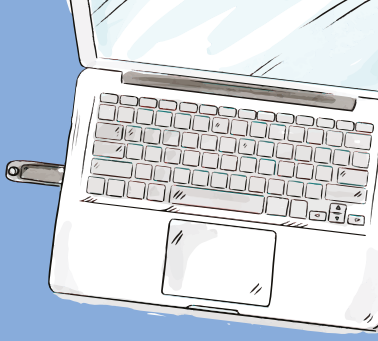
STORMík

2018 OKTÓBER

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 10/2018 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, Andrea Hugáňová, Zuzka Zaťková, Zuzka Jankechová, Nika Balázsová
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

NITRA

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, pešo)
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 čítaní heroínového októbra.

Viete si predstaviť život na heroíne? Alebo inak položená otázka, žijete život na heroíne? Nekonečné, každodenné naháňačky za niečím, čo vás uspokojí na hodinu? dve? alebo na deň? A možno to len zbytočne preháňam a vlastne ste v pohode a dáte si len občas, a vlastne ani ten tovar nie je, tým čo býval? Takže to vôbec nie je problém? Práve naopak. Dáte si a ste v pohode. Necítite bežné trápenia vášho organizmu, ktoré potláčate práve heroínom (alebo inými opioidmi – tramal, S-ko.…). Horšie to však je, keď nastane kríza, čas kedy drogy nie je dostatok pre nervové bunky, a následne pre celý organizmus. Začnete cítiť všetky minulé ale aj prítomné bolesti, ktoré ste tak dobre vytesnili. A znovu sa vraciate do kolobehu naháňačiek.
Môj text berte ako moje premýšľanie. Naozaj si neviem predstaviť aké to je, nikdy som nežil heroínový život. No viem a chcem vám pomôcť ako najlepšie viem aby ste sa z tohto kolobehu dostali. A nie len ja ale aj všetky moje kolegyne a kolegovci, na ktorých sa môžete obrátiť na výmene alebo v ZÓNE.
Najdôležitejšie je vaše rozhodnutie začať.

K tomu vám prajem veľa síl. ☺

Palo

PRÁVO

ZÁKONY, ZÁKONY ACH TIE ZÁKONY

Možno nás zväzujú aj obmedzujú, ale majú svoje opodstatnenie. Je dobré vedieť, čo vám hrozí, prečo, kedy a v akej situácii, ak fungujete každodenne rizikovo. Neraz som už zachytila rôzne diskusie, tak kuk, možno sa to týka aj práve Vás!

Zákon č. 300/2005 Trestný zákon v znení zákona č. 650/2005 Z. z.Trestný čin nedovolenej výroby omamných a psychotropných látok, jedov alebo prekurzorov, ich držanie a obchodovanie s nimi (§ 171 až 173)

§ 171

1. *Kto neoprávnene prechováva pre vlastnú potrebu omamnú látku, psychotropnú látku, jed alebo prekurzor, potrestá sa odňatím slobody až na tri roky. - množstvo zodpovedá najviac trojnásobku obvykle jednorazovej dávky na použitie pre osobnú spotrebu*

2. *Odňatím slobody až na päť rokov sa páchateľ potrestá, ak neoprávnene prechováva pre vlastnú potrebu omamnú látku, psychotropnú látku, jed alebo prekurzor vo väčšom rozsahu. - množstvo zodpovedá najviac desaťnásobku obvykle jednorazovej dávky na použitie pre osobnú spotrebu*

Ďalej možno uviesť, že aj naďalej podľa slovenskej legislatívy spravidla nie je trestné samotné užitie omamnej látky, psychotropnej látky prípadne prekurzora, ale len jej prechovávanie, a to po akúkoľvek dobu.

§ 172

1. *Kto neoprávnene*

a/ vyrobí,

b/ dovezie, vyvezie, prevezie alebo dá prepraviť,

c/ kúpi, predá, vymení, zadováži, alebo

d/ prechová po akúkoľvek dobu omamnú látku, psychotropnú látku, jed alebo prekuzor alebo kto takú činnosť sprostredkuje, potrestá sa odňatím slobody na štyri roky až desať rokov.

