

ДЖЕРЕЛО

журнал про життя, відновлення і людей

ВИПУСК №6
12 жовтня 2026

СИЛА В ЄДНОСТІ

Ушу, витривалість і командний дух, який тримає Дім разом

НАРИСОВАНО З ТЕПЛОМ

Стенгазета, творчість і тепле слово для всього Дому

ГОСПОДАРСТВО В НАДІЙНИХ РУКАХ

Ремонт, порядок і відповідальність у щоденних справах

ДЕНЬ ПЕРЕРОДЖЕННЯ

Шість місяців Чистоти Паші і свято, яке нагадує: шлях вартий поваги

ВИХІДНИЙ, ЗУСТРІЧАЙ!

Баня, відновлення і тверезий відпочинок без втечі від відповідальності

Влад



Запоріжжя



Чистота 3 місяці 29 днів



2 Фаза



Житель Дому

«Робити свою справу спокійно і до кінця»

Центр психологічної реабілітації «Джерело»

ЛЮДИ
ДОПОМАГАЮТЬ
ЛЮДЯМ

ninarkotikam.com

Сила, що починається з відповідальності

Про звичайні дії, які поступово змінюють людину



Павло Казар'ян

ГОЛОВНИЙ РЕДАКТОР
КЕРІВНИК ПРОГРАМИ

Одужання стає реальним не тоді, коли людина багато говорить про зміни, а тоді, коли її щоденні вчинки починають підтримувати нове життя.

Цей випуск про силу без показовості. Влад спокійно робить свою справу, допомагає молодшому учаснику, працює на території та вчиться доводити розпочате до кінця. Гена знаходить час для творчості. Хтось ремонтує, хтось готує свято, хтось витримує фізичне навантаження разом з командою.

Саме так і формується відповідальність: не одним великим рішенням, а десятками звичайних дій. У терапевтичній спільноті вони стають новим досвідом - бути корисним, бачити потреби інших, не тікати від складного і не чекати, поки хтось зробить замість тебе.

Не гучні слова, а повторювані дії створюють опору.

ТРИДЕНКА

23, 24 і 25 жовтня 2026 року

23

ЖОВТНЯ

24

ЖОВТНЯ

25

ЖОВТНЯ

Педагогічна рада центру «Джерело» ухвалила провести триденний інтенсивний процес. Це буде час чесної оцінки свого стану, відповідальності за вибір, роботи у спільноті та визначення наступних кроків.

**Побачити правду.
Взяти відповідальність. Рухатися далі.**

Влад: робити своєю справою до кінця

Запоріжжя • 3 місяці 29 днів чистоти • 2 фаза



ВЛАД, ЗАПОРІЖЖЯ Мешканець Дому. Другий етап Програми.

Цього тижня Влад проявив продуктивність і відповідальність. Він допоміг своєму «молодшому брату» - новому учаснику Програми - перейти на першу фазу. Продовжив працювати над особистісним зростанням, виконувати фазові завдання, займатися городом і піклуватися про акваріум.

Влад активно включався у побутові справи Дому: ремонтував, допомагав підтримувати чистоту і порядок, брав участь в організації свята та приготуванні частування. Його внесок помітний не через гучність, а через сталість.

Спокійно. Послідовно. До кінця.

Відповідальність стає характером, коли людина повторює потрібну дію не один раз, а знову і знову.

Сила в єдності

Ушу, витривалість і командний дух



**Разом ми не слабші. Разом
ми витриваліші.**

Цього дня учасники разом займалися ушу, працювали над об'єднанням Дому і вчилися долати жалість до себе. Фізичне навантаження швидко показує, де людина звикла зупинятися, шукати виправдання або чекати, що її витягнуть інші.

Команда не забирає особисте зусилля. Вона створює простір, у якому складний момент можна пройти поруч з іншими. Кожен робить свою частину, а загальний ритм допомагає не здатися.

Господарство в надійних руках

Ремонт, безпека і повага до спільного простору

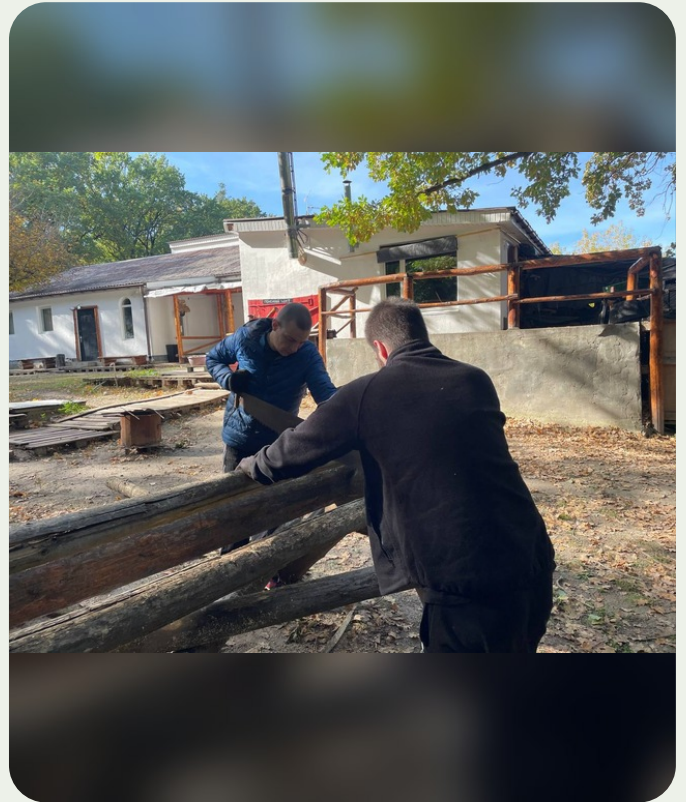


Владик узявся за ремонт козлів для розпилювання дров. Завдання здавалося звичайним, але вимагало уважності: відновити конструкцію, перевірити кріплення і переконатися, що інструмент знову безпечний у роботі.

