

INTOXI

Február 2012

číslo 2 ročník 10

Časopis určený pre ľudí, užívajúcich drogy a/alebo pracujúcich v sex-biznise

Určené pre vnútorné potreby programu Chráň sa sám, OZ Odyseu



Zdroj obr: <http://2.bp.blogspot.com/->

[WcNrQDv3HXk/TWsSdygNmgl/AAAAAAAAACSQ/TL8M8BoQiCE/s1600/hearts.png](http://2.bp.blogspot.com/-WcNrQDv3HXk/TWsSdygNmgl/AAAAAAAAACSQ/TL8M8BoQiCE/s1600/hearts.png)

MICHALOV PRÍBEH...

KEĎ SA HĽADÁ ŽILA...

ANKETA

MÝTY O ŽLTAČKE TYPU C

HARM REDUCTION

ZUBY

BRIANOVA SKÚSENOSŤ

ÚVOD

Na úvod vás všetkých pozdravujem.

V tomto čísle si prečítate aj dva príbehy, čím by som chcela zároveň upozorniť na možnosť, tiež zverejniť svoj príbeh.

Môže byť aj dlhší, napríklad tvoj životopis, uverejníme ho na pokračovanie, tak ako aj Michalov príbeh, ktorý si v tomto čísle prečítaš.

Ale môže to byť hocičo, čo by mohlo ľudí zaujať.

Ja sa tiež chystám dať na pokračovanie ten môj príbeh.

Prajem nám všetkým, nech nám táto zima čo najskôr ubehne. Vraj nás ešte čakajú mínus 30 stupňové teploty☹ BRRRR.....

S pozdravom Ofra

INTOXI číslo 10/2011, ročník 9.

Vydavateľ a distribútor: OZ Odysseus, Bratislava, IČO: 31788734

Adresa vydavateľa a redakčná rada: viac informácií na www.odysseus.org alebo mailom na intoxi@ozodysseus.sk

Tlač: Kníhtlač Gerthofer, Struhárová 2, 90051 Zohor, www.gerthofer.sk

Časopis je registrovaný na Ministerstve kultúry SR ako časopis určený výhradne špecifickým čitateľom pod registračným číslom: **EV 2632/08**

Vychádza pravidelne vždy v 1. deň v mesiaci.

Časopis neprechádza jazykovou úpravou a je nepredajný!

Časopis Intoxi je určený výhradne osobám injekčne užívajúcim drogy a/alebo pracujúcim v sex-biznise.

Obsahuje informácie, ktoré pomenúvajú riziká, súvisiace s ich životným štýlom a stratégie ako ich znižovať.

Tento časopis nie je možné kúpiť si v novinových stánkoch. Je distribuovaný prostredníctvom terénnych

Sociálnych pracovníčok a pracovníkov OZ Odysseus v programe Chráň sa sám.

Články v časopise podliehajú autorskému právu. **Žiadna časť časopisu nesmie byť kopírovaná, publikovaná, alebo inak rozširovaná bez písomného súhlasu redakcie.**

ANKETA

Otázka: Stretol si sa už s drogou, zvanou krokodíl?

- Zatiaľ som sa s ním ešte nestretol a ani po tom netúžim. Čítal som o tom.
- **Áno, dal som si trocha mimo a mal som potom problémy. Keď som to vyvaril, tak to bolo zelené ako riasy. Jeden chlapec si dal do nohy a má ju teraz veľkú a čiernu. Vraj by to malo byť silnejšie (pozn.: ako heroín) ale bolo to také isté, možno preto že je to nasekané.**
- V poslednej dobe mám pocit že to beriem. Je to úplne iné ako doposiaľ, od leta. Iné stavy to vyvoláva, zacítim to keď si dám, ten flash. A drží ma to dlhšie.
- **Počul som už o tom, aj som o tom čítal. Ale skúsenosť s ňou nemám.**
- Mala som s tým skúsenosť, ale neviem aké to ma účinky, lebo mi to skryštalizovalo.

Zdroj obr: <http://www.srbijanet.rs/images/stories/vesti-bizarno/2/droga-krokodil-3.jpg>



Dnes o zuboch...

Zuby – užitočné a zároveň dotvárajú náš úsmev. Spomínam si, ako mi jeden klient na výmene povedal: „Závidím ti tvoje zuby“. A fakt je, kým sa nám zuby nezačnú kaziť alebo strácať, ich hodnotu si často neuvedomujeme. Veď zuby boli, sú a budú... no ale to nie je celkom tak. Na to, aby zuby boli v našich ústach aj v budúcnosti, musíme sa o ne starať. A to platí dvojnásobne pre ľudí, ktorí fajčia, berú piko alebo nemajú prostriedky či návyk pravidelnej ústnej hygieny.



Podme na to najprv zoširoka: dospelý človek má 32 trvalých zubov. Trvalý zub – keď raz vypadne alebo ho vytrhnú, nový ho nenahradí. Pokiaľ sa o zuby nestaráme, neumývame si ich pravidelne, hromadí sa nám v nich jedlo, baktérie a tie spôsobia, že zub slabne, spraví sa na ňom kaz. Zubár môže kaz jednoducho odstrániť a zub žije ďalej – avšak neodstránený kaz sa šíri a môže zničiť celý zub.

Zuby a drogy

Fajčenie cigariet všeobecne zuby oslabuje. To, o čom tu chcem však písať viac, je piko, ktoré má významný vplyv na zuby. Piko, spôsobuje hneď niekoľko faktorov vplyvajúcich na zuby:

1. Piko spôsobí, že sa v ústach tvorí menej slín, možno poznáš také to sucho v ústach. Sliny sú prirodzený a základný čistič zubov, chránia zuby. Keď ich je menej, zuby sa môžu začnú kaziť.
2. Piko môže spôsobiť, že mimovoľne začneš škrípať zubami alebo ich zatínať. Často si to človek neuvedomí. Škrípanie zubami fyzicky ničí zuby a to len prispieva k ich oslabeniu.
3. Piko a hlavne pikové jazdy majú negatívny dopad na životosprávu – človek často nejede a nepije niekoľko dní. Zlá životospráva negatívne ovplyvňuje naše zuby.

Tu netreba tiež zabúdať na heroín a metadon. Heroín tiež spôsobuje zníženú tvorbu slín. Metod je zasa sladký, čo tiež zubom neprospieva. Preto aj pri týchto drogách je dobré venovať zvýšenú pozornosť svojim zubom.

Čo robiť, aby som neprišiel/a o zuby?

Tieto tipy sú dobré ako pre úplného abstinenta, tak aj pre užívateľa/lku drog.