2. *Odňatím slobody na desať rokov až pätnásť rokov sa páchateľ potrestá, ak spácha čin uvedený v odseku 1*

a/ a už bol za taký čin odsúdený

b/ pre osobu, ktorá sa lieči z drogovej závislosti,

c/ závažnejším spôsobom konania,

d/ na chránenej osobe, alebo

e/ vo väčšom rozsahu.

3. *Odňatím slobody na pätnásť rokov až dvadsať rokov sa páchateľ potrestá, ak spácha čin uvedený v odseku 1*

a/ a spôsobí ním ťažkú ujmu na zdraví alebo smrť,

b/ voči osobe mladšej ako pätnásť rokov alebo prostredníctvom takej osoby, alebo

c/ v značnom rozsahu.

4. *Odňatím slobody na dvadsať rokov až dvadsaťpäť rokov alebo trestom odňatia slobody na doživotie sa páchateľ potrestá, ak spácha čin uvedený v odseku 1*

a/ a spôsobí ním ťažkú ujmu na zdraví viacerým osobám alebo smrť viacerých osôb,

b/ ako člen nebezpečného zoskupenia, alebo

c/ vo veľkom rozsahu.

§ 173

2. Šírenie toxikománie (§ 174)

(1) Kto zvádza iného na zneužívanie inej návykovej látky než alkoholu alebo ho v tom podporuje alebo kto zneužívanie takej látky inak podnecuje alebo šíri, potrestá sa odňatím slobody na jeden rok až päť rokov.

(2) Odňatím slobody na tri roky až osem rokov sa páchateľ potrestá, ak spácha čin uvedený v odseku 1 voči chránenej osobe, alebo verejne.

Nika

ZDRAVIE

5 rizikových dôvodov prečo ľudia jazdia na heroíne

Často sú ľudia, ktorí experimentovali s inými drogami, zvedaví, aké to je byť ,,high“ na heroíne. Jazda heroínu prichádza s pocitmi eufórie, čo je jeden z hlavných dôvodov, prečo ho užívatelia berú. Avšak, prichádza s mnohými nepriaznivými účinkami, ktoré veľa užívateľov pri prvej dávke hneď pociťuje - prevažne ,,príjemné“ grcanie, či úľava od bolesti, únik od problémov.

Eufória

Často, keď užívatelia heroínu chcú byť hááááj, chcú cítiť eufóriu, majú príjemné pocity spôsobené zmenami v mozgu. To môže byť dôležité pre ľudí, ktorí zriedkavo cítia radosť. Z tohto dôvodu môže heroín zlákať ľudí
s depresiou alebo úzkosťou. Je to tiež bežné medzi ľuďmi, ktorých v živote stretli nešťastné okolnosti (chudoba, týranie, zneužívanie...).

Falošné pocity

Užívatelia heroínu najčastejšie pociťujú teplo a bezpečie, keď sú pod vplyvom. Čo v realite znamená presný opak ich pocitov. To je ďalší dôvod, prečo heroín môže byť príťažlivý pre ľudí žijúcich v nebezpečnom prostredí, vrátane tých, ktorí sú bez domova. Pri spánku na ulici v chladnej noci môže nával heroínu umožniť relax a spánok. Avšak riziko vzniku hypotermie alebo zápalu pľúc bude stále prítomné.

Napríklad, tieto falošné pocity sa často prejavujú pri osobách pracujúcich v sex-biznise, ktoré užívajú heroín, aby mohli ľahšie vykonávať sexuálne služby s cudzincom.

Úľava od bolesti
Heroín je opiát, ktorý má vlastnosti na zmiernenie bolesti, rovnako ako lieky na predpis na báze ópia. Pri prvých dávkach je heroín veľmi účinný pri znižovaní alebo eliminácii fyzickej a emocionálnej bolesti. Tento aspekt môže byť zvlášť príťažlivý pre ľudí, ktorí majú chronickú bolesť, alebo pre tých, ktorí vykonávajú rizikové povolanie, ako je sex-biznis. Žena, ktorá má v priebehu noci pohlavný styk s viacerými mužmi, z ktorých ju niektorí môžu aj fyzicky zneužiť, by mohla túto skúsenosť považovať za znesiteľnejšiu a menej bolestivú, keď je pod vplyvom heroínu.

