STORMík

SEPTEMBER-OKTÓBER 2021

VIEŠ ČO UROBIŤ, KEĎ SA NIEKTO PRESTRELÍ?

ČO PRE TEBA NIE JE LÁSKA?

SEX-BIZNIS A JEHO ÚSKALIA

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 september-október/ 2021 vypracovali pracovníci Združenia STORM.

Vydavateľ: Združenie STORM, Nedbalova 17, Nitra.
Redakčná rada: Pavol Ščasný, Vesna Tomašik, Andrea Kosír-Hugáňová, Zuzka Zaťková, Palo Vančo, Vladimír Tomašovič, Terézia Bačová, TatjanaTomić
Foto: Združenie STORM
Produkcia: Tlačiareň MICHELANGELO, Červeňova 33, 949 01 Nitra
Graficky spracoval: Tibor Ročiak
Náklad: 100 ks

Mesto TRNAVA
MINISTERSTVO ZDRAVOTNÍCTVA SLOVENSKEJ REPUBLIKY
MESTO NITRA
TT SK
Iceland Liechtenstein Norway Active citizens fund
michelangelo

ČASY A MIESTA SLUŽIEB

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

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

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 TRNAVA (terénna služba, pešo)
Streda 18:15 – 20:15
Promenáda – začiatok parku od železničnej stanice
Štvrtok 18:15 – 20:15
Mikovíniho ulica pri Best drive
V čase služby terénny mobil: 0910 601 202
Info aj na krokvpred.storm@gmail.com

ZÓNA (kontaktné centrum)
POLIKLINIKA Ivana Krasku, Sereď
Pondelok - 09:00 - 14:00
Utorok - 09:00 - 14:00
Streda - 09:00 - 14:00
Štvrtok - 10:00 - 12:30 individuálne poradenstvo
V čase pracovných dní: 0905 943 229
Info aj na zona.storm@gmail.com

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.

Vieš čo urobiť, keď sa niekto prestrelí?

K predávkovaniu dochádza, keď človek užije drogu alebo kombináciu drog vo väčšom množstve, než je jeho telo schopné zvládnuť.

V dôsledku toho prestáva nervová sústava (CNS) ovládať základné životné funkcie. Človek v takomto stave môže stratiť vedomie, môže prestať dýchať, môže u neho dôjsť k zástave srdca alebo k záchvatu kŕčov.

Predávkovanie môže byť aj smrteľné.

Existujú však spôsoby ako predávkovaniu predísť a ako ho riešiť. Hranica medzi životom a smrťou v prípade predávkovania závisí do značnej miery na tom, ako osoby, ktoré sú prítomné, zareagujú a ako sa o predávkovanú osobu postarajú.

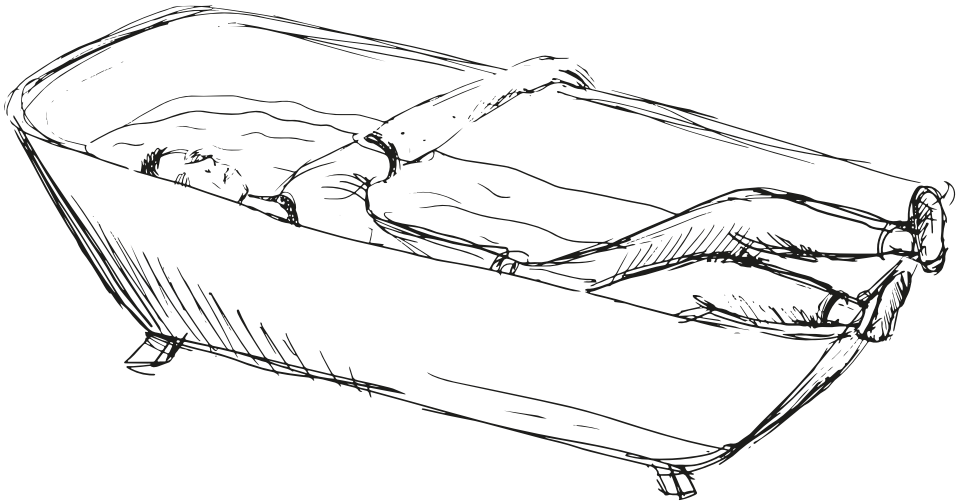
Čo sa pri predávkovaní deje v ľudskom tele? Ktoré drogy môžu spôsobiť predávkovanie?