Lekári odporúčajú **umývať zuby kefkou 2x denne**. Pre mnohých ľudí, napr. tých ktorí ani hlavu nemajú kde zložiť, toto nie je reálne. Napriek tomu, čistenie kefkou a pastou (pasta pomôže veľa ale nemusí byť) dokáže zubom veľmi pomôcť. Pravidelné čistenie je ideálne, ale aj nepravidelné čistenie je lepšie ako nič.

Pre zuby je dobré, keď človek **pije dostatok čistej vody**. Žiadne ochutené sladké vody- tie zubom škodia! Vypiť dva litre čistej vody je minimum pre každého človeka. Pozor! Čistá voda pomôže aj

tvojim žilám a navyše je dobrá na zuby, lebo pitím vody zuby prirodzene prečistíš a podporíš tvorbu slín.

Vyplachuj si ústa čistou vodou alebo ústnou vodou. Je to rýchle a účinné.

Žuj žuvačky bez cukru. Žutie žuvačky podporuje tvorbu slín – a tie sú pre zuby dôležité a navyše očisťuje zuby od úbytkov jedla. Navyše, ak škripeš zubami, žuvačka môže pomôcť zmenšiť trenie medzi zubami a tým sa znižuje riziko poškodenia. Ako alternatívu k žuvačkám, môžeš siahnuť po nesladkých cukríkoch.

Pi a jedz mlieko a mliečne výrobky. Obsahujú látky (najmä vápnik), ktoré posilňujú kosti a zuby.

Na Slovensku sa odporúča, aby každý človek raz ročne navštívil zubára/rku na takzvanú preventívnu prehliadku. Dokonca poisťovne majú podmienku: pokiaľ na takúto prehliadku nejdeš, ďalší rok zubnej starostlivosti zacvakáš z vlastného vrecka. To neplatí u zubárov súkromných, ktorých je momentálne asi v Bratislave väčšina. U nich platíš za všetky úkony, poisťovňa neprepláca nič. Ceny sú rôzne, napríklad trhanie zubu s umrtnením sa pohybuje okolo 70euro u súkromného zubára.

Pokiaľ máš akútne bolesti, v Bratislave sa nachádza pohotovostná zubná ambulancia:

Zubná pohotovosť v Bratislave sa nachádza v Ružinove, ulica Drieňová 38.

Ordinačné hodiny:

Po – Pia: 18:30 – 7,00

So, Ne, sviatky: non-stop

Pri predložení kartičky poistenca doplácaš za pohotovostné ošetrovanie, avšak samotný úkon hradí poisťovňa. Pohotovosť ťa ošetrí aj keď nemáš kartičku poistenca, avšak všetky úkony musíš zaplatiť sám.

To je na dnes odo mňa všetko. V prípade otázok, pýtaj sa na výmene...a ako dočítaš tento článok, bež sa napiť vody!:)

Maj sa,

Mirka

Zdroje:

Donaldson, M., & Goodchild, J. H. (2006). Oral health of the methamphetamine abuser. *American Journal Of Health-System Pharmacy*, 63(21), 2078-2082.

<http://www.meth.org.au/index.php?id=30>

<http://www.zzz.sk/?profil=6397>

Obrázok: http://www.szs.edu.sk/dvs_98/zub.gif

KEĎ SA HĽADÁ ŽILA...

...človek vie byť naozaj vynaliezavý. A podľa hesla „topiaci sa aj slamky chytá“, vám môžu niekedy napadnúť naozaj zaujímavé tipy & triky. Niektoré z nich však môžu byť celkom nebezpečné, hoci v zúfalej situácii sa vám budú zdať skutočne lákavé. Pozrime sa, čo odporúčajú injekční/é užívatelia/lky zo zahraničia a čo z toho sa ne/oplatí skúšať. Pri každom vyjadrení nájdeš hodnotenie z hľadiska bezpečnosti.

„Ak hľadáš nové žily, je to u každého rôzne. Ja som zistila, že na zápästí a na opaku dlane mi neuhýbajú a vyhovujú mi.“

Náš názor: Môže byť! Pichaním do žíl na ruke (konkrétne na opak dlane) sa vystavuješ nižšiemu riziku, že vážne ohroziš svoje zdravie. ALE! Žily na tomto mieste sú malé a citlivé, ľahko sa porušia. Môžu uhýbať, takže bude ťažšie ich trafiť. Keď už sa ale trafiš, vstreknú čo najpomalšie. V opačnom prípade máš väčšiu šancu, že si ich zničíš a môže ti ostať opuchnutá ruka so zhoršeným prekrvením, studená a namodralá. Nevýhodou môže tiež byť, že ak si tu urobíš jazvu – ťažko to zakryješ. Nechaj si miesta vpichu poriadne zahojiť, kým do nich pôjdeš znova – STRIEDAJ ICH! Ale to platí pre všetky žily, nie len tie na ruke. Keď picháš stále na to isté miesto, môže ti žila proste zmiznúť. Najlepšie je striedať končatiny, napríklad, raz

dáš do
pravej
ruky,
druhýk
rát do

SUPER TIP!

Keď ti miesto po vpichu prestane krváčať, nakrémuju ho. Pomáha to hojeniu a znižuje tvorbu jaziev!

ľavej atď.

„Daj zo striekačky dole ihlu a strekni si to do zadku. Je to najbližšie ako sa dostaneš k pocitu z vpichnutia do žily, kým si nenájdeš ďalšie žily na vpich.“

Náš názor: Môže byť! Ak si už nevieš nájsť nijakú žilu alebo si picháš do naozaj nebezpečných miest (krk, trieslo), vyskúšaj radšej tento spôsob. Niektorí/é užívatelia/lky tvrdia, že ide úplne najlepší spôsob užívania drogy bez ihly. Konečník je totiž zvnútra bohato prekrvený, a tak sa droga dostane rýchlo do obehu. Nezabudni pri tom dodržiavať také isté zásady ako pri normálnom užití ihlou: s nikým nezdieľaj žiadne nádobíčko (ihlu, striekačku, filtrík, vrchnák, vodu). Inak môžeš byť v riziku, čo sa týka HIV, hepatitídy B aj C. Dávku si pripravuješ bežným spôsobom, len nezabudni dať dole hrot ihly!!! Na zadok použi trochu lubrikačného gélu (dostaneš od nás na výmene), skús uvoľniť svaly a zasuň striekačku dnu približne 1 cm, čiže stačí naozaj kúsok. Vstreknú pomaly a jemne. Svaly na zadku sú dosť silné, takže sa nemusíš báť, že z teba dávka vytečie. Ak máš nutkanie ísť hneď na záchod, vydrž – tento pocit by po chvíli mal prejsť.