Nebezpečné účinky heroínu
Účinky, ktoré spôsobuje heroín na nervový systém, môžu vyvolať okamžité zvracanie. V kombinácii s potlačeným dýchaním a reflexom kašľa sa tak zvyšuje riziko udusenia. Heroín môže tiež spôsobiť zápchu. Taktiež má tendenciu znižovať pohlavný styk a schopnosť mať orgazmus. Plnivá, iné lieky a bordel sa často miešajú s tým, čo sa predáva ako heroín. Množstvo skutočného heroínu je nepredvídateľné, takže nie je možné vedieť, či bude akákoľvek dávka silná alebo slabá.
To významne zvyšuje riziko predávkovania.

Závislosť
Niektorí ľudia sú schopní riadiť kontrolované užívanie heroínu. Pre tých, ktorí majú dlhodobé emocionálne problémy, históriu traumy, chronickej bolesti alebo znevýhodneného životného štýlu, je riziko závislosti od heroínu veľmi vysoké. Ak to opisuje vašu situáciu a zažívate nátlak na vyskúšanie heroínu, bolo by rozumné sa tomu vyhnúť. Namiesto toho sa pokúste nájsť spojenie s inými ľuďmi, možno prostredníctvom spoločných záujmov. Môžete tiež osloviť rôzne organizácie, skupiny ľudí a hľadať príležitosti na presťahovanie niekde inde. My vám v tom vieme pomôcť. ☺

Vesna

sex biznis

Hnedé v žile, nemusí to byť len milé…

Začínam spontánnou rýmovačkou na tému tohto mesiaca. Heroín, ktorý je vcelku obľúbený aj v našej malej Seredi. Aj keď kvalita už nestojí zrejme za veľa, účinok môže prísť kedykoľvek a môže byť nebezpečný. Najmä ak stojíte na ceste a chcete niečo zarobiť.

Určite je príjemnejšie si heroínové opojenie užiť niekde v bezpečí, v pokoji, kde si môžete zakapriť a užiť si stav beztiaže – telesnej i duševnej. Ideál niekde, kde vás neokradnú, nezamrznete alebo vás nezneužijú. Bohužiaľ – nie vždy to ide.

Ak je to možné, nechoďte na cestu tesne po tom, ako ste užili heroín. Stav, kedy nie ste úplne schopné odhadnúť situáciu, sa môže zhoršiť a môže vám privodiť rôzne riziká. Najčastejšie to môže byť najmä dopravná nehoda, ktorej vinníkom môžete kľudne byť vy. Stačí keď neskoordinujete svoj pohyb na ceste a vyrazíte cez pruhy na druhú stranu. A najmä po tme. Však to poznáte. Odporúčam – zoberte si od tereňákov aj reflexné prvky, nech ste aspoň ako tak viditeľné.

Ďalšie riziko, ktoré môže nastať a ohroziť váš život, sú vychcaní zákazníci. Úplne im postačí, že nie ste úplne fit a môžu túto šancu využiť. Znásilnenie, bitka alebo okradnutie. Myslím, že aj to mnohé z vás poznajú.

Preto je zbytočné takto riskovať a radšej neužívať, keď idete priamo na cestu. Keď ste pod vplyvom, neviete odhadnúť nebezpečenstvo, neviete tak rýchlo reagovať, vyhodnotiť situáciu včas.