У Домі порядок складається з таких непомітних справ. Коли людина не проходить повз несправність, а бере відповідальність і доводить роботу до результату, спільний простір стає надійнішим для всіх.

Не просто полагодити

Побачити проблему, діяти і перевірити результат



Робота з інструментом вимагає зосередженості. Тут не можна зробити «майже»: конструкція або витримує навантаження, або ні. Саме тому фінальна перевірка важлива не менше за сам ремонт.

Надійний результат - це коли після тебе інші можуть працювати безпечно. Так побутове завдання перетворюється на практику зрілої відповідальності.

Результат має бути не лише помітним, а й надійним.

Намальовано з теплом

Гена і щотижнева стенгазета



У Гени з'явилася нова відповідальність - стенгазета. Щотижня він розповідає про перемоги та досягнення учасників Програми, додає тепле напуття і створює для Дому ще одну точку спільної пам'яті.

Найскладніше - знаходити час серед інших завдань і щоразу вигадувати нову ідею. Творчість тут не втеча від обов'язків, а ще один спосіб бути корисним.

Від задуму до готової роботи

Терпіння, деталі та радість від завершення



Малюнок складався поступово: фон, сонце, промені, деталі. Кожен етап вимагав повернутися до роботи і не покинути її на півдорозі.

Творчий потенціал розкривається там, де є свобода і дисципліна.

Готова робота стала частиною життя Дому: вона фіксує важливе, підтримує учасників і нагадує, що зміни варто помічати.

День переродження

Шість місяців чистоти Паші

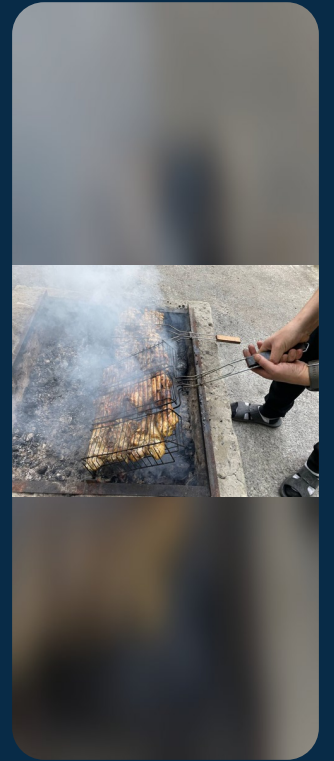


У Домі відзначили шість місяців чистоти Паші. Учасники підготували сюрприз: показали сценку, організували святковий стіл і створили атмосферу, у якій важливим був не сам формат свята, а визнання пройденого шляху.

Відзначати чистоту - означає помічати зміни, цінувати зусилля і зміцнювати нову ідентичність. Це не фініш. Це чесна зупинка, щоб побачити, скільки вже зроблено і скільки ще попереду.

Свято, яке готували разом

Сценка, вогонь і стіл для всього Дому



Найскладніше було розподілити обов'язки так, щоб Дом продовжував жити у звичному ритмі. Поки одні готували сценку, інші займалися вогнем, м'ясом і столом.

Шість місяців - не випадковість. Це шлях, складений з багатьох тверезих днів.

Свято стало теплим нагадуванням: шлях вартій поваги, коли за ним стоїть щоденна праця.

Вихідний, зустрічай!

Гена і Вітя • лазня • час на відновлення



Гена і Вітя зустріли вихідний у лазні. Важливо було організувати день так, щоб відпочинок не став причиною відкласти необхідні справи. Відновлення теж потребує відповідальності: завершити важливе, розподілити час і дозволити собі переключитися.

Тверезе дозвілля повертає просту здатність отримувати задоволення без речовин. Тепло, розмова, сміх і спокій стають не заміною життя, а його нормальною частиною.

Одужання живе у звичайному дні

Чому побут, творчість, спорт і відпочинок є частиною Програми

Залежність звужує життя до однієї потреби. Поступово зникає здатність помічати інших, планувати, доводити справу до кінця, витримувати втому і відновлюватися без руйнування. Тому реабілітація не може складатися лише з розмов у кабінеті.

Нові навички повертаються у звичайних ситуаціях. Полагодити конструкцію. Допомогти молодшому. Намалювати стенгазету. Витримати тренування. Приготувати свято. Вчасно відпочити. У кожній із цих справ людина тренує контакт з реальністю.

Коли така поведінка повторюється, вона перестає бути вимогою Дому. Вона стає власним способом жити. Саме в цьому сенс терапевтичної спільноти: люди допомагають людям не словами замість дій, а присутністю, прикладом і спільною працею.

Відновлення видно не в обіцянках. Його видно в діях.

ДЖЕРЕЛО

ЖУРНАЛ ПРО ЖИТТЯ, ВІДНОВЛЕННЯ ТА ЛЮДЕЙ

Сила Дому - у людях

У тих, хто вчиться бути відповідальним за себе, бачити іншого і щодня робити простір навколо трохи надійнішим.

ЛЮДИ ДОПОМАГАЮТЬ ЛЮДЯМ

ninarkotikam.com

ЦЕНТР «ДЖЕРЕЛО»