STORMík

NOVEMBER - DECEMBER 2023

„AKO VNÍMAŠ SEBA SAMÉHO/SAMÚ ?“

POLÍCIA V ZÓNE

DOBRÝ SLUHA, ŠPATNÝ PÁN.

ČO SA UDIALO V ROKU 2023 U NÁS?

Združenie STORM

· www.zdruzeniestorm.sk
· info@zdruzeniestorm.sk
· FB: Združenie STORM
· 0905 943 229

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 november - október 2023 vypracovali pracovníci Združenia STORM.

Vydavateľ:	Združenie STORM, Nedbalova 17, Nitra. www.zdruzeniestorm.sk, info@zdruzeniestorm.sk, FB: Združenie STORM, 0905943229
Redakčná rada:	Pavol Ščasný, Andrea Kosír-Hugáňová, Palo Vančo, Vladimír Tomašovič, Tatjana Tomić
Foto:	Združenie STORM
Produkcia	Tlačiareň MICHELANGELO, Červeňova 33, 949 01 Nitra
Graficky spracoval:	Tibor Ročiak
Náklad:	100 ks

Mesto Nitra

TRNAVA

TTSK TRNAVSKÝ SAMOSPRÁVNY KRAJ

NITRIANSKY SAMOSPRÁVNY KRAJ

michelangelo

ČASY A MIESTA SLUŽIEB

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@zdruzeniestorm.sk**

KROK VPRED SEREĎ
(terénna služba, auto)

Piatok
17:00 – 20:00 Bratislavská cesta oproti Slovnaftke
V čase služby terénny mobil: **0905 788 275**
Info aj na **krokvpred@zdruzeniestorm.sk**

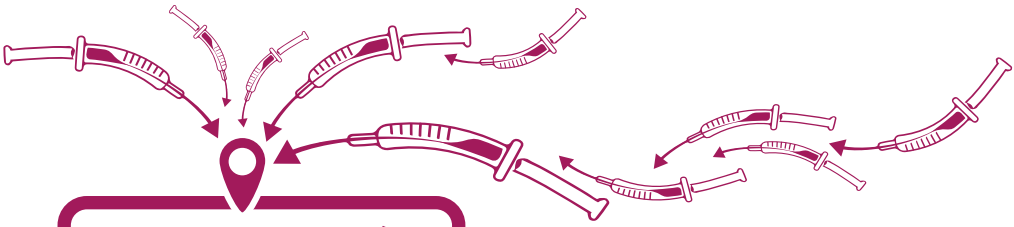
KROK VPRED TRNAVA
(terénna služba, pešo)

Streda - 18:15 – 20:15
Promenáda - začiatok parku od železničnej stanice
Štvrtok - 18:45 - 20:45
na telefóne, prídeme na dohodnuté miesto.
V čase služby terénny mobil **0910 601 202**.

Poradenský mobil - každý deň od 8:00 do 17:00 - zavolaj, pošli sms, prezvoň a voláme späť. Poradenstvo v témach, ktoré riešiš a dohodnutie osobného poradenstva v kancli, alebo inde: 0915 908 814.
Info aj na **krokvpred@zdruzeniestorm.sk**

ZÓNA (kontaktné centrum)
Ivana Krasku 2464/38, Sereď

Pondelok 09:00 - 14:00
Utorok 09:00 - 14:00
Streda 09:00 - 14:00
Štvrtok individuálne poradenstvo po dohode
V čase pracovných dní: **0917 816 654**
info aj na **zona@zdruzeniestorm.sk**



SME TU PRE VÁS AJ V ROKU 2023

Potrebujete poradiť alebo sa vyrozprávať?

Sme tu pre vás a vieme vám byť nápomocní 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 nemáte na výmenu, tak dostanete 3 ks 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, či škriabania sa po riadnej namotávke.

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.

ANKETA

„AKO VNÍMAŠ SEBA SAMÉHO/SAMÚ ?“

Otázku položil klient Kubo v Zóne. Je veľmi zaujímavá, zároveň aj dosť ťažká. V zhone bežných dní asi nezostáva príliš veľa času zamýšľať sa nad sebou samým a nad tým, ako sa vnímam.