„Skúsil som už úplne každú žilu. Moja obľúbená voľba je na krku, ale je to zložité pichnúť.“

Náš názor: NEBEZPEČENSTVO, BUĎ OPATRNÝ/Á! Krk je spolu s trieslom (vnútorná strana stehna) najnebezpečnejšou voľbou pri injikovaní. V krku sa nachádza veľká krčná žila, ale aj krčná tepna. Žilu spoznáš podľa toho, že krv je tmavočervená a musíš ju natiahnúť, aby išla do striekačky. Pokiaľ trafiš nesprávne do tepny (vytláča ti piest, krv je spenená a svetločervená), hrozí ti rozsiahle krvácanie a prípadná smrť. Môže sa stať, že opuch na krku ti bude vážne brániť v dýchaní alebo jedení. Môžeš si tiež spôsobiť vážne poškodenie nervov, ktoré vedú do mozgu a do ostatných častí tela, to znamená, že tieto nervy sú fakt dôležité. Ak už picháš do krku, bolo by fajn zvážiť prestávku s ihlami alebo aj užívaním drog vôbec. Porozmýšľaj nad inými spôsobmi (napríklad vyššie odporúčané užitie cez zadok).

Poradie miest na injikovanie – od najbezpečnejšieho:

- vnútorná strana lakťa, oblasť smerom od lakťa po rameno
- smerom od lakťa po chrbát dlane, predlaktie z vonkajšej strany

„Môžeš sa začať rýpať a hľadať hlboké žily, párkrát mi to tak vyšlo. Keď mi ale žily začali miznúť, veľmi rýchlo nasledovali všetky ďalšie.“

Náš názor: NEBEZPEČENSTVO, BUĎ OPATRNÝ/Á! Keď sa doslova snažíš „loviť“ hlboké žily, ktoré nevidno máš väčšiu šancu, že chytiš tepnu alebo nerv, prípadne kosť. Nerv spoznáš podľa veľkej bolesti a keby si to náhodou skúsil/a, do striekačky ti nepôjde aj tak žiadna krv. Jeho poškodenie môže mať vážne následky. Ak sa rýpeš napríklad v oblasti triesla, poškodenia nervu môžu ovplyvniť pohyblivosť a citlivosť v nohe. V horších prípadoch dôjde k ochrnutiu končatiny. Zároveň ti hrozí, že sa ti zlomí ihla a ostane v tebe hrot. Ak už lovíš hlboké žily, tak aspoň na poriadne osvetlenom mieste a vtedy, keď máš čas a nemusíš sa báť, že ťa niekto vyruší. Jednoznačne však toto lovenie neodporúčame.

Tak to bolo zopár príkladov, čo sa dá robiť v situácii, kedy sa nedarí nájsť žilu. Mám pre vás navyše niekoľko tipov, ako sa jej dá pomôcť, aby sa ukázala:

1. **ŠKRTIDLO** NAOZAJ FUNGUJE! Hlavne, keď je pružné. Okrem toho, by malo byť dostatočne široké, aby príliš nerezalo a také, aby sa dalo čistiť. Škrtidlo vždy uvoľni tesne pred tým než si vstrekneš dávku, inak riskuješ poškodenie žily!
2. Skús si chvíľu nechať **ruky voľne pri tele smerom nadol**. Žily sa tak ľahšie prekrvia a to znamená, že budú viditeľnejšie.
3. **Pocvič si s rukou**, zatínaj päst viackrát po sebe alebo niečo zdvíhaj, napríklad fľašu s vodou, krúž rukami.
4. **Teplo** tiež môže byť kľúčom k zviditeľneniu žíl. Kým si pripravuješ dávku, prehod' cez seba niečo teplé – sveter alebo deku. Ak máš po ruke fén, „vyfénuj si“ ruky. Ak máš, kde, tak si ponor končatinu do teplej vody. Nikdy sa ale nenastreľuj vo vani, mohol/la by si sa utopiť, ak odpadneš.

Tak toto je pre tentokrát všetko. Zaujímalo by ma, ako sa vám darí striedať miesta vpichu a čo robíte, keď neviete nájsť žilu – okrem toho, že to človeka asi pekne našťve... Dúfam, že porozprávate v teréne. Želám vám čo najzdravšie žily,

Ivet

Zdroje:

<http://www.bluelight.ru/vb/threads/491184-All-veins-collapsed.-Shoot-up-PRO-S-NEEDED.HELP!/page2>,
<http://www.harmreduction.org//downloads/levels.pdf>,
<http://www.harmreduction.org//downloads/rotate.pdf>,
<http://www.harmreduction.org//downloads/arteries.pdf>,
http://www.exchangesupplies.org/shopdisp_P303.php?page=read,
<http://www.hiwecanhelp.com/safer-using/how-drugs-are-taken/rectal.aspx>,
<http://www.scribd.com/doc/51815887/Safer-Injectin>



Ako to vyzerá dnes s harm reduction v Európe?

V októbri 2011 sa v Marseille, vo Francúzku konalo stretnutie predstaviteľov Európskej harm reduction siete (EuroHRN). Okrem iného sa hovorilo o tom, v akom stave je harm reduction v Európe. Tak ako to vyzerá? Ponúkame vám preklad výstupu z tohto stretnutia. Nech sa páči...My fungujeme na rovnakom princípe.

Na začiatku 90. rokov „dobil“ Západnú Európu nový prístup v oblasti užívania drog – harm reduction (znižovanie rizík súvisiacich s užívaním drog). Vo veľkých mestách ako Liverpool, Amsterdam, Zurich a Frankfurt, kde žilo veľké percento ľudí užívajúcich drogy boli mimovládne organizácie a terénni/e pracovníci/čky konfrontovaní/e oficiálnou ideológiou, ktorá hovorila o nulovej tolerancii voči užívaniu drog. Bola založená na teórii, že jediný legitímny výsledok akýchkoľvek snáh v tejto oblasti, je dosiahnutie abstinencie.

Zmena nastala až hrozbou narastania HIV epidémie, ktorá prepísala tradičnú múdrosť, ktorá hovorila „stačí, keď povieš nie“. Ako však liečiť užívateľov/ky drog bez toho, aby boli braní/é ako ľudské bytosti a ako súčasť riešenia a nie súčasť problému? Nové kroky boli vedené komunitami ľudí užívajúcich drogy, ktorí sa zmobilizovali aby sa voči HIV a predávkovaniu postavili. Vznikali tiež preto, aby presvedčili vládnych predstaviteľov, že naháňanie a zatváranie užívateľov drog nie je najlepšia cesta ako riešiť tieto problémy.