A posledná vec – počasie. Keďže heroín značne ovplyvňuje vaše vnímanie, v lete vám hrozí dehydratácia, možné odpadnutie, skolabovanie organizmu. V zime naopak – zamrznutie, pokiaľ si niekde budete chcieť oddýchnuť, začilovať.
A posledná drobnosť, ktorú heroín spôsobuje a nepridáva to k biznisu. Pleť, zuby, vlasy – všetko toto je pomerne viditeľne znehodnotené užívaním heroínu. Nič moc, hlavne keď je vizuál tak dôležitý pri vašej práci.
Tak či tak, dávajte si pozor, nech užívate akékoľvek drogy.
A keď potrebujete pomoc, obráťte sa na tereňákov pri aute alebo v ZÓNE.

Andrejka

NA HEROÍNE NA CESTU?
ABY ŤA OŠMEKLI? RADŠEJ NIE

ROZHOVOR

Rekreačné užívanie heroínu – skutočnosť či fáma ?

Cieľom nasledovných riadkov je ukázať obe strany mince. Jednu stranu už poznáte – užívanie heroínu, ktoré sa obráti na závislosť a stávate sa väzňami danej drogy. Ale počuli ste už o občasnom, kontrolovanom užívaní heroínu? O tom, že nie každý sa stane od neho závislý?

Istá Londýnska štúdia Kings College, pod záštitou výskumníkov – Hamish Warburton, Paul J. Turnbull a Mike Hough v roku 2005 zrealizovali kvalitatívne rozhovory so 174 užívateľmi. Najzaujímavejším zistením vedcov bola práve skutočnosť, že výskumná vzorka – ľudia ktorých oslovili, nie sú bežní užívatelia, ktorí prešli väznice, či nepracujú, alebo sa liečili. Práve naopak, sú to zamestnaní ľudia, študenti, vo vlastnom alebo prenajatom bývaní. Vyberali si veľmi opatrne kedy a s kým užijú heroín, taktiež sa vyhýbali subkultúram (zoskupeniam) užívateľov. Najdôležitejším hľadiskom boli pravidlá, ktoré si sami pre seba nastavili, najmä čo sa týka frekvencie užívania a týmito pravidlami sa dlhodobo riadili. Títo jednotlivci sú medzi nami, no netvoria komunitu a málo o nich vieme, sami sa totiž moc neprezentujú tým, že užívajú a dávajú si pozor s kým sú v kontakte.

A čo na to užívatelia? Ako to u nich funguje? • Aké sú pravidlá, ktoré si nastavili a držia sa ich? • Aké rituály majú ?

Patrik

Užíval som pervitín a stal som sa závislým so všetkým, čo k tomu patrí – život na ulici, krádeže, injekčné užívanie, hepatitída. Sekol som s tým a získal som k tomu úplný odpor. S heroínom to mám inak. 13 rokov užívam rekreačne, raz za dva mesiace si zafajčím, alebo šnupnem, ale nejako to nevyhľadávam. Mám kamaráta, ktorý je od toho 10 rokov závislý. Ja som sa nestal. Pracujem ako predavač a vo voľnom čase opravujem počítače, žonglujem a chodím moderovať aj na akcie. Som opatrný a nechcem nikdy bagatelizovať závislosť od neho, preto si dávam veľký pozor.

Markéta

Sama som prestala s užívaním pervitínu, od ktorého som bola závislá, následne aj od heroínu, ale prešla som na makový čaj a s tým fungujem ok. A to, že som to dokázala sama, bolo o pravidlách. Po jednotlivých užitiach museli prejsť 3 dni a 3 noci, neskôr som to natiahla na dobu užívania raz za mesiac, aj to štvrť gramu v dvoch dávkach ráno a večer, až potom vôbec nič. Aj keď sa mi podarilo viackrát prepadnúť do závislosti a mnohokrát minúť na to výplatu, moje pravidlá ma dokázali vždy vrátiť späť a nikdy sa nedostať na dno.

Marcus

Kontrolované užívanie tu bolo aj v minulosti, napríklad cisár Marcus Aurelius užíval ópium pod dohľadom svojho lekára a v tej dobe napísal aj svoje dielo, v ktorom sa venoval úvahe o tom, ako je dôležité pre človeka sa povzniesť nad hmotné veci a pomáhať si navzájom. Pre mňa je základ bezpečné užívanie v príjemnom prostredí a aktívne nastavovanie pravidiel, ktoré sa vzťahujú na frekvenciu a dávku a tiež uspokojivé sociálne vzťahy.

