

## A-KLUB ABSTINENTOV PRI MESTSKOM KULTÚRNYM STREDISKU V STAREJ LUBOVNI

### *Plán činnosti klubu na rok 1992*

- |   |   |
|---|---|
| <p>14. 1. 1992 Pravidelné stretnutie, pošta. Čo dal rok 1991 v abstinencii, osobnom živote, práci. Voľba výboru (PhDr. Sipková, Akimjak).</p> <p>28. 1. 1992 Pravidelné stretnutie, pošta, kontrola úloh na prípravu zjazdu, rôzne. Hodnotenie kladné a záporné a vlastného pitia po viacročnej abstinencii (MUDr. Brunovský).</p> <p>11. 2. 1992 Pravidelné stretnutie, pošta, rôzne. Akú úlohu zohrala v mojej abstinencii rodina, priateľ, spolupracovníci (MUDr. Lapšanský).</p> <p>25. 2. 1992 Pravidelné stretnutie, pošta, kontrola úloh na prípravu zjazdu, rôzne. V čom sme formálni vo svojom živote a v činnosti klubu (PhDr. Sipková, Akimjak).</p> <p>12. 3. 1992 Pravidelné stretnutie, pošta, rôzne. Správa z iných klubov. Biblioterapia, výber partnera, predstava a skutočnosť (PhDr. Sipková, Akimjak).</p> <p>24. 3. 1992 Pravidelné stretnutie, pošta, kontrola úloh na prípravu zjazdu, rôzne. Téma spoločnej diskusie: Moje záujmy predtým a teraz (MUDr. Brunovský, Akimjak).</p> <p>7. 4. 1992 Pravidelné stretnutie, pošta, rôzne. Mój život s abstinujúcim partnerom (PhDr. Sipková, MUDr. Lapšanský).</p> <p>21. 4. 1992 Pravidelné stretnutie, pošta, vydanie II. informácie klubom o príprave zjazdu (Akimjak, Krajger).<br/>Beseda: Prežitky raného detstva, spomienky na začiatky dospievania (PhDr. Sipková, MUDr. Brunovský).</p> <p>5. 5. 1992 Pravidelné stretnutie, pošta, kontrola úloh, rôzne. Čo mi pomohlo prijať fakt, že som alkoholo-</p> | <p>19. 5. 1992 Pravidelné stretnutie, pošta, kontrola úloh, rôzne. Ako si predstavujem prvý kontakt s terapeutom, čo považujem za dobrý prístup terapeuta k pacientovi (PhDr. Sipková, Koreň).</p> <p>2. 6. 1992 Stretnutie venované deťom a matkám, športový program, malý rodinný tábor, hry, posedenie pri táboráku (Novák, Krajger). Celoslovenské športové hry Nitra (Krajger, Novák).</p> <p>16. 6. 1992 Pravidelné stretnutie, pošta, kontrola úloh, rôzne. Vplyv rodinného prostredia na abstinenciu, úloha manželského partnera v liečbe alkoholizmu (PhDr. Sipková, Akimjak).</p> <p>30. 6. 1992 Pravidelné stretnutie, pošta, rôzne. Príprava rodinnej terapie v lokalite Lesnica (Akimjak, Koreňová). Charakteristiky svojpomocných skupín pre ochranu zdravia alkoholikov (MUDr. Brunovský, MUDr. Lapšanský).</p> <p>7. 7. 1992 Pravidelné stretnutie, pošta, kontrola úloh, rôzne. Ako si predstavujem existenciu a prácu v kluboch budúcnosti – dotácie, súkromné podnikanie (Novák, Koreň).</p> <p>21. 7. 1992 Pravidelné stretnutie, pošta, kontrola úloh, príprava terénnej terapie, rôzne. „Ochutnajte špecialitu mojej kuchyne“, tajomstvo kuchyne a príprava nealkoholických nápojov (Sýkorová, Koreňová).</p> <p>4. 8. 1992 Pravidelné stretnutie, pošta, kontrola úloh, rôzne. Problém situácie, vzťah nadriadený – pod-</p> |
|---|---|