Prístup harm reduction prelomil zaužívaný prístup v užívaní drog: legalizácia – prohibícia a ponúkla pragmatické odpovede: distribúcia sterilného injekčného materiálu a substitučnú liečbu opiátov ako prevencia krvou prenosných ochorení, trestnej činnosti a predávkovaní. Prístup harm reduction pracuje s užívateľmi/kami drog bez posudzovania alebo odsudzovania.

Na konci storočia sa prístup harm reduction stal súčasťou národných drogových stratégií v takmer všetkých európskych krajinách – a čo viac, prístup harm reduction sa stal súčasťou oficiálnej stratégie Európskej Únie. V Západnej Európe začalo niekoľko miest experimentovať s inovatívnymi programami; ako napr. zavedenie užívateľských miestností, udržiavacia liečba heroínu na predpis a distribúcia Naloxonu (lieku, ktorý sa podáva na zvrátenie účinkov predávkovania, pozn. prekladateľky). V súčasnosti, prístup harm reduction je súčasťou hlavných liečebných systémov vo väčšine Európskych krajín a výsledky sú veľmi viditeľné: injekčné užívanie drog je oveľa menší problém v súvislosti s HIV, trestnou činnosťou a predávkovaním v Európe v porovnaní s tými časťami sveta, ktoré sa zavádzaniu prístupu harm reduction vo svojich krajinách bránia.

Môžeme byť však dnes svedkami aj spätných krokov. Kvôli ekonomickej kríze sa veľmi výrazne znižujú dotácie na harm reduction. Tam, kde nie je dostatok financií, ľudia zvyknú obviňovať za svoje problémy marginalizované komunity a rastie podpora populistických politik, ktoré sa oháňajú sľubmi znovunastoliť zákon a poriadok.

Avšak „v mekke“ harm reduction akou je napr. Holandsko, nie je ozajstné nebezpečenstvo, žeby vláda stopla iniciatívy harm reduction, dokonca aj keby to znamenalo reštrikciu drogových politik všeobecne. Akokoľvek, v Strednej a Východnej Európe, je situácia väčšinou taká, že verejná podpora prístupu harm reduction je biedna, systémy zdravotnej starostlivosti sú slabé a nové populistické vlády môžu spôsobiť veľmi veľké škody.

Tak napríklad, v mojej krajine - Maďarsku, vláda znížila za dva roky balík peňazí na drogovú problematiku o dve tretiny. Naviac, tento prístup neprijíma našu progresívnu, harm reduction orientovanú drogovú stratégiu a nahrádza ju novou „ozdravujúcou“. Pojem „ozdravujúca“ sa zaviedol z Veľkej Británie, kde Konzervatívna vláda používa tento termín v centre svojich drogových politik. Jediný problém s uzdravením je ten, že je to ideologicky zavedený koncept a nikto ho poriadne nevie definovať. Abstinencia je pochopiteľne súčasťou riešenia – ale nie je to jediné riešenie. Verím, že harm reduction ako filozofia a ako prax prežije tieto problémové časy aj vďaka tomu, že je teraz v Európe príliš rozšírený. Otázka znie, koľko ľudí musí ešte prísť o svoje zdravie a svoje životy, kým si vlády uvedomia že „IBA ABSTINENCIA“ – prístup, nebude úspešný.

Z anglického jazyka preložila Eva

Autor: Peter Sarosi, HCLU (Hungarian Civil Liberties Union), Maďarsko

Zdroj: http://drogriporter.hu/en/eurohrn_marseille

Brianova skúsenosť s liečbou hepatitídy C

„Moja skúsenosť začala v roku 1996, keď som bol diagnostikovaný HIV. Bolo to dosť devastujúce. Zo šoku som sa dostal tak asi po mesiaci, keď som konečne začal s liečbou. „kokteil“ liekov na HIV boli práve schválené na používanie. Mesiac potom ako som začal s liečbou, moje pečňové enzýmy sa začali zvyšovať závratnou rýchlosťou a celý som ožltel. Mal som hepatotoxickú reakciu na jeden z liekov. Reakcia bola oveľa silnejšia ako môj lekár predpokladal. Po niekoľkých testoch to prišlo – zistili mi hepatitídu C (HCV). Nevedel som o tom veľmi veľa a stále neviem ako som to presne dostal alebo ako dlho s tým žijem.

Dostal som teda dvojitú ranu – HIV aj HCV. V tom čase si lekári neboli istí ako ma presne liečiť alebo ktoré ochorenie liečiť ako prvé. Dnes je však úplne iná a lekári sú viac oboznámení o tom, ako liečiť koinfikovaných pacientov takých ako ja. Po mojej prvej biopsii pečene (a áno bol som vystrašený z tej biopsiovej ihly, ale našťastie to trvalo len krátko) sa zistilo, že moja pečeň bola už pokročilom štádiu fibrózy (chronický proces „väzivovatenia“ pečene; hromadenie spojivového tkaniva v pečeni, ktorý môže v neliečenom stave dospieť do cirhózy pečene) a zápalu. Začal som teda s liečbou interferénom 3 krát do týždňa. To bolo všetko, čo bolo vtedy dostupné. Počas liečby som sa cítil unavený a dostával som príznaky podobné chrípke, ale najhoršia bola depresia. Nikto mi nepovedal, že depresia môže byť vedľajším účinkom liečby interferénom! Depresia bola dosť silná, ale porozprával som sa o tom s mojím lekárom, ktorý mi odporučil antidepressíva. Jeden mi zabral veľmi dobre a nemusel som ho ani brať vo veľkých dávkach.

Liečba pacientov koinfikovaných HIV aj HCV môže byť zložitá. V mojom prípade interferón spôsobil, že moje biele krvinky sa výrazne znížili (biele krvinky určujú mieru toho ako pracuje imunitný systém). Zatiaľ čo moja depresia bola teraz veľmi dobre pod kontrolou, únava a nespavosť sa vyskytovali spolu s mojou neschopnosťou koncentrovať sa. Po 8 mesiacoch sa zaznamenal iba veľmi slabý pokles mojej HCV vírusovej záťaže, ale potom to opäť stúplo. Keďže liečba interferénom mi veľmi nezaberala, spolu s lekárom sme sa rozhodli, že s liečbou nebudeme pokračovať. V roku 1998, keď sa stal dostupným ribavirín spolu s kombináciou interferónu, požiadal som svojho lekára, aby sme to vyskúšali. Namiesto užívania interferónu 3 x do týždňa, som nástojil, aby som ho bral denne. Toto trvalo iba 2 mesiace. Z takej veľkej dávky mi začalo bývať veľmi zle a dostal som hemolytickú anémniu (druh chudokrvnosti (anémie), pri ktorej sa rozpadávajú červené krvinky (vzniká hemolýza), ktorá bola spôsobená užívaním ribavirínu.