Látky s tlmivým účinkom v podstate spomaľujú organizmus. Medzi najčastejšie látky s tlmivými účinkami patria opiáty (heroín, metadon, ópium), benzodiazepíny (válium), barbituráty (fenobarbital) a alkohol.

Človek predávkovaný látkami s tlmivým účinkom môže upadnúť do dlhotrvajúceho stavu nehybnosti, prestane reagovať alebo stratí vedomie, ťažko dýcha alebo prestane dýchať úplne, prípadne zvracia. Smrť z predávkovania týmito látkami je najčastejšia dôsledkom zástavy dychu. Pokiaľ človek dýcha nepravidelne alebo pri dýchaní vydáva škripľavé zvuky, je to často príznak nejakého problému.

Stimulanty na druhú stranu zrýchľujú procesy riadené CNS, napr. srdcová frekvencia a dych. Človek predávkovaný stimulantmi býva postihnutý záchvatom kŕčov, prípadne sa jeho srdcová frekvencia zrýchli na neúnosnú mieru a dochádza k srdcovej alebo mozgovej príhode. Pri skutočnom predávkovaní stimulantmi môže človek prestať dýchať, dostane kŕče alebo náhle skolabuje, či stratí vedomie.

Najväčšie nebezpečenstvo smrteľného predávkovania hrozí u tlmivých drog a drog so stimulačným účinkom, ktoré sú aplikované injekčne, napr. heroín a ďalšie po domácky vyrábané opiáty, metamfetamín/pervitín, kokaín a stimulanty na báze amfetamínu.



Ak sa domnievate, že sa niekto vo vašej prítomnosti predávkoval, nasledujúce kroky by vám vo väčšine prípadov mali pomôcť účinne zasiahnuť.

- **Umelé dýchanie:** Pokiaľ postihnutý veľmi zle dýcha alebo nedýcha vôbec, najlepšie a najdôležitejšie je okamžite mu zaistiť prísun kyslíku do pľúc.
- **Privolanie pomoci:** Pokiaľ je to možné, ihneď privolajte sanitku (155) alebo inú zdravotnícku pomoc. Zdravotnícky odborníci sú na pomoc pri predávkovaní najlepší.
- **Použitie naloxonu, ak je k dispozícii:** Naloxon je antidotum proti predávkovaniu opiátmi. Aplikujte ho predávkovanej/mu injekciu do svalu nad lakťom (bicepsu alebo tricepsu) alebo do stehna.
- **Zhodnotenie situácie:** Začal už postihnutý dýchať? Potrebuje ešte umelé dýchanie alebo ďalšiu injekciu naloxonu? Prichádza už k sebe? Neprestávajte situáciu monitorovať, dokiaľ sa stav danej osoby úplne nestabilizuje. Pokiaľ to bude nutné, jednotlivé kroky opakujte.

Čo NEROBIŤ:

- **Nenechávajte predávkovaného človeka o samote**, pokiaľ sa nebudete musieť úplne vzdialiť, aby ste privolali pomoc – postihnutý by mohol prestať dýchať a zomrieť.
- **Nedávajte ho do vane s vodou** – mohol by sa utopiť.
- **Nedávajte mu nič piť** ani nevyvolávajte zvracanie – postihnutý by sa mohol zadusiť.
- **Nepichajte mu 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.

Máte skúsenosti s predávkovaním?
Ako ste riešili vzniknutú situáciu?

ANKETA

ČO PRE TEBA NIE JE LÁSKA?

Na položenie tejto veľmi filozofickej otázky ma inšpiroval jeden článok, v ktorom boli popisované formy rôznych druhov násilia objavujúceho sa v partnerských vzťahoch. Autorka dávala príklady správania a označovala ich vetou „toto nie je láska“. Napadlo mi, že oveľa častejšie počujem otázku „čo to je láska?“. Nikdy som si na to netrúfla odpovedať. Na druhej strane si myslím, že je veľmi užitočné spoznať, ako láska nemá vyzerať. A preto sme sa na službách pýtali – čo pre teba nie je láska?