- riadený (PhDr. Sipková, Novák). Moje hobby – ryby (Jeleň).
10. – 15. 8. 1992 Rodinná terénna terapia v lokalite Pieninského národného parku Lesnica. Program sa určí v tábore.
18. 8. 1992 Pravidelné stretnutie, pošta, kontrola úloh, rôzne. Vplyv a účinky rodinnej terapie na abstínujúcich a členov ich rodiny – zhodnotenie, poznatky z TT (PhDr. Sipková, Akimjak).
1. 9. 1992 Pravidelné stretnutie, pošta, kontrola úloh, rôzne. Organizačná príprava zjazdu – prípravný výbor (Akimjak, PhDr. Sipková).
10. – 12. 9. 1992 **Celoslovenský Zjazd abstínujúcich klubov a zástupcov z Čiech a Moravy v Starej Lubovni – Lubovnianske kúpele.** Predbežný program:
1. deň: Skúsenosti z práce klubov;
  2. deň: práca v skupinách s dôrazom na aktuálne problémy v klubovej činnosti;
  3. deň: vlastné poznatky práce jednotlivých skupín a diskusia k postero-rom. Navrhovaných je 5 tematických okruhov. Program VII. celoslovenského zjazdu bude včas zaslaný abstínujúcim klubom.
15. 9. 1992 Pravidelné stretnutie, pošta, rôzne. Hodnotenie priebehu zjazdu, informácia prípravného výboru a komisie o činnosti na zjazde (Akimjak, PhDr. Sipková).
29. 9. 1992 Pravidelné stretnutie, pošta, rôzne. Výsledky zjazdu spracovať a oboznámiť s navrhovanými závermi, tematickými okruhmi abstínujúce kluby zúčastnené na zjazde (Akimjak, Krajger).
6. 10. 1992 Pravidelné stretnutie, pošta, rôzne. Postoj sociálneho okolia k mojej osobe a abstinencii vôbec (PhDr. Sipková, MUDr. Brunovský).
20. 10. 1992 Pravidelné stretnutie, pošta, rôzne. Ako pomôcť priateľovi, aby bol podľa našich predstáv (MUDr. Lapšanský, Akimjak).
3. 11. 1992 Pravidelné stretnutie, pošta, rôzne. Príprava výročného stretnutia. Čo by som urobil, aby sa členská základňa klubu rozrástla (Novák, Koreň).
17. 11. 1992 Výročné stretnutie spolu s rodinnými príslušníkmi a pozvanými hosťami. Program bude uvedený v pozvánkach.
1. 12. 1992 Pravidelné stretnutie, pošta, rôzne. Voľba nového výboru klubu a jeho predsedu. Príprava plánu činnosti na rok 1993 (Akimjak). Súčasné trendy a prístupy – poznatky (PhDr. Sipková).
15. 12. 1992 Pravidelné stretnutie, pošta, rôzne. Zhodnotenie klubovej činnosti za rok 1992, poďakovanie sa osobám a inštitúciám za pomoc (Akimjak, PhDr. Sipková).
29. 12. 1992 Slávnostné stretnutie klubu na záver roka. Čo nám dal rok 1992 v abstinencii, či sa splnilo naše predsavzatie. Spoločné posedenie a zamyslenie sa nad uplynulým rokom (Akimjak).

Pravidelné zasadnutia klubu sa uskutočnia v priestoroch Obchodného domu Družba-kultúrneho strediska na 1. poschodí, začiatok o 17.00 h.

*PhDr. Mária Sipková v. r.*      *Ján Akimjak v. r.*  
psychologička klubu      predseda klubu

#### **Zásady A-klubu Stará Lubovňa**

1. Členom A-klubu Stará Lubovňa môže byť každý kto abstínuje zo zásady, alebo kto úspešne absolvoval protialkoholickú liečbu a pravidelne sa zúčastňuje zasadnutí socioterapeutického klubu. Členmi môžu byť aj rodinní príslušníci, ktorých účasť na každom stretnutí vítame. Na zasadnutiach A-klubu sa môžu zúčastniť aj pacienti v prebiehajúcej ambulantnej liečbe podľa určenia PAP.

2. Cieľom činnosti A-klubu je komplexná starostlivosť o všetkých jeho členov a o ich rodinných príslušníkov. Komplexná starostlivosť predstavuje dlhodobý proces, ktorý sleduje somatickú, psychickú a sociálnu rehabilitáciu, pričom využíva najrôznejšie formy a metódy psychoterapie a socioterapie.