Nanešťastie, tým, že som mal koinfekciu HCV s HIV, stav mojej pečene sa rapídne zhoršoval. Bol čas niečo s tým robiť, a ja som sa rozhodol bojovať. V tom čase sa schválil na



užívanie pegylovaný interferón spolu s ribavirínom. Začal som užívať túto kombináciu. Čakal ma rok liečby. V 12. týždni liečby som mal prvý krát nezistiteľnú vírusovú záťaž, čo bolo veľmi dobrým znakom toho, že liečba funguje. V tomto bode som sa už cítil „expertom“ na liečbu a vedel som, že mám pár týždňov pred začatím liečby užívať antidepresíva. Tie mi potom pomohli pri zvládaní depresie a zmien nálad počas liečby a pomohli mi cítiť sa psychicky dobre. Píjaval som často vodu aby som si prečistil systém a nútil som sa do prechádzok a ľahkých cvičení každý deň, čo mi v podstate pomohlo zvládať ďalšie vedľajšie účinky ako príznaky podobné chrípke a bolesti. Musím povedať, že tieto účinky liekov boli jemnejšie ako tie, ktoré vznikajú pri liečbe štandardným interferónom.

Po 8 mesiacoch liečby mi zistili gastroezofágovú refluxovú chorobu (spôsobenú problémami so žalúdočnou kyselinou), ktorú vyvolalo užívanie ribavirínu a musel som to začať liečiť. Užíval som tony liekov každý deň a niekoľko injekcií liekov každý týždeň. Toto, čo píšem, môže znieť dosť zle, ale ver mi, nakoniec to stálo za to. Vírus sa mi dostal na nezistiteľnú úroveň v 72. týždni po začatí liečby. Zbavil som sa hepatitídy - nemal som ju ani po šiestich mesiacoch po skončení liečby (dosiahol som trvalú virologickú odpoveď). Aj keď sa hepatitída stala akosi súčasťou mojej identity, bol som šťastný. Pre mňa to znamenalo, že som sa už jednej choroby zbavil, potreboval som ešte „poriešiť“ tú druhú...

Na HIV som sa liečil iba s miernymi komplikáciami. Moja pečeň sa znormalizovala, mám viac energie a viem sa koncentrovať lepšie ako pred rokmi. Dokonca som začal s hraním bridžu.

Môj odkaz pre tých, ktorí sa rozhodujú liečiť hepatitídu C je, že každý z vás to môže dokázať. Musíš chcieť vytrvať a zbaviť sa toho. Ak tvoje telo nereaguje dobre na úvodnú liečbu alebo ak zrelapsuješ, zapamätaj si, že svojej pečeni si už aj tak pomohol/la. Musíš riešiť každý vedľajší účinok liečby a vedieť o možnostiach ako s nimi bojovať. Niektorí/é lekári/ky sa rozhodnú skôr znížiť dávkovanie HCV liekov ako liečiť symptómy. Každá situácia je iná a ja nie som lekár, ale moja skúsenosť mi hovorí, že je vždy lepšie liečiť každý vedľajší účinok liečby a pokúšať sa brať plnú dávku HCV liekov, aby sa dosiahol najväčší účinok. Áno, potrebujeme lepšie lieky, ale na ne si počkáme asi ešte niekoľko rokov.

Ak môžeš, nečakaj s liečbou. Byť na liečbe nie je vôbec zábava, ale dá sa to zvládnuť a TY to môžeš zvládnuť. Zbavením vírusu je šanca, že sa budeš cítiť oveľa lepšie a svojmu telu pomôžeš.

Preložila Eva

Zdroj:

<http://www.hcvadvocate.org/community/stories/Brian.pdf>

Zdroj obr: <http://3.bp.blogspot.com/>

[zjvIDZ_4ZRg/TlsuYW6FfzI/AAAAAAAAACAQ/gwtA01d43zl/s1600/drogy%252C+hepat%25C3%25ADda.jpg](http://3.bp.blogspot.com/_zjvIDZ_4ZRg/TlsuYW6FfzI/AAAAAAAAACAQ/gwtA01d43zl/s1600/drogy%252C+hepat%25C3%25ADda.jpg)

Mýty o žltacke (hepatitíde) typu C

Na Slovensku sa predpokladá, že každý druhý človek injekčne užívajúci drogy žije so žltackou typu C. Ak si zoberiem naše rozhovory v teréne, tak sa tomu ani nedivím. Mnoho z vás veľmi dobre vie, aké je to žiť so žltackou typu C. Dnes som sa rozhodla, že vám napíšem zopár viet o mýtoch, ktoré o žltacke typu C kolujú.

Mýtus 1: Žltacka typu C je smrteľný trest

Väčšina ľudí žijúcich so žltackou typu C žije normálny a zdravý život. Ich život žltacka typu C ovplyvňuje v závislosti od toho, v akom štádiu ochorenia sa nachádzajú a aké príznaky žltacky typu C sa u nich prejavili. Veľa ľudí má skúsenosť s malými alebo žiadnymi príznakmi a s miernym poškodením pečene. (1) Podľa Centra pre kontrolu ochorení (USA) len 20 – 30% ľudí žijúcich so žltackou typu C majú komplikácie spôsobené žltackou typu C, ktoré ohrozujú ich život. (2) Na rozdiel od HIV ochorenie žltacky typu C sa dá vyliečiť. Úspešnosť liečby je vysoká. Až 65 - 90% ľudí žijúcich so žltackou typu C sa môže počas liečby vyliečiť.

Mýtus 2: Žltacku typu C možno chytiť cez sex

Vírus žltacky typu C sa nachádza v krvi. Nenachádza sa v iných telesných tekutinách. Preto sa žltacka typu C nezaraďuje medzi sexuálne prenosné ochorenia. Existujú však sexuálne aktivity, kedy môže dôjsť k prenosu žltacky typu C počas sexu. Avšak aj v tomto prípade sa vírus prenáša krvou. Prenos môže nastať napríklad počas nechráneného análneho sexu (sex do zadku) alebo nechráneného sexu počas menštruácie. Preto sa pri svojej ochrane vyhnite krvi pri sexe. Najdôležitejšie je vedieť, že žltacka typu C je krvou prenosné ochorenie a prenáša sa krvou (pri zdieľaní injekčného materiálu – a to nielen ihliel, ale aj štipľov, vody, filtrov..., žiletiek, zubných kefiek a podobne). (1)

Vedeli ste, že...?

Liečba žltacky typu C je najviac efektívna v akútnej fáze (teda počas prvých 6 mesiacoch od nakazenia).

Ľudia s miernym ochorením pečene, nevyžadujú okamžitú liečbu.

