

OUTDOOR

# STICHTING EN ROUTE



## Reisverslag: Tsjechië 2010

*Winterse reisverhalen van deelnemers*

ACTIEVE HULPVERLENING

# Sanne

---

Nu twee dagen in Tsjechië, en het gaat goed. Met snowboarden slepen skiliften rotzooien alles bij elkaar schelden gaat het stukje bij stukje beter. Het uitzicht en de gezelligheid. De groep is leuk en andere groepen waar we mee zijn is het ook gezellig gister waren we spelletjes aan het doen een leuk bezigheid voor de avonden.

De laatste dag erg balen want nu de laatste 2 dagen ging het net best. En ballen omdat we afscheid moeten nemen van een gezellige groep. Woensdag hebben we lekker gedronken in het dorp. Het was heel gezellig een goede optie omdat we er allemaal geen zin meer had de leiding had goed geluisterd naar onze grenzen. In de avond hebben we kampvuur gestookt het was lekker warm. We hebben worstjes gebakken maar was niet z'n succes. De worstjes vielen er van af, maar het was steeds een uitdaging om het toch te laten lukken. De volgende dag weer lekker snowboarden het was een goede dag en hebben veel geleerd althans ik. Ik durfde veel. Had zin en de bochten en de vaart ging goed. De avond was gezellig met de andere groep en had een paar klikken met personen en was heel leuke. De dag erna vroeg, vroeg opstaan om weer op de piste staan en gaan. maar we gingen naar de piste die ik niet leuk vond het was een andere lift waar ik geen zin in had dus zijn we snel naar een andere piste gegaan, maar daar waren die liften alsnog en had ik geen andere keus. naar veel stuntelen alles bij elkaar schelden lukte het uiteindelijk. Maar het was andere sneeuw dus het ging wat moeizaam. Ik ben toen naar de baby piste gegaan om wat zelfvertrouwen op te bouwen. En het lukte. Ik ging naar de andere piste en ging beter als de andere dingen. Ik had vertrouwen en ik ging als een speer. De avond spelletjes doen en morgen jammer genoeg weer naar huis, maar gelukkig eindelijk bij me vriend.

# Evan

---

Een val een smak en een geluidloze schreeuw om hulp. Ze verdrinken me in een herinnering. Een herringen van pijn en wanhoop. Helpende handen, 'gaat het?' Ik zeg ja, het is niet zo, ik verbijt me zoals m'n verleden me geleerd heeft. De pijn, ik wordt misselijk! als ik maar niet weer onderuit ga eindelijk zitten, vecht tegen de pijn, je moet! opgeven mag niet...

Helpende handen deze keer geruststellend. 'het komt goed' he maar.. hoe? ik kan het bijna niet geloven?! het kan dus anders. Tranen van geluk en opluchting stromen in overvloed. Vreemd handen bieden troost voor het eerst in mijn leven geloof ik echt dat het allemaal wel goed komt. Voor het eerst geloof ik dat mijn toekomst geen herhaling van mijn jeugd zal zijn.

Voor het eerst accepteer ik een troostend gebaar. Voor het ik heel even niet alleen in mijn pijn in eindelijk vrede gevonden in wat er allemaal is gebeurt! Samantha, Maurits en Evelien Bedankt!

**Donderdag:** Een dag die voor mij in het teken stond van het terug winnen van vertrouwen. Na gisteren een wat rustige dag had ik weer veel zin om te gaan snowboarden! Helaas was ik door min val veel van mijn vertrouwen kwijt. Aan het eind van de dag was dit voor een groot gedeelte weer terug. Dit heb ik grotendeels te danken aan de fantastische hulp en begeleiding van Maurits en Eveline, dankjewel hiervoor.

**Vrijdag:** De laatste dag op de snowboards! Ik heb er erg van genoten! Het was een goede afsluiting van een fantastische vakantie. Een vakantie waarin ik veel geleerd heb maar ook heel veel plezier heb gehad! Bedankt.

# Luc

---

**Dag1:** Reis ging snel en was leuk!

**Dag2:** Eerst snowboarden halen. aan het begin ging het best moeilijk, daarna ging het iets beter op m'n tenen en moest ik alleen oefenen en oefenen.

**Dag3:** Leuke piste en veel oefenen en nog meer oefenen. Sleen met Marjon was leuk. In de avond brak bij het kamp kampvuur.

**Dag4:** Een langere piste en hele oude lift. Iedereen was moe maar 2x de afdaling genomen en daarna terrasje genomen en eten. In de avond weer wat spelletjes gespeeld en ben er achter gekomen dat alleen het beeld van poepen in een oude schoen heel leuker is.

**Dag5:** Vandaag naar de piste van eergisteren, ging erg goed en daarna weer naar de lange piste met de vreselijke lift. Ik ging telkens een stukje vooruit en daarna wachten ik weer op de rest en het laatste stuk voluit. In de avond spelletjes gespeeld.

**Dag6:** Weer vroeg uit bed. heerlijk! vandaag een nieuwe piste die echt heerlijk was en er waren 2 snowboarders verschrikkelijk dodelijk ver geweldig goed waren. Helaas was deze piste duur dus konden we er niet lang van genieten. Andere piste was ook heerlijk en ben voluit gegaan.

# Leidi

---

Op een dag waren wij met de bus naar de piste gegaan. Eerst gingen we naar de eerste piste die was heel saai maar die was alleen voor te oefenen. We leerden eerst hoe we onze ski's aan moesten trekken en daarna een pizza punt proberen te maken en als je het echt goed deed dan had je heel veel bochten moeten maken. Dat was wel leuk. De volgende dag gingen we naar een wat steilere piste. Toen we op de piste waren ging ik zittend naar beneden. Dat was heel eng. De laatste paar minuten zij ik tegen een Tsjechische man bedankt klootzak en nog doeï sukkel. En toen moest hij lachen, hij verstond het toch niet.

# Lakeisha

---

We werden opgehaald van de groep. Met we bedoel ik; Leidie, Sabrina, Jeffrey, Romano, Abigail en Patrick. De groep genaamd Vivenda heeft geregeld dat ik, Lakeisha Waterval met mijn groepsgenoten op wintersport kon gaan. Toen ik het te horen kreeg had ik eigenlijk totaal geen zin en keek er heel erg tegenop. Het enige wat ik in mijn hoofd had en duizenden keren herhaalde voor mezelf was; IK WIL NIET OP WINTERSPORT! De hele maand was dat het enige waar ik aan dacht. En toen kwam de dag eindelijk. Ik had een dag ervoor, zaterdag 27 februari 2011, dus mijn spullen al ingepakt. En toen om 8 uur zondag, ging de bel. Ik stond in de keuken, druk bezig met mijn haar, toen ik een vrouw binnen zag komen. Ik glimlachte heel even vriendelijk naar haar en ging toen snel verder met mijn haar, dat me langzamerhand gek maakte omdat het zo een bos is. Nu word ik er nog steeds gek van hoor. Maar uiteindelijk nam iedereen zijn spulletjes mee naar buiten. Iedereen verwachtte een hele grote comfortabele bus, waar je lekker comfortabel in kon slapen en lekker gezellig tv kon kijken. Maar waarschijnlijk hadden we allemaal te hoge verwachtingen, vooral ik. Dat was eigenlijk het enige waar ik me op had verheugd. Maar uiteindelijk toen ik het busje zag stond ik nogal versteld. Het was een klein busje, dat ik er eigenlijk eerlijk gezegd nogal niet houdbaar meer vond. Hij zag er heel gammel en oncomfortabel uit. Toen alle spullen na een paar minuten ingepakt waren, vertrokken we. Iedereen stapte al gauw in. De reis duurde erg lang, we vertrokken rond 8:10 en kwamen aan rond 5:15. Tussendoor hadden we een korte strek pauze waar iedereen erg blij mee was vooral ik. Omdat ik houten billen kreeg en een stijve nek, van het zitten op die oncomfortabele stoelen. Toen we er waren was ik dus ook erg blij. Hoewel ik geen zin had in het skiën, snowboarden of langlaufen. Tenminste ik dacht dat we ook gingen langlaufen maar nee dat werd niet gedaan. We gingen als allereerst het hotel verkennen, die ongelofelijk groot was. En mooi, naar mijn smaak. Er was een mooi uitzicht en ik was blij met al het bos om me heen. Wat ik vergeten ben te schrijven is; dat we in Tsjechië waren voor een week. Ik keer er heel erg tegenop. Maar nu, toch uiteindelijk vind ik het hartstikke leuk.

De leidingen die ik te leren heb kennen waren ook erg vriendelijk, grappig en sociaal. De 1<sup>e</sup> dag deden we niets bijzonders alleen maar wat door het grote huis lopen en alles verkennen. Als avondeten aten we patat, niet mijn favoriete gerecht maar het smaakte wel. Elke avond bediende een Tsjechische vrouw of meisje, ik weet eigenlijk niet, wat ik moet zeggen omdat ze er nog zo jong uit ziet. Maar zij bediende ons elke avond het eten, nu rond half 7. Maar eerst aten we om 7 uur. Niet een bepaalde tijd waar ik van aan het springen was, omdat ik dat natuurlijk niet gewend was om zo laat te ten. En we hadden dan natuurlijk ook hele erge honger. Maar uiteindelijk werd later onze bedtijd besproken. Dat werd om 10 uur dus 10 voor 10 liepen wij al naar boven naar onze kamer om ons klaar te maken. We sliepen of eigenlijk bedoel ik anders gezegd; we slapen met z'n vieren op een kamer. Sabrina, Abigail, Leidie en ik. Leidie is een meisje dat in de plek is gekomen voor iemand anders, die niet mee kon. Dus zijn woont niet bij ons op de groep. En dat geldt ook voor Patrick, allebei zijn ze erg vriendelijk. Om kwart over 10 lagen we al op onze bedden. Huig, mijn leiding, kwam ons welterusten zeggen en toen gingen de grote lichten uit. Ik kroop bij Sabrina en Leidie in bed. En al gauw vielen we in een diepe slaap, vooral ik.

**Maandag 28 februari:** We moesten al vroeg op om 8 uur want om 9 uur moesten we aan tafel dat hadden we me elkaar afgesproken. Iedereen ging douchen, deed zijn ski-kleding aan, maakte zich op en ging naar beneden. Bij mij duurde het natuurlijk nog niets langer omdat ik bezig was met mijn haar. Maar uiteindelijk ging ik ook naar beneden en stond er een hele lekkere verse ontbijt klaar. Ik ging aan tafel zitten en pakte als 1<sup>e</sup> cornflakes in plaats van brood omdat ik dat er niet echt lekker uit zag zien. En ik moet eerlijk zijn; niet alles hier in Tsjechië valt bij mij goed in de smaak. Van het eten, tot de mensheid en de socialiteiten van de mensen hier. Na het eten werd het programma van de dag uitgebreid uitgelegd. We zouden met zijn allen om half 10 al bij de deur moeten staan omdat we als 1<sup>e</sup> alle ski spullen en snowboard spullen zouden moeten huren en daarna deze geweldige activiteiten pas zouden gaan uitvoeren. En daar gingen we dan weer. De bus in voor gelukkig maar 10 minuutjes naar de ski-verhuur. We gingen dus alle nodige spullen huren, en groepjes maken. Wie er wilden skiën en wie er wilde snowboarden natuurlijk wilde alle jongens snowboarden omdat ze dat STOER vonden. En een ander meisje genaamd Cynthia die ik pas hier heb leren kennen. Ik paste de skischoenen en het leek net als of mijn hart in mijn tenen klopte. Zo verschrikkelijk strak zitten ze. En dat is ook de bedoeling. Nadat iedereen had gepast kwam het grote moment voor iedereen en vooral voor mij. We gingen skiën, 5 minuutjes maar met de bus en we waren er. Met die vervelende oncomfortabele ski schoenen, moesten we de sneeuw in stappen en het deed verschrikkelijk pijn. Iedereen liep al helemaal voor, maar natuurlijk liep Lakeisha Waterval achteraan. En ik begon tegen mezelf te praten. Wat weet ik niet meer, maar ik was toen alleen. Iedereen liep al voor de piste op, waardoor een man mij raar aankeek met aan zijn gezicht te zien dat hij zich afvroeg of ik wel goed bij mijn hoofd

was. En dat vond ik nogal komisch. Eindelijk was ik ook op de piste en legde Samantha, een van de leidingen een paar nuttige, belangrijke regels uit. Die we hard nodig zouden hebben deze week. Bijvoorbeeld nooit je ski's recht houden want anders glijd je uit. Of ga je met een volle snelheid naar beneden. Die dingen hield ik goed in m'n achterhoofd, maar nee natuurlijk lukte het niet gelijk aan het begin. Het was nogal komisch. Ik liet mezelf steeds vallen en begon dan keihard te lachen zonder te stoppen. Het was hartstikke leuk. En ik had geen spijt. Hoewel ik na de etenspauze was ik wel erg moe en had ik totaal geen zin meer. Maar Samantha had het al gezegd, doorzettingsvermogen zullen jullie deze dagen nodig hebben. Dus toen stond ik toch weer op. Omdat ik inmiddels was gaan zitten en ging weer door. En zelf zag ik dat het steeds beter ging. We bleven ongeveer tot 4 uur. Een lange dag dus. Toen we terug kwamen bij het hotel waren we moe. Ik ging douchen en stapte m'n bed in uit vermoeidheid. Met m'n mp4 in m'n oren viel ik langzaam in slaap. Later werd ik wakker gemaakt om te komen eten. Nogal slaperig wankelde ik de vele trappen op, liep de eetkamer in en ging aan tafel zitten. Eerst kregen we als voorgerecht soep, die wel te eten was. En daarna aten we rijst met groent. Het leek een beetje op het gerecht chicken tonight. En smaakte wel erg goed. Vervolgens kregen we een toetje en mochten we van tafel. Maar eerst kregen we te horen wat we gingen doen. WE moesten dikke kleding aan doen en verzamelen voor de deur. In het donker gingen we naar buiten. Sabrina tegen me aangeklemd omdat ze nogal angstig was. En ik vond het nogal komisch. We moesten met z'n 2<sup>e</sup> om de drie minuten het bos in, aan een touwtje met iemand die je vertrouwd natuurlijk werden Sabrina en ik al snel een groepje omdat we beste vriendinnen zijn. Het was wel erg leuk en des ondanks ik totaal niet van het donker houd vond ik het toch wel leuk, even door het bos. Ik was bang samen met Sabrina. Maar vond het tegelijk ook heel erg grappig. Maar steeds bleef ik herhalen ik heb god bij me.

**Dinsdag 1 maart:** Was het een leuke, gezellige dag. Ik weet niet precies meer wat we gedaan hebben maar ik weet wel dat ik eindelijk het skiën onder de knie kreeg. Hoewel ik een paar keer keihard was gevallen en twee keer tegen harde dingen aan zoals een sneeuwscooter en een paal. Waarna ik werd geschreeuwd door die Tsjechische leidingen. Waar ik me niks van aantrok ik vond het eigenlijk nogal geinig, hoewel ik wel nu veel pijn heb van de binnenkant van me dijen en natuurlijk spierpijn van het skiën zelf. Gisteren in de avond rond half 9 gingen we een activiteit doen. We stapten in de bus en weg waren we. Ik had al een soort voorgevoel dat we dropping gingen doen. En ja, ik had gelijk. Iedereen zat in spanning. Echt heel grappig. Maar later vond ik het niet zo grappig, want toen moesten we heel ver lopen. Berg op en berg af. Heel vervelend dus. Al scheldend liep ik met Sabrina die een beetje kortademig was. Telkens als we aan het schelden waren schoot een van ons in de lach. Later toen we eindelijk bij het hotel aren maakt ik een opmerking die kennelijk grappig gevonden werd door Huig en Ronald. Ik zei; op het eind van deze week heb ik anorexia. Verder verliep de avond wel goed. En had ik een leuke dag gehad. Al snel viel ik in slaap het enige wat ik rot vond was die dropping, maar aan de ene kant was het natuurlijk ook nog eens nuttig.

**Woensdag 2 maart:** Vandaag verliep de dag ook heel goed. Het was hartstikke leuk en ik werd steeds trotser op m'n zelf. Telkens als ik een bocht maakte riep ik 'zag je dat?' heel komisch dus. Samantha had mij geholpen met de bochtjes, eindelijk kan ik ze. Ik word met de dag sportiever merk ik en ik heb steeds minder pijn. Vandaag zijn we met z'n alle naar de piste geweest, waar we gisteren waren. Een grotere, bredere piste. Het skiën was erg leuk met iedereen en bas maakte video's. heel komisch. Die video's komen zeker te weten wel op mijn hyves. Waarschijnlijk ook op youtube, maar dat is nog niet zeker. Verder heb ik niet echt iets bijzonders gedaan. Maar ik ben wel heel blij dat ik nu kan skiën en snel ook. Vanavond zal er weer activiteit plaats vinden en ik hoop dat het leuk is.

Ik dank alle leidingen hartelijk die mij hebben leren skiën, en hebben ondersteund en natuurlijk ook voor hun (jullie ☺) socialiteiten, gezelligheid. Heel erg bedankt ik stop nu, ik heb arm pijn.