"Keď je niekto sebecký alebo čo, neviem na to odpovedať, hlúpo položená otázka.." – Lalino

"Láska nie je, keď nie je dôvera" - Jak chceš

"Ťažká oatázka. To je otázka na telo. Podvádzanie, keď sa podvádza, tak sa asi nemajú radi." – Gita

„Láska je všetko. Nepoznám čo nie je láska...“ – Mistre

„Láska nie je to, čo robili ľudia ľuďom v 40., 60tych rokoch 20. storočia. Víš čo myslím? Toto nie je láska.“ –Torino

Anonym: „Hm.. otázka na ktorú sa nedá odpovedať.

„Láska nie je strach z toho druhého. Nie je to vydieranie a vynucovanie a nie je to súboj (vo všetkých zmysloch).“- Andrejka (Zóna)

„Pre mňa nie je láska keď dvaja ľudia netrávia spolu čas , keď si navzájom nedôverujú, klamú si. Keď ponižujú toho druhého, podvádzajú a stále sa hádajú.“ - Terka (Zóna)

„Láska je pud, láska je bez rozumu. Musíte mať spoločne záujmy. Môžete sa milovať koľko len chcete ale ak nemáte spoločne záujmy nevyjde to.“ – Mastný

PH: „Veci, ktoré nemám rád, tak k ním neprejavujem lásku."

Anonym 1: „Divne položená otázka. Keď je žena so mnou z dôvodu peňazí.."

Lalino: „Nenávisť, ale je to zle položená otázka."

Anonym 2: „Drogy."

Emo: „Keď niekto niekoho využíva za peniaze."

"Všetko okrem lásky." – Vodováha

Anonymka: „Ak ma človek neľúbi a nedôveruje a nestojí pri mne."

Rudo: „Keď mi človek nie je verný. Pri podvádzaní a klamaní myslím."

Zuzička: „Fúha.. Nie je láska voči drogám."

„Láska nie je o výčitkách. Láska nevidí ľudí takých, akí sú, ale takých, akí by chceli byť.“ – Sokrates

Všetkým ďakujeme za odpovede, každá z nich je jedinečná. Teším sa, že sa aj takýmto spôsobom vieme podeliť o myšlienky :)

Tatjana

Minule som cez príklad pohladu „vzorného“ kresťana na aj tvoju situáciu chcel rozmýšľať o možnostiach.

Písal som o luďoch z kanadského Vancouveru, kerí rozbili škrupinu obalu pomenovania feťák a vyliahli sa ako občania mesta. Aj popri užívaniu a spôsobe života, kerý je s ním spojený.

Písal som o Saklovi, kerý s nami robí. Jeho príspevok bol aj súčasťou STORMíka. Tam písal on. Teším sa z toho textu a ver mi, že né preto, že tam o nás – pracovníkoch STORMu píše. Vždy rád vnímam malé kroky vpred. Ono to neny tak, že keď každý na teba ukazuje prstom, tak sa staneš tým, za koho ťa označuje tento každý prst. Vačšinu sa stávaš tým, čomu uveríš, že si.

Preto som písal o tom Vancouveri. Moja práca neny o pomoci a nikdy som ju takto nevnímal. Rád vnímam fakty. Ak mi v teréne napríklad naložíš celú svoju beznádej a nemožnosť čohokolvek a ja môžem postupne, spolu s tebou skúmať krok po kroku toto povedané, volakedy sa zistí, že nemosíš cestuvat volakam daleko, aby sa urobil občánsky, lebo sa to dá na každom okresnom úrade polície. A je jedno, de si sa narodil a de máš trvalý pobyt z obdobia, keď bol. Ano, nemáš rodný list. Dá sa vybaviť na matrike. Za 5 eur. Hocide. Aj v Trnave. Ak potom v dalšom kroku máš občánsky, vieš si zistit situáciu s dlhom na zdravotke v každej pobočke poistovne....

A z velkého, takmer neriešitelného problému je súpis krokov, keré sa pomaly, ale isto DAJÚ ísť. A ak ideš, tak ideš. A ak sa bojíš, či to dáš, môžeme ísť vedla teba.