Liečba by mala byť ponúknutá ľuďom so stredne ťažkým poškodením pečene. U nich existuje riziko napredovania cirhózy pečene.

Ľudia, u ktorých už prepukla cirhóza pečene, majú menej možností účinnej liečby. Pre niektorých existuje už len možnosť transplantácie pečene. (3)

Mýtus 3: Ak niekto vyzerá zdravo, znamená to, že nemá vírus

Nie je možné určiť, či niekto má alebo nemá vírus žltacky typu C na základe toho ako vyzerá. To, ako človek vyzerá nemá väčšinou vplyv na to, či má ochorenia, akými sú žltacka typu C alebo infekcia HIV. Ľudia žijúci so žltackou typu C sú takí istí ako ostatní ľudia. Jediný spôsob ako zistiť, či má niekto vírus žltacky typu C, je absolvovať test. Väčšina ľudí

totiž nemá príznaky a ani netuší, že by mohli žiť z vírusom typu C, kým im to test nepotvrdí. (1)

Mýtus 4: Alkoholový tampón dokáže zabiť vírus žltacky typu C

Alkoholový tampón odstraňuje baktérie na povrchu pokožky. Nedokáže zabiť vírus žltacky typu C. Preto sa vírus žltacky typu C, môže preniesť cez:

- krv, ktorá ostáva na rukách
- krv, ktorá ostáva na použitých ihlách, lyžičkách, filtroch, škrtidlách, stolov a pod.

Vírus žltacky typu C ostáva v krvi, ktorá je okom neviditeľná. To znamená, že aj ak si ruky či injekčný materiál vyčistíme (mydlom, saponátom, alkoholákom), sme stále v ohrození prenosu žltacky typu C. Jediná cesta ako sa efektívne chrániť pred žltackou typu C:

- je mať vlastný materiál na injikovanie (najlepšie sterilný),
- je mať vždy novú podložku pri príprave injekčného materiálu (napr.: čistú dvojstranu novín na zemi, stole),
- nenechať sa „nastreľovať“ druhým človekom, ktorý môže mať na rukách svoju krv po tom ako sa nastrelil on sám .

Umývanie rúk a dezinfekcia použitého materiálu na injikovanie, však znižujú riziko prenosu žltacky typu C. Ak ste nútení zdieľať pomôcky na injikovanie, určite si ich vyčistite. Ak ste nútení nechať sa „nastreliť“ niekým druhým, pomôže umytie rúk mydlom alebo dezinfekčným prostriedkom v teplej vode. (1)

Mýtus 5: Dezinfekčné prostriedky (napr.: SAVO) dokážu zabiť vírus žltacky typu C

Neexistuje garancia, že dezinfekčné prostriedky dokážu zabiť vírus žltacky typu C. Dezinfekcii sa lepšie darí na hladkých povrchoch (napr.: stôl). stole). Pre dezinfekciu je však veľmi ťažké dostať sa ku krvi, ktorá je zachytená v injekčnej striekačke. Stále však platí to, čo vyššie. Ak ste nútení použiť po niekom materiál na injikovanie, je lepšie ho dezinfikovať ako neurobiť nič. Dezinfekcia riziko prenosu znižuje. Je dôležité nechať ju pôsobiť aspoň 2-3 minúty(1). Ak by ste predsa len mali pocit, že sa dá vírusu žltacky typu C ľahko zbaviť, tak vás musím vyviešť u omylu. Vírus žltacky typu C dokáže prežiť v striekačke až neuveriteľných 63 dní.(5) Takže pozor, je to naozaj silný protivník.

Mýtus 6: Ak máme dvaja žltacku typu C, je OK zdieľať injekčný materiál

Nikdy nie je OK zdieľať injekčný materiál! Nikdy nevieš aké iné ochorenia druhý človek môže mať (napr.: HIV, syfilis). Pri zdieľaní je možné, že od toho druhého získaš iný typ, subtyp alebo kmeň vírusu žltacky typu C. Čím viacej typov, subtypov alebo kmeňov žltacky typu C človek má, tým je jeho ochorenie komplikovanejšie. (1) Zároveň. Aj človek, ktorý sa už zo žltacky typu C vyliečil, sa môže nakaziť opätovne. Preto stále opakujeme v teréne, aby ste injekčný materiál nikdy nezdieľali.

- Соня-

Zdroje: (1) WHACK magazine n. 21 VIVAIDS 2008 (2) <http://www.hepatitis-central.com/frequently-asked-questions.html> (3) Guide to hepatitis C for people living with HIV. (2009). vyd.: HIV I-base. www.i-Base.info (4) http://www.hcvadvocate.org/hepatitis/factsheets_pdf/How%20long_10.pdf

Zdroj obr.: http://www.rawa.org/temp/runews/data/upimages/syringe_hiv_unaware.JPG,
http://sfhiv.org/images/basics_needle.jpg

Bezdomovectvo v Maďarsku je trestné

V Maďarsku je od 1. decembra 2011 platný zákon na základe, ktorého môžu potrestať človeka zato, že žije na ulici. Podľa zákona polícia má človeka, ktorý žije na ulici najprv varovať, ale s druhým napomenutím behom pol roka mu súd môže vymerať peňažný trest až do výšky 150 000 forintov (cca 400eur) alebo mu môže určiť trest odňatia slobody až na 60 dní. Na základe tohto zákona však nikoho nemôžu sankciovať v mestách, kde miestna samospráva nezabezpečuje v dostatočnej miere starostlivosť o bezdomovcov, napr. v mestách, v ktorých nie je zriadené dostatočné množstvo nocľahární a útulkov.

Podľa maďarského trestného zákona môže byť potrestaný každý, kto spácha trestný čin na území Maďarska bez ohľadu na jeho štátnu príslušnosť, to znamená, že tento zákon musia dodržiavať aj občania SR, ktorí sa zdržujú na území Maďarska.

Štatistika: V Maďarsku žije 30 000 ľudí bez domova z toho až 8-10 000 v hlavnom meste. V krajine žije takmer 100 000 ľudí s hepatitídou C a takmer 2000 ľudí s HIV.

Spracovala: Dominika

Zdroj:

www.origo.hu

www.nol.hu

www.webbeteg.hu

net.jogtar.hu



Zdroj obr: http://4.bp.blogspot.com/_v5gnIV9YCQo/Sw2Hwsz6iOI/AAAAAAAAAaG/a3f2DR2-BOI/s1600/591150364846e99bb6bc1_bezdomovci.jpg

MICHALOV PRÍBEH...

Ako som sa dostal znova do basy.

Po predošlom prepustení z väzenia som zostal na ulici. Kradol som, predával drogy, lúpil a zbíjal.