„Zlý som neni určite. Chovám sa tak, ako by som chcel, aby sa iní ku mne chovali. Keď to nejde tak sa chovám ako oni. Niekedy prekvapím aj sám seba tým, ako sa zachovám. Celú noc si hovorím, ako niečo spravím a keď k tomu príde zachovám sa úplne opačne. A večer odo znova haha.“ – Jakub

„Strašne sa vidím niekedy. Ale snažím sa byť lepší, jak som.“ – Lalino

„Jak kokota. Neni som ničomu príklad. Som debil, čo napriek tomu, čo robil, robí zle.“ – Solo

„V prípade, že som závislý od drog nemôžem sa z toho dostať. Som dobrosrdečný, láskavý, mám rád pekné ženy, som nápomocný, keď vidím, že niekomu je zle zavolám záchranku a som dosť ovplyvniteľný.“ – Anonym Nitra

„Najradšej nijako. Radšej ani nad sebou nerozmýšľam.“ – MK

„Ako človek. Ja myslím viac na druhých ako na seba.“ – Némethová

„Zlyhanie, to je jasné, keďže berem. Ale budem sa snažiť napraviť to.. Som na seba nahnevaný.“ – Jožo

„Na hovno..“ - Anonym

„Ja neviem na to ani odpovedať.“ – Erika

„Ťažko, hlavne keď sa ráno pozriem do zrkadla. Už to nie je ako keď som mala 18.“ – Anonym

„Podľa toho kedy. Niekedy sa vnímam ako človek na konci sveta, stroskotanec nejaký. Ťažko povedať..“ – Anonym

„Športu, fitness. Ja som veľa cvičil, kým som si neodpálil rameno." – Anonym

„Ja? Dobre. Občas sa nevnímam vôbec a občas až moc. A to, že som narušený ti ani nebudem hovoriť.“ – Anonym

„Netuším, komplikovaná otázka.. Asi dobre, zle sa nemám. Možno som až moc dobrosrdečný, na to aké je okolie voči mne.“ - Majdo

„Cítim sa cieľavedomá, pretože chcem dosiahnuť a napraviť všetko, v čom mi drogy bránili.“ – Anonym

„Úplne najvác dobre, skromný, najúžastnejší v Strednej Európe. A ešte som chcel dodať, že aj najkrajší a najmúdrejší. Pánbožko ma stvoril iba preto, aby vám dokázal, že existuje dokonalá bytosť. Škoda len, že Pánbožko sa teraz trasie na dovolenke vo Veľkom Záluží, pohoršilo sa mu..“ – Estino

„Som úplná troska, padla som na hubu a neviem sa z toho vyhrabať...“ – Anonymka

„Ako lúzra, nič dobrého to nebude, momentálne taký čierny pohľad. Ale šak určite mám aj nejaké dobré vlastnosti. Len sa z toho neviem vyhrabať, keď som závislý, neviem sa premôcť, viem že robím zle, ale nedokážem si pomôcť.“ – Stívo

„Veľmi jednoduchá otázka, na ktorú je veľmi ťažká odpoveď. Nedokážem na toto odpovedať, lebo to ako vnímam seba teraz, nemusí byť rovnaké, ako sa budem vnímať za hodinu. Nie som zlý, ale to neznamená, že som dobrý.“ – Anonym

„Že už som sám padol na hubu. Čím viac sa človek snaží, tým viac padne na hubu.“ – Mimi

„Vnímam sa ako osobu, ktorá rada rozdáva úsmev a lieta si svetom.“ – Sova

Pre mňa je takisto veľmi ťažké na toto odpovedať, ako aj pre mnohých, s ktorými sme sa v rámci tejto ankety rozprávali. A samozrejme mi hneď napadnú tie negatívne vlastnosti – konám často rýchlo a bez premýšľania, zabúdam, neviem kde som čo dala, všetko robím na poslednú chvíľu, a našla by som naozaj toho veľa, čo by som o sebe negatívne vedela povedať.

Niekedy dávno som však prečítala takú fintu, ktorú sa oplatí využívať pri pracovných pohovoroch – keď ti v rámci pohovoru napadnú len tvoje negatívne vlastnosti, pozri sa na nich z iného uhla.

Ak o sebe poviem, že všetko nechávam na poslednú chvíľu – môže to znamenať, že dobre pracujem aj pod časovým tlakom a viem fungovať aj v stresových situáciách. Ak mi napadne o sebe povedať, že často konám rýchlo a bez premýšľania, môžem to vnímať tak, že reagujem rýchlo a intuitívne.

Je nemožné, aby sme seba samých vnímali objektívne. To, čo nám ale môže pomôcť, aby sme sa vnímali trochu pozitívnejšie, je robiť malé činnosti, z ktorých neskôr máme dobrý pocit. Môže to byť pomoc, ktorú poskytneme iným, môže to byť aj banalita typu – už nebudem hádzať špaky na zem, môže to byť aj nejaká maličká starostlivosť o svoje psychické alebo fyzické zdravie, môže to byť aj starostlivosť o iných ľudí okolo nás.

DOBRÝ SLUHA, ŠPATNÝ PÁN.

