

ДЖЕРЕЛО

журнал о жизни, восстановлении и людях

ВЫПУСК №6
12 октября 2026

СИЛА В ЕДИНСТВЕ

Ушу, выносливость
и командный дух, который
держит Дом вместе

НАРИСОВАНО С ТЕПЛОМ

Стенгазета, творчество
и тёплое слово для
всего Дома

Влад



Запорожье



Чистота 3 месяца 29 дней



2 Фаза



Житель Дома

*«Делать своё
дело спокойно
и до конца»*

Центр психологической
реабилитации «Джерело»

ХОЗЯЙСТВО В НАДЁЖНЫХ РУКАХ

Ремонт, порядок и
ответственность
в ежедневных делах

ДЕНЬ ПЕРЕРОЖДЕНИЯ

Шесть месяцев Чистоты
у Паши и праздник,
который напоминает:
путь стоит усилий

ВЫХОДНОЙ, ВСТРЕЧАЙ!

Баня, восстановление
и трезвый отдых без
побега от
ответственности

ЛЮДИ
ПОМОГАЮТ
ЛЮДЯМ

ninarkotikam.com

Сила, которая начинается с ответственности

Об обычных действиях, которые постепенно меняют человека



Павел Казарьян

ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР
РУКОВОДИТЕЛЬ ПРОГРАММЫ

Восстановление становится реальным не тогда, когда человек много говорит об изменениях, а тогда, когда его ежедневные поступки начинают поддерживать новую жизнь.

Этот выпуск о силе без показухи. Влад спокойно делает своё дело, помогает младшему участнику, работает на территории и учится доводить начатое до конца. Гена находит время для творчества. Кто-то ремонтирует, кто-то готовит праздник, кто-то выдерживает физическую нагрузку вместе с командой.

Именно так формируется ответственность: не одним большим решением, а десятками обычных действий. В терапевтическом сообществе они становятся новым опытом - быть полезным, видеть потребности других, не убегать от сложного и не ждать, пока кто-то сделает вместо тебя.

**Не громкие слова, а повторяющиеся действия
создают опору.**

ГЛАВНАЯ НОВОСТЬ

ТРЁХДНЕВКА

23, 24 и 25 октября 2026 года

23

ОКТАБРЯ

24

ОКТАБРЯ

25

ОКТАБРЯ

Педагогический совет центра «Джерело» принял решение провести трёхдневный интенсивный процесс. Это будет время честной оценки своего состояния, ответственности за выбор, работы в сообществе и определения следующих шагов.

Увидеть правду.

Взять ответственность. Двигаться дальше.

Влад: делать своё дело до конца

Запорожье • 3 месяца 29 дней чистоты • 2 фаза



ВЛАД, ЗАПОРОЖЬЕ

Житель Дома. Второй этап

Программы.

На этой неделе Влад проявил продуктивность и ответственность. Он помог своему «младшему брату» - новому участнику Программы - перейти на первую фазу. Продолжил работать над личностным ростом, выполнять фазовые задания, заниматься огородом и заботиться об аквариуме.

Влад активно включался в бытовые дела Дома: ремонтировал, помогал поддерживать чистоту и порядок, участвовал в организации праздника и приготовлении угощений. Его вклад заметен не громкостью, а постоянством.

Спокойно. Последовательно. До конца.

Ответственность становится характером, когда человек повторяет нужное действие не один раз, а снова и снова.

Сила в единстве

Ушу, выносливость и командный дух



**Вместе мы не слабее. Вместе
мы выносливее.**

В этот день участники вместе занимались ушу, работали над объединением Дома и учились преодолевать жалость к себе. Физическая нагрузка быстро показывает, где человек привык останавливаться, искать оправдания или ждать, что его вытащат другие.

Команда не забирает личное усилие. Она создаёт пространство, в котором сложный момент можно пройти рядом с другими. Каждый делает свою часть, а общий ритм помогает не сдаться.

Хозяйство в надёжных руках

Ремонт, безопасность и уважение к общему пространству



Владик взялся за ремонт козлов для распиловки дров. Задача казалась обычной, но требовала внимательности: восстановить конструкцию, проверить крепления и убедиться, что инструмент снова безопасен в работе.

В Доме порядок складывается из таких незаметных дел. Когда человек не проходит мимо неисправности, а берёт ответственность и доводит работу до результата, общее пространство становится надёжнее для всех.

Не просто починить

Увидеть проблему, действовать и проверить результат



Работа с инструментом требует сосредоточенности. Здесь нельзя сделать «почти»: конструкция либо выдерживает нагрузку, либо нет. Поэтому финальная проверка важна не меньше самого ремонта.

