STORMík

MÁJ 2016

Hepatitída
Hepka
Žltačka

Céčko
pohľadom
Lalina

„my Sme tu pre Vás"

ČASY A MIESTA SLUŽIEB

KROK VPRED SEREĎ
(terénna služba, auto)
Piatok
18:00 – 20:00 výpadovka pri Milexe
V čase služby terénny mobil: **0905 788 275**
Info aj na krokvpred.storm@gmail.com

KROK VPRED NITRA
(terénna služba, auto, pešo)
Pondelok, Štvrtok
od 18:00 – 20:00 Klokočina (pri poliklinike)
V čase služby terénny mobil: **0905 788 275**
Info aj na krokvpred.storm@gmail.com

KROK VPRED

KROK VPRED TRNAVA
(terénna služba, zelené bicykle)
Streda
18:30 – 20:15 Staničný park pri parkovisku autobusov
Štvrtok
18:30 - 19:45 Mikovíniho ulica, Pneubox
19:50 – 20:15 parkovisko pri SAD-ke
V čase služby terénny mobil: **0910 601 202**
Info aj na krokvpred.storm@gmail.com

ZÓNA

ZÓNA
(kontaktné centrum)
Garbiarska 18, Sereď

Pondelok	09:00 - 13:00
Utorok	09:00 - 13:00
Streda	09:00 - 13:00

V čase pracovných dní: **0905 943 229**
Info aj na zona.storm@gmail.com

Výmena na mobile NITRA
Piatok 10:00 – 13:00 Schodisko pod Garážami oproti Kauflandu - Klokočina
V čase služby terénny mobil:
0905 788 275

OBSAH

ČASY A MIESTA SLUŽIEB	2	
PONÚKAME	4	
INFO O ZDRUŽENÍ	6	PP alebo Palov Príhovor
PRÁVO PRE VŠETKÝCH	7	Diskriminácia
BUDÚCNOSŤ BEZ NÁSILIA	8	Modriny a dôkazy
SUBSTITUČNÁ LIEČBA	9	Ako, kam a s kým
PRÁVO	10	Otázka svedomia
KULTÚRA	11	Cesta von
ANKETA	12	Ne - ne - ne céčko NE
ZDRAVIE	14	Hepatitída - Hepka -Žltačka
ČO SA DEJE	16	Z domova a zo sveta
ROZHOVOR	18	Céčko pohľadom klienta
VEDELI STE, ŽE...	20	Ako na to?
OD VÁS PRE VÁS	21	Som šťastná a spokojná
ZÁBAVA	22	

EDITORIÁL

Združenie STORM

Pracovníci Združenia STORM nepodporujú žiadny rizikový spôsob správania sa ako napr. užívanie drog a iné. Programy Združenia STORM sú zamerané na znižovanie rizík a zvyšovanie kvality života klientov. 05/2016 vypracovali pracovníci Združenia STORM.

VYDAVATEĽ: Združenie STORM, Nedbalova 17, Nitra. www.zdruzeniestorm.sk,zdruzenie.storm@gmail.com, www.e-poradna.sk 0905 943 229 **REDAKČNÁ RADA:** Pavol Ščasný, Pavol Ščasný, Petra Olšanská, Dada Halásová **FOTO:** Agneša Horváthová **PRODUKCIA:** INDIVIOR, Garmond Nitra **GRAFICKY SPRACOVAL:** Tibor Ročiak **NÁKLAD:** 75ks

PONÚKAME

Výmenu použitých **injekčných striekačiek** (inzulíniek, IS) za sterilné (čisté) na princípe kus za kus. Ak nedonesiete žiadnu IS, tak dostanete aspoň jednu čistú. **Momentálne máme obmedzenie na 30 ks BRAUNniek na človeka za službu. Neobmedzená je však výmena IS - KDčiek.** K IS dostanete aj alkáče (mokré tampóny), suché tampóny, askorbín (kyselku), škrtidlo (raz ročne), filtre, vodičky, prezervatívy (gumy), rukavice. Lubrikačný gél, vreckovky a vlhčené vreckovky dostane každá žena v Seredi, v Trnave. Zásoby tohto matrošu sa nám podarilo obnoviť. Máte sa na čo tešiť.

Informačné letáky

Ak máte záujem o nejaké čítanie, z ktorého sa niečo dozviete, tak neváhajte a pýtajte si letáky od pracovníkov. Pripravených máme asi 20 druhov letákov o rôznych témach – žltačky, právomoci polície, kontakty na liečbu, tehotenstvo a užívanie drog pod. Ak nebudeme mať potrebný leták vyrobený, tak vám radi informácie zistíme a prinesieme na najbližšiu službu alebo sa dohodneme inak.

Ak nemáte radi chodenie po úradoch, súdoch, nemocniciach a máte obavu z toho, ako sa tam k vám budú správať, **môžete sa s nami dohodnúť na asistencii. Radi pôjdeme s vami.**

NA ZNÁMOSŤ SA DÁVA!