Kratom v současné době nabývá na popularitě a všímáme si toho taky. Jak to ale je s jeho bezpečností?
A fakt by bylo lepší jej zakázat?
Kratom je návyková látka, která pochází ze sušených a drcených částí rostliny **Mytragina Speciosa**, která spadá do stejné skupiny rostlin jako kávovník. I když existuje velké množství druhů kratomu , které se liší barvou,
je to stále stejná věc (narozdíl třeba od heroinu,
kde je rozdíl mezi bílým a hnědým).

V Čechách se prodává buď jako sběratelský předmět, nebo jako prášek pro malování a barvení. A v tom je právě jeden z mnoha problémů s touhle látkou spojených.
Díky tomu, že se kratom neprodává jako potravina nebo doplněk stravy, je velký rozdíl v množství účinné látky, čistotě produktu a hygieně zpracování a balení. Proto každé užití kratomu obsahuje jiné množství účinné látky, případně otravy. Před dvěma lety se několik desítek lidí nakazilo salmonelou, protože

konzumo¬valy stejnou šarži kratomu. Také může být kontaminován těžkými kovy, jak se zjistilo z několika testů vzorků, které se u nás běžně prodávají.

Kratom obsahuje přes 40 různých alkaloidů, kde mnoho z nich je psychoaktivních. Nejdůležitější ale je **Mitragynin a 7-hydroxymi-tragynin**, které jsou přímo zodpovědné za to, jak kratom účinkuje.

Účinek kratomu se přímo odvíjí od jeho množství. Dávky v řádech gramů stimulují podobně jako káva nebo energetické nápoje. Dávky nad 10 gramů působí inhibičně – uklidňují. Část lidí při jeho prvním požití zvrací. Působí také proti bolesti a uklidňuje kašel. Což je ale jeho hlavní problém. Působí totiž, mimo jiné, přes μ-opioidový receptor, což je receptor v mozku, na kterém si sedí i třeba takový heroin nebo opium. Má tedy potenciál vyvolávat závislost podobnou jako na jiných opioidech (heorín…).

A nejenom to, jeho kombinace s ostatními opioidy a dalšími uklidňujícími látkami může způsobit i předávkování, které je třeba řešit podáním naloxonu, následnou lékařskou pomocí.
V jiných zemích jsou známy případy smrtelného předávkování kombinací kratomu a fentanylu, morfinu a/nebo diacetylmorfinu.

Vzhledem k jeho velké dostupnosti a nenápadnému zvyšování tolerance je docela jednouché ztratit kontrolu nad užíváním a dostat se na dávky čítající několik desítek gramů denně. Odvykací syndrom – absťák – je tak silný, jako je množství užívaného kratomu a je hodně podobný absťáku z heroinu – úzkosti, nevolnost, nespavost, husí kůže, bolesti svalů, horečky atp.

Abstinenční příznaky se dají tišit buprenorfinem. Jeden známý psychiatr z praxe zjistil, že množství 30 mg kratomu denně se nahradí 16 mg Suboxone denně.

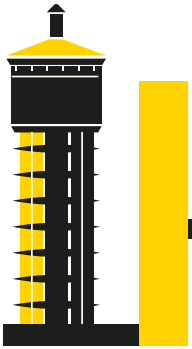
Je kratom vhodná substituce jiných opioidů?

Rozhodně není, právě kvůli kolísavé čistotě, množství účinné látky v prášku a dalších možných znečištění, je to více zahrávání si se zdravím než léčba. Raději bych doporučil pomoc substitučních center než sebemedikaci při přechodu, nebo odvykání z heroinu, buprenorfinu, makoviny a dalších opioidů.

Pokud berete kratom, rozhodně o tom mluvte se svým teréňákem/káčkařem, informujte o tom v léčbě a pokud jdete na operaci, sdělte to na předoperačním vyšetření.

-Zadek-

Palo Š. prebral z Dekontaminace vydávanou organizáciou Sananim (ČR)



TexTy Z TRNAVY

POLÍCIA V ZÓNE

Minule som písal o advokácii, čiže o tom, ako si asi predstavujem vetu: „Podporovať užívateľov drog v nárokovaní si svojich práv.“
Dnes budem skorej písať o tom, čo mi hodili na tanír posledné dni.