Iné pohľady na tému – český sociológ Ján Morávek tvrdí, že kontrolované užívanie je skôr vymoženosťou tých, ktorí majú k dispozícii bývanie, prácu, vzťahy. Na rozdiel od neho Biochemické teórie závislosti popierajú akékoľvek možné ovplyvňovanie človekom samotným.

Posúďte teda sami ☺ Rôzne pohľady však dávajú vhľad do toho, že ako ani život nie je len čierny alebo biely, ani vaše užívanie nemusí padať do zatratenia a mať jediné východisko zlyhania či záhuby. Záleží teda na tom, ako s touto informáciou budete pracovať. Nakoniec by sme sa teda rozlúčili myšlienkou už vyššie spomínaného sociológa Jána Morávka: **AK je človek vystavený jednoznačnému a nespochybniteľnému tvrdeniu, že sa heroín nedá kontrolovať, tak sa ani kontrolovať nebude. Vznikne pocit bezmocnosti a toho, že zmena sa dá dosiahnuť iba pomocou zvonku. Nerobme z ľudí zvieratká. Hovorme o kontrole a ako sa ju dá dosiahnuť.**

Nika

Zdroj literatúry:
http://www.magazinlegalizace.cz/cs/articles/detail/1550-drogy-neberu-jenom-obcas-heroin

čo sa deje

Objekt je monitorovaný kamerovým systémom

Toto je vetička, ktorú ste si iste všimli a prečítali na viacerých miestach – budovách, plotoch, vo vnútorných priestoroch a pod. V rámci nášho nového priestoru v poliklinike (áno, stále ho považujeme za nový), sme sa rozhodli, že nainštalujeme dve kamery. Nebojíme sa o našu bezpečnosť alebo o vykrádačky, to nie. Aj keď je tu to riziko - navštevujú nás rôzni ľudia a nielen vy, naši klienti. Kamery nám budú slúžiť na jednoduchšiu, ale o to praktickejšiu záležitosť - aby sme videli a vedeli, kto je pred dverami, teda kto k nám prichádza. A tiež aj na to, aby sme videli, že všetci od nás odchádzajú a nezdržiavajú sa na schodoch alebo v chodbičke. Alebo nebodaj, že by ktokoľvek fajčil vo vnútorných priestoroch. Nemusíte sa však báť, záznamy ani nič podobné nebudeme vytvárať. Počas otváracej doby ZÓNY budú kamery len naše predĺžené oči. Ďakujem za pochopenie, snáď vás nenaľakajú ☺

Nové kolegyne - Peťa

Viacerí ma už iste poznáte z výmeny v Seredi a v Nitre, ale pre istotu - moje meno je Peťa a budete ma opäť častejšie stretávať aj na službách v Zóne. Možno len tak pre zaujímavosť, mám vyštudovanú sociálnu prácu a v Združení STORM pracujem už cca 7 rokov. V ZÓNE budem mať na starosti okrem iného projekt 3P, takže keď si budete chcieť odpracovať nejaké hodiny a zarobiť pár eur napr. na občiansky, budete sa stretávať so mnou. Avšak som vám k dispozícii aj keď budete potrebovať riešiť iné veci alebo si trebárs budete chcieť len tak pokecať. Teším sa na vás či už v teréne alebo v ZÓNE.

Silvia

Volám sa Silvia a žijem s mojou rodinou a psom v Trenčianskej Teplej. Mám rada knihy, jedlo a šport. Rada si idem zabehať a najnovšie fandím vode - začala som sa venovať kanoistike. Všetko nové je pre mňa výzva. K ZÓNE som sa dostala tak, že som uvažovala o založení podobného centra v Trenčíne (myslíte, že by to malo zmysel?). Najskôr som prišla párkrát na stáž a keď sa vyskytla možnosť pracovať priamo v ZÓNE, tak som sa prihlásila. To, že môžem priamo pracovať mi príde ako najvhodnejší spôsob, ako získať potrebné skúsenosti, aby som mohla začať o niekoľko rokov aj v Trenčíne. Počas školy som praxovala vo Fakultnej nemocnici v Trenčíne, môžem vám byť nápomocná pri vybavovaní odkázanosti na sociálnu službu, pripadne inú sociálnu pomoc počas pobytu v nemocnici, aj po ukončení hospitalizácie. Momentálne pracujem v personálnej spoločnosti, preto vám rada pomôžem pri písaní životopisu, motivačného listu, rada vás pripravím na pracovný pohovor a poskytnem informácie o pracovných možnostiach.