3. Členovia A-klubu sú vo vzájomných vzťahoch tolerantní, pomáhajú jeden druhému pri riešení osobných a pracovných problémov pri zvládaní náročných životných situácií. Usilujú sa o sebaopoznanie a sebazdokonaľovanie. Vynakladajú úsilie na získanie ďalších osôb závislých od alkoholu na protialkoholické liečenie a následnú abstinenciu.

4. Zásadné dokumenty o činnosti, obsahu a formách schvaľuje výročné zasadnutie A-klubu.

bu. Výbor schvaľuje čiastkové úlohy pre socioterapeutický klub a jeho členov.

5. V prípade recidívy člena A-klubu sa jeho členstvo v klube pozastavuje. Žiadosť o prvú pomoc a začiatok liečby posudzuje PAP. Členovia výboru klubu vyvinú ihneď maximálnu snahu o znovuzískanie člena, ktorý recidivoval. V prípade nevyhľadania, neprijatia pomoci sa členstvo v klube zruší.

6. Členovia A-klubu schvaľujú na svojom výročnom zasadnutí výbor A-klubu na obdobie 1 roka. Výbor tvorí predseda, tajomník a pokladník. Za člena výboru môže byť zvolený každý člen klubu bez ohľadu na dĺžku abstinencie.

7. Pravidelné zasadnutia A-klubu sa konajú každý druhý (nepárny) utorok o 17.00 h v priestoroch Obchodného domu Družba-kultúrne stredisko, Sídlisko Západ, 1. posch.

sch.

8. Každý člen je povinný zaplatiť ročný poplatok 240.– Kčs, polročný 120.– Kčs. O hospodárení s finančnými prostriedkami informuje členov klubu pokladník A-klubu na požiadanie. Každý člen a rodinný príslušník okrem povinných poplatkov môže ešte finančne prispieť podľa svojich možností.

9. Zásady a ročný plán činnosti A-klubu sa schvaľujú na výročnom zasadnutí A-klubu a nadobúdajú platnosť po ich schválení. Nevyhnutné zmeny a úpravy týkajúce sa organizačných alebo kvalitatívnych otázok činnosti A-klubu Stará Lubovňa.

10. Pravidelné zasadnutia A-klubu a zasadnutia výboru sa konajú podľa celoročného plánu práce.

Tieto zásady boli schválené 9. 4. 1991 členmi A-klubu Stará Lubovňa.

Slovenská lekárska spoločnosť  
Slovenská psychiatrická spoločnosť

Sekcia pre prácu so socioterapeutickými klubmi  
Riaditeľstvo ÚNZ Stará Lubovňa  
Protialkoholická poradňa Stará Lubovňa  
Mestské kultúrne stredisko Stará Lubovňa  
Okresný úrad Stará Lubovňa  
A-klub Stará Lubovňa  
Vás pozýva v dňoch 10. – 12. septembra 1992 na

## **VII. celoslovenský zjazd socioterapeutických klubov abstinujúcich**

Motto: Umenie je zvíťaziť nad iným, ešte väčšie nad sebou samým.

Predbežný program:

1. deň: skúsenosti z práce klubov;
2. deň: práca v skupinách s dôrazom na aktuálne problémy klubovej činnosti;
3. deň: vlastné poznatky práce jednotlivých skupín a diskusiou k posterom.

Navrhané tematické okruhy:

1. Čo mi pomohlo prijať fakt, že som alkoholik, čo ma viedlo k pochopeniu, že klub je naozaj doliečovacím miestom a bez jeho návštevy si ohrozím abstinenciu.

2. Ako si predstavujem prvý kontakt s terapeutom, čo považujem za dobrý prístup terapeuta k pacientovi.

3. Vplyv rodinného prostredia na abstinenciu, úloha manželského partnera v liečbe alkoholizmu.

4. Charakteristiky svojpomocných skupín pre ochranu zdravia alkoholikov.

5. Ako si predstavujem existenciu a prácu A-klubov v budúcnosti (dotácie, súkromné podnikanie a pod.).

Radi prijmeme i ďalšie námety pre skupinovú prácu.

*J. Akimjak, predseda A-klubu*  
Letná 27, 064 01 Stará Lubovňa