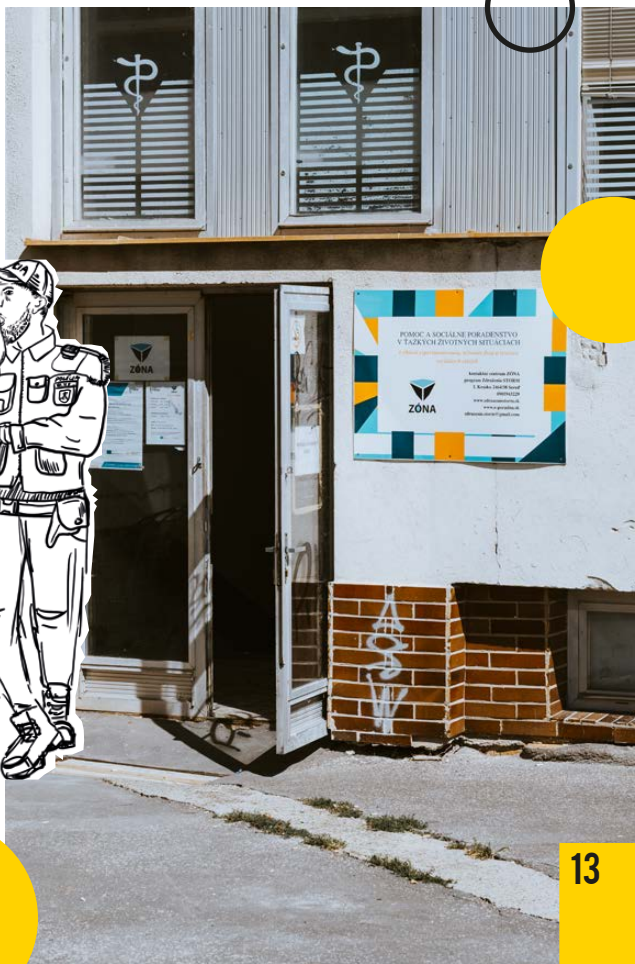
Prvá situácia.
Zvonili nám v ZÓNE policajti. Mali na papieriku napísaný kód človeka, ktorého zadržali ako podozrivého zo spáchania trestného činu. Potrebovali odo mňa, ako od koordinátora ZÓNY potvrdiť, či bol v nejakom čase u nás. Povedali mi, že človek im dal svoj kód, ktorý u nás používa s tvrdením, že v čase spáchania trestného činu bol u nás na výmene.

Povedal som im, že im žial v tomto neviem pomôcť. Naša služba je založená na prísnych pravidlách anonymity.

Ludí, ktorí k nám prichádzajú evidujeme podla kódov. Neevidujeme ale časy, kedy sa u nás zdržujú a tak isto na základe dohôd s inštitúciami a úradmi verejnej správy a samosprávy nie sme povinný naše štatistiky a záznamy nikomu sprístupňovať. Ak by sme to porušili, naša služba by stratila význam a porušili by sme viac ako tisíc dohôd, ktoré sme s vami a aj s tebou uzavreli pri registrácii. Toto by ma mrzelo asi najviac.
Vnímal som fakt, že ich človek za nami asi poslal preto, že bol nevinný a napriek tomu obvinený z tohto činu. Rozumel som tomu, že potreboval pomoc. Zároveň som bol ale povinný akceptovať pravidlá organizácie a hlavne to najzásadnejšie – anonymitu.

Nie je možné na jednej strane garantovať bezpečie priestoru kontaktu kdekoľvek – ZÓNA, terén, poradenstvo – a zároveň ho spochybniť informovaním o čase a osobe, aj keď rozumiem dôvodu. Vznikol by priestor na strašné spochybňovanie sa (tým myslím, že by som sám seba vnímal ako debila) v situáciách, ktoré sa už stali. Velmi ťažko sa mi aj v rozhovoroch obhajuje anonymita v prípadoch, ak sa pýtaš na kamoša, alebo kamošku, či už bol/a na výmene. Toto všetko sú situácie, ktoré sú ako keby v tvoj prospech. A tá anonymita ti to akoby sťažuje. Ale podstata je tá, že ja fakt neviem, ako to reálne je. Ono to mohlo byť v tej cele predbežného zadržania šelijak. Šak to poznáš. Tak asi aj preto. Ale áno, cítil som sa potom hrozne. Šak jak rád by som mu to zjednodušil. Ale zjednodušil? Nevím.

Druhá situácia.
Volali mi na druhý deň znovu. Povedali mi meno a priezvisko niekoho, kto nenastúpil do výkonu. Vraj vedia, že tá osoba k nám chodí a oni chcú vedieť, kedy, lebo ju potrebujú prísť zobrať.
Tu som to mal jednoduché. Tento prípad využitia anonymity bol totiž lahko vyhodnotitelný ako „v prospech“ osoby. To, či skutočne bol, alebo nie v skutočný prospech, to si zhodnoť už sám, ale to ladenie akoby „držania strany“ bolo pre mňa osobne zvládnutelnejšé. Jasné, že som argumentoval úplne rovnako ako v prvom prípade.



Povedal som im, že im žial v tomto neviem pomôcť. Naša služba je založená na prísnych pravidlách anonymity.