Volakedy spolu zistíme, že celý sled okolností v tvojom živote je tak tažký, že by možno bolo fajn pokecať s nejakým psychológom, lebo tá nálož je fakt brutálna. A dva xanaxy od pánka v bílem z polikliniky hocide sú na to velmi malá záplata. Tak ideš rovno do rúry s iným léčivom. Aj toto je možné zvládnut, ale né za tri dni, jak radí každý mudrc zo šedého priemeru.
Velmi pomaly, odžitím všetkých bolestí, terapiou, prácou, po kvapkách krátkych, ale sebaistých krokoch. Ak chceš.

Máme koronu, bolo tornádo, silné búrky, záplavy ... Vyzerá to šecko velmi divne, topí sa lad na póloch a dá sa spravit si velkú depresívnu perinku beznádeje, kerou prikryjem to tažké a ospravedlním to lahké. Alebo si povím, jak v songu z Trainspottingu, že skúsim volačo iné.

NA KONEC TEXTU PÁR INFOŠIEK, KERÉ PÍŠEM DOKOLA.

Ak sa ti chce, máš čas a chut, môžeš nám pomóct s knihu kerú chystáme. **Môžeš napísat príbeh**. Skutočný, alebo kludne vymyslený. Nemusí byt vóbec o fetoch. Téma je na tebe. Móže to byt aj básnička. Ak vieš kreslit, alebo malovat, pomóž nám knihu ilustorvat. Nakresli, alebo namaluj volačo na biely papír a my to použijeme.
Za príspevok je odmena cez projekt 3P.

Ak by si potreboval/potrebovala volakedy **pokecat mimo terén, volade vklude, môžeš v Trnave zavolat v pracovné dni od 8:00 do 17:00 na číslo 0915 908 814.** Neny sme úplne že terapeuti, ale máme uši len pre teba. Dohodneme čas a miesto a vieme sa v klude rozprávať a spoločne ísť po ceste tam, kam máš namierené. **Toto je vec, ktorú môžeš kludne šíriť.** Volať môže kto chce. Nemusí byť náš klient/klientka. Kludne aj tvoja mama, sestra, brat, alebo tvoj známy, známa, ktorá potrebuje rozprávať o veciach súvisiacich s fetom, sexbiznisom a vecami, čo riešime v teréne.

V Prome sme vždy v stredy od 18:15 do 20:15.

OD JÚNA KAŽDÝ ŠTVRTEK OD 18:15 DO 20:15 MÓŽEŠ VOLAT A MY PRÍDEME TAM, KDE PRÁVE SI. ZAVOLAJ A SPRAVÍME TI VÝMENU KLUDNE AJ PRED BARÁKOM. TELEFÓN JE 0910 601 202.

Ak by si mal/mala nápad, jak ešte viac zlepšiť to, čo spolu riešime, nemaj haluz nám hocikedy povedat. Budeme radi.

Maj sa fajnovo.

Palo V.

NEzaujímavosti

FRIDA KAHLO (1907) sa narodila ako Magdalena Carmen Frida Kahlo z Calderón v Mexiku. Bola jednou zo štyroch dcér narodených nemecko-židovskému otcovi Wilhemovi a matke Matilde z jednej strany španielskeho a z druhej mexicko-indiánskeho pôvodu. V šiestom roku jej života postihla ju detská obrna a jej pravá noha zostala chudá a zdeformovaná. Frida sa snažila to maskovať nosením nohavíc, dlhých sukní alebo dvoch ponožiek na jednej nohe. Neskôr jej svojrázny štýl vo veľkej miere ovplyvnil vtedajší svet módy.

V roku 1925 sa jej znova náhle zmenil život. Počas cesty autobusom zo školy došlo k stretu autobusu s električkou a ona utrpela vážne poranenia spôsobene železnou tyčou, ktorá jej prebodla bok a maternicu. Spočiatku to s ňou vyzeralo natoľko zle, že ju lekári tesne po nehode nechali ležať bokom a ošetrovali radšej pacientov, ktorým dávali šancu na prežitie. Frida strávila 3 mesiace v posteli. V tom čase sa naplno začala venovať maľbe a práve vtedy vznikli jej známe autoportréty, jeden z nich je dielo „Dve Fridy".

