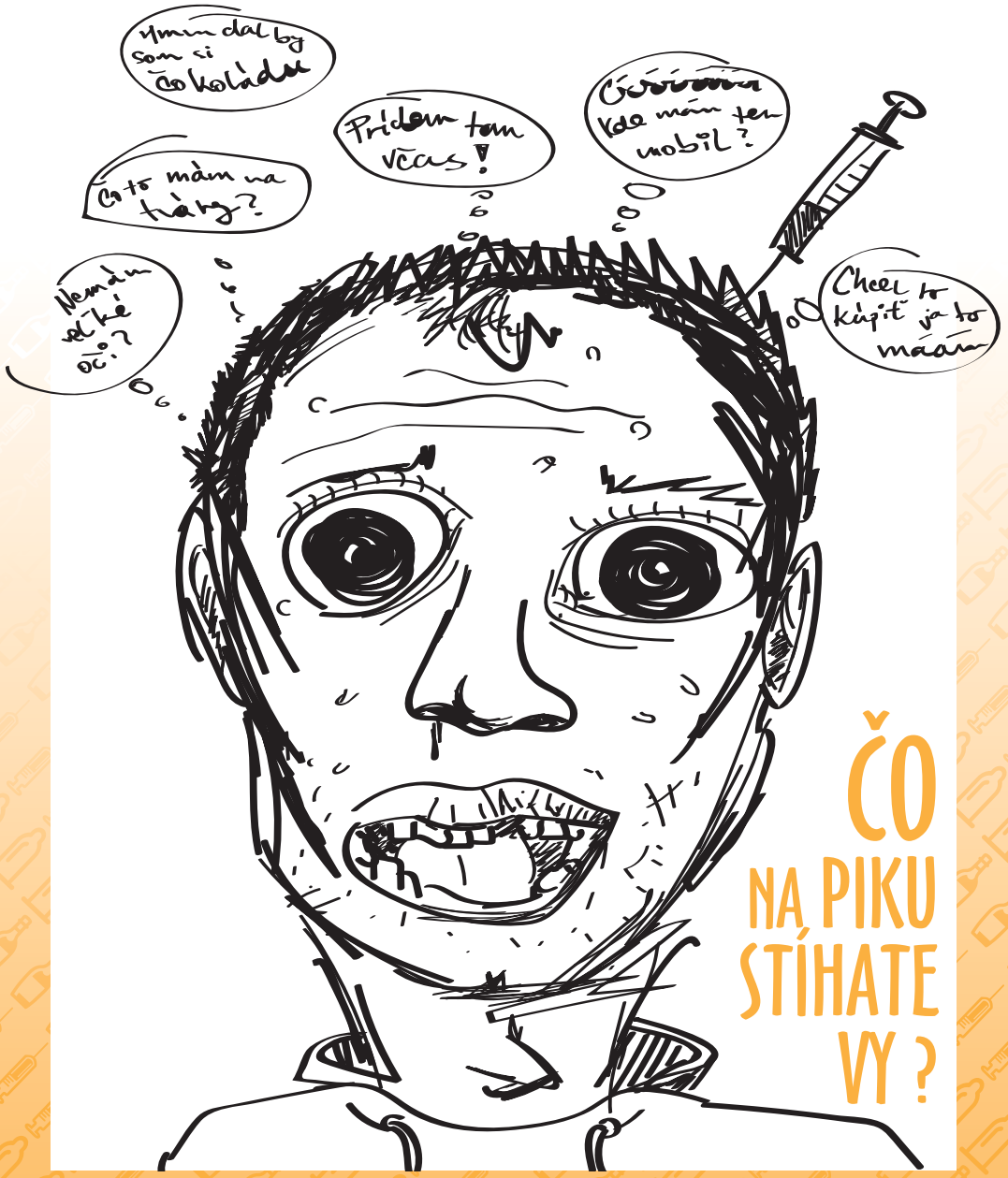
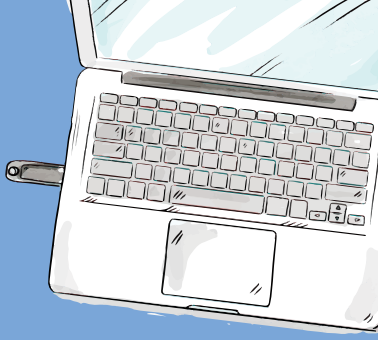
STORMík

JÚN 2018



ČO NA PIKU STÍHATE VY?

Združenie STORM



EDITORIÁL

Združenie STORM nepodporuje žiadny rizikový spôsob správania sa – napr. užívanie drog a iné. Programy Združenia STORM sú zamerané na znižovanie rizík a zvyšovanie kvality života klientov. Číslo 6/2018 vypracovali pracovníci Združenia STORM.