Ak by ste mali chuť prispievať do STORMíka (príbeh, osobná spoveď, vtipy, obrázky a iné), tak neváhajte a prineste nám to na službu (výmenu k autu/bicyklu, do ZÓNY). Určite uverejníme. Za každý príspevok od nás dostanete odmenu (3 inzulínky alebo 3 prezervatívy).

Môžete sa u nás nechať **ošetriť**. Ak máte zatvrdnuté, opuchnuté miesto vpichu. Rezné rany, kliešte, narazené časti tela, alebo aj napr. rany z vytláčania po riadnej namotávke. **Môžete sa dať aj otestovať na prítomnosť vírusu HIV, CHLAMÝDIE, SYFILIS a k dispozícii máme aj TEHOTENSKÉ TESTY.**

Môžete sa tiež dôjsť len tak **porozprávať, prísť si po radu** v rôznych veciacha spýtať sa na veci, v ktorých nemáte jasno alebo len tak prísť na čaj.

PREČO FOTÍME AKO BLÁZNI?

Celý program výmeny – všetko, čo vám vieme ponúknuť ako základ (výmena) a aj niečo navyše (kvízy, letáky, reflexné pásky a i.) kompletne stojí na **PENIAZOCH**, ktoré dostaneme za **PROJEKTY**, ktoré píšeme. A k písaniu projektov patrí aj ich vyúčtovanie a musíme dokázať, že sme peniaze minuli na služby, ktoré sme mali. A najlepší dôkaz sú **FOTKY, FOTKY, A ZNOVA FOTKY.**

Preto vás prosíme o vašu ústretovosť a pomoc. **NECHAJTE SA ODFOTIŤ**. Na fotkách môžete byť fotení zozadu, aby vám nebolo vidno tvár a bola zachovaná vaša **ANONYMITA** (môžete si aj jednotlivé fotky pozrieť a vybrať tie, ktoré môžeme použiť). Kam? Do správ pre tých, ktorí nam dali peniaze, STORMíka, článkov a pod.

ĎAKUJEME. DADA

INFO O ZDRŽENÍ
PP ALEBO PALOV PRÍHOVOR

Ahojte,znovu sa prihováram, resp. píšem vám pár riadkov na úvod. V májovom STORMíku sa dočítate o hepatitíde (žltačke) typu C. Možno ste ani nevedeli ale žltačka má až 6 druhov. A to naše známe A,B,C a menej známe D, E, F. Ale o tom viacej na ďalších stranách. Našim poslaním je aj minimalizovanie šírenia sa pohlavne a krvou prenosných ochorení ako je už spomínaná hepka C. A práve preto sa vám snažíme dávať čo najlepšie a najaktuálnejšie info o šírení ale aj ochrane pred nakazením sa, a to nie len hepky. Tiež sa dočítate, či vašu diagnózu musíte oznámiť lekárom. Sú na to dva rôzne pohľad. Logicky ÁNO alebo NIE. Skúste sa zamyslieť aj vy, povedzte nám o vašom názore. Je to lepšie alebo horšie, ak sa to dozvie napr. váš všeobecný lekár. V anketových odpovediach sa dočítate vaše názory, odporúčania na otázku ako nechytiť žltačku, ako sa jej vyhnúť. Je tam mnoho užitočných rád, na ktoré ste prišli počas vašej drogovej kariéry.

Niečo sa vám osvedčilo, niečo nie – je to taký pokus – omyl.

Želám vám málo budúcich omylov a veľa prítomného užitočného čítania.

PALO

PRÁVO PRE VŠETKÝCH

DISKRIMINÁCIA

Ak si pamätáte v minulom článku som písala o Slovenskom národnom stredisku pre ľudské práva a s ním súvisiacom antidiskriminačnom zákone. Chcela by som pokračovať v tomto duchu a spresniť čo to vlastne diskriminácia je.

Diskriminácia vo všeobecnosti znamená konanie, ktorým sa s osobou zaobchádza menej priaznivo než s inými osobami, a to na základe:

- pohlavia,
- náboženského vyznania alebo viery,
- rasy,
- príslušnosti k národnosti či etnickej skupine,
- zdravotného postihnutia,
- veku,
- sexuálnej orientácie,
- manželského stavu a rodinného stavu,
- farby pleti, jazyka,
- politického alebo iného zmýšľania,
- národného alebo sociálneho pôvodu,
- majetku, rodu alebo iného postavenia.

Diskriminácia môže byť v oblastiach pracovnoprávnych (čiže v zamestnaní), sociálneho zabezpečenia, zdravotnej starostlivosti, vzdelávania a poskytovania tovarov a služieb.

