

Ráda bych se s Vámi podělila o nezapomenutelný zážitek z ČervenoDvorské 24Hodinovky. Členkou spolku „ Běž \/\ Bud' spolek přátel v pohybu.“, jsem se stala v létě roku 2022, když jsem absolvovala léčbu v Červeném Dvoře. Pravidelně jsem se účastnila dobrovolného nedělního ranního běhu, který pořádá a pořádá Tomáš Jandus, pro všechny pacienty ale i pro personál zdravotnického zařízení Červený Dvůr. Díky tomuto členství po úspěšné léčbě mohu nadále zažít společné zážitky, bezva atmosféru, legraci, ale i vzájemnou podporu v naší abstinenci s kombinací sportu a nezáleží, kde bydlíte, podpora je po celé České Republice.

Kladné a hezké zážitky o předešlém ročníku ČervenoDvorské 24hodinovky jsem slyšela během léčby. Přála jsem si, že to chci také někdy zažít. Ano, mé přání se mi splnilo a pozvání na letošní 24Hodinovku jsem přivítala s úsměvem a natěšením.

Přihlášení a veškeré příjezdové informace jsem dostala do emailu. Byla možnost dorazit už v pátek kolem poledne, pro ty, kteří měli cestu z různých koutů ČR. Zázemí bylo pro bývalé i současné pacienty, pro abstinenty z jiných léčebných a doléčovacích center. Zúčastnil se i místní personál, doktoři a sestřičky. Zázemí jsme měli v místní tělocvičně, které zajistil Tomáš Jandus s Oldou Bažantem a spol. Bylo to úžasně připravené. Spaní s možností zapůjčení spacáku, čelovek, prostor si objednat teplý oběd aj večeri, byla možnost si tu ohřát jídlo, uvařit si čaj či kávu, vyhrazené sociální zařízení. Prostě za mě naprosto dokonalé zázemí na tuto akci. Na sobotní ráno pro nás připravili přednášku o běhání s Keňany s Davidem Vašem, který s nimi trénoval. Bylo to moc zajímavé.

V sobotu ve 12 hodin bylo odstartováno. Měli jsme tam dvě vyznačené trasy, přes park 2,8km a po pevnější cestě v parku 2km. Super byla možnost to kombinovat, počasí nám moc nepřálo, tak po celodenním dešti byla v noci kratší cesta moc fajn ☺ Běžet, chodit, nebo někteří na kole jsme mohli, jak nám vyhovovalo. Sami, ve dvou, ve skupince, jak kdo s kým chtěl. Osobně jsem si během běhu pročistila myšlenky, měla jsem prostor si vyjasnit věci, které jsem vědomky či nevědomky odsunovala, nebo nechtěla řešit. Člověk si vyjasní spoustu věcí. Díky podpoře lidí, kteří tam byli i v těch nejtěžších chvílích uvědomění, měl každý z nás podporu jeden druhého, které se nesmírně vážím. Ať ve formě vyprávění, nebo objetí mě opravdu potvrdilo to, že jsem na správném místě. A o tom to je, ta vzájemná podpora. Společně se upevňovat v naší abstinenci a jistotě, že na to nejsme sami. Uvědomila jsem si spoustu věcí i to, jakou cestou jsem od léčby prošla, co jsem dokázala a taky jsem si nastavila nové cíle a přání. Na tento běh jsem měla nějaký cíl, kolik km chci uběhnout, ale přínosnější pro mě bylo to, co jsem v sobě neměla vyřešené. S dobrým pocitem jsem doběhla do svého osobního cíle a jsem za to nesmírně vděčná. Zažila jsem tam spoustu legrace, poznala jsem zajímavé lidi, viděla se s lidmi, které jsem v minulém roce poznala a slyšela moc krásných zajímavých i obdivuhodných příběhů. Moc jsem si užila tu atmosféru. Jsem ráda, že jsem měla možnost zúčastnit se společného běhu. Velké poděkování, klukům a všem, kteří vyjednali, zařídili, zorganizovali toto setkání abstinentů ve formě sportu a pohybu. Všem zúčastněným gratuluji a děkuji za nádherný víkend. Těším se na další ročník a setkání.