne iné. Prežil som ich s kľudom. Žiadne chute, sviatky strávené v kruhu ľudí, ktorí sú momentálne ako moja rodina. Bola tu dobrá atmosféra s nejakými odchýlkami, ale to nič nemenilo. Po týchto Vianociach budem robiť všetko pre to, aby som tie ďalšie strávil so svojou rodinou.

Sebastián

Moje pocity z Vianoc neboli od rána žiadne. To, že sú Vianoce som cítil len skrz to, že sme pozerali filmy a boli sme na prechádzkach. Som tu ešte krátko, moje pocity a emócie sú slabé a skoro vôbec neprecítané. Cez deň som si na to aj otvoril skupinu. No keď nastal večer zhaslo sa svetlo a popri koledách sa začalo v tichosti večerať. Vianočná atmosféra mi vyrazila dych. Hneď mi to, že nepociťujem, že sú Vianoce na plnej čiare padlo. Začal som sa cítiť skvelo, vyrovnane a dokonca som aj pociťoval radosť z toho, že som čistý a že sa mama so mnou netrápi. Večerný program "Superstár" sa mi strašne páčil. Bolo to sprevádzané kopou smiechu a dobrej nálady. Nakoniec sme s Michalom vyhrali prvú cenu, o ktorú sme naozaj bojovali. Po štyroch rokoch konečne čisté Vianoce.

Marek

Tento rok to boli moje druhé Vianoce tu... Prvé Vianoce tu boli pre mňa predsa ťažšie, ale každý vieme aj prečo. (Nikto z nás nechce byť cez Vianoce a Silvester zatvorený) Tento rok boli Vianoce už úplne o niečom inom, tešila som sa aj keď mi bolo ľúto, že zas nie som s rodinou, ale vedela som sa aj cez to tešiť, lebo som vedela, že sú určite v kľude. V podstate už od rána som sa tešila hlavne na večer, aj keď som cez deň moc nepociťovala, že sú Vianoce. Cez deň sme pozerali rozprávky a chodili sme sa prechádzať, no postupne to prichádzalo a hlavne večer, keď sme si už všetci spolu sadli za stôl a večerali. Po večeri sme sa ešte porozprávali a išli sme si porozdávať naše vlastnoručne vyrobené darčeky, na ktorých sme sa aj pobavili. Neskôr sme si išli pozrieť ešte niečo v TV a potom sme išli do kostola. Po kostole sme si dali program – Superstár, pri ktorom sme sa tiež veľmi dobre zabavili.

Soňa

Vianoce tu boli také iné ako doma. Pustili sme si príjemnú hudbu, koledy a išli sme na to. Najprv sme jedli oplátky s cesnakom, takto to máme aj my doma, potom nasledovala hríbová polievka v bochníku. My doma mávame kapustnicu, no a potom kapor so zemiakovým šalátom. Potom sme si všetci dali výborné koláčky, ktoré robili klienti tu. Najviac mi chutili tie "arizonové guľičky". Podostávala som množstvo ručne vyrobených darčiekov, ktoré boli krásne a je pekné od klientov, že si na mňa spomenuli, aj keď som tam bola len druhý deň. A ku sebe.. Mrzí ma, že som tichá a utiahnutá do seba, že sa s nikým nebudem baviť, ale ja by som sa aj chcela baviť, ale keď mňa nič nenapadá.

Táňa





Silvester

(Výpovede klientov)

Tak isto ako aj Vianoce, tak aj Silvester tu bol môj druhý. Ani v priebehu tohto dňa som nejako moc nepocitovala, že je nejaký deň do ďalšieho nového roku. No postupne jak ľudia o tom rozprávali prichádzalo to aj na mňa, ale v tom pozitívnom myslení, v tom , že mi je teraz dobre, že sa nikde neponáhľam, nemrzem a všetky tie podobné veci. Po dobrej kapustnici sme my starší čo sme tu išli chystať program. Ku ďalšiemu tvoreniu programu sa dali naši mladší čo sú tu, takže na večer sme mali o zábavu postarané. Najskôr sme si dali s našou Alenkou hodnotiacu skupinu celého roka a potom sme si išli dať chlebičky a naše skvelé vymyslené programy, pri ktorých bola samozrejme zábava a neskôr sme si dali taký program, že menší "Let's dance" a po tom všetkom sme sa išli pozrieť na Tomkársky ohňostroj. Myslím, že celý Silvester dopadol fajn, užili sme si ho ako sme len mohli a samozrejme s čistou hlavou.

Soňa

Taktiež ako Vianoce, aj Silvester je môj prvý čistý na Tomkoch. Prežíval som ho ťažko, lebo vždy som Silvester rád oslavoval v kruhu kamarátov. Minulý Silvester bola čistá katastrofa. Ani som ho neprežíval. Fetoval som a hral automaty. No tento bol niečím výnimočný. Nevieť čím, ale verím že bol a že tento rok sa zmením minimálne o 90°. Chalani spravili opäť skvelý program. Hrali sme hru 5 proti 5. Potom nasledovala hra na schovávačku, hľadali sme sladkosti. Skončili sme ako skupina poslední. Potom sme boli pozrieť ohňostroj.

Erik Š.



Za seba môžem povedať, že sa mi tento sviatok na Tomkoch veľmi páčil. Bola som viac vysporiadaná s tým, že som v zariadení na Silvestra a na Vianoce už druhý-krát. Po tej dobe, ktorá naozaj prešla ani neviem ako, mi dosť vybiehali spomienky na vianočné sviatky z minulosti. Nebolo mi v tom vôbec dobre, pretože posledné 3 roky boli u nás sviatky o plači, hádkach, trieskaní dverami a následne o drogách. Som rada že som tu, a že mi tu ľudia pomohli.

Erika

Silvester je deň, kedy všetci ľudia idú o polnoci osláviť Nový rok, pripijú si a spoločne si pozrú, poprípade sa pripoja ku klasickému ohňostroju. No prichádzam pomaly na to, že ja už nepatrím k tým bežným ľuďom. U nás závislých polnočný prípitok môže viesť k jasnej fetovačke. Tu na Tomkoch sa okrem peknej rozprávky a prechádzky sme mali aj silvestrovskú skupinu. Keď sa pozriem na minulý Silvester, no strach a hrôza. Tu bol pekný program. Hľadali sme sladkosti, rozdelený do skupín, len s čelovkami. Bolo to veľmi zábavné. Taktiež sme mali kvíz. Aj napriek ťažkým otázkam naše narkomanské hlavičky vedeli veľa vecí, čo ma prekvapilo. Taktiež nemohla chýbať zábava v jedálni na triezvu hlavu. Neopísateľné .. Ohňostroj sme zažili tiež a prípitok nakoniec nikomu nechýbal, aj keď všetci sme oslavovali doteraz len takto.

Marek



-Vlastná tvorba našich klientov!-

Lusy

Motivácia

Veľmi dlho mi to trvalo, kým som stihla pochopiť,

že svoj život musím do vlastných rúk uchopiť.

To, čo žijem nie je život, ale smrť

a preto som sa rozhodla ísť na túto púť,

púť ktorá je dlhá, ale určite mi to stojí zato,

viac ako rodina a falošné mačacie zlato.

Som silný jedinec a prešla som si toho veľa,

ale asi na to, aby som sa spamätala to bolo treba.

Nechcem byť už v tom kolotoči hádok, bitiek a kriku,
nechcem ani, aby niekto na hrobe mi tak skoro páľil síru,

preto robím, idem proti tej starej osobe vo mne,

a píšem tieto texty potichu a skromne,

aby som dala aj vám vedieť, že to zvládne každý,

len je otázkou či mi to vydrží navždy,

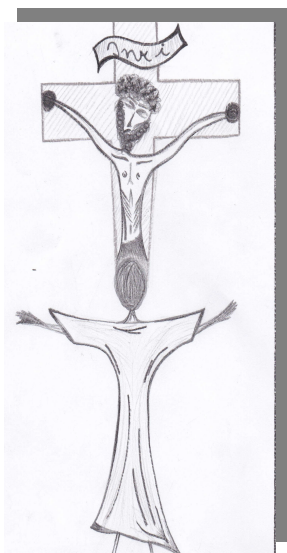
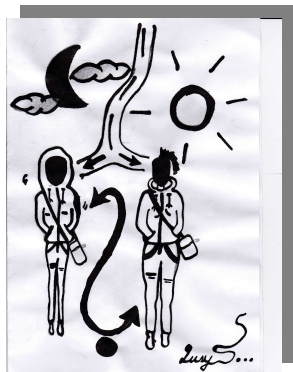
preto skupiny, terapia sú pre mňa dnes to hlavné

a nie falošné tváre a krky hladné.

Dominik

Špáratko

Zas ma bolí niečo v hube,
 uviazlo mi mäso v zube,
 od bolesti sa na zemi skrčam,
 tak tam prsty rýchlo strčam.
 Nechce však ísť z diery vonku,
 tak si od báb pýtam sponku,
 je to nato veľké stále,
 potrebujem niečo malé,



čo sa zmestí medzi zuby spodné,
 špáratko je nato vhodné,
 preto keď ho friškom nájdem,
 do zubu sním špicom zájdem.
 Keď mi mäso zo zubu vyjde,
 euforka hneď potom príde.
 Lepší pocit ako droga,
 špáratko ti sem tam dodá.

Sebastián

Bud' - alebo

Odkedy som čistý prešiel už nejaký ten čas,

ale vnímam, že som sa posunul až teraz.

Tento krát to robím pre seba a nie pre vás.

Chcem mať pri sebe rodinu a nie mať každý deň paranoju,
schýzu a vidinu už nechcem podporovať tú špinavú spodinu,

lebo aj vďaka nej som strácal a okrádal svoju pravú rodinu.

Hrali sme sa na bratov, ale len vtedy,

keď som mal tatkovu kreditku s výplatou.

Menia sa ľudia, mení sa aj myslenie,

celé to stojí len na tom či chceš šťastný život, alebo zatratenie !





Erika

Tomkárske čarovné jazero

Chodievame tam len zriedka, cez leto najčastejšie keď sa tam chodíme vyčvachtať alebo si dať kofolku. Na jar, na jeseň aj cez zimu. Väčšinou keď si dáme spoločnú prechádzku, takú kratšiu. Veľa krát, keď som tam, tak sa zapozierám na jazero, na vodu na odraz stromov alebo na labute a nehybnosť vody. Veľa krát tam chodia ľudia, ktorý tam len tak trávia čas, kúpu sa alebo sa v zime chodia rodinne korčuľovať. Vždy si tam nájdem chvíľku pre seba a vybehnú mi myšlienky, na to ako som to celé posrala a tak si zhodnotím svoju situáciu. Myslím aj na pekné veci. Prežila som tam veľa spomienok, moje začiatky a etapy, nad čím som tam rozmýšľala od začiatku až po 2 roky čo som tu. Jazero preto považujem za čarovné, že si pri ňom vždy niečo uvedomím a uvoľním sa od napätia z domu a povinností. Je to miesto kde vždy rozmýšľam nad rodinou a tak som v mysli s nimi. Potom sa vždy preberiem a vraciame sa späť do reality na dom. Cestou späť som ešte rada sama a premýšľam nad sebou a čo ďalej. Milujem toto miesto a viem, že sa tam vrátim za pár rokov.

Erik C.

Básnička pre Mikuláša

Mikuláš – to je sviatok,
veď nebýva tu každý piatok,
keď dobré deti poslúchajú,
sladké dary dostávajú.
Ja som taktiež jeden dostal,
no vzápätí som to hneď posral,

vošiel som s ním na izbu
a narobil tak galibu.
Musím si to pekne vyžrať,
ďalšiu básničku rýchlo skladať.
Budem končiť túto báseň,
poslucháči, ďakujem za vašu priazeň.



Nezabudnuteľné hlášky z roku 2015!

... pri niektorých sa mi zastavuje rozum ...

- *"Ako by som ukázal masťné oko ?" - "Veď to je to, čo sa robí na panvici."*
- *"Mal som na neporiadku ponožky". - "Jednu alebo dve ?" - "Jednu, ale tá druhá bola inej farby a nebola moja, ale zobral som si ju". - "Takže ty máš jednu navyše?" - "Nie"*
- *"D.N.A. - štyri písmená"*
- *Klapky na oči... "To sú tie, čo sa hádzu pod nohy ?!"*
- *"Ale ja som taký feťák, že ty si to ani nevieš predstaviť !"*
- *Na vychádzke by som chcel ísť zapáliť sviečku na cintorín.
- "A na cintoríne si nefetoval ?"*
- *Po 8 dňoch na Tomkoch: "Ja mám drogy už vyriešené, pracovné návyky už mám, odchádzam.."*
- *Pri hre aktivity - " Čo máme na hrudi ? Je to vidieť chalanom keď cvičia.. Čo je to ?" - "Lícna kosť!"*
- *"Keď sa zapisujem na pisoári a je predomnou napísaný Mišo tak viem, že predomnou bol Mišo. Ale kto je Feri ?!" .. a Mišo sa prihlási*
- *Na obede.. "Dobrý bol ten koložvársky" (koložvárska kapusta)*
- *Po prečítaní vychádzky.. "Chceš sa ozvať aj otecovi ?"*



- Na prijímacom ceremoniáli – *"Drogy šou špatný, drogy šou fajn."*
- *"Idem sa aj ja pokusovať na králikoch."*
- *"Ráno som vstal, išiel som k umývadlu, pozrel som do zrkadla a vybehli mi Košice."*
- *"Baletie Jazero"* (Labutie Jazero)
- *"Aké jedávaš šaláty?" - "Vegetariánske" - "S akým mäsom?"*
- Návrhy na technickej skupine: *"Ja som za neriešiť."* Rudo: *"Ja som za riešiť!"*
- Ale ty nato dávaš podnety, aby sa k tebe takto ľudia správali. - *"Aké podnety?"*
- *"Kde sú tie kuriozity?"* (rekvizity)
- *„Nie je hanba spať, ale zobudiť sa!“*
- *„Teba beriem.. Jak to slnko tam hore...“*
- *„Žili sme z huby do huby“*
- *"Máš stop TV?" - "Nie" - "Ták .. Ja som za týždeň bez kávy"*



Záver

Nikto nám nemôže zaručiť, že život bez drog je bezproblémový. Nikto nám nemôže zaručiť, že neprídu pády, sklamania, ťažké chvíle. A tiež nám nikto nemôže zaručiť, že to čo sme žili nás nebude bolieť, trápiť možno po celý život. Každý z nás sa skôr či neskôr musel, alebo sa bude musieť vyrovnat' s tým, že to je naozaj tak. Nieje to len o užívaní si. Musíme sa naučiť zodpovede žiť, určiť si svoje priority, zásady, inak nemáme šancu uspieť. Musíme sa na svoje možnosti pozrieť reálne. Ceníme si každú pomoc a podporu zo strany ľudí ktorí nám pomáhajú, a uvdomujeme si, že jeden bez druhého to nepôjde.

Veľká vďaka z našej strany patrí za odvedenú prácu a trpezlivosť s nami naším terapeutom Rudovi, Alenke, Zuzke, Mirovi, Katke, Terezke, Anke, a samozrejme aj našej pani riaditeľke Anke a Monike.

Dominik



V našej ponuke má trvalé miesto:

- ✓ Kluby klientov sa konajú pravidelne, každý pracovný pondelok od 18,30 hod. na Handlovskej 11, v Petržalke.

- ✓ Kluby pre rodinných príslušníkov zabezpečujeme pravidelne, každý prvú a tretiu pracovnú stredu v mesiaci v čase od 18,00 hod. do 20,00 hod. na Handlovskej 11, v Petržalke.

- ✓ Voľnú tribúnu organizujeme pravidelne každú prvú sobotu v mesiaci v čase od 13,45 hod. do 16,45 hod. v resocializačnom stredisku ROAD - TOMKY.

- ✓ Poskytovanie sociálneho poradenstva: PhDr. Anna Hannikerová, Monika Toporová v pracovných dňoch od 08,00 hod. do 14,00 hod. na Handlovskej č.11, v Bratislave - Petržalke.



Podporovali a podporujú nás

Trnavský samosprávny kraj

Protidrogový fond

Miestny úrad Ružinov

NPOA

Prvá stavebná sporiteľňa

Magistrát hl.m. Bratislavy

AB Kozmetika, a.s.

ALAS, s.r.o.

AZ veľkoobchod, s.r.o.

Dobré jablká - Dunajská Lužná

EGO Silver Sk, s.r.o.

Eurobal, a.s.

Grand Press, a.s.

I-center, s.r.o.

Dr. P. Kresánek, CSc.

Dolná Streda Mäsko, a.s.

Ing. A. Molnárová

NATPRO, s.r.o.

Pepsi Cola Bratislava

Družstvo Prievoz

S.I.T., a.s.

Slov-matic, s.r.o.

ŠEVT, a.s.

Bratislavský samosprávny kraj

Miestny úrad Petržalka

Nadácia pre deti

NOS - OSF

Národná banka Slovenska

Slovenské elektrárne, a.s.

AJ OZAP, a.s.

ART Štúdio JOKO

Baumit, s.r.o.

Drogéria - Spuchlák

Elektra, s.r.o.

Eurotel, a.s.

Holcim Slovensko, a.s.

Kabát, s.r.o.

L'SH, s.r.o.

Ing. F. Moravčík

Naceva Slovakia, s.r.o.

PAM-ak, s.r.o.

Ing. P. Regina Poľnohospodárske

Protect, s.r.o.

Salvo Film, s.r.o.

Stav-max Senec

Unimar, s.r.o.

Nadácia Queen Juliana Foundation Holandsko

British Know How Fond

Kancelária Kanadského veľvyslanectva



ĎAKUJEME!

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

Šéfredaktor: *Mgr. Terézia Mináriková*

Spoluautori: *Erik Š., Sebastián, Dominik, Táňa, Viktória, Soňa, Lusy, Erika, Rosário, Ivona, Mário, Mišo, Marek, Erik C.*

Design: *Dominik Bodnár*

Zakladajúci šéfredaktor: *PhDr. Andrea Vasilescu*

Redakcia: *Tomky 664, 908 79 Borský Sv. Jur*

Telefón: *034 / 65 98 311, 0917 / 432 620*

Číslo účtu: *Slovenská sporiteľňa Malacky 0180044085 / 0900*

IBAN: *SK 94 0900 0000 0001 800 44 085*



.....
Neprešlo jazykovou úpravou

Výpovede klientov sú autentické
.....

My sme tu doma ! ...