Píšem o tom preto, že to bolo pre mňa jednoduchšie.
Tým ale nechcem napísať, že ťa chcem kryť, keď robíš chyby, ani že súhlasím s tým, akým spôsobom porušuješ pravidlá, to vôbec.
Chcel som len nejak popísať, že ani pre mna neny volakedy úplne jednoduché dodržiavať pravidlá. Rozumiem tomu, že niekedy by ich človek chcel porušiť, alebo si nájsť nejakú výhovorku, skratku, hocičo, aby sa to zdalo že je to podla pravidiel, ale nebolo.

Uzavrem to asi takto

Vždy som odhodlaný postaviť sa na tvoju stranu v prípadoch, ak vnímam, že sú ti upierané tvoje práva. Úplne verejne. Neobávam sa postaviť sa so svojím xichtom za tvoju vec.
Zároveň nie som nikdy pripravený ticho akceptovať nejaké popieranie tvojich práv a tváriť sa, že to nevnímam.

Nie som však rozhodnutý porušovať pravidlá organizácie v žiadnom prípade.

Zároveň som vždy pripravený diskutovať o pravidlách organizácie a o ich zmene a som ochotný v prípade, ak sa pravidlo zdá nesprávne, alebo vyslovene debilné presadiť jeho zmenu.

Verím, že tomu takto rozumíš.

ČO VÁM MAL NIEKTO POVEDAŤ... KÝM ICH STRETNETE

ČÍTANIE NA POKRAČOVANIE

Ahojte,
v tomto článku sa povenujeme tomu, kto by vám mal pomôcť, keď ide do tuhého. PRÁVNIK/ADVOKÁT .

Vždy máte právo na právnu pomoc, ktorú si platíte sami. Právnu pomoc v niektorých prípadoch poskytne a zaplatí štát. Máte tiež právo na stretnutia a dôvernú komunikáciu so svojím právnym zástupcom.

MÁTE PRÁVO NA PRÁVNU POMOC

Máte právo zvoliť si právneho zástupcu a konzultovať s ním prípad už počas zadržania bez prítomnosti tretej osoby (policajta a pod.). Zadržaná osoba má právo požadovať prítomnosť právneho zástupcu počas výsluchu, pokiaľ nie je právny zástupca tejto osoby nedostupný. Polícia vás musí oboznámiť s týmto právom ihneď po vašom zadržaní.

Na Slovensku vás môžu v trestnom konaní obhajovať iba advokáti a advokátsky koncipienti. Advokát vám môže pomôcť namietať vaše zatknutie, ako aj pripraviť sa na obhajobu v danej trestnej veci.

AK V ČASE ZADRŽANIA NEMÁTE ADVOKÁTA, MÔŽETE POŽIADAŤ PRÍSLUŠNÍKA, KTORÝ VÁS ZATÝKA, ABY VÁM BOL DOČASNE PRIDELENÝ OBHAJCA, ZA KTORÉHO ZAPLATÍ ŠTÁT, AK STE OBVINENOU OSOBOU.

BEZPLATNÁ PRÁVNA POMOC

Vždy máte právo vybrať si advokáta, ktorého si platíte sami, podľa vlastného výberu. Neexistuje všeobecné právo na bezplatného alebo štátom plateného advokáta v prípade zadržania alebo zatknutia. Advokáta máte plateného štátom iba v prípade, že budete zatknutý ako obvinená osoba. Situácie, kedy bude advokát určený a hradený štátom:

- Nemáte zvoleného advokáta, ale obhajoba advokátom je v trestnom konaní povinná
- Máte zvoleného advokáta, ale z nejakého dôvodu sa nemôže zúčastňovať na procesných úkonoch, pri ktorých je prítomnosť právneho zástupcu povinná
- NEMÁTE ADVOKÁTA, PRETOŽE SI HO NEMÔŽETE DOVOLIŤ ZAPLATIŤ A STE V POZÍCII OBVINENÉHO Z TRESTNÉHO ČINU

Počas vášho zatknutia sa môžete so svojím právnym zástupcom stretávať v zásade bez osobitného súhlasu osoby, ktorá vedie vyšetrovanie, a bez časového obmedzenia.

POLÍCIA MUSÍ ZABEZPEČIŤ PODMIENKY TAK, ABY BOLO STRETNUTIE S VAŠIM ADVOKÁTOM DÔVERNÉ.

Polícia alebo iné orgány činné v trestnom konaní nesmú odpočúvať váš rozhovor s advokátom. Je dôležité mať advokáta, ktorý vám môže pomôcť namietať vaše zatknutie, ako pripraviť sa na obhajobu v danej trestnej veci, ak budete obvinený. ZÁROVEŇ MÁTE PRÁVO OBHAJOVAŤ SA AJ SÁM. To znamená, že máte právo nevyužívať advokáta a uplatniť sám všetky práva na svoju obhajobu.