Okrem nepretržitého fyzického utrpenia na jej dielach sa podpísal aj veľmi búrlivý romantický vzťah s umelcom Diegom Riverom. Diego ju podporoval v jej umeleckej kariére a obaja sa angažovali v komunistickej politike. Kvôli následkom nehody Frida viackrát potratila. Najemotívnejšie maľby vznikli práve v tom období. Obzvlášť známy je jej autoportrét „Henry Ford Hospital".

Jej diela sú spájane so samotou, bolesťou a trápením. Neskôr následky veľkej nehody boli nekompromisné – amputovali jej niekoľko prstov na nohách a mala problémy s rukami. Neznesiteľnú bolesť často zmierňovala alkoholom. „Chcela som svoje trápenia utopiť v alkohole, ale tie mrchy sa naučili plávať." Frida Kahlo zomrela 13. júla 1954, krátko po amputácii. Zdravotné záznamy ukazujú, že umrela na pľúcnu embóliu, no mnohí tvrdia, že sa jednalo o samovraždu predávkovaním liekmi proti bolesti. Pred koncom svojho života povedala:

„Dúfam, že východ z tohto sveta bude úžasný a dúfam, že sa už nikdy nevrátim naspäť"

Prajem pekný deň či večer,

októbrový článok, ktorý práve držíte v ruke som sa rozhodla venovať jednej z aktuálnych tém práve v týchto dňoch. **18. 10. SA PÍŠE AKO MEDZINÁRODNÝ DEŇ BOJA PROTI OBCHODOVANIU S ĽUĎMI.** A hoci už predaj ľudí za účelom sexuálnych služieb nie je na prvom mieste, stále je v popredí a treba si dávať pozor.
Preto vám v skratke opíšem mechanizmus obchodovania a samozrejme ponúknem aj odporúčania, ako môžete riziko obchodovania minimalizovať.
Takže – ako funguje obchod s ľuďmi za akýmkoľvek účelom, či už ide o obchod za účelom prostitúcie, pornografie, s nevestami, nútenou prácou, žobraním, predajom detí, nedobrovoľným tehotenstvom, či obchodovanie s ľudskými orgánmi?

MECHANIZMUS JE POMERNE JEDNODUCHÝ, ČASTO SA OPAKUJE, PRÍPADNE SA NIEKTORÉ ETAPY PRESKOČIA.

...A JEHO ÚSKALIA

Na začiatku je verbovanie (nahováranie) zväčša od nejakého známeho známych, ktorých vlastne nepoznáte. Iba sľubujú prachy, dobré zázemie, všetko vybavia, všade vás odvezú, zaplatia ubytká, jedlo, poplatky.
Následne vás predajú niekomu ďalšiemu, ktorý už používa rôzne formy ako vás donútiť k „spolupráci" (násilie, vyhrážky, únos, podvody,...)
A keď ste už dostatočne spracované, začnete robiť to, čo obchodníci chcú.
Najčastejšou formou je nedobrovoľná práca, ale predaj za účelom sexuálnych služieb je druhou najčastejšou skupinou.

JE JEDNODUCHÉ SPOZNAŤ, KEDY STE SA STALI OBEŤOU OBCHODOVANIA:

- → Po príchode na miesto práce vám zamestnávateľ, prípadne iná osoba zoberie vaše veci, cennosti, doklady.
- → Vyhráža sa násilím vám alebo vašej rodine.
- → Ste nútené k práci, nedovolia vám ju skončiť, pôvodne dohodnuté podmienky práce sú vážne porušované, vykonávate inú prácu ako tú, ktorá vám bola ponúknutá.
- → Žijete v neľudských podmienkach, ste väznené, vydierané, týrané, pod vplyvom drog, pracujete zadarmo alebo za minimálnu mzdu.
- → Priestory, v ktorých pracujete alebo bývate, sú uzamknuté alebo kontrolované. Nie ste slobodné.

NO A ČO TEDA ROBIŤ, ABY STE SA VYHLI RIZIKU?

· Poriadne si overujte, kam idete a s kým idete – najlepšie s niekým koho naozaj poznáte.

· Doklady si za žiadnych okolnosti nedávajte z ruky.

· Dajte niekomu blízkemu čo najviac informácií o tom, kam idete, čo idete robiť, cez koho si to vybavujete. Napíšte to aj niekam na papier či do mailu.

