



## KRÁTKÉ SHRNUÍ PROJEKTU EMPATICKÁ PODPORA V ZOTAVENÍ (PEER KLUB)

V Renadi pomáháme lidem zvládat potíže s alkoholem, návykovými léky, digitálními závislostmi, hazardním hraním a dalšími druhy závislostí. Nejčastěji se na nás ale obracejí lidé kvůli problémům s užíváním alkoholu a na tuto cílovou skupinu se taky zaměřoval náš projekt. V rámci mapovací fáze projektu jsme si chtěli potvrdit naše hypotézy:

- lidé ve fázi zotavování ze závislosti na alkoholu vnímají roli peer konzultantů jako klíčovou,
- nově nabytý volný čas je v době zotavení ohrožující a jeho smysluplné naplnění je pro úspěšné zotavení zásadní.

Dále nás zajímalo, jakým krizovým momentům naše cílová skupina čelí a díky jakým postupům či strategiím se daří krize překonat? Co jim v takových chvílích pomohlo? Co chybělo? Díky našim výzkumným pracovníkům a tazatelům se zkušeností se závislostí se podařilo nahrát 31 rozhovorů s lidmi z cílové skupiny. Oslovili jsme jak krátce či dlouhodobě abstinující, tak kontrolovaně užívající, i ty, kteří si svou cestu teprve hledají, tedy lidi v různých fázích zotavení. Dále jsme uspořádali dvě fokusní skupiny s peer konzultanty na téma zotavení a důležité momenty na jejich cestě. Také jsme dělali rozhovory s odborníky a odbornicemi – terapeutky/kami, sociálními pracovníky/icemi, adiktology, primářem nemocnice, ředitelem nemocnice, vedoucími služeb atd. Celkem jsme uskutečnili 18 rozhovorů, které nás přivedly k několika inspirativním konceptům a službám. Byli jsme v kontaktu s organizacemi: *BoB – Built on Believe*, která se zaměřuje na pomoc lidem bojujícím se závislostí na drogách a alkoholu. Na různých místech Londýna, vždy v napojení na místní komunitní centra, jim nabízí volnočasové aktivity, terapie resp. svépomocné skupiny (online i offline) i možnost dobrovolnického zapojení do chodu organizace; *Chrc* – zkratka z anglických termínů „clubhouse“ a „recovery college“ – která nabízí zplnomocňující prostor pro lidi s duševním onemocněním, který si naplňují volnočasovými a vzdělávacími aktivitami; *Platan*, který nabízel v brněnské Káznici terapie a volnočasové aktivity pro lidi s duševním onemocněním; *Centrum Zotavení*, který pod hlavičkou organizace Praha nabízí klientům různé výchovně-vzdělávací aktivity a *peer klub v Bohnicích*, který pracuje s volným časem pacientů s duševním onemocněním). V neposlední řadě jsme zpovídali naši peer konzultantku, která vede svépomocnou skupinu *Na jedné vlně*, kde se potvrzuje potřeba vytváření bezpečných vztahů a skupiny, která bude fungovat nejen na pravidelných svépomocných setkáních, ale i v rámci online prostoru a ve volném čase.

Zatímco první polovina projektu byla čistě výzkumná a zaměřovala se na příběhy zotavení a na inspiraci z jiných konceptů, organizací a projektů, druhá půlka se zaměřovala na hledání vlastního směřování. V návaznosti na zjištění z výzkumu jsme navrhli design peer klubu Střízlík a v závěrečné fázi projektu jsme se věnovali realizaci aktivit pro peer klub Střízlík a testování jejich dopadu. Aktivity dělaly v drtivé většině případů výzkumnice se zkušeností se závislostí svépomocí, ve frekvenci 2x měsíčně, vždy jeden výlet a jedna volnočasová aktivita. Za dobu testování proběhlo 9 aktivit – 4 výlety a 5 různých typů volnočasových aktivit: meditace, kvízování, tabata, arteterapie, přednáška a praktická ukázka z tradiční čínské medicíny. Výlety byly organizovány pod hlavičkou Klubu abstinujících turistů (KAT), který jsme založili v lednu 2024 za účelem vytvoření prvního prototypu k otestování zájmu o společná abstinčně zaměřená setkávání lidí se zkušeností se závislostí. Všechny aktivity sklídily pozitivní ohlas, u většiny byly bezprostředně po skončení dotazy na pokračování. Návštěvníci aktivit se na akce vraceli a mezi některými z nich vznikaly přátelské vazby.



Důležitou složkou projektu byla také advokacie a zvyšování povědomí o aktivitách naší organizace mezi relevantními stakeholdery. Jednali jsme s tajemníkem městské části Brno-střed za účelem nalezení prostor pro peer klub, jednali jsme s náměstkyní hejtmana Janou Holomčik Leitnerovou, za účelem domluvy překlenovacího financování peer klubu, před získáním dalších projektových peněz, dále jsme byli na několika setkáních s PN Černo-vice – s metodičkou Bc. Kateřinou Chladovou a s MUDr. Jiřím Pokorou, primářem oddělení adiktologie a týmem režimového oddělení č. 19. Na těchto setkáních se nakonec objevila řada možností k navázání spolupráce, především v oblasti vyplnění volného času pacientů (zejména pacientek). Koncem června 2024 vznikla domluva na konkrétních termínech zahájení spolupráce v rámci vedení meditací a relaxačních technik. Od začátku července se naše peer konzultantka ujala vedení meditací a relaxačních technik a to pravidelně jednou týdně v rámci aktivit, které jsou povinnou součástí režimové léčby. Do budoucna je rozjednané převzetí pravidelných výletů pro oddělení č. 19 (oddělení režimové léčby závislostí) a oddělení 4 (bez režimové mužské oddělení), kterého by se ujal také naše peer konzultantky, zakladatelky Klubu abstinujících turistů.

Na základě zpětné vazby všech zapojených aktérů se potvrdily naše hypotézy a víme, že návrh konceptu peer klubu Střízlík představuje funkční opatření na cestě osob se závislostí na alkoholu za zotavením. Co tedy plánujeme se Střízlíkem do budoucna? Jako u každé nové služby či produktu i v případě Střízlíka je hlavním úkolem rozšířit svou pověst. Síťování v rámci sociálních a zdravotních služeb a propagace aktivit na sociálních sítích je klíčovou aktivitou pro získání dostatečného množství klientské základny. Zajištění bezpečí a zastupitelnosti v rámci realizačního týmu peer konzultantů, bude neméně důležité. Hlavním cílem je získat další projekt a vytvořit pro peer klub Střízlík fyzickou základnu, kde bude možné realizovat všechny plánované aktivity s možností aktivního zapojení klientů.