Palo

ANKETA

Aké to bolo, keď si si prvý raz dal heroín?

ANONYM

„Bolo to dobré, neskôr mi prišlo zle, ale aj tak som potom dostala chuť na piko."

ANONYM

„Bolo to dobré, neskôr mi prišlo zle, ale aj tak som potom dostala chuť na piko."

ANONYM

„Fúha, ja neviem. Nedal som si veľa a asi som išiel do spánku. Hej, kaproval som."

SLEPÝ

„Nepamätám sa. (dlhšia pauza) Tuším som fajčil a potom mi bolo zle."

ANONYMKA

„Vracala som."

ANONYMKA

„Mala som zlú skúsenosť, bolo mi zle a veľmi si z toho už nepamätám."

LALINO

„Nádherné! Vracáš, vracáš, vracáš... ale nie tak, že je mi zle, ale že vracáš a je mi nádherne... "

ANONYMKA

„Veľmi zlé, lebo ma trafili vedľa..."

FERO

„Bolo to super, jedno oko som mal otvorené a druhé zatvorené. Dal som si to hneď intravenózne a potom 5 rokov nič."

ANONYM

„Mal som stav 15 min., kde som sa musel podopierať a chytať o stenu a potom som bol normálny."

SLIPO

„Mne to nerobilo dobre, nešlapalo mi nič..."

ŠICO

„Pop-či. Odpadol som a ani som nechcel, aby ma ostatní zdvíhali."

MICKINA

„Najprv mi bolo zle, vracala som. Potom som si na to zvykla a už to bolo v pohode."

RENATA

„Fuuuj, vracala som, strašne moc. Už by som to ani nechcela, teraz si dám občas len piko."

BARBORA

„Bolo mi zle, vracala som. To ma aj odradilo."

ZUU

„Fuuu... poviem len toľko, že je subáč lepší..."

ANONYM

„Bohovské. Boleli ma zuby, dal som si za 50 korún a bol som v prdeli asi 12 hodín."

ANONYM

„Veľmi si to nepamätám, bolo to pred 20 rokmi a bol som v partii autičkárov a patrilo to k životnému štýlu. Keď som si dal, dovracal som sa, ale potom to už bolo dobré."

IVAN

„Fajčil som a dobré to bolo."

SILVIA

„Dala som si to a myslela som, že umriem. Prvýkrát som to fajčila, cez cigu, vtedy to tak fičalo na diskotékach. Dva dni som vracala, aj napriek tomu som to brala ďalej."

RUDI

„Fu ja som to mal zmiešané s fentanylom, som sa otrávil... Potom som skončil na pohotovosti, kde mi povedali, že dnes som tretí čo má tento stav..."

ANONYM

„Fajnee... Bolo to v zime, v snehu som chodil v tričku, najprv som grcal, ale bolo to fajne..."

PUTI

„Dal som si prvýkrát s kamošmi injekčne... bolo to fajne. Grcal som z toho, ale tak inak, bolo to príjemné grcanie, nie ako z chlastu."

FERO

„Dobré to bolo, nedokázal som sa nasrať... Ale heroín ma zničil..."

ANONYM

„Bolo mi na vracanie, iné vracanie ako z alkoholu, nie také ťažké, ale ľahké. Mal som eufóriu, ale aj tak som vracal. Prvýkrát som si to pichol, bolo to tisíckrát silnejšie ako orgazmus. Aj keď ma boleli zuby, ktoré som nemal. Väčšina, čo si to pichá, to robí kvôli tým desiatim sekundám eufórie, všetko sa ti ako keby zablokuje."