Pozor, avšak zákon umožňuje aj rozdielne zaobchádzanie a to v prípade, že ide o také zaobchádzanie, ktoré je objektívne odôvodnené povahou činností vykonávaných v zamestnaní, napríklad určenie minimálnej alebo maximálnej vekovej hranice ako podmienky prijatia do zamestnania alebo skončenia zamestnania, alebo stanovenie podmienky zdravotnej spôsobilosti. **Diskrimináciou nie je ani rozdielne zaobchádzanie z dôvodu pohlavia, ak ide o ochranu tehotných žien alebo matiek.**

Ak sa vám nepodarí dosiahnuť nápravu u porušovateľa zásady rovnakého zaobchádzania, môžete sa obrátiť na súd. **Zastupovať vás môže okrem advokáta aj Slovenské národné stredisko pre ľudské práva,** ktorému adresujte svoju písomnú žiadosť alebo sa prídete so svojím problémom poradiť osobne.

Projekt „Právo pre všetkých" bol podporený sumou 14299,20 eur z Fondu pre mimovládne organizácie, ktorý je financovaný z Finančného mechanizmu EHP 2009-2014. Správcom Fondu je Nadácia otvorenej spoločnosti orig. názov: Open Society Foundation. Cieľom projektu „Právo pre všetkých" je podpora demokratických hodnôt, vrátane ľudských práv.

PEŤA

BUDÚCNOSŤ BEZ NÁSILIA

MODRINY A DÔKAZY

Som žena, zaslúžim si!
Samozrejme žiadna žena, žiadny človek si nezaslúži aby bolo na ňom páchané akékoľvek násilie!!

Násilie na ženách je chápané ako **rodovo podmienené násilie**.
V tomto prípade je „násilie na ženách" akýkoľvek skutok násilia založený na pohlaví, ktorý má za následok alebo pravdepodobne bude mať za následok telesnú, sexuálnu alebo psychickú ujmu alebo utrpenie žien (vrátane hrozieb takýmito skutkami, nátlaku alebo svojvoľného zbavenia slobody).

Je ním napríklad:
- **násilie vyskytujúce sa v rodine alebo domácnosti -** vrátane fyzickej a psychickej agresivity, emocionálneho a psychologického zneužívania, znásilnenia a sexuálneho zneužívania, incestu (pohlavný styk medzi blízkymi príbuznými), znásilnenia medzi manželmi, pravidelnými alebo príležitostnými partnermi, zločiny spáchané v menej cti, mrzačenie ženských pohlavných orgánov, nútené sobáše a i.

- **násilie vyskytujúce sa v širokej verejnosti -** vrátane znásilnenia, sexuálneho zneužívania, sexuálneho obťažovania a zastrašovania v práci, v inštitúciách alebo inde, obchod so ženami na účely sexuálneho vykorisťovania a ekonomického vykorisťovania a i.

- násilie, ktorého sa dopúšťa alebo ktoré toleruje/pardonuje štát alebo jeho úradníci,

V budúcich mesiacoch sa vás budeme pýtať, či ste násilie zažili a tiež ako ste ho riešili. Vieme vám potom dať tipy a informácie, ktoré by sa vám mohli v budúcnosti zísť.

DADA

Tento projekt bol v rámci Programu Domáce a rodovo podmienené násilie spolufinancovaný z projektového grantu z FM EHP/NFM, štátneho rozpočtu SR a Mesta Nitra.

SUBSTITUČNÁ LIEČBA
AKO, KAM A S KÝM

Myslím, že viete alebo si myslíte, že viete veľa o substitučnej liečbe, o suboxone a metadóne. Tak vám tu nebudem rozpisovať, čo to je, načo, prečo atď. Väčšina z vás má skúsenosti so suboxonom - liečivom, ktoré ak užívate podľa návodu, tak má určité účinky, ktoré vám vyhovujú. Ak by ste mali záujem a vôľu vhupnúť do liečby, tak sme tu pre vás. A zároveň tu je aj **MUDr. J. Vido**, psychiater s ambulanciou v Trnave, ktorý okrem iného prijíma pacientov aj do substitučnej liečby. Spolupracujeme s ním, čo môže byť pre vás viac ako prínosné. To znamená, že ak sa rozhodnete pre substitúciu v Trnave, stačí sa s nami dohodnúť, my tam s vami skočíme (ak treba, zaplatíme cestu). Takto zvýšite pravdepodobnosť prijatia do liečby.

Kde sa s nami môžete dohodnúť?

- Na každej výmene vonku v teréne v Seredi, Nitre, Trnave.
- Na každej službe v kontaktnom centre ZÓNA v Seredi.
- Na telefónnom čísle 0905 943 229.
- Mailom krokvpred.storm@gmail.com, zona.storm@gmail.com.

Čo potrebujete?

