

INTOXI

Jún 2008
číslo 6
ročník 6

*Časopis určený pre osoby užívajúce drogy a/alebo pracujúce v sex-biznise.
Určené pre vnútorné potreby projektu Chráň sa sám OZ Odyseus*

NEPREDAJNÉ!!!



CHLAMÝDIOVÁ INFEKCIA

ANKETA: AKO SA STARÁŠ O SVOJE ŽILY?

**NOVINKY ZO SIETE SWAN: KYJEV,
MACEDÓNSKO**

SOCIÁLNA ASISTENCIA: APZ

SUBOXONE

DOBRE ŽILY NAD ZLATO

ČO JE NOVÉ???

CESTOVANIE: ANDALÚZIA 4

POSLEDNÁ ČASŤ DENNÍKU ROMANA

A ZÁBAVA

☺ DARČEEEEEEK ☺

NEPRECHÁDZA JAZYKOVOU ÚPRAVOU!

Ahojte!

Tramdadaaatamtam! Všimli ste si obálku tohtomesačného INTOXI? Nie? Mrknite! Nevidíte? No predsa je to jubilejné 6.číslo 6.ročníka INTOXI. To znie fajn, však? Tak sme sa dočkali a je to tu, máme 6 rokov!

A aby ste si šiesty rôčik užili aj vy, máme pre vás darček, odznak INTOXI.

Minulo mesačné číslo pre vás tvorila Monika Bj. a dopadlo skvele, teda, aspoň podľa nás. Tento mesiac je posledné vydanie Denníka Romana, ak máte podobné zážitky spísané a chcete sa o ne podeliť s ostatnými, šup s nimi k nám.



Andrea



DARČEK PRE VÁS OD NÁS

Registračné číslo MK SR: 3923/2008

Zdroj obr.na obálke:

<http://www.webweaver.nu/clipart/img/holidays/birthday/birthday-cake.png>

Zdroj obrázku:

<http://www.revi.bloguje.cz/BLOG-OSLAVA.jpg>

Z DENNÍKA ROMANA

NA DOBROVOLEMNOM LIEČENÍ V HRNČIAROVCIACH

28.4., pondelok

Dnes som sa mal celý deň dobre, no cítil som počas dňa takú únavu a pocítil som to najviac na športovej pri cvičení, kde som vôbec nevládal, a potom sa tá únava ťahala so mnou po celý deň. Dnes ma potešilo, že sme boli vonku na záhradke. Celkom mi to dobre padlo, pretože sa tu vôbec necítim dobre, hlavne tu, na tej zabednenej izbe, kde nie je vôbec dobrá atmosféra. Pôsobí to na mňa tak depresívne.

29.4., utorok

Dnes som sa cítil tiež veľmi dobre celý deň. Mal som po celý deň dobrú náladu a potešilo ma aj to, keď sme boli na záhradke vonku. No všimol som si na sebe, že občas bývam aj dosť nervózny z toho, že ešte presne neviem, kedy pôjdem a stále mi to leží v hlave. Nemôžem sa potom sústrediť poriadne na svoje povinnosti, lebo myšlienkami som už na druhom oddieli, alebo v Dubnici. Taktiež aj dosť poľavujem vo svojich povinnostiach, lebo myšlienkami som už preč, a potom bývam už

aj nervózny z toho prostredia a z ľudí okolo mňa.

30.4., streda

Dnešný deň som sa mal celkom dobre. Skoro celý deň som si robil sankciu, umývanie okien, pri čom mi ubehol rýchlo čas a aj som sa celkom dobre pri tom cítil. Potom som sa večer dozvedel od pedagóga, že v piatok na komisiu nepôjdem, ale pôjdem rovno v pondelok odtiaľto na eskortné cely.

1.5., štvrtok

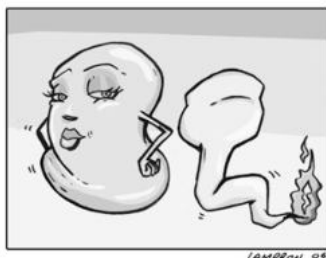
Dnes som sa mal celý deň dobre, doobeda som si dobre zacvičil s Karolom a poobede som odpočíval a spal. Vlastne som nič také nerobil, lebo dnešný deň bol ako nedeľa. Večer som si zahral ešte celkom dobre ping-pong.