OD VÁS PRE VÁS

ZÁPISKY Z LIEČBY (2)

Dosť smutný deň, aspoň pre mňa. Odišli ľudia, na ktorých som si začal zvykať. Pýtam sa sám seba: Čo asi v tejto chvíli robia? Sú so svojou rodinou alebo už zasa v tom? Neviem. Chcel by som im dať kúsok zo svojej pevnej vôle, ale nemôžem. Modlím sa za nich, aby si vybrali tú správnu cestu. Nikdy na nich (i ostatných tu v liečebni AT) nezabudnem. Zostanú navždy v mojich spomienkach. Bože, sme si všetci tak vzdialení a zároveň takí blízki - ako rozvedený manželský pár, ktorý sa opäť ľúbi. Mám pocit zlyhania, neistoty a bezradnosti.

Cez deň k nám zavítali ďalší „zranení". Držím im palce, aby sa už nemuseli nikdy schovávať pred svetom - tam vonku.

Mávam služby v kuchyni, to znamená roznášanie stravy, umývanie riadu - vôbec mi to nevadí. Mám ohromnú radosť, ak vidím, že všetkým chutilo a pýtajú si ešte jednu porciu. Skrátka, jedna „veľká rodina"!

1.12.1999, P.N.

Láska boli ale stojí za to

PÝTALI STE SA

AKO POMÔCŤ ČLOVEKU PRI PREDÁVKOVANÍ HEROÍNOM?

Odpovedá Vesna:

Ak sa domnievaš, že sa niekto v tvojej prítomnosti predávkoval, nasledujúce kroky by ti vo väčšine prípadov mali pomôcť účinne zasiahnuť.

1. Umelé dýchanie: Pokiaľ postihnutý veľmi zle dýcha alebo nedýcha vôbec, najlepšie a najdôležitejšie je okamžite mu zaistiť prísun kyslíku do pľúc.

2. Privolanie pomoci: Pokiaľ je to možné, ihneď privolajte sanitku alebo inú zdravotnícku pomoc. Zdravotnícky odborníci sú na pomoc pri predávkovaní najlepší.

3.Použitie naloxonu, ak je k dispozícii: Naloxon je antidotum proti predávkovaniu opiátmi. Aplikujte predávkovanému injekciu do svalu nad lakťom (bicepsu nebo tricepsu) alebo do stehna.

Čo NEROBIŤ:

▶ Nenechávajte predávkovaného človeka osamote, pokiaľ sa nebudete musieť úplne vzdialiť, aby ste privolali pomoc – postihnutý by mohol prestať dýchať a zomrieť.

▶ Nepremiestnujte ho do vane s vodou – mohol by sa utopiť.

▶ Nedávajte mu nič piť ani nevyvolávajte vracanie – postihnutý by sa mohol zadusiť.

▶ Nepichajte mu/jej NIČ INÉHO než naloxon! V najlepšom prípade by ste predávkovanú osobu mohli trochu prebrať vďaka bolesti z injekcie, ale mnoho látok – napríklad slaná voda – by celú situáciu iba zhoršilo.

2. PREČO SI MÁM PO 24H DAŤ DOLE OBVÄZ PO OŠETRENÍ?

Odpovedá Vesna:

Keď ťa ošetrujeme v teréne a povieme ti aby si obväz po 24 h dal preč, hovoríme to preto, aby si tým nezhoršil stav tvojej rany/zápalu a pod. Ak si necháš ten obväz či gázu dlhšie než 24 h, hrozí riziko vzniku infekcie, môžu sa tam objaviť kvasinky, môže ti zapálené miesto začať mokvať. Vždy treba dať dole starý obväz/gázu, umyť to miesto (v prípade otvorenej rany – dezinfikovať) a ošetriť nanovo. Ak nemáš k dispozícii nový obväz/gázu/mastičku umývaj si to miesto obyčajnou vodou a príď na najbližší terén a znovu ťa ošetríme.