- Kartičku poistenca – ak ju nemáte, tak vám ju vydajú na telefonickú, písomnú (list, internet) alebo osobnú žiadosť do 30 dní. Pokiaľ nemáte doručovaciu adresu, tak si ju môžete dať poslať na našu – Združenie STORM, kontaktné centrum ZÓNA, Garbiarska 18, Sereď 926 01. Táto adresa sa týka aj iných poštových zásielok – súdy, úrady, rodina a pod.
- Zdravotná dokumentácia by tiež pomohla.
- Hotovosť na výber min. jednej krabičky liekov cca 16,50 eur.

Čo vám môžeme dať my?

- Zaplatiť CESTOVNÉ, pokiaľ sa rozhodnete ísť s nami. Podporu a prítomnosť pri kontaktoch so psychiatrom, samozrejme na vaše vyžiadanie.

PALO

PRÁVO
OTÁZKA SVEDOMIA

Máte právo vedieť či ste nositeľom HCV, HBV, HAV? Máte právo vedieť, že máte žltačku a má toto právo aj váš lekár?

Ak by sme si chceli konkrétne zodpovedať otázku, či má dospelý pacient poznať, či má žltačku, a či to má poznať jeho ošetrujúci lekár, môžem povedať, že áno. Avšak len vtedy, ak sa na to objaví adekvátny dôvod. Takže sa dá povedať, že to je na vašom rozhodnutí a hlavne to je aj otázka vášho svedomia. Aby sa lekár vedel dostatočne chrániť, no hlavne aby vám vedel, čo najlepšie pomôcť. Naopak zákon nám hovorí niečo iné. Znovu aj pri tomto ochorení platí, že neznalosť zákona neospravedlňuje. A práve preto si nižšie môžete prečítať ako by ste sa mali správať k sebe, k svojmu lekárovi (alebo na pohotovosti) a hlavne k svojmu okoliu.

V Slovenskom zákone sa dočítate, že:

„Osoba, ktorá má prenosnú chorobu je povinná:

a) správať sa tak, aby zabránila prenosu takejto choroby na iné osoby,

b) označiť ošetrujúcemu lekárovi zdroj nákazy, ak ho pozná a poskytnúť mu všetky informácie na jeho určenie,

c) určiť okruh osôb, na ktorý mohla chorobu preniesť.“

PALO

CESTA VON

Drama Česko / Francie, 2014, 103 min

Cesta von je príbehom silnej mladej matky - rómky, ktorá sa odmieta zmieriť s nepriaznivým spoločenským statusom a snaží sa vybojovať lepší život pre seba ale aj pre svoju dcéru Sárinku. Cesta von z komplikovanej situácie je lemovaná sklamaním ale tiež nádejou. Odvaha a rodičovský cit pomáhajú Žanete prekonať prekážky v podobe dlhov, mantinelov ostatných ľudí ale i problémov vo vlastnej komunite.

Film nesúdi a k problému pristupuje s vecným nadhľadom a miestami aj svojráznym humorom.

Palo

ANKETA

NE – NE – NE CÉČKO NE

Čo by si odporučil ľudom, kamošom...., ktorí užívajú drogy aby nedostali C-éčkovú žltačku? Ako by sa mali správať?

Anonym1: „Nepožičiavaj si nikdy ihly.“

Anonym2: „Nepoužívaj ihly iných narkomanov a keď už si dostal céčko, dávaj pozor, aby si nenakazil okolie. Čítaj si informácie a lieč sa interferónom.“

Anonym3: „Nepichaj si použitými ihlami. Nikdy, aj keď ti povedia, že už nemajú céčko, nepichaj si nimi...!“

Roman: „Určite aby mal celý svoj vercajk, nie len ihly aj viečko, vodu, všetko. Z vlastnej skúsenosti viem, že to treba.“

Lali: „Aby prestali fetovať, aby našli silu dokázať odolať.“

Miško: „Nemajú byť humusáci. Majú mať všetko svoje a v čistote a nepichať si po druhom.“

Pipango: „používať vlastnú ihlu a vercajch a všetko. A aby boli čistotní.“

Rayan: „V žiadnom prípade nepoužívať ihly po niekom inom, používať vlastné ihly, mať svoje, nikomu neveriť. Nepoužívať ihly 2–3 krát a vyhnúť sa injekčnému užívaniu.“

Anonym: „Používať prezervatív, lebo ja som to dostal tak. Používať vždy svoje ihly – čisté ihly.“

Zuzana: „Nepichať sa po druhých. Používať vlastný vercajch a nesomrovať od druhých tovar.