Hrával som hracie automaty, aj keď som bol na ulici. Potom som sa ubytoval v kempe pre bezdomovcov, Priestor pre život. Predával som časopis Priestor pre život a slušne ma to aj užívalo.

Žil som si skromný a slušný život.

Čo som zarobil, som prehral na hracích automatoch.

Nemal som ako výťažok z predaja časopisu, vrátiť majiteľovi kempu, tak som zavolať v piatok kamarátovi v Prievidzi, či ideme na akciu, teda kradnúť. Dohodol som sa s ním na 22.00 hod.

Zatiaľ som popíjal s inými kamarátmi a jedného zbili, tak som to išiel riešiť a pri bitke jednému 17-ročnému chalanovi vypadol mobil. Vzal som ho a on ma udal a policajti na mňa vykonštruovali lúpež. Ten dotyčný chlapec na mňa tvrdil, že som mu ten mobil vytrhol, čo nebola pravda.

Odsúdili ma na 9 rokov a 6 mesiacov nepodmienečne!

Odpykávam si svoj trest, čo som nemal dostať!

Neverím už na spravodlivosť a súdnictvo v Slovenskej Republike.

Ak vás môj príbeh zaujal, chystám pokračovanie o živote vo väzení.

Ak sa ma chcete niečo spýtať, môj kontakt je: **Bartoš Michal**

PS-7/Hrad bl-10

Leopoldov 920 41

S pozdravom Michal

Volam sa Michal a rad by som sa zoznamil so ženou, ktora by sa nehanbila nadviazať kontakt s väznom.

PS: Hľadám priaznenu dusu a verim, ze si to prave TY.

Kontaktuj ma na: Bartoš Michal, PS-7/HRAD-D2-10, Leopoldov, 920 41

HISTÓRIA SEXBIZNISU II

Spolky, združenia a svojpomocné skupiny

Hnutia za práva prostitútok, ktoré sa zviditeľnili v 20. storočí, sú decentrálne organizované. V Nemecku sa odborové spoločné hnutie služieb [ver.di](#) snaží zastupovať prostitútky hlavne v pracovno-právnych vzťahoch, aj tým, že pre ne vypracovali vzorové zmluvy, ktoré sú k práci prostitútky potrebné a existujú aj viaceré združenia, spolky a svojpomocné skupiny. V ďalšom zahraničí vznikajú a existujú viaceré centrá, spolky, združenia, svojpomocné skupiny, ktoré v mnohých prípadoch nenadväzujú na svoju prácu a existenciu. Medzinárodne sú poradenské centrá a zastupiteľstvá záujmov prostitútok organizované v roku [1991](#) založenej [Network of Sex Work Projects](#) :Sieť sex biznisových projektov a Medzinárodný výbor pre práva prostitútok (NSWP), ktorej predchodcom bolo [International Committee for Prostitutes Rights](#) (ICPT), ktoré v roku [1985](#) zverejnilo *World Charter For Prostitutes Rights*: Svetová charta pre práva prostitútok, v [Amsterdame](#). Na Slovensku sa s osobami činnými v prostitúcii nízkoprahovo zamestnáva *Občianske združenie Odyseus* z Bratislavy

Legálna prostitúcia

Viaceré krajiny [Európskej Únie](#) napríklad [Holandsko](#), [Belgicko](#), [Dánsko](#) alebo [Nemecko](#) zlegalizovali prostitúciu, a osoby činné v prostitúcii odvtedy majú povinnosť zaregistrovať svoju činnosť ako živnosť. Prostitúcia na území týchto štátov je plnohodnotné povolanie a tieto štáty majú tendenciu k princípu odkriminalizovania. Zaužívaný medzinárodný výraz pre prácu osoby, ktorá poskytuje sexuálne služby za finančnú respektíve inú odmenu je sexworker.

Konzumenti prostitúcie

Konzumenti prostitúcie, nazývaní v nemecky hovoriacich krajinách "frajeri", u nás klienti, hostia alebo zákazníci, pochádzajú zo všetkých spoločenských vrstiev a skoro zo všetkých vekových kategórií. Aj pre konzumentov ženského rodu sa udomácnili rôzne pomenovania, ako "frajerka, zákazníčka, klientka".

Priamy kontakt sa hľadá a nadväzuje prostredníctvom médií (kontaktné inzeráty v novinách, časopisoch i televízii), ale môže sa vyskytnúť i v každodennom živote a na pracovisku. V dnešných časoch internetu sa kontakty nadväzujú i v rôznych internetových fórach a erotických portáloch. V týchto sa udomácnili rôzne skratky, ktoré označujú rôzne sexuálne praktiky.

Formy výkonu prostitúcie

Spoločenstvá viacerých pracujúcich

Verejný dom

[Verejný dom](#) (ako príklad verejný dom [Bel Ami](#) v [Berlíne](#)) je špeciálne zariadenie, ktoré disponuje miestnosťou, v ktorej si klient môže vybrať z prítomných prostitútiok resp. prostitútov (v takom

prípade [House of Boys](#)) aby potom šli spolu na izbu, podobne ako v hodinovom hoteli alebo hoteloch nižšej kategórie. Existujú rôzne varianty verejných domov od luxusných po obyčajné. Typovo napríklad [nem. Laufhaus](#), v ktorom sa klienti smú voľne pohybovať medzi vo dverách apartmánov stojacimi prostytutkami alebo celé rady domov s presklenými výkladmi na prízemí, v ktorých prostytutki sedia ([Herbertstrasse](#) v [Hamburgu](#), [Linienstrasse](#) v [Dortmunde](#)) alebo [De Wallen](#) v [Amsterdame](#).

Na telefóne

Pri prostitúcii na telefón sa prostitutky a prostitúti objednávajú priamo alebo prostredníctvom agentúry. Požadovaná služba sa pritom vykoná u klienta doma, na hoteli alebo na to špeciálne prenajatých bytoch. Pri escortných službách na úrovni, sprevádzajú objednané dámy alebo páni i pri dlhších cestách a lietajú i do i zo zahraničia.

Sexklub

V klube sedia prostitutky v pohodlnej atmosfére spoločne s klientmi. Na výkon sexuálnych praktík sú vymedzené špeciálne miestnosti alebo ležadlové priestory, na ktorých môžu – alebo majú – vykonávať pohlavný styk viaceré páry (až po [skupinový sex](#)). V porovnaní so swingers klubom, v sexklube pracujú prevažne profesionálne prostitutky, ale účasť ženských návštevníčok nie je vylúčená a dokonca niektorými hosťami dokonca očakávaná. Klienti si prevažne zaplatia paušálnu cenu, za ktorú je potom možné určitý čas sa zdržovať v klube a stýkať sa s viacerými z prítomných dám. V cene býva i občerstvenie, ale alkoholické nápoje sa všade neponúkajú aby sa predišlo komplikáciám s hosťami. Takisto je mnoho klubov vybavených whirlpoolom a k ponuke v programe patrí i sauna a masáž. Sexkluby sú neanonymné, nakoľko sa klient zdržuje a sedí bezprostredne priamo medzi prostytutkami.