Zdroj obrázku:

<http://www.pantuniestal.com/wp-content/uploads/2007/11/koniec.jpg>

CHLAMÝDIOVÁ INFEKČIA



AKO HOVORÍ ZNÁME PRÍSLOVIE, „UČENIE JE MATKA MÚDROSTI“. VZDELÁVANIE NIE JE TEDA NIKDY DOSŤ:) A PRETO VÁM NA ĎALŠIE VZDELÁVANIE PRINÁŠAM ČLÁNOK O BAKTÉRII - CHLAMYDII TRACHOMATIS, KTORÁ VIE SPÔSOBIŤ VEĽA NEPRÍJEMNOSTÍ.

Chlamydia trachomatis je baktéria, ktorá spôsobuje vysoko infekčnú pohlavnú chorobu – **chlamýdióvu infekciu**. Táto baktéria sa u žien do tela dostáva krčkom maternice a postupne sa môže šíriť na sliznicu močového mechúra - teda do jeho vnútra, do maternice a na vajíčovody. U mužov sa do tela dostáva močovou trubicou.

Prenáša sa počas nechráneného sexu: vaginálneho, análneho alebo orálneho. Pri orálnom sexe prichádza k prenosu infekcie na hrdlo. Zaznamenané boli aj prípady infekcie priamym kontaktom s kontaminovanými predmetmi – bielizňou, vreckovkami, uterákom. Matky s chlamýdióvou infekciou ju môžu preniesť na dieťa počas pôrodu. Treba mať na pamäti, že šanca nakaziť sa **chlamýdióvou infekciou** pri nechránenom pohlavnom styku je veľmi vysoká – okolo **60%** (pre porovnanie šanca nakaziť sa infekciou HIV je necelé 1%).

Ak má človek chlamýdióvu infekciu, stane sa „nakaziteľnejším“ pre iné ochorenia, vrátane **vírusu HIV, hepatitíd B či C** alebo **syfilisu**. Nebezpečné je, že väčšina ľudí po infikovaní **nepocit'uje žiadne ťažkosti a neprejavujú sa u nich ani žiadne príznaky** (ak sa aj nejaké vyskytnú, zvyknú byť pripisované iným chorobám, napríklad zápalu močového mechúra). V takýchto prípadoch nie je chlamýdióva infekcia liečená, čo spôsobuje rôzne zdravotné problémy:

AK SA CHLAMÝDIA TRACHOMATIS NELIEČI – U ŽIEN:

- vyskytnú sa rôzne druhy komplikácií, ktoré môžu viesť k chronickým (dlhodobým) zápalom až k poruchám funkcií maternice, vaječníkom a vajíčovodom,
- taktiež môžu vznikať cysty, bolestivé zrasty v brušnej dutine,
- znížená je možnosť otehotnieť s rizikom mimomaternicového tehotenstva alebo neplodnosti,
- ak sa infikuje tehotná žena, môže nastať zápal obalov ľudského plodu s možným potratom, predčasným pôrodom a zápalom spojoviek a pl'úc u novorodencov.

AK SA CHLAMÝDIA TRACHOMATIS NELIEČI – U MUŽOV:

- časté zápaly močovej trubice, zápaly semenníkov, nadsemenníkov, prostaty, močových ciest a podbrušnice – čo v krajnom prípade vedie k neplodnosti, poruche potencie, erekcie a orgazmu.

PRÍZNAKY MIMO POHLAVNÉHO A MOČOVÉHO SYSTÉMU:

- bolesť kĺbov (niekedy spojená aj s ich opuchom alebo horúčkou)
- zápal spojoviek.