Vydavateľ: Združenie STORM, Združenie STORM, Nedbalova 17, Nitra
www.zdruzeniestorm.sk • zdruzenie.storm@gmail.com • www.e-poradna.sk
• FB: Združenie STORM • 0905943229 • ISSN 2454-0463 –

Redakčná rada: Pavol Ščasný, Vesna Tomašik, Katarína Debnáriková, Andrea Hugáňová, Zuzka Zaťková, Zuzka Jankechová

Foto: Združenie STORM

Produkcia: Garmond Nitra

grafický design: Tibor Ročiak

Náklad: 100ks

Tento projekt sa realizuje vďaka podpore z Európskeho sociálneho fondu a Európskeho fondu regionálneho rozvoja v rámci Operačného programu Ľudské zdroje.
Viac info: www.esf.gov.sk, www.ia.gov.sk, www.employment.gov.sk
Naši donori:

IA MPSVR SR

EURÓPSKA ÚNIA
Európsky sociálny fond
Európsky fond regionálneho rozvoja

OPERAČNÝ PROGRAM ĽUDSKÉ ZDROJE

mesto Trnava

mesto NITRA

ÚRAD VLÁDY SLOVENSKEJ REPUBLIKY

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 17:00 - 20:00 Klokočina (pri poliklinike) V čase služby terénny mobil: **0905 788 275**
Info aj na **krokvpred.storm@gmail.com**

KROK VPRED TRNAVA (terénna služba, zelené bicykle)
Streda - 18:30 - 20:15 Promenáda – začiatok parku od železničnej stnanice.
Štvrtok - 18:30 - 20:15 Mikovíniho ulica, BestDrive
V čase služby terénny mobil: **0910 601 202**
Info aj na **krokvpred.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**

ZÓNA (kontaktné centrum)
POLIKLINIKA Ivana Krasku, Sereď
Pon., Uto., Str.: 09:00 - 14:00
Štv. (indiv. poradenstvo) 10:00 - 12:30
V čase pracovných dní: **0905 943 229**
Info aj na **zona.storm@gmail.com**

SME TU PRE VÁS AJ V ROKU 2018

POTREBUJETE PORADIŤ ALEBO SA VYROZPRÁVAŤ?

Sme tu pre vás a vieme vám byť nápomocný vo viacerých vašich otázkach a dilemách.

UŽÍVATE DROGY?

Združenie STORM zabezpečuje výmenu **použitých injekčných striekačiek** (inzulínka, kajka, ihla…) za sterilné na princípe kus za kus. Ak nedonesiete žiadnu ihlu, tak dostanete 3 nových, sterilných. V prípade potreby vám pribalíme aj iný zdravotnícky materiál na menej rizikovú aplikáciu.

PRACUJETE V SEX-BIZNISE?

Máme pre vás prezervatívy, lubrikačné gély a iný materiál podľa potreby.

RIEŠITE ZDRAVOTNÝ PROBLÉM ALEBO PORANENIE?

Môžete sa u nás nechať **ošetriť alebo vám budeme len asistovať.** Ak máte zatvrdnuté, opuchnuté miesto vpichu. Rezné rany, kliešte, narazené časti tela alebo aj napr. rany z vytláčania, škriabania sa po riadnej namotávke.

MÁTE ZÁUJEM O TESTOVANIE?

V ZÓNE (Sereď) ale aj v teréne v **NITRE** (pondelok, piatok) sa môžete dať aj otestovať na prítomnosť vírusu **CHLAMÝDIE, HIV, HEPATITÍDY B a C, SYFILIS** a k dispozícii máme aj **TEHOTENSKÉ TESTY.**

CHCETE ALEBO MUSÍTE RIEŠIŤ VYBAVOVAČKY V RÔZNYCH INŠTITÚCIÁCH?

Ak nemáte radi chodenie po úradoch, súdoch, nemocniciach a máte obavu z toho, ako sa tam k vám budú správať alebo sa bojíte ich prístupu, tak sa s nami môžete dohodnúť na asistencii. **Radi pôjdeme s vami a v prípade potreby uhradíme cestovné náklady.**

PRÍHOVOR

Ahojte pri listovaní júnového čísla. Určite ste si všimli, že sme vynechali mesiac máj. Snažili sme sa, no nepodarilo sa nám ho vydať včas. Práve preto vám prinášame júnové číslo, ktoré je o to viac prepracovanejšie, teda dúfam ☺

Dočítate sa viacej o piku – jaaa viem otrepaná téma + si väčšina z vás myslí, že danú tému ovláda, ako sa len dá. No aj napriek tomu by som vás rád vyzval k prelistovaniu si strán, možno k prečítaniu aspoň jedného článku, ktorí vás zaujal. Verím tomu, že si každý nájdete to svoje, to čo vás obohatí a hlavne pomôže znižovať riziká pri rizikovom správaní. Či už to je „iba“ šnupanie alebo užívanie drog pri práci v sex-biznise, ktorá nie je jednoduchá a práve pikom si ju chcete zjednodušiť alebo aspoň „lepšie“ pretrpieť. Ak sa chcete dozvedieť o dobrých radách pri práci, tak určite nevynechajte Andrejkin článok. Vesna si pre vás pripravila krátky článok o tom, čo a ako robiť, keď už ste sa rozhodli užívať piko. Určite nevynechajte rubriku Pýtali ste sa. Nájdete v nej viacero otázok, na ktoré ste hľadali odpovede.

Palo

PRÁVO

PIKO MÁ 80 ROKOV

Je presne 80 rokov odvtedy, čo bol metamfetamín/pervitín uvedený na trh. Na začiatkoch, ako mnohí viete, bol využívaný ako povzbudzujúca látka pre vojakov 2. svet. vojny. Poniektorí s ním tiež „bojujete“ a ako súpera máte neraz zelené žaby a pánov a dámy v taláročh. Čo vám môže hroziť, ak vás prichytia s kubíkovkou, 1-2-3, sa dočítate tu. Do úvahy pripadajú:

§ 171

(1) *Kto neoprávnene prechováva pre vlastnú potrebu omamnú látku, psychotropnú látku, jed alebo prekurzor, potrestá sa odňatím slobody až na 3 roky.*

(2) *Odňatím slobody až na 5 rokov sa páchateľ potrestá, ak neoprávnene prechováva pre vlastnú potrebu omamnú látku, psychotropnú látku, jed alebo prekurzor vo väčšom rozsahu.*

Čiže ak chceme vedieť, aký trest hrozí, potrebujeme vedieť pod ktorý odsek §171 spadáte. Bez výsledku z Kriminalistického a expertízneho ústavu (KEU PZ) si ale nikto netrúfa povedať, koľko percent účinnej látky sa nachádzalo v napr. troch kubíkovkách (teda koľko jednorázových dávok to bolo). Okrem trestu odňatia slobody sú tu nasledujúce možnosti. Pri §171 môže sudca upustiť od potrestania (**§40 TZ**), a to za podmienky, že nebola spôsobená smrť alebo ťažká ujma na zdraví a zároveň

a) *páchateľ priznal spáchanie prečinu, jeho spáchanie ľutuje a prejavuje účinnú snahu po náprave a ak vzhľadom na povahu spáchaného prečinu a na doterajší život páchateľa možno dôvodne očakávať, že už samotné prejednanie veci pred súdom postačí na jeho nápravu,*

b) *súd prijme záruku za nápravu páchateľa a má za to, že vzhľadom na výchovný vplyv toho, kto záruku ponúkol, povahu spáchaného prečinu a osobu páchateľa uloženie trestu nie je potrebné, alebo*
c) *prečin spáchal v stave zmenšenej príčetnosti a súd má za to, že ochranné liečenie, ktoré mu zároveň ukladá, zabezpečí ochranu spoločnosti a nápravu páchateľa účinnejšie ako trest; to neplatí, ak si stav zmenšenej príčetnosti spôsobil vplyvom návykovej látky.*

Ďalej je tu možnosť, že súd pri posúdení prípadu rozhodne o uložení niektorého z **alternatívnych trestov** - peňažný trest alebo trest povinnej práce. Súd tiež môže podľa § 49 TZ **podmienečne odložiť výkon trestu odňatia slobody**, ktorý nie je dlhší ako 2 roky, prípadne podľa § 51 TZ 3 roky s uložením probačného dohľadu. Súd zároveň určí skúšobnú dobu a môže uložiť primerané obmedzenia alebo povinnosti, smerujúce k tomu, aby ste viedli riadny život.

Tiež sa môže stať, že vzhľadom na stupeň vašej závislosti znalci v znaleckom posudku z odboru psychiatrie odporučia uložiť **ochranné protitoxikomanické liečenie**, čo ale neznamená to, že do väzenia nepôjdete. Súd môže uložiť ochranné liečenie tak samostatne ako aj popri treste, a to aj treste odňatia slobody.

Sú to však všetko hypotetické možnosti, všetko závisí od okolností prípadu a ako ich posúdi prokurátor, či sudca alebo žeby veštica?

Katka

ZDRAVIE

ČO MI SPÔSOBUJE PIKO, PÉDRO, PERNÍK ČI PÉČKO?

Minule som sa s vami v teréne bavila na tému pervitín. Každý z vás ste si už pri šnupaní a fajčení pika všimli určité riziká a uvedomili si, aké vám to zanechalo následky.

Šnupaním si najčastejšie poškodíte nosovú priehradku, sliznicu, to vedie k praskaniu kapilár (malých žíl). Hrozí i riziko prenosu hepatitídy typu C pri šnupaní cez rovnakú trubičku, bankovku... Fajčením si najčastejšie spôsobíte poškodenie jazyka a vypadávanie zubov. Otázkou je, či ste si uvedomili možné následky a riziká pri injekčnom užívaní pika?

Injekčné užívanie je najnebezpečnejší spôsob užívania drog.
Hrozí najmä:
→ Riziko vzniku zápalov (absces, flegmónia)
→ Prenos HIV, Hepatitídy typu C a B
→ Poškodenie žíl

Ďalšie riziká spojené s užívaním pika sú spánkový deficit, vyvolanie psychózy buď latentnej (skrytej) alebo toxickej. Predávkovanie, ktoré sa prejavuje zrýchleným tepom, rýchlym dýchaním, bolesťou v hrudi, pádom do bezvedomia...
Ponúknem vám naše harm reduction rady ako znížiť určité riziká:

- → Ak nebudeš užívať piko, vyhneš sa všetkým rizikám.
- → Riziko zápalov môžeš znížiť aplikovaním sa v čistejšom prostredí, čistými pomôckami, rukavicami (alebo čistými rukami) a použitím materiálu, ktorý poskytujeme – alkáče, filtre, suché a pod. Riziko prenosu HIV, Hep B a C znížiš, keď nepožičiaš svoj materiál a ani nepoužívaš cudzí.
- → Musíš mať vždy svoj matroš – svoje ihly, viečko, škrtidlo.
- → Niekoľko mesačné prestávky znižujú riziká vývoju toxickej psychózy. Často sa pervitín užíva 3-4 dni po sebe (,,jazda“) a vtedy je riziko vývoju toxickej psychózy veľmi vysoké.
- → Neužívaj počas ,,jazdy“ iné psychotropné látky.
- → Počas ,,jazdy“ si nedávaj horúcu sprchu/kúpeľ – môže ti zlyhať srdce.
- → Snaž sa pravidelne stravovať, aj keď nepocituješ hlad.
- → Keď sa ti nedá spať, tak aspoň oddychuj.
- → Snaž sa byť s niekým, kto ti vie pomôcť a poskytnúť prvú pomoc.

Vesna

sex biznis

Sex-biznis na S-ku?

Ahojte, najmä dievčatá.

V dnešnom článku sa pozrieme na výhody i nevýhody užívania pervitínu a práci v sex-biznise.

Sereď i Trnava sú pomerne populárne mestá pre tieto amfetamínové typy drog. Verím, že každý človek má svoju „drogu“, na ktorú je senzibilnejší a viac mu „zapíše“ a vyhovuje. Pokiaľ pracujete na ulici alebo poskytujete sexuálne služby za peniaze niekde doma či cez net – pervitín je často prítomný. Prečo? Jednoducho preto, že ako stimulant vám dodá viac energie, menej riešite únavu či vyčerpanie, stíhate viac zákazníkov alebo viete stáť na ceste niekedy aj dva tri dni vkuse bez spánku. A to samozrejme môže zvyšovať váš príjem a tým životnú úroveň.
Keby to však bolo takéto jednoduché a malo iba tieto pozitíva.... Ako pri všetkých drogách, aj pervitín vás vie veľmi rýchlo dobehnúť a začnú sa prejavovať negatívne dopady, ktoré ovplyvnia vašu prácu, život.

Jednou z veľkých nevýhod je strata kontroly nad svojim telom. Ak ste plná energie, neuvedomujete si riziko prehriatia organizmu, vyčerpania či dehydratácie. Kolaps po pár takýchto jazdách sa môže dostaviť kedykoľvek, najmä keď to nebudete čakať. Hrozí následne, že odpadnete kdekoľvek na ceste, môže vás zraziť auto, okradnúť či zbiť (znásilniť, zabiť) zákazník a pod.

Ďalšou nevýhodou je časté injekčné užívanie. Ak potrebujete čím ďalej tým viac drogy, väčšina z vás pristúpi k najefektívnejšiemu a zároveň najrizikovejšiemu injekčnému užívaniu. Prináša to so sebou veľa zdravotných ohrození – abscesy, zápaly, gangrény, žltačky a pod.

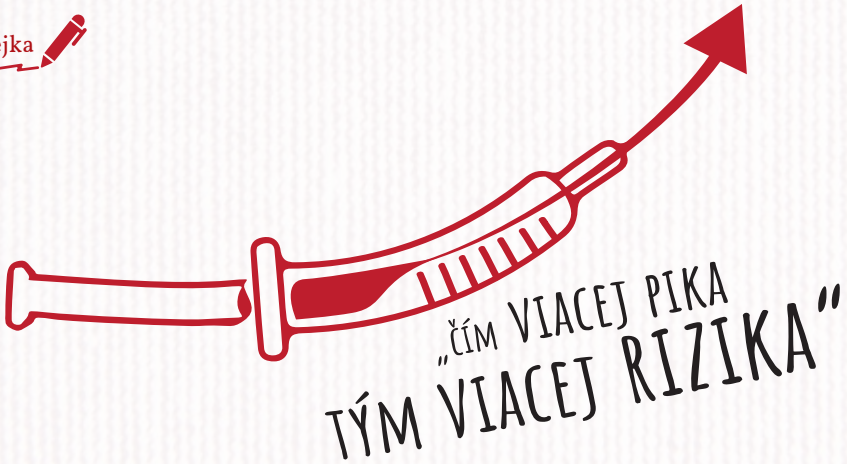
Z pervítínu odchádzajú zuby a kazí sa pokožka. Pri namotávkach sa môžete tak zhaluziť, že si začnete vyrážky vytláčať a rozrýpete si celú tvár. Ktorú následne prekrývate makeupom a ranky sa môžu zapáliť a rozšíriť ešte viac. Ale na vyliečenie a vyčistenie pleti nemáte čas… Začarovaný kruh – čo vám poviem. A povedzme si úprimne – takýto stav a výzor nepomáha pri oslovovaní zákazníkov a riešení prachov.

Preto odporúčam:

- × **Kontrolujte si množstvo užitia pervitínu, dajte pozor na predávkovanie.**
- × **Kontrolujte si množstvo jedla a vody, ktoré zjete, vypijete, aby ste nezostali pár hodín či dní bez nich.**
- × **Kontrolujte si spánok a oddych – keď budete pociťovať mdloby či točenie hlavy a pod. – choďte niekam do ústrania, bezpečia, minimálne sa vzdiaľte od cesty.**
- × **Nechoďte v pervitínovom ošiali s viacerými zákazníkmi naraz – je to nebezpečné aj v prípade, že ste v pohode a nie pod vplyvom.**
- × **Buďte označené reflexnými pásikmi, aby ste sa vyhli dopravnej nehode či pokute.**
- × **Nezdieľajte s nikým ihly ani iné pomôcky potrebné pri injekčnom užívaní, pokiaľ sa dá – skúste radšej fajčiť alebo šnupať.**

Keby ste chceli pokecať viac o podrobnostiach, pokojne sa obráťte na nás v teréne či v ZÓNE. Môžeme si o jednotlivých výhodách i nevýhodách viac porozprávať.

Andrejka



ROZHOVOR

Na druhom brehu

Ponúkam vám dnes rozhovor „z druhého brehu“. Možno si poviete a načo? A možno sa zastavíte v rýchlosti svojich životov a príde „aha efekt“. Zuzana je mladá žena, ktorá má skúsenosť so životom s užívateľom pervitínu, hoci nikdy žiadne drogy neužívala. O tom, aké to bolo sa dočítate v rozhovore.

Zuzana, viem, že si istý čas žila s užívateľom pervitínu. Ako by si popísala toto obdobie v tvojom živote.

V súčasnosti mám pocit, akoby sa to ani neudialo mne, aj keď v tom čase to bolo veľmi ťažké obdobie a istý čas trvalo, kým som sa z tohto vzťahu otriasla.

Chápem, že je to chúlostivá otázka, ale ak môžeš, podzieľaj s našimi čitateľmi ako sa momentálne cítiš, keď sa obzrieš za týmto vzťahom späť?

Dnes sa na tento vzťah pozerám už akoby z diaľky, a s nadhľadom, nakoľko ubehol nejaký čas a nie som v tom už emocionálne zainteresovaná. Veci, ktoré sa vtedy diali, vidím už v inom svetle. Beriem to ako dobrú životnú skúsenosť, aj keď v tom čase to pre mňa nebolo ľahké. Nikdy predtým som neprišla do styku s drogami, ani som nemala vo svojom okolí nikoho, kto by drogy užíval. O to väčší bol pre mňa šok, keď som sa dozvedela, že priateľ, s ktorým žijem, je užívateľ pervitínu.

Stretávaš dnes tvojho bývalého priateľa? Vieš ako sa mu darí? Čo s ním je?

Po rozchode som ho párkrát ešte stretla, ale v kontakte nie sme. Z mesta, v ktorom žije, som sa odsťahovala, takže nie je príležitosť stretnúť sa. Občas mi niekto z jeho okolia povie, ako sa mu darí. Dlhšiu dobu som však o ňom nič nepočula.

Ako by podľa teba mali vo vzťahoch fungovať partneri užívateľov pervitínu?

Mali by im navrhnúť možnosti riešenia ich problému. Pokiaľ by nemal partner (užívateľ) záujem o pomoc resp. o liečbu, nemali by zotrvávať v tomto vzťahu, ako to bolo v mojom prípade. Ja som totiž po zistení, že môj partner užíva pervitín, vo vzťahu ešte istý čas zostala, aj napriek tomu, že ma udalosti, ktoré sa diali, trápili. Ja som nebola v tom čase schopná primerane riešiť túto situáciu. Preto som vzťah aj ukončila.

Ak máš chuť, čo by si odkázala našim čitateľom?

Pokiaľ niekto žije s človekom, ktorý je užívateľ, odporučila by som, aby neostával nečinný, ale aby sa snažil vyhľadať odborníka, ktorý by mohol užívateľovi pomôcť. Často, keď sme osobne zainteresovaní, je totiž obtiažne riešiť danú situáciu bez pomoci iných, ktorí sa na problém pozerajú s nadhľadom.

Katka

ČO SA DEJE

Nepochopenie

Znovu sme nepochopili, čo sa nám to v ZÓNE stalo. Od kedy sme v nových priestoroch polikliniky, tak sme najskôr zažili testovanie bicykla po chodbe: „chcel som sa len povoziť", povedal mi klient a hneď vracal späť bicykel na miesto. Keďže bol klient prichytený pri čine dostal sankciu nevyužívania služieb na tri mesiace. Najnovšie sme zažili ranné prekvapenie, keď sme zistili, že sme sa znovu stali terčom krádeže. Zmizli nám vlhčené vreckovky, ihly, šumivé tablety a iný drobný materiál. Výsledkom bolo obmedzenie služieb a výdaj, čo trvalo až do 30.4., čo nepotešilo určite nikoho. Zároveň sme klientovi udelili sankciu zákaz využívania všetkých našich služieb na 6 mesiacov. Nie je pre nás jednoduché ukladať sankciu, tak isto ako nie je pre nás jednoduché prísť do práce a zistiť, že sme okradnutí. Verím, že nám rozumiete a všetky nekalosti sa nám budú vyhýbať obrovským oblúkom.

LK – Ľudia z komunity v Trnave

Posledné terény v Trnave sme sa vás pýtali na rôzne otázky, ktoré súviseli s našim novým peer projektom v meste – „zamestnávanie" vás, našich klientov na výmenu ihiel a zdieľanie dôležitých informácií. V najbližšom čísle vyhodnotíme vaše odpovede a postupne začneme s výberom našich nových externých kolegov. Zatiaľ porozmýšľajte, či by ste mali záujem ☺ Prikladám pár otázok z dotazníka:

1. Ako by si vnímal/vnímala, ak by službu Výmeny Injekčných Striekačiek - VIS robil užívateľ/užívateľka?

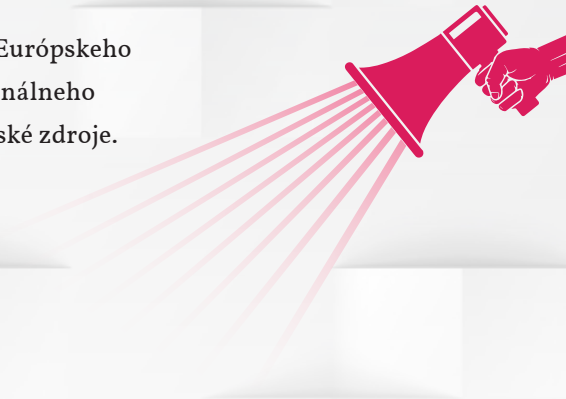
2. Ak by si bol/bola takouto osobou, ako by si vnímal/vnímala, ak by si mal/a povinnosť dva krát mesačne sa v krátkosti podeliť o svoje skúsenosti z práce s človekom zo STORM-u?
3. Akú odmenu by mala takáto osoba od nás (od Združenia STORM) dostať?

ŠTVRTOK

Nestíhate nás počas prvých troch dní v týždni? Nechcete k nám chodiť, pretože hrozí riziko, že sa stretneme s niekým s kým nechcete? Nevyhovuje vám, že váš životný príbeh počúvajú aj iní v miestnosti? Ruší vás hudba/film klientov počas rozhovoru? Práve preto sme od januára spustili štvrtkové poradenstvo, ktoré môžete využívať každý týždeň od 10:00 – 12:30. Stačí sa dohodnúť osobne, telefonicky, správou na FB alebo jednoducho len prísť. Kolegyňa Zuzka na Vás čaká každý týždeň a je pripravená vám pomôcť v rôznych otázkach – liečba, doklady, papierovačky a plno iného. Alebo napr. sa môžete dať aj odtestovať na rôzne choroby. Samozrejme, nemusíte hneď riešiť veľké kroky a zmeny, môžete sa prísť len vyrozprávať, nakopnúť, získať silu na ďalšie kroky. Štvrtkové poradenstvo realizujeme vďaka podpore MPSVR SR.

Tento projekt sa realizuje vďaka podpore z Európskeho sociálneho fondu a Európskeho fondu regionálneho rozvoja v rámci Operačného programu Ľudské zdroje. Viac info: www.esf.gov.sk, www.ia.gov.sk, www.employment.gov.sk

Palo



IA MPSVR SR

EURÓPSKA ÚNIA
Európsky sociálny fond
Európsky fond regionálneho rozvoja

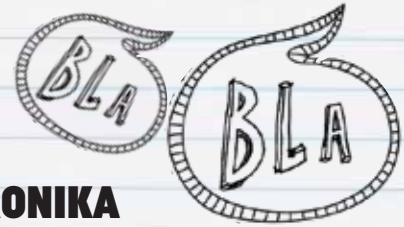
OPERAČNÝ PROGRAM
ĽUDSKÉ ZDROJE

ANKETA

Ako sa Ti pracuje s klientmi užívajúcimi pervitín? Pamätáš si nejakú konkrétnu situáciu s klientom na pikú?

ZUZKA

Spomenula som si na jeden zimný terén. Mali sme úplne zmrznuté ruky a prišla klientka, ktorá si chcela dať čaj. Kým som si ja vôbec uvedomila čo sa deje, ona si už nalievala čaj z termosky a dokonca si sama dávala cukor do čaju, čo sme obyčajne robili iba my, pracovníci. Bola taká rýchla, že som nemala šancu zareagovať. Takže mne sa niekedy pracuje s ľuďmi na pikú ťažšie, pretože naozaj nestíham vnímať ich svet.



VERONIKA

Veľa som ich nezažila, ale keď áno, tak to bolo spojené najmä s tým, že som im nerozumela. Tak rýchlo hovorili, alebo nesúvislo, že sa mi ťažko lúštilo o čo vlastne ide, čo to po mne chcú. Ale nakoniec sme sa hádam vymotali a dotiahli komunikáciu do úspešného konca.

VESNA

Pri práci s klientom na pervitíne sa mi dosť ťažko komunikuje. Pár krát v teréne sa mi stalo, že som nerozumela klientovi čo rozpráva. Aj po opakovanom pýtaní sa čo povedal, nerozumela som. Klient mi niečo rozprával, snažil sa vykecať, ale jeho vety nemali hlavu a pätu a nedokázala som s ním debatiť.

Ako sa Ti s nami rozpráva keď si na piku?
Ako sa Ti vybavujú veci na úradoch a pod. keď si na piku?

ANONYM

„Normálne, trochu zrýchlene, nemám problém na piku nič vyriešiť ani komunikovať."

MICKINA

„Je to v pohode, cítim sa normálne."

ANONYM

„Úplne normálne, veď keď som bola v nemocnici nenahlásila som, že som závislá tak mi nedávali morfium, kamarátka mi nosila piko a 4 dni som vykrízovala na tom z tovaru. A v pohode."

ANONYMKA

„Ja to na sebe nevnímam, iba keď si dám piko som šťastnejšia, som rada, keď to mám. Všímam si na iných zrýchlenie, ako všetko rýchlo robia."

ANONYM

„Čo ja vím, chce sa mi viac rozprávať. Je to aj o nálade. Piko je droga, ktorá zintenzívňuje náladu, keď si smutný, tak si smutnejší a keď ti je dobre, tak si veselý. Zintenzívňuje to nálady, takže z toho môžeš mať aj stavy, že máš depresie a nič nevybavíš."

ANONYMKA

„Čo vás to napadlo za otázku? (smiech). Dobre. Radšej idem na úrad s pikom ako bez neho. Keď si nedám, som taká bojazlivejšia."

ANONYM

„Normálne, nevnímam to."

ANONYM

„Ja sa cítim normálne, ale na ostatných som si všimol všelijaké namotávky, niekto napríklad upratuje a prekladá jednu kopu bordelu na druhú."

OD VÁS PRE VÁS

O čom je film Kokaín?

Film podľa skutočného príbehu chudobného chlapca, ktorý sníval o tom, že bude bohatý. George (Johnny Depp) sa odsťahuje do Kalifornie, kde sa z neho stane díler marihuany, ale stále chce mať viac a viac. Na dva roky sa dostane do väzenia, kde sa z neho stane odborník na kokaín. Potom odchádza do Kolumbie, kde sa stretáva s Pablom Escobarom. Spolu uzavreli obchod a kokaínový biznis prekvital. Pri drogových kšeftoch zabúda brat na brata a kamarátstva sú minulosť. Keď sa George ožení a narodí sa mu dcéra, rozhodne sa skončiť a žiť len pre dcéru. Vráti sa domov a na 38 narodeniny ho zatkne FBI a príde o všetko. Nakoniec sa všetko končí vo väzení.

Krátku recenziu o filme pre vás pripravila naša klientka zo Serede, Zuza.

ABY SI NEZABUDOL

Samota je zákerná, zbaví ľudí radosti,
keď Ty sa skryješ pred svetom, úsmev z pier sa Ti vytratí.
Slzy z očí Ti vyhŕknu, stečú Ti po lícach,
a Ty nemáš na nič chuť, Ty máš v očiach iba strach.

Smútiš, smútiš za svetom, ale on Ťa odmietol,
do smútočného odevu práve Teba obliekol.
Čierny závoj zahalil, Tvoju uplakanú tvár,
a Ty nič iné nepoznáš, iba bolesť a žiaľ.

Zabudol si na všetko, na lásku aj priateľov,
žil si už len pre jedno, vo falošnom raji prázdnych snov.
Svoj mladý život si zatratil v temnom objatí,
vo chvíli keď si spoznal zlo v mene heroín.

Mal si plnú hlavu snov, ktoré si však zahodil,
svoju lásku, priateľov za to svinstvo vymenil.
Teraz plačeš nad sebou a nevieš ako ďalej ísť,
chcel by si sa vrátiť späť a svoje srdce láskou naplniť.

Zahnať smútok, zahnať žiaľ, to by si chcel dokázať,
svoju lásku, priateľov, chcel by si ich znovu nájsť.
Krásny život bez drogy, chcel by si si užívať,
svoj život si vážiť viac a svoju lásku milovať.

IVAN (Sereď).

PÝTALI STE SA

1. PREČO BOLA ZÓNA ZAČIATKOM APRÍLA ZAVRETÁ A PREČO BOLA OBMEDZENÁ VÝMENA?

Odpovedá Nika:

Tak najmä išlo o fakt, že sme našli podozrivé stopy a následne sme si všimli, že nám zmizli veci, spotrebný materiál, po overovaní s kolegami/kolegyňami, som zistila, že nikto nič neprenášal, nikde. Bola to taká menšia krádež, možno skúška, ako sme ostražití… no a my sme :) tak s ľútosťou sme už ráno zavreli a začali oznamovať klientom skutočnosť a následky vyplývajúce z krádeže. Mali sme v záujme túto vyhrotenú situáciu ošetriť, lebo teda nie je to len tak. Ak sa kradne istú kolektívnu zodpovednosť za to nesú všetci, my aj vy.

2. PREČO SI NEMÔŽEM NECHAŤ BICYKEL V CHODBE V ZÓNE?

Odpovedá Palo:

Na začiatku nášho pôsobenia v poliklinike sme tolerovali, keď ste si nechávali bicykle vo veľkej chodbe, potom ste si ich posúvali až k výmennej miestosti… pomaličky až ku gauču. Rozumiem, že je pre vás bicykel veľmi dobrý dopravný prostiedok a že by ste o neho nechceli prísť. No týmto pravidlom by sme sa radi vyhli poškodeniu stien (opieranie), nadmernému zašpineniu chodby (napr. v prípade dažďa). Veľkou výhodou však je, že hneď pri vstupe sa nachádza veľký cyklostojan, kde si môžete svoje bicykle bezpečne uzamknúť. Ďakujem za pochopenie.

3. ČO MÁM ROBIŤ KEĎ JE VOČI MNE DRUHÁ BABA NA CESTE AGRESÍVNA?

Odpovedá Zuzka:

V prvom rade je dôležité nájsť spoločnú reč a skúsiť sa dohodnúť ako sa dá fungovať na ceste spoločne resp. tak, aby ste boli obe aspoň do nejakej miery spokojné a nerobili si zbytočné problémy. Ak to nie je možné, tak si drž od danej baby odstup a snaž sa s ňou neprísť do kontaktu. Vyhýbaj sa jej a ak je to nutné, skús zmeniť miesto na ceste, aby si od nej bola ďalej.

4. OD KEDY TESTUJETE AJ V TERÉNE?

Odpovedá Vesna:

Ako ste si už všimli na výmene v Nitre, od začiatku apríla sa môžete dať otestovať každý pondelok a piatok na HIV, syfilis a hepatitídu typu B a C. V ZÓNE sa môžete dať odtestovať každý deň okrem piatku na krvou prenosné choroby (HIV, HBV, HCV a syfilis) a chlamýdie. Baby si v ZÓNE môžu urobiť aj tehotenský test. Sú to screeningové testy (nie sú 100%), iba ukážu či existuje reakcia vo vašom tele na danú protilátku. Práve preto sa neľakajte, ak by vám vyšiel pozitívny výsledok. Znovu vás pretestujeme, no ak predsa bude pozitívny, tak by bolo najlepšie, aby ste šli na krvi odber do zdravotníckeho zariadenia.

5. PREČO NEMÔŽETE NECHAŤ BANDASKU NA IHLY V AUTE? TAKTO BY SME BOLI VIACEJ SKRYTÍ.

Odpovedá Palo:

Hlavne kvôli bezpečnosti. Snažíme sa tak znížiť riziko náhodného pichnutia sa pracovníkov. Ak by ihla niekde uletela a nevšimli by sme si kam. Veď to určite poznáte, viacerým z vás sa stalo, že počas hádzania ste sa netrafili alebo ihla vyskočila alebo sa odrazila od veka. Druhým dôvodom je potrebný pracovný priestor. Kolega, ktorý vám balí vo vnútri potrebuje priestor na pohyb a rozloženie si všetkého materiálu, aby sme vám čo najrýchlejšie vydali to, po čo ste si prišli.

PÝTAJTE SA , PÝTAJTE SA....

ZÁBAVA

Farár chce vedieť, či sa rodiny pri večeri modlia a tak sa pýta Ďurka: ,,Ďurko, čo povie ocino, keď sa všetci zídete pri stole?´´
Ďurko na to: ,,Šetrite maslom vy smradi.“

Syn ide na vojnu. Otec ho poučuje: ,,Nieže ťa tam nejaká nakazí, lebo ty potom nakazíš frajerku, tá nakazí mňa, ja nakazím mamu a vieš aká je mama, tá nakazí celú dedinu.“

Chlap sa veľmi poháda s manželkou. Vybehne na balkón a ušúľa si marihuanu. Vyhúli ju a uvidí ako po oblohe preletí žltý kotúč. ,,Wooooowww". Tak si rýchlo dá aj druhú a zas vidí ako po oblohe letí žltý kotúč. Chlap sa zasa zmôže len na: ,,Woooww". Celý natešený zo zážitku si dá aj tretiu. Žltý kotúč znova preletí po oblohe. Celý hotový vbehne dnu a žena mu hovorí: „No, bolo na čase vrátiť sa domov po troch dňoch.“

Ako voláte psa bez nôh? Je jedno ako na neho voláte, aj tak nepríde.

Muž mal už dosť komandovania od svojej manželky, tak zašiel za psychiatrom, čo s tým. Psychiater mu poradil, aby si budoval sebavedomie a dal mu knihu o asertivite.
Chlap si v autobuse cestou domov celú prečítal. Prišiel domov, vrazil do dverí, pristúpi k manželke, ukáže na ňu prstom a hovorí: ,,Odteraz chcem, aby si vedela, že JA som pánom v tomto dome a MOJE slovo je zákon! Chcem, aby si mi teraz pripravila dobré jedlo a keď ho zjem, tak očakávam bohatý dezert. Po večeri mi pripravíš kúpeľ, aby som si mohol oddýchnuť. A po kúpeli, hádaj, kto ma oblečie a učeše?“
,,Asi niekto z pohrebného ústavu.“ odpovie mu žena.

NEBUĎ LEMRÁÁÁÁ A POTRÁP MOZOČEK

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.

				5		8		
	9					5		
3			1		2			
				3			4	
		6					3	1
			8					
		8			7			9
		1			6			
4		5				7		

Čítal si ???

....že nie ?!

...pome čítaj
isto nevieš všetko
o pikenku..!

Právo na gramatické
a grafiké chyby vyhradené.
ISSN 2454-0463 –