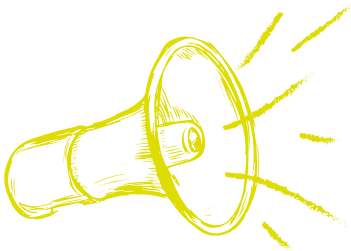
· Ak máte niekoho komu dôverujete, dohodnite si si ním pravidelný kontakt. Keď sa mu nebudete ozývať, bude vedieť, že je zle a zalarmuje políciu.

· Ak sa stanete obeťou, skúste čo najviac spoznať dom, okolie, nazbierať sily a pri akejkoľvek možnosti sa pokúsiť utiecť niekam, kde sú ľudia (nemocnice, polícia, kostoly,...)

· Veľa info sa môžete dozvedieť aj z webov či na **0800 800 818**.

Samozrejme, my v teréne či v ZÓNE vám radi pomôžeme. A ak náhodou robíte nedobrovoľne práve teraz, skúste nám dôverovať a povedať o vašej situácii. Dokážeme pomôcť.

Andrea



3P PRÁCA POMOC PODPORA

3P- ZÓNA obchodu

Možno ste si už niektorí všimli našu novinku v ZÓNE. Ide o náš malý obchodík, ktorý sme nazvali ZÓNA obchodu. Založili sme ho preto, aby boli niektoré veci k vám bližšie a nemuseli ste si ich kúpiť v obchode.

Ak sa pýtate, že ako to celé funguje, tak vám to pár vetami teraz popíšem.

Celé je to prepojené s 3P. Ak si zarobíte u nás peniaze, tak si rovno za ne môžete kúpiť niečo vz obchodíku. Stala sa už aj taká vec, že nám klientka chcela zaplatiť za nákup v hotovosti. To ale nie je možné, pretože nemôžeme od vás prijímať žiadne peniaze a rôzne iné dary. Ceny sú rovnaké ako v bežných obchodoch.

Môžete si kúpiť napríklad rôznu drogériu ako sprchové gély, deodoranty, repelenty, opaľovacie gély, prací prášok či žiletky. Z techniky tam môžete nájsť staršie používané telefóny, nabíjačky a slúchadlá. Potom tam máme aj kefy a hrebene na vlasy, štýlové fľaše na vodu a dokonca aj tašku, do ktorej sa vám zmestí možno aj celý váš život.

Ponuka je široká, už stačí iba prísť, zapojiť sa do projektu a vybrať si to, čo potrebujete. Budeme radi, ako sa aj takáto forma nákupov rozbehne.

„Projekt 3P- práca, pomoc, podpora je podporený z programu ACF- Slovakia, ktorý je financovaný z Finančného mechanizmu EHP 2014 –2021. Správcom programu je nadácia Ekopolis v partnerstve s Nadáciou otvorenej spoločnosti Bratislava a Karpatskou nadáciou“.

OD VÁS PRE VÁS

MAKOVÁ PANENKA

Zelená rastlina vovnútri zrnká maku, nikto by neveril koľko v sebe ukrýva bolesti a strachu. Miluješ a nenávidíš zároveň, musíš ju mať pri sebe každý deň. 24 hodín si v jej moci, keď sa do nej zamiluješ niet pomoci. Všetko sa pri nej premení na prach, ostáva po nej beznádej, bolesť a strach.

MÔJ PRÍBEH:

Vyrastal som v priemernej rodine. Už ako malé decko vyskúšať som chcel všetko. Ako 12 ročný som začal fajčiť trávu, zožala v mojej mysli slávu. Prvé lásky a antidiskotéky. Vždy som sa pohyboval v podivnej spoločnosti. Ako 13 ročný som si prvýkrát fúkol heroín a o rok nato som si víkendovo pichal. Do pichania ma dali starší „kamoši". Začiatky boli pekné a ja som sa časom viac namotal. Spoznal som dievča, ktoré tiež pichalo. Spájal nás heroín. Chodili a rozchádzali sme sa 4 roky. Otehotnela a skončila s drogami. Stále verila, že sa zmením. Vzali sme sa a na 18nástku som dostal syna. Po roku sa chcela rozviesť. Ja v snahe zachrániť vzťah som nastúpil na prvé liečenie a resoc. 4 roky mi vydržalo byť „normálny". Nezmenilo ma ani druhé dieťa, ani byt na hypotéku. Drogy, alkohol. Po 13 rokoch som sa rozviedol. Absolvoval som 5 liečení, zopár detoxov, metadon, suboxon, neúspešne. Drogy mi všetko vzali, čo som miloval. Nezmenila ma ani smrť matky, sestry, súdna liečba či kriminál. Zopárkrát som sa predávkoval a dostal na ulicu. Neúspešne, závislosť bola silnejšia. Zase som v base. Chcem „normálny" život. Cestu poznám, len neviem, či budem natoľko silný, aby som ju prešiel do vytúženého cieľa. Nádej je jediné čo teraz mám.