PRÍZNAKY U ŽIEN:

- väčšina žien nepocituje žiadne ťažkosti a neprejavujú sa u nich ani žiadne príznaky,
- ak sa aj nejaké príznaky vyskytnú, sú veľmi nešpecifické - vlastne všetky druhy gynekologických ťažkostí:
 - bolesť v podbrušku – väčšinou tupá či ťahavá, ktorá môže byť prechodná alebo trvalá,
 - neobvyklý vaginálny výtok, resp. jeho zmena napr. na žltkastý
 - bolesť či pálenie pri močení.
 - bolesť pri pohlavnom styku,
 - v niektorých prípadoch krvácanie s rôznou intenzitou, mimo menštruácie.

PRÍZNAKY U MUŽOV:

- väčšina mužov nepocituje žiadne ťažkosti a neprejavujú sa u nich ani žiadne príznaky, ak sa aj nejaké vyskytnú, sú veľmi nešpecifické:
 - rezanie alebo pálenie pri močení,
 - neobvyklý výtok z penisu,
 - poruchy močenia alebo nemožnosť úplne sa vymočiť,
 - napätie alebo bolesť v oblasti prostaty alebo semenníkov.

Pri uvedených príznakoch okamžite vyhľadajte odborného lekára - gynekológa, urológa alebo imunológa, aby sa mohlo ochorenie liečiť už vo včasnom štádiu. Lekár vám urobí priame alebo nepriame vyšetrenie.

PRIAME VYŠETRENIE sa u žien robí sterom z krčka maternice – Pap testom. U mužov sa robí vyšetrenie steru z močovej trubice alebo z prvého,

ranného moču, ktorý je odobratý od prvej kvapky.

NEPRIAME VYŠETRENIE, metóda ELISA, sa robí z krvi, ako u žien tak aj u mužov a spočíva v dôkaze chlamýdiových protilátok. Najspoľahlivejšia metóda je dôkaz Chlamýdievej DNA pomocou PCR (polymerzová reťazová reakcia). Táto metóda je však veľmi nákladná – vyžaduje špeciálny prístroj, a preto sa robí len na veľmi málo špecializovaných pracoviskách.

Štandardná **liečba** spočíva v podaní špeciálnych antibiotík počas jedného až troch týždňov. Pri liečbe je dôležité **zdržanie sa sexuálnej aktivity až do vykonania kontrolného testu** (u mužov je dôležité zdržať sa akejkoľvek erekcie a masturbácie, pretože bunky, v ktorých sa vyskytuje chlamýdiová infekcia praskajú, čo má za následok výlev antibiotika). Dôležité je tiež **dôkladné užívanie, respektíve doužívanie predpísanej dávky antibiotík**.

Zdôrazňuje sa súčasné liečenie všetkých partnerov nakazeného/nej, aby sa zabránilo „ping-pongovému efektu“ opakujúcich sa infekcií.

Takže milé dámy a páni, majte na pamäti dodržiavanie zásad bezpečnejšieho sexu, o ktorých vás radi poučíme☺

(nad:ja)

Zdroje:

<http://www.primar.sk/Page.aspx?ID=3996>

http://www.zenska.sk/zdr_bakterie.htm

<http://www.zdravie.sk/sz/content/140-205/Chlamydia-trachomatis.html>

<http://www.urolog.sk/nase-sluzby/andrologicko-sexuologicke-vysetrenie/>

Zdroj obrázku:

http://www.youngandhealthy.ca/caah/Portals/1/img/illustrations/chlamydia_21.jpg



ANKETA:

AKO SA STARÁŠ O SVOJE ŽILY? ČO ROBIŠ PRE TO, ABY TI DLHO A DOBRE SLŮŽILI?

„Na žily mi pomáhajú alkoholáky. Používam ich pred aj po vpichu. Viem, že hovoríte, že sa nemajú používať po vpichu, ale ja ich používam. Akoby vysušili a ukludnili žilu..“

„Môj tip je škrtidlo. Keď som mala žily na rukách, tak som žilu zaškrtila a napumpovala. Škrtidlo mi pomohlo nájsť stratenú žilu. Teraz už nemám žily, pichám do triesla.“