A OPÄŤ, ČO AK MI NIK MOJE PRÁVA O OBHAJOBE NEPOVEDAL?

Ak ste nemali možnosť zvoliť si advokáta a preto ste nemohli účinne napadnúť svoje zatknutie, mohlo to mať za následok porušenie práva na osobnú slobodu a bezpečnosť. A to sa následne môže v procese použiť vo váš prospech.

Ak ste nemali možnosť

- zvoliť si advokáta a preto ste sa nedokázali správne pripraviť na svoju obhajobu, alebo
- prišlo k nepovolenému narušeniu vašej komunikácie s advokátom,
- alebo ste sa nemohli brániť, kde je to povolené, môže to mať za následok porušenie práva na spravodlivý súdny proces.
  A opäť to viete použiť vo váš prospech.

Držte sa svojich práv a nástojte na nich, nech viete do čoho idete a čo môžete a nemôže robiť pre seba a svoju obhajobu...ale radšej nech sa nemusíte vôbec ani obhajovať. Keby dačo – sme tu.

NEzaujímavosti

ČO SA UDIALO V ROKU 2023 U NÁS?

Čau, v ruke držíš posledné číslo STORMíka za rok 2023. Prečítaj si krátky súhrn toho, čo sa udialo.

1. PRAČKA V ZÓNE

Ak si sa trápil otázkou, kde si oprať veci v Seredi – od apríla 2023 to môžeš spraviť u nás v ZÓNE! Prines si veci, ktoré chceš oprať a prací prášok. Ak ho však nemáš, môžeš si ho odpracovať prostredníctvom 3P, cena pracieho prášku na jedno pranie je 20centov. Nemáš čas si odpracovať 1h? Môžeš ho získať aj drobnou výpomocou u nás – vynesieš smeti, pozametáš, utrieš, nabalíš... Veci si môžeš u nás aj vyvešať – musíš si ich však najneskôr na druhý deň prevziať, aby aj ďalší človek mal možnosť využiť sušiak.

2. SPRCHA V ZÓNE, SEREĎ

Dlho ste nám to navrhovali, roky sme to plánovali, tento rok to však vyšlo. K dispozícii máme aj sprchové gély, mydlá a uteráky, občas aj šampóny. Sprchu si môžete dať každý deň – pondelok, utorok, streda medzi 9:00 – 13:30.

3. LIEČBA CČKA AJ S DLHOM NA ZDRAVOTNEJ POISŤOVNI

1.6.2023 sme konečne povedali ZBOHOM liečbe interferonom a nedostupnosti liečby hepatitídy C pre ľudí, ktorí majú dlh na zdravotnej poisťovni. Namiesto interferonu sa podáva liečba v tabletkovej forme, ktorá trvá cca 3 mesiace a má minimálne vedľajšie účinky. Čo je najviac dôležite – liečba je účinná na takmer 99%!

4. FACEBOOK SKUPINA – VÝMENA ZDRUŽENIE STORM

Začiatkom roka sme sa začali u vás informovať o tom, či používate Facebook a či by ste mali záujem o komunikáciu s nami prostredníctvom Facebookovej tajnej skupiny. Záujem bol, s Palom sme to spravili. Už tam sú zaregistrovaní nejakí ľudia, zároveň si vieme predstaviť, že by nás/vás mohlo byť aj viac. Ak chceš byť informovaný o aktuálnych zmenách alebo novinkách u nás na výmene alebo vo svete – pridaj sa k nám! Pravidelne tam uverejňujeme keď sa služba výnimočne ruší alebo je sviatok.

5. TESTOVACÍ DEŇ

V Trnave a v Nitre sme testovali na HIV a hepatitídu C. Záujem bol, a ja som veľmi rada, že sa o svoje zdravie aj takýmto spôsobom staráte. Testovať sa môžete v podstate u nás stále, bude však fajn, ak nám to dopredu nahlásite aby sme k tomu všetko pripravili a vedeli zabezpečiť väčší kľud v celom testovacom procese. Testovať určite do konca roka budeme aj v Seredi. Keď máš záujem – krič!

6. ČO BY SI DOPLNIL TY? ČO SME Z TVOJHO POHĽADU SPRAVILI A TEBE TO DOBRE PADLO?