Janka (kontaktná pracovníčka):
„Kedže sa proti hepatitíde typu C nedá očkovať, je veľmi dôležité pravidelne sa dať testovať a samozrejme nezabúdať na prevenciu: nepoužívať ihly a pomôcky po druhých...ak nastreluješ niekoho iného, používaj rukavice...všetky predmety, ktoré by mohli prísť do kontaktu s krvou, nepožičiavaj druhým a nepožičiavaj od druhých a nezabúdaj na chránený sex :)“

ZDRAVIE
HEPATITÍDA – HEPKA - ŽLTAČKA

Hepatitídy sú závažné vírusové ochorenia, ktoré môžu mať dosť rôznorodé prejavy, práve preto majiteľ vírusu často ani netuší, že ho v sebe má. A choroba zatiaľ pracuje v jeho neprospech. Hepatitída je zápalové ochorenie pečene spôsobujúce poškodenie a ničenie pečeňových buniek. Často sa je hovorí aj žltačka. V súčasnosti je známych mnoho vírusov napádajúcich pečeň. Hepatitídy sa označujú písmenami A,B,C,D a E.

Hepatitída typu A

– pri týchto typoch by sa mi viacej pačilo najeke graficke označenie, napr Ačko v kružko alebo v rukach, Cečko v iihle atd...
Je známa ako tzv. choroba špinavých rúk. Prenáša sa priamym stykom čiže najčastejšie rukami, pri nedodržiavaní základných hygienických zásad, ale tiež sa znečistenou vodou a potravinami. Inkubačná je 15-45 dní. Liečba závisí od závažnosti, ale väčšinou je pacientom nasadená diéta, pokoj na lôžku a lieky.

Hepatitída typu B

Vírus napáda pečeňové bunky a dochádza k zápalu pečene. Preniesť sa môže krvou, pohlavným stykom a tiež z matky na dieťa počas pôrodu. Ale aj a na to POZOR tiež drobnými poraneniami napr. u holičov, pri tetovaní a pod. Inkubačná doba v tomto prípade je 1-6 mesiacov. Liečba je veľmi podobná ako pri type A, či diéta, oddych, lieky a tak isto vylúčiť konzumáciu alkoholu.

Pri oboch typoch A aj B sa dá očkovať. Na Slovensku bolo zavedené očkovanie rizikových skupín obyvateľstva. Následne od roku 1998 je povinné očkovanie novorodencov a od roku 2005 aj očkovanie mládeže od 11 rokov. Vakcína je bezpečná a účinná, bežne je k dispozícii aj kombinovaná vakcína proti hepatitíde A a B.

príklad prenosu typu C

príklad prenosu typu A

Hepatitída typu C

Prítomnosť zápalových buniek spôsobuje zdurenie pečene, ktorý poškodzuje jej hlavné funkcie a môže vyústiť až do stvrdnutia – cirhózy alebo do rakoviny pečene. Väčšinou má chronický (dlhotrvajúci) charakter. Prenáša sa krvou (napr. zdieľaním ihiel, používaním vody a iného materiálu, ktorý používate, atď.),a telesnými tekutinami. Tiež pohlavným stykom a počas tehotenstva a pôrodu z matky na dieťa. Liečba - pri chronickej forme hepatitídy C sa podáva interferón v kombinácii s antivirotikom. Takáto kombinácia liečby prináša až 50% úspech v podobe uzdravenia. Avšak samozrejmosťou úprava diétneho režimu, životosprávy a menej rizikového správania. Inkubačná doba je 6-8 týždňov od nakazenia.

VÝSLEDKY EPIDEMIOLOGICKÝCH PRIESKUMOV ZO SLOVENSKA HOVORIA ASI O 0,5 – 1%-NOM VÝSKYTE U OBYVATEĽSTVA. TOTO ZDANLIVO MALÉ ČÍSLO VŠAK ZNAMENÁ PRIBLIŽNE 20 AŽ 50 TISÍC INFIKOVANÝCH ĽUDÍ! — NEJAKO ZVÝRAZNIŤ

Hepatitída typu D

Infekcia vírusom hepatitídy D je u nás vzácna a diagnostika sa bežne nevykonáva. Je to v podstate neuplný vírus, ktorý na prenos potrebuje prítomnosť vírusu hepatitídy B. Avšak očkovaním proti hepatitíde typu B je človek chránený aj proti vírusu typu D.

Hepatitída typu E

Patrí tiež k chorobám tzv. špinavých rúk, ako hepatitída typu A. Prenáša sa stolicou infikovaného človeka, mäsom a produktmi infikovaných zvierat, vodou a potravinami, krvou a z matky na dieťa. Liečba rovnaká ako pri type A.

Čo ťa ochráni pred hepkou?

- umývanie rúk pred jedlom, po použití WC a aplikáciou drog,
- vlastná zubná kefka a žiletka,
- konzumácia nepokazených, vlastných potravín a vody,
- maj chránený sex – použi prezervatív,
- nepožičiavaj nikomu ihly, vodu, lyžičku, filtre, škrtidlo..
- ak môžeš, zaočkuj sa.