Marek

LÁSKA

Láska je oheň,
láska je bič.
Láska je všetko,
láska je nič.

CESTA SPÄŤ

Veľakrát som sa pokúšal na vlastné nohy postaviť
a závislosť v sebe zastaviť.
Čo som zbúral postaviť
a svoj život nastaviť.
Všetko zobral heroín.

UMELÉ ŠŤASTIE

Umelé šťastie za peniaze kupujem,
eufóriu sebe darujem.
Zabitá duša, zabité telo,
za pocit šťastia cítiť sa skvelo.

Zapredal ženu, rodinu
za dávku jedinú.
Preklínam deň a hodinu,
keď som sa dal na cestu podivnú.

Falošˇ, intrigy a strach,
všetko sa obrátilo na prach.
Aj keď ma to teraz akokoľvek mrzí,
nakoniec ostala bolesť a slzy.

Marek

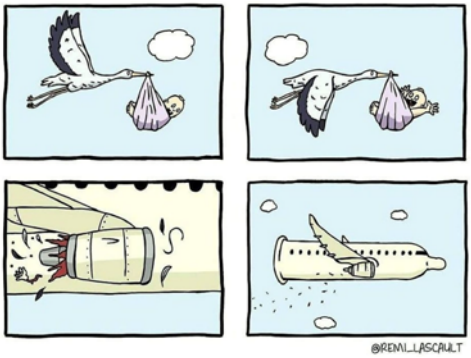
ZÁBAVA
VTIP

Učiteľka hovorí triede plnej blondínok: „Všetky ste úplne sprosté, 80% z vás nechám prepadnúť! “ Blondínky sa začnú smiať: „ Ha, ha, však toľko nás tu ani nie je! “

Bavia sa dve kamarátky, aké bolo prvé milovanie. Prvá sa sťažuje, aký bol jej partner nešetrný, a ako ju to bolelo. „ To ja som o panenskú blanu prišla celkom bezbolestne “ hovorí druhá. „ Hneď ako ho na mňa vytiahol, tak mi panenská blana praskla od smiechu! “

Príde mníška k doktorovi, že má spálené prirodzenie. Doktor sa pýta, ako sa to stalo. Mníška na to hovorí: „ Ja som tú sviečku zabudla sfúknuť. “

Muž vlezie do postele ku spiacej manželke, pritisne sa k nej a nežne a vášnivo jej zašepká do ucha: „Som bez trenírok.“ Rozospatá žena mu odpovie: „Teraz ma nechaj spať, zajtra ti jedny vyperiem.“



Dvaja zaľúbenci sa rozprávajú o živote: „ Adam a Eva mali dokonalé manželstvo. “ vraví ona. „Nechápem prečo? Asi že Eva nemusela počúvať, ako vedela dobre variť Adamova mama.“ „ Pravda, ale Adam nemusel počúvať, koľkých mužov si mohla Eva vziať “ odvetil on.

Matka hreší dcéru: „ Si bezočivá, sebecká a lenivá.“ „ Nekrič, mama, nemusia všetci vedieť, ako si ma vychovala...“

Blondínu zastaví policajt a hovorí: „ Prosil by som si váš občiansky preukaz. “ „A to je čo?“ „To je taká zelená kartička s vašou fotkou a údajmi.“ Blondína hľadá až nájde zrkadlo a povie: „ Á, to bude asi ono! “ Policajt sa doňho pozrie a povie: „ Ó prepáčte! Nevedel som že aj vy ste od polície! “

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.

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

„Čítal si ?...

...vážne ešte nie?“

„...šup šup čítaj,
nech víš čo robiť,
keď prestrelíš?!...“

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