Prostitúcia-sexbiznis

Tak ako v minulom čísle aj dnes si zopakujeme, že slovo prostitúcia je pre nás neprijateľné a miesto označenia prostitút/prostitútka používame, ľudia pracujúci v sexbiznise. V ďalšom čísle Intoxi vám napíšem legislatívnu stránku sexbiznisu na Slovensku a vysvetlíme si pár zaujímavých výrazov.

Sandra

Zdroj:http://sk.wikipedia.org/wiki/Prostit%C3%BAcia#Dejiny_prostit.C3.BAcie_v_kult.C3.BAare_a_spolo.C4.8Dnosti

Pokračovanie nabudúce

OSEMSMEROVKA

Muž príde domov a sťažuje sa: „ Celý deň som sedel vo vyšetrovacej väzbe. Také idiotské heslo:

dokončenie 38 písmenková tajnička

Z	P	D	O	P	O	L	U	D	N	I	E	A	T	O	T	S	I
Ľ	E	I	N	A	V	Á	K	A	Č	O	E	P	N	A	L	I	L
A	M	R	O	T	Á	L	I	T	N	E	M	O	T	O	R	K	A
V	L	E	G	E	N	D	A	T	O	M	A	S	P	A	A	O	S
A	Á	S	U	L	K	Y	C	O	Z	L	I	T	E	R	N	R	T
I	D	V	E	K	T	O	R	B	E	O	A	U	A	N	I	E	Ú
C	E	L	R	O	T	K	E	L	G	E	B	P	O	E	R	N	R
Á	N	R	P	Ž	P	I	H	E	S	L	O	S	O	P	D	I	A
N	E	V	O	O	O	U	Ý	Č	T	V	S	S	I	O	O	N	Ž
O	C	T	S	M	Č	M	V	E	O	K	E	E	H	K	M	Y	U
T	L	I	U	E	A	S	E	N	N	Í	K	D	P	O	O	A	V
N	V	D	N	Y	S	N	M	I	Í	N	O	A	O	J	S	Y	A
I	S	E	L	I	I	E	T	E	M	R	L	D	K	M	L	Ť	Č
L	C	R	V	L	E	K	Y	I	K	E	Ó	L	O	E	I	N	K
T	O	K	U	P	Á	C	I	A	K	P	G	O	J	Y	M	E	A

CYKLUS, DOPOLUDNIE, EGOISTA, EKOLÓG, INTONÁCIA, ISTOTA, KMÍN, KORENINY, KREDIT, LASTÚRA, LITER, LEGENDA, LEKTOR, LOPTA, MLÁDENEC, MODRINA, MOSLIM, MOTORKA, NEPOKOJ, OBLEČENIE, OČAKÁVANIE, OKUPÁCIA, PERNÍK, POČASIE, POKOJ, POSOL, POSTUP, POSUN, ROMANTIK, SAMOTA, SEDADLO, SENNÍK, SVEDOMIE, UČENEC, VENTILÁTOR, VEKTOR, VLEKY, VÝHERCA, ZĽAVA, ŽUVAČKA

Znenie tajničky z minulého čísla: „...POMINÚŤ, NO LÁSKA JE UŽ NA SVETE”

VTIPY

Manželka hovorí manželovi:

„Drahý, musím sa ti priznať: som farbosllepá!“

„To nič, ja zase nie som zo Serede, ale zo Senegal!“

Bratislavčan sa pýta Trnavčana:

„Prečo v Trnave všade používate to vaše dz?“

„Dze šadze?“

Starý Lord príde večer domov, sluha mu pomáha z kabáta a polohlasne hovorí:

„Tak čo, ty starý krokodíl, zas si sa bol v bare opíjať a pozerať po pekných dievčatách, čo?“

Lord odpovie:

„Nie James. Dnes som si bol kúpiť načúvací strojček!“

Nahnevaná Mara hovorí Ferovi:

„Vieš čo? Ja sem nad túto našu posteľ veľkými písmenami napíšem, že si debil...Nech to vie celá dedina!“

Štátny úradník budí spiaceho kolegu:

„Ideš na obed, alebo budeš pracovať bez prestávky?“

Zo zápisníka stopárky:

Lepšie je mať 15 centimetrov v tele než 50 kilometrov v nohách.

Doktor si užije so svojou pacientkou. Neskôr ide do svojej ordinácie a je z toho akýsi nesvoj. Na jednom ramene mu sedí diablík: „Hej, buď v pohode. Toto robí každý doktor.“

Na druhom ramene mu sedí anjelič a hovorí mu: „toto síce robí každý doktor, ale ty si veterinár, somár...Veterinár!“

Kedysi sa hovorilo: „Pre Krista Pána, je to možné?“

Dnes sa hovorí: „Pre Krista, panna? Je to možné?“

Zdroj: Internet,
<http://podnos.xf.cz/photos/photo1.html>

Fakt musíte kontrolovať plynometer každý ráno?!



POZOR ZMENA !!!

**OZ ODYSEUS od 1.12.2011 ruší pešie terénne sociálne služby poskytované v STREDU!!!
Ďalšia zmena nastala pri poskytovaní mobilnej terénnej sociálnej služby v NEDEĽU a to nasledovne:**

Poznávacie znamenie - bandaska s nápisom **CHRÁŇ SA SÁM**



TERÉNNYCH PRACOVNÍKOV/ČKY S AUTOM NÁJDEŠ:

Každú nedeľu:

19:30 -21:30 Panónska, parkovisko za zastávkou 93,94 pri predajni Fiat

22:00 – 23:30 na Trnavskom mýte pri Tržnici (pri zastávke trolejbusov)

Každý pondelok:

11:00 – 13 :00 na parkovisku na Slovnaftskej ulici

Každú stredu:

11:00 – 13: 00 na parkovisku na Slovnaftskej ulici

Každý štvrtok:

13:00 – 15:00 v Pentagone pri tenisových kurtoch (Stavbárska ul.- Vrakuňa)

**Poznávacie znamenie - biely Fiat Ducato alebo modrý Opel Astra Combi
s nápisom CHRÁŇ SA SÁM a logom ODYSEUS**



VYDALO OBČIANSKE ZDRUŽENIE ODYSEUS
WWW.ODYSEUS.ORG, intoxi@ozodyseus.sk