PEŤA

ČO SA DEJE
Z DOMOVA A ZO SVETA

Hádali ste

V ZÓNE sme si pre vás pripravili malú súťaž, do ktorej ste nás inšpirovali vy. Často krát ste sa nás pýtali – koľko ihiel sa zmestí do bandasky. Nikdy sme to nesledovali, tak prečo nie teraz, a prečo z toho nespraviť súťaž. Tipovať ste mohli do naplnenia 15litrovej bandasky. Výhra bola naozaj motivujúca a to 5% z celkového počtu ihiel v bandaske. Celkovo tipovalo 13 ľudí. Výsledky boli veľmi tesné menili sa každým sčítaním, no nakoniec sme mohli pogratulovať výhercovi Bušovi, ktorý si tipol 1400ks ihiel. Sekol sa len o 16 kusov, čo vôbec nie je veľký rozdiel. Z výhry (71ks ihiel) sa veľmi, no veď pozrite foto, ako sa usmieva, ešte raz gratulujeeeee.

Avízo z Bratislavy

Odyseus (organizácia, ktorá taktiež mení ihly) nás upozornila, že sa v Bratislave vyskytuje „Krokodíl" predávaný ako heroín.

Ich klienti (užívatelia drog) popisujú tmavšie sfarbenie a nárast kožných problémov. Zatiaľ nemáme viac informácii a práve preto by sme vás chceli varovať pred negatívnymi dôsledkami, ktoré spôsobuje krokodíl. Dávajte si pozor pred tým, čo a kde kupujete. Sledujte prípadné zmeny vašej pokožky a v prípade potreby vyhľadajte odbornú pomoc. Samozrejme aj pri takýchto nepríjemnostiach sme tu stále pre vás.

Konferencia

„Nenásilne o násilí – Hovorme o právach“

V apríli sme v Nitre organizovali konferenciu, ktorá sa venovala témam, ktoré s vami viac riešime aj na výmene a v ZÓNE – násilie a ľudské práva.

Z hlavných prednášok sa účastníci viac dozvedeli o násilí a agresivite, trestnej činnosti spojenej s drogami a o porušovaní práv detí. Tiež sa mohli veľa naučiť na praktických prednáškach o tom ako robiť aktivity s deťmi, ako z nenávisti môže vzniknúť genocída, aké stereotypy sa objavujú v téme domáceho násilia, ako vníma bývalý užívateľ svoju závislosť a obdobie, ktoré prekonával, tiež o násilí páchanom na ženách v sex biznise a i. Prišlo kopec ľudí z praxe a my už sa teraz tešíme na budúci rok – o čom by mohla byť budúca konferencia- máte nápady?

Príprava a realizácia konferencie "Nenásilne o násilí - Hovorme o právach" je realizovaná vďaka finančnej podpore projektov a to z FM EHP/NFM, štátneho rozpočtu SR, OSF a MZVaEZ. Projekt „Právo pre všetkých“ bol podporený sumou 14299,20 eur z Fondu pre mimovládne organizácie, ktorý je financovaný z Finančného mechanizmu EHP 2009-2014. Správcom Fondu je Nadácia otvorenej spoločnosti - Open Society Foundation. Cieľom projektu „Právo pre všetkých“ je podpora demokratických hodnôt, vrátane ľudských práv. Tento projekt bol v rámci Programu Domáce a rodovo podmienené násilie spolufinancovaný z projektového grantu z FM EHP/NFM, štátneho rozpočtu SR a Mesta Nitra

ROZHOVOR
CÉČKO POHĽADOM KLIENTA

Ahoj Lalino. My sa poznáme, no mohol by si sa predstaviť ostatným klientom, ľudom, ktorí ťa nepoznajú?

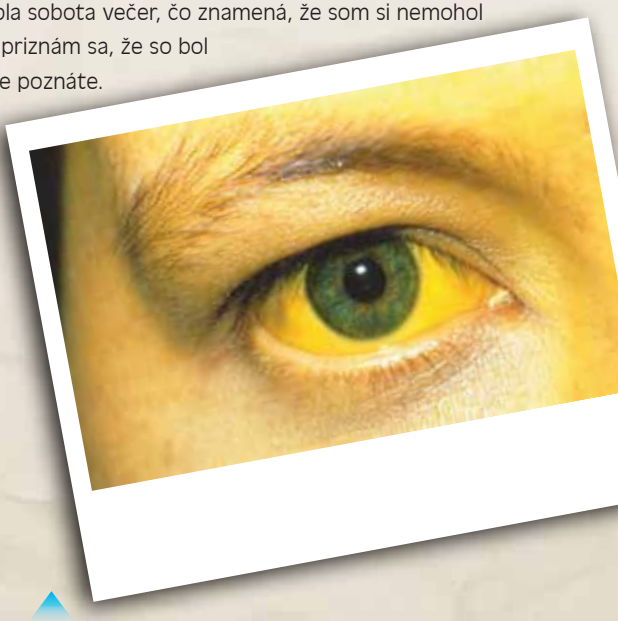
Mám 40 rokov, momentálne som doslova na ulici, som v substitučnej liečbe, zháňam si prácu, no keďže mám otvorenú ranu na nohe, tak si nemôžem nájsť adekvátnu prácu aby sa mi to dobre zahojilo. Fetujem približne 20 rokov s menšími prestávkami (VT - výkon trestu, ústavná liečba a iné).

Moja druhá otázka je priama a na telo. Od kedy máš žltačku? Kedy a ako si ju získal?

Od roku 2007 vlastním hepatitídu C. Keď som sa 1x vrátil z VT po dvoch rokoch asi s mesačnými prestávkami som si dával pervitín. Väčšinou na alobal, posledná bola injekčná. Mal som ihlu od kamaráta, ktorého poznám od malička, a keď som sa ho pýtal, či má hepatitídu C, povedal mi , že nie. Tak som si požičal. Po dvoch mesiacoch som po návšteve u lekárky zistil, že som tak isto vlastníkom ako on. Čo ma bez miery potešilo samozrejme....

Čo si mohol urobiť inak aby si ju nedostal?

Keď som sa rozhodol 1x si streliť, akurát bola sobota večer, čo znamená, že som si nemohol nikde kúpiť ani inak zabezpečiť novú ihlu, a priznám sa, že so bol namotaný si to streliť hneď. Čo samozrejme poznáte. Takže v tom momente som nemohol urobiť nič....takže som vlastníkom, na čo som neni 2x hrdý ale čo už.



Čo by mali robiť ostatní aby sa chránili pred Céčkom?

To iste čo robím aj ja momentálne. Vždycky sa snažím mať v rezerve nejaké nove ihly, aj keď ma to stojí dosť námahy aj času. No neoplatí sa to, dávať si po niekom. Keď budete náhodou v Seredi a budete potrebovať novu ihlu a nebude zrovna výmena kludne ma niekde vyhľadajte a dostanete novú ihlu odo mňa, nemám s tým problém. Keď mam ovšem...väčšinou mám

Povedal si nám ako si dostal žltačku, ako sa chrániť... No, čo je potom dôvodom, že to „všetci" vieme. To „viete" ale aj tak sa porušujú všetky zásady menej rizikovej aplikácie – teda kašle sa na to??

To je ta namotávka. Človek má peniaze, dostane sa k rozhodnutiu ,že si chce dať... a zrazu nemá novu ihlu, jednoducho, ten pocit, dať si to je silnejší ako to, že si človek uvedomuje riziká....takže sú vždy dve možnosti...môžem to dostať alebo nie. Ale keď sa pichnem, tak je istota, že to zacítim....a za prvé tu hepatitídu ani necítiš, až po nejakom čase....

Cítiš ju nejako?

Už teraz áno, únavu a tak. Hlavne keď som úplne čistý, napr. vo výkone trestu. Poobede si potrebujem ľahnúť a pod.

Chcel by si niečo odkázať ostatným klientom?

Pokiaľ ju nemáte, snažte sa aby ste ju nechytili – a to sa týka všetkých iných krvou prenosných ochorení. Či je to HIV, hepatitída Bé, Cé a všetko iné...

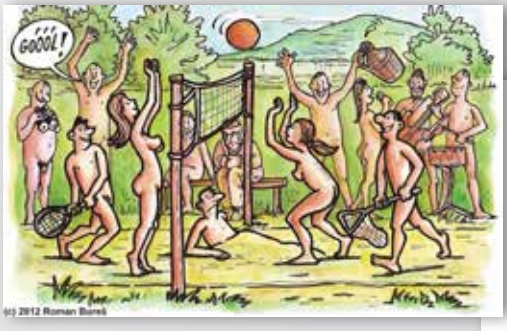
Ďakujem za rozhovor, veľmi si cením, že si si našiel čas a chuť odpovedať mi.

PALO

VEDELI STE, ŽE...
AKO NA TO?

- praváci väčšinou prežúvajú na pravej strane úst
- na kilo medu je potrebná práca včiel na 4 miliónoch kvetov
- Heroín je obchodnou značkou morfínu, ktorý kedysi predávala firma Bayer
- najobľúbenejším športom v nudistických kolóniach je volejbal
- staroveké rímske, čínske a germánske spoločnosti často užívali moč ako ústnu vodu
- Mona Lisa nemá obočie - vtedy sa to tak nosilo..alebo nenosilo?
- zlato je jediný kov, ktorý nekoroduje
- zvuk, ktorý počujeme ak si priložíme k uchu mušľu, nie je zvuk oceánu ale zvuk krvi prúdiacej v žilách ucha
- zub je jediná časť ľudského tela, ktorá sa nevie sama zahojiť
- kofeín zvyšuje účinok liekov proti bolesti, preto sa pridáva aj do niektorých liekov
- počas umierania najskôr stratíte zrak, najdlhšie vám vydrží sluch
- mesiac sa každý rok od zeme vzďaľuje o 5cm
- Mickey Mouse je v Taliansku známy ako "Topolino".
- Na každý ďalší kilogram, o ktorý sa zvýši náklad vesmírnej rakety, je treba pri štarte pridať 530 kilogramov paliva.
- Zem sa stáva každým dňom ťažšia o 100 ton z dôvodu dopadajúceho vesmírneho prachu.
- Astronauti nemôžu grgať - v kozmickej lodi nie je zemská príťažlivosť, ktorá by oddelila tekutinu od plynov v ich žalúdkoch.