„Striedam miesta vpichu, čistím alpou, krémujem framikoinom.“



„Používam alkoholáky, stále dávam do tej istej žily, ale žila vôbec nevyzerá, že do nej pichám. Kamaráti, s ktorými som začínal užívať pred 15 rokmi tomu nemôžu uveriť. Nikdy som nemal absces. Potieram framikoinom.“

„Mala som problémy so žilami na nohách – som po operácii. Užívam vitamíny a na rany si dávam protizápalové maste.“

„Stále pichám do triesla, nemám jazvy, krémujem...používam suchý po vpichu a alkoholák pred.“



„Nerobím absolútne nič.“

„Čistím alpou, striedam miesta vpichu.“

„ Kamarátke vybrali operatívne hrot z triesla, v kríze ušla z nemocnice, dávku si pichla do zašitej rany a v noci vykrvácala.“

Zdroje obrázkov:

<http://blog.sme.sk/blog/69/22674/otaznik1.PNG>

http://www.zentiva.sk/Files/SK/ProductGroup/PGROUP_0045/Framykoin_ung_10_g_CZ_SK_gr_b.jpg

<http://www.lekaren-nonstop.sk/tovar/r-image.php?pdk=85911086&s=300>

ČO JE NOVÉ ???

OD JÚLA SA BUDÚ VYDÁVAŤ NOVÉ OBČIANSKE PREUKAZY



Ako budú nové OP presne vyzerat', Ministerstvo vnútra zatiaľ nechce špecifikovať. Podľa posledných informácií by však mali byť vo formáte EÚ, bielej farby, veľkosti kreditnej karty. Preukazy musia spĺňať bezpečnostné normy, ktoré v rámci boja proti falšovaniu dokladov vyžaduje EÚ od jej členských krajín.

Tvár a podpis držiteľa budú digitálne zosnímané tak, ako je to na nových pasoch. Platnosť súčasných preukazov zostáva a vybaviť si nové bude potrebné až po uplynutí ich platnosti. Poplatky za vybavenie OP sa nemenia. Čo sa však mení je fakt, že zatiaľ čo v súčasnosti sa OP vydáva na počkanie, od júla budeme na nový OP čakať do 30 dní od podania žiadosti.

Zdroj: TASR



EURÓPSKA
ZDRAVOTNÁ
POISŤOVŇA

EURÓPSKA ZDRAVOTNÁ POISŤOVŇA ZANIKLA

Európska zdravotná poisťovňa na Slovensku končí. Spoločnosť Medical care holding Ltd., ako jediný akcionár poisťovne, doručila 2. mája Úradu pre dohľad nad zdravotnou starostlivosťou oznámenie o zrušení poisťovne a jej vstupe do likvidácie.

Podľa generálneho riaditeľa Európskej zdravotnej poisťovne Borisa Procika boli dôvodom zmeny v legislatíve týkajúcej sa zdravotných poisťovní. Od januára totiž platí na Slovensku zákon, ktorý poisťovňam zakazuje zisk z verejného poistenia a zredukoval aj peniaze na vlastnú správu.

ČO SA MENÍ PRE POISTENCOV EPZ?

Ak ste klienti/ky Európskej zdravotnej poisťovne, od mája dočasne prechádzate pod Spoločnú zdravotnú poisťovňu. **Nadálej používajte preukazy EHPZ.** Úrad pre dohľad nad zdravotnou starostlivosťou by mal v júli rozhodnúť, pod ktorú zdravotnú poisťovňu budú poistenci EHPZ patriť natrvalo. O rozhodnutí Úradu, aj o ďalšom postupe vás samozrejme budeme informovať.

Ak s novou poisťovňou budete nespokojní/é, zmeniť ju môžete až v septembri 2008. Klientmi/kami novej poisťovne budete od 1. januára 2009.

Novinky spracovala Eva

Zdroj:

http://aktualne.centrum.sk/domov/zdravie-skolstvo-spolocnost/clanek.phtml?id=1157780&tro6499_0_2

Zdroje obrázkov:

http://www.adweb.sk/images/news/vodicak_eu_format.gif

<http://www.zzz.sk/images/poistovne/ezp.jpg>

NOVINKY SWAN:

UKRAJINA – ŽIVÁ KNIŽNