



evropský  
sociální  
fond v ČR



OPERAČNÍ PROGRAM  
LIDSKÉ ZDROJE  
A ZAMĚSTNANOST



PODPORUJEME  
VAŠI BUDOUCNOST  
[www.esfcr.cz](http://www.esfcr.cz)

Projekt je financován z prostředků ESF prostřednictvím Operačního programu Lidské zdroje a zaměstnanost a státního rozpočtu ČR.

## *Nejsem sám*

Už je to rok. Rok, co abstinuju od pervitinu. Kdyby mi to řekl někdo před dvěma lety, že budu rok abstinovat, asi bych se mu vysmál. Tehdy to pro mne byla nepředstavitelná představa. Ale před rokem přišlo rozhodnutí, že už takhle žít dál nechci, dlouhodobě jsem nenacházel smysl svého života. Tehdy jsem se rozhodl nastoupit do psychiatrické léčebny, protože jsem věděl, že se svou závislostí potřebuji pomoci. V léčebně jsem strávil 6 měsíců, tehdy to bylo dlouhých 6 měsíců, kdy jsem se pomalu začínal učit žít bez drogy a dodržovat nějaký režim.

Po úspěšném absolvování léčebny jsem se vrátil zpět do Mostu, což pro mě byl jeden z těžkých kroků na cestě abstinencí. V tu chvíli přišly obavy, jak to tam venku zvládnou – dluhy, zaměstnání, chutě na drogu, rodinné vztahy a v neposlední řadě přišla obava, že budu potkávat staré „známé“. Opuštěním léčebny pro mě začala nová etapa mého života, která závisela pouze jen na mně.

Po návratu jsem se dozvěděl, že v Mostě od července 2011 funguje nová služba – Centrum pro rodinu a následnou péči. Najednou jsem zjistil, že nejsem až tak na svou abstinenci sám. Je tu někdo, kdo mi nabízí pomocnou ruku. Centrum pro rodinu a následnou péči jsem kontaktoval a začal docházet do programu následné péče. V současné době se účastním individuální terapie, ale také skupinových aktivit, jako je abstinenční skupina, kam docházejí ostatní klienti Centra, kteří také abstinují. Využívám vzdělávání a nácviku, abych se lépe mohl uplatnit na trhu práce, kde se učíme psát životopisy, připravujeme se na ústní pohovory a vše, co souvisí se získáním a udržením nového zaměstnání. Jednou týdně také navštěvuji ergoterapii, kde tvoříme výrobky na konkrétní téma. Sociální pracovníce a poradce Centra mi pomáhají při vyřizování záležitostí týkajících se dluhů, kterých není zrovna málo. V neposlední řadě jsem se účastnil rodinné terapie s mou mamkou. S mamkou jsem měl vztah kvůli drogám velmi narušený – doma jsem kradl, lhal a mnoho dalších věcí. Díky rodinné terapii cítím, že se náš vztah pomalu zlepšuje. Věřím, že to pro mou rodinu nebylo vůbec jednoduché období, kdy jsem užíval drogy. Často cítili pocity viny, vzteku, ale i bezmoci. Centrum proto pracuje i se samotnými rodiči či jinými blízkými osobami lidí, kteří začínají nebo už pravidelně berou drogy. Pro tyto lidi je zde rodičovská skupina a na základě zkušenosti mé mamky vím, že terapie i rodičovská skupina je pro rodiče a blízké osoby velice přínosnou.

Mamka mi na Vánoce řekla, že jsem jí dal nejkrásnější dárek, který mohla kdy dostat – mou abstinenci. Ví, že je to dárek nejen pro mou rodinu, ale i pro mě samotného. Bez Centra pro rodinu a následnou péči by návrat do života byl mnohem složitější a jsem rád, že nyní v Mostě konečně funguje i takováto služba.

Provoz Centra pro rodinu a následnou péči byl zahájen 1. 5. 2011, tento projekt je financován z Evropského sociálního fondu prostřednictvím Operačního programu Lidské zdroje a zaměstnanost a ze státního rozpočtu ČR.

Bližší informace o Centru pro rodinu a následnou péči – o všech poskytovaných službách, podmínkách vstupu atd. naleznete na internetových stránkách [www.mostknadeji.eu](http://www.mostknadeji.eu). V případě potřeby se vám budeme rádi věnovat v ul. J. Seiferta 2159 v Mostě od pondělí do čtvrtka od 9 do 17 hodin, v pátek pouze na základě telefonického objednání. Bližší informace můžete získat také na tel. č. 777 736 943 nebo na e mailu: [cranp@mostknadeji.cz](mailto:cranp@mostknadeji.cz).