OD VÁS PRE VÁS

AHOJTE, MOŽNO STE SI NIEKTORÍ UŽ VŠIMLI, ŽE SA V RUBRIKE OPAKUJÚ PRÍSPEVKY SPRED NIEKOĽKÝCH ROKOV. JE TO PRETO, ŽE SME UŽ NEJAKÚ DOBU NEDOSTALI ŽIADNE NOVÉ. PRETO, AK SI INŠPIROVANÝ – NAPÍŠ ALEBO NAKRESLI NIEČO DO STORMÍKA :) PODEL SA S NAMI A S ČITATEĽMI SO SVOJIM PRÍBEHOM, BÁSNIČKOU, KRESBOU, TEXTOM, FOTKOU...

ĎAKUJEM

Boli chvíle, keď radosť, šťastie a smiech kráčali so mnou krok za krokom a mne vtedy krásne a milé všetko zdalo sa navôkol. A tak dni ubiehali, až prišiel čas, keď sa mi menej a menej šťastné zdali, lebo časom sa ukázalo, že šťastiu sa u mňa veľmi nepáčilo a tak rozhodlo sa odísť, tak sa so mnou rozlúčilo. Skúšala som ho držať a viackrát som mu vravela so slzami v očiach dookola tieto slová, vravela a úprimne ho prosila: šťastie stoj, tak zostaň predsa ešte chvíľku, neodchádzaj preč. No nepočúvalo ma, hoci som kričala, až kým som nestratila reč a tak márne som prosila a plakala lebo

stalo sa, čo som nechcela, no predsa som to čakala. Tak len prázdne miesto a priveľa smútku, ono vo mne zanechalo. Bolo iba krátku chvíľku, no aj tak to pre mňa veľa znamenalo, len tíško srdce zašepkalo: ďakujem ti, že niečo krásne si vo mne zanechalo. Pomaly som zabúdala ako všetko okolo som predtým, tak veľmi rada mala. Aj na lásku, čo som cítievala, na tie krásne tmavé oči aj na jeho krásne pery aj na tie sladké nádherné bozky, na ruky, čo hladili moju tvár. No nezabúdam ďakovať za tento prekrásny dar. Spomienky sú však stále moje. Nezoberie mi ich ani čas a hrdo povedať, že šťastná som aj ja bola raz, môžem úprimne povedať.

Zuza (Sereď)

PLÁČU, PLÁČU

Pláču, pláču
Pláču, pláču za tebou
a ty ma už neľúbiš.
Naša láska zhasína
a ty môj žiaľ nevidíš.

Í Bože, Bože, čo robiť mám?
Vedú ma preč, neviem kam
slobodu mi zobrali
a do basy ma dali.
Teraz píšem tebe list,
Ja chcem, mama, domov ísť.
Život je tu skazený
za týmito mrežami.

Dúfam, že to pochopíš,
keď ti príde odo mňa list
a ty mi naň odpovieš,
že ma stále miluješ.

Prišiel ku mne pán veliteľ
ďalší kázeňák mi píše
a teraz ma diera čaká
a do ohňa ma to láka

Dieru som si odsedela
hore ma však čaká cela
Policajti, jak ste krutí v putách sú tie moje ruky.

Čaute baby, však ja prídem,
zhovárať sa s vami budem.
V okienku vám spievať budem
a na dobré časy myslievať budem.

KLIENTKA ZDRUŽENIA: JANKA BALÁŽOVÁ Z KOMJATÍC

"Aká je LÁSKA, ktorá nenávidí? (alebo nevidí...?!)"

Ten, kto to vie, nech mi "zavolá"!!!

Vraj od lásky k nenávisti je "len" kúsok...

Neverím, pochybujem, neviem...

Láska má milión podôb "asi...".

Lebo inak by milujúci človek úmyselne neubližoval tomu, koho miluje...

LÁSKA, ktorá NENÁVIDÍ, NEEXISTUJE!!!

Vždy jeden trpí viac ako ten druhý = zlá kombinácia...

a keďže sem musím zakombinovať "železko v ohni" zvané závislosť, "pravda je na krídlach vážky". Dá sa milovať bez nenávisti?

Dá sa nenávidieť bez lásky?

A dá sa zabudnúť??

Kto neprežil, nepochopí a kto prežil, nezabudne...

Venované XY praje DJ

AHOJTE ČITATELIA STORMÍKA...

Píšem vám z väzenského prostredia. Je veľa z nás čo sme sa už v minulosti stretli z väzením. No sú medzi vama aj taký čo ešte vo vezení neboly. Je lahké robiť veci ktoré nás skôr či neskôr dostanú medzi štyry múry. A tu si máme možnosť a aj čas uvedomiť o čo sme prišly. Neprídeme len o čas vonku, ale aj o roky. Roky života ktoré nám už nikdo nevráti. Život vonku neni lahký, ale tu je priam hrozný. Niekto si povie šak neni im tam zle, lebo majú teplú stravu, strechu nad hlavou a teplú vodu. No ten, kto si niečo také pomyslí je na velkom omyle. Lebo tu život ozaj neni. Nemôžeš tu robiť čo chceš, ani ísť kam chceš. Všetko tu ma svoje pravidlá, všetko ti presne nalinajkujú. Pobytom vo väzení prídeme o všetko. Ja s tým mám tiež svoje skúsenosti, lebo tentokrát sa mi sedí ozaj ťažko. A nie len preto, že toto je najdlhší čas ktorý sedím a tak sa mi sedí ozaj ťažko, ale aj preto, že už nemám 20 rokov a život som si premrhala za múrmi väzníc. No tentokrát som neprišla len o slobodu, ale aj o otca a to mi pomohlo k tomu, aby som veľa vecí pochopila a aby som sa nad životom aj zamyslela. Neprajem nikomu aby dostal poštu o tom, že zomrel člen rodiny a vy sa sním ani nemôžete rozlúčiť. V mojom prípade je to posledný človek z rodiny a nedá sa stým len tak zmieriť. Až teraz som si uvedomila veľa vecí a to, že už nechcem viesť život, aký som viedla, lebo to neni život čo nasleduje potom. Je to len trápenie a čakanie na slobodu. A až tu som si uvedomila, o čo som všetko prišla. Stretávam sa tu s veľa smutnými príbehmi.

Matky sú odtrhnuté od detí. Otcovia odtrhnutí od detí. Starí ľudia. Človeku je z toho smutno. Troška som vám toto tu priblížila a prajem vám, aby ste to tu nikdy nemuseli zažiť osobne. Lebo radšej sa trápiť vonku, ale žiť než sa trápiť tu a len prežívať. Ahojte.

Michaela

9 TÝŽDŇOV, 2 MESIACE

A moja najbližšia priateľka mi bola „SAMOTA"... (Keby len),
Ona má množstvo mien.
Totižto sa nemilosrdne nazýva aj bezmocnosť,
opustenosť, beznádej, no proste všetky negatíva
emocionálnej podstaty...
Prežila som :)
..ani neviem, či je ten smajlík na pravom mieste,
pretože kolotoč sa neprestal točiť a všetko sa začína odznova...
Samé otázky a žiadne odpovede...
Je mi zima, ale zvnútra a strach ju podporuje.
Ale viete čo? VERÍM... Verím sebe a dokonca naivne
aj v spravodlivosť...
Som rada, že som stále tu a že ste tu aj vy...

DJ

ZÁBAVA
VTIP

Nie je dobré, keď športovci pijú. Ale je pekné, keď alkoholici športujú.

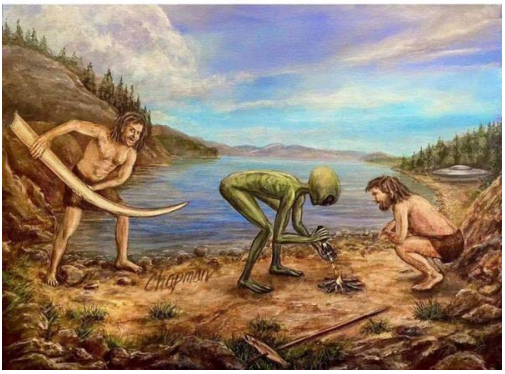
SMSka: - Zlatko, čo si dala do včerajšej večere?
- Nepoviem, to je tajný recept :* :*
- Ležím na JISke a doktori sa pýtajú..

Vinco sa pýta Jana:
- Čo sa stále škriabeš?
- Ale, bol som na blšom trhu.

V nemocnici ležia traja motorkári. Doktor sa ich pýta:
- Prečo ste taký dolámaní?
Ten čo mal Hondu hovorí:
- Išiel som 150-kou a narazil som do stromu.
Ten čo mal Yamahu hovorí:
- Išiel som 180-kou a narazil som do stromu.
A ten čo mal Babetu hovorí:
- Išiel som 40-kou naplno a keď ma predbehla Honda a Yamaha, myslel som si že stojím a tak som zosadol.

Nadrogovaný chlapík uvažuje pred zrkadlom:
- Bože, čo sa to so mnou deje?
Tu som ja i tam som ja.
V tom ktosi zaklope na dvere:
- Kto je tam? - pýta sa.
- Ja.. - ozve sa spoza dverí.
- Ježišikriste! Aj tam som ja?!

A preto sa už nikdy viac nevrátili..



NEBUDZ LEMRA A POTRÁP

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.

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

„Tak čo dočítané?...

...isto porádne?“

„...takže víš čo je Mytragina Speciosa ?!, ...aaa že idú Vánoce :D “

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