Надёжный результат - это когда после тебя другие могут работать безопасно. Так бытовая задача превращается в практику зрелой ответственности.

Результат должен быть не только заметным, но и надёжным.

Нарисовано с теплом

Гена и еженедельная стенгазета



У Гены появилась новая ответственность - стенгазета. Каждую неделю он рассказывает о победах и достижениях участников Программы, добавляет тёплое напутствие и создаёт для Дома ещё одну точку общей памяти.

Самое сложное - находить время среди других заданий и каждый раз придумывать новую идею. Творчество здесь не бегство от обязанностей, а ещё один способ быть полезным.

От замысла до готовой работы

Терпение, детали и радость от завершения



Рисунок складывался постепенно: фон, солнце, лучи, детали. Каждый этап требовал вернуться к работе и не бросить её на полпути.

Творческий потенциал раскрывается там, где есть свобода и дисциплина.

Готовая работа стала частью жизни Дома: она фиксирует важное, поддерживает участников и напоминает, что изменения стоит замечать.

День перерождения

Шесть месяцев чистоты Паши

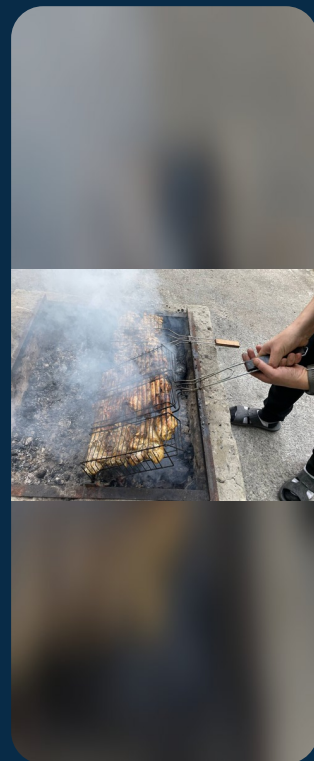


В Доме отметили шесть месяцев чистоты Паши. Участники подготовили сюрприз: показали сценку, организовали праздничный стол и создали атмосферу, в которой важным был не сам формат праздника, а признание пройденного пути.

Отмечать чистоту - значит замечать изменения, ценить усилия и укреплять новую идентичность. Это не финиш. Это честная остановка, чтобы увидеть, сколько уже сделано и сколько ещё впереди.

Праздник, который готовили вместе

Сценка, огонь и стол для всего Дома



Самым сложным было распределить обязанности так, чтобы Дом продолжал жить в привычном ритме. Пока одни готовили сценку, другие занимались огнём, мясом и столом.

Шесть месяцев - не случайность. Это путь, сложенный из многих трезвых дней.

Праздник стал тёплым напоминанием: путь достоин уважения, когда за ним стоит ежедневная работа.

Выходной, встречай!

Гена и Витя • баня • время на восстановление



Гена и Витя встретили выходной в бане. Важно было организовать день так, чтобы отдых не стал причиной отложить необходимые дела. Восстановление тоже требует ответственности: завершить важное, распределить время и позволить себе переключиться.

Трезвый досуг возвращает простую способность получать удовольствие без веществ. Тепло, разговор, смех и спокойствие становятся не заменой жизни, а её нормальной частью.

Восстановление живёт в обычном дне

Почему быт, творчество, спорт и отдых являются частью Программы

Зависимость сужает жизнь до одной потребности. Постепенно исчезает способность замечать других, планировать, доводить дело до конца, выдерживать усталость и восстанавливаться без разрушения. Поэтому реабилитация не может состоять только из разговоров в кабинете.

Новые навыки возвращаются в обычных ситуациях. Починить конструкцию. Помочь младшему. Нарисовать стенгазету. Выдержать тренировку. Приготовить праздник. Вовремя отдохнуть. В каждом из этих дел человек тренирует контакт с реальностью.

Когда такое поведение повторяется, оно перестаёт быть требованием Дома. Оно становится собственным способом жить. Именно в этом смысл терапевтического сообщества: люди помогают людям не словами вместо действий, а присутствием, примером и общей работой.

**Восстановление видно не в обещаниях.
Его видно в действиях.**

ДЖЕРЕЛО

ЖУРНАЛ О ЖИЗНИ, ВОССТАНОВЛЕНИИ И ЛЮДЯХ

Сила Дома - в людях

В тех, кто учится отвечать за себя, замечать другого и каждый день делать пространство вокруг немного надёжнее.

ЛЮДИ ПОМОГАЮТ ЛЮДЯМ

ninarkotikam.com

ЦЕНТР «ДЖЕРЕЛО»