PALO



OD VÁS PRE VÁS

Som šťastná a spokojná

Dnes mam 33 a je to 18 rokov po úspešnej liečbe. Bola som mlada a sprostá, pohybovala som sa medzi ľuďmi čo injekčne užívali heroín i pervitín. Ja som drogy vyskúšala tiež :(O infekcii som sa dozvedela na liečení, kde ma mamina rýchlo dala, keď sa o mojom užívaní dozvedela. Keď mi to oznámili bola to facka. Hovorila som si "JA" ??? To nie je možné, veď to bolo len necelého trištvrte roka, sú ľudia, čo to užívali roky a nič. Opustila som sa a plakala, bola som zúfala a nevedela som, čo bude so mnou ďalej. Nič som o tej chorobe nevedela. Ujala sa ma pani docentka. Všetko mi vysvetlila a navrhla liečbu, s ktorou som súhlasila. Mamina pri mne stála, a keďže moja drogová závislosť bola skôr závislosťou na pozornosti jedného chalana, nebol problém začať. Liečba bola úspešná a keď mi pani docentka oznámila, že moje testy sú negatívne, tak som bola asi najšťastnejší človek na svete. S mojim mužom sme spolu 14 rokov, a o tom že som preliečená z Hep. C som mu povedala na našom druhom rande. Nemal s tým problém, nie je stresmen.

Vedia to aj moji doktori, nikto s tým problém nemá. Len v jednej bratislavskej nemocnici na gynekológii. Sú tam hysterickí doktori a aj ostatní personál, hoci potvrdenie o úspešnom ukončení mojej liečby som im doniesla, majú tam kópiu. Ale kašľať na nich, je to ich vizitka. Ja dnes žijem šťastný a spokojný život so svojou milovanou rodinou.

Skúsenosť bývalej užívateľky.
PALO

ZÁBAVA

Príde muž k manželke a hovorí: „Prečo pozeráš relácie o varení, keď aj tak nevieš variť?“
„A ty prečo pozeráš porno?“

Ktorá je najinteligentnejšia časť blondínky? Zub múdrosti.

Viete, čo sa stane, keď sa naša vláda presťahuje na púšť? Prvý deň nič. Druhý deň nič. Na tretí deň zdražie piesok.

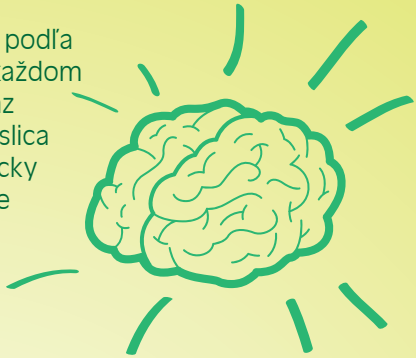
V tmavej uličke. „Cigaretka by sa nenašla?“
„Chlapci, ja nefajčím...“
„Takže budeš mať asi peniaze!“

Aj tá zlá správa môže byť ešte horšia:
Zlá: Nemôžem nájsť svoj vibrátor.
Horšia: Požičala si ho moja 13-ročná dcéra.
Zlá: Našla som v synovej izbe pornokazetu.
Horšia: Som na nej ja.
Zlá: Moje deti sú sexuálne aktívne.
Horšia: Navzájom.
Zlá: Môj manžel je transvestita.
Horšia: Vyzerá lepšie ako ja.

Rozhovor dvoch: „Čím sa živíš?“ „Som spisovateľ.“
„A už si niečo predal?“ „Áno, auto a televíziu.“

Slúžka našla pod posteľou prezervatív. Ide za paňou a hovorí jej: „Pani moja, toto som našla pod posteľou, čo je to?“
„Marka, a vy sa na dedine nemilujete?“
„To hej, ale nie až tak, aby kožka zišla!“

Cieľom je doplniť chýbajúce číslice od 1 do 9 podľa nasledujúceho pravidla. V každom stĺpci a v každom riadku sa má každá číslica vyskytnúť práve raz a v každej ohraničenej podoblasti sa každá číslica má vyskytnúť práve raz. Zmyslom hry je logicky nájsť (žiadne náhodné doplňovanie) postupne všetky chýbajúce číslice.



						4		
	9			5	7			
6						8		2
		2	8					
					9		7	5
			2					
	5				1		6	
		7						

neboj sa

ZAPOJ MOZOG

STORM ĺk
2016
MÁJ

Čítal si?

...že nie ?

...tak čítaj, nech víš prečo NE Céčko!