ČO TO MÁTE ZA NOVÉ SEDENIE NA VÝMENE?

Odpovedá Palo:

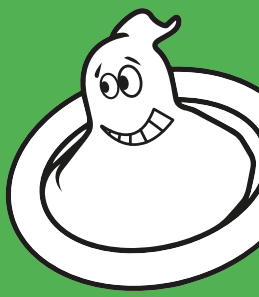
Nové sedenie pre vás. Je určené vám všetkým, ktorí chodíte do terénu. Viem si predstaviť, že ak máte uponáhlaný deň alebo hneď pár dní, tak si určite radi sadnete a trošku oddýchnete. Zároveň stolík dobre poslúži na vyhrabanie si všetkého potrebného na výmenu, nemusíte sa rozkladať po zemi, zohýbať sa :) Dúfam, že vám/nám pohodlne a dlho poslúži. Najbližšie sa neokúnajte a sadnite si, lepšie sa nám aj porozpráva :)

ČO TO PLÁVA V SIRUPOVEJ VODE?

Odpovedá Peťa:

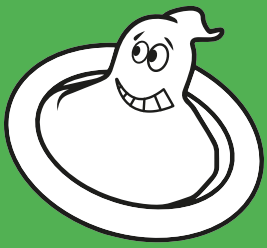
Častokrát sa nás pýtate, čo to pláva v tej sirupovej vode? Také malé čierne čiastočky. Nemyslite si, že vám čapujeme niečo iné ako sirup alebo že vám dávame špinavú vodu. Odpoveď je jednoduchá. Keďže v chladnejšom období vám robíme na výmenu aj čaj, aby ste sa zahriali, tak sa občas tie usadené čiastočky z čaju vyplavia. Je to tým, že používame rovnaké termosky na čaj aj na sirupovú vodu, v ktorej to je vidno. Samozrejme, nemusíte mať strach, nič sa vám z toho nestane :)

ZÁBAVA



Rozprávajú sa dve babky v dedine. ,,Tak čo tá vaša vnučka dostala od toho taliana?" ,,Hovorila že syfilis." ,,A čo to je?" ,,Nie, ja neviem. Ale asi je to väčšie ako Mercedes." ,,A ako to?" ,,No pretože povedala, že ak je to fakt pravda, tak sa v tom povezie cela dedina."

Z rozhovoru bláznov: ,,Hádaj, čo mám v ruke?“ ,,Mrakodrap.“ ,,Ty si sa pozeral, že?“



Na maškarnom plese. K úplne nahej žene, ktorá je celá natretá na bielo, príde muž a pýta sa: ,,A vy ste aká maska?“ Žena roztiahne nohy a vraví: ,,Zubný kaz!“

Chlapci majú doma žúr, a keď sú v podnapitom stave, tak jeden dostane nápad opiť ich psa. Ako vymysleli, tak sa stalo, ale pes robil doma neporiadok, tak ho vyhnali von. Ráno,keď sa chalani prebudili, pes ležal na schodoch pred domom a v tlame mal susedovho psa. Chalani neváhali, vzali mŕtveho psa a šli ho susedovi uviazať k búde, akože zomrel pri búde.
Za dva dni potom si sused sťažuje, čo sú ľudia za hovädá: „Tak mne umrie pes, ja ho zakopem na záhradu a nejaký šmejd ho vykope a uviaže mi ho ešte k búde!"

Každý deň príde veľký Johny, namakaný to chlap, do autobusu a hovorí: ,,Veľký Johny nemusí platiť.“ A ide si sadnúť dozadu. Takto sa to opakuje rok, až sa šofér naserie a začne chodiť do posilňovne. Po mesiaci, keď sa šofér vymakal, príde opäť veľký Johny do autobusu a opäť vraví: ,,Veľký Johny nemusí platiť.“ Na to šofér vstane a hovorí: ,,A prečo by nemusel?!“ ,,Lebo veľký Johny má preukážku.“

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

Čítal si ???

....že nie ?!

...tak čítaj, abys vedel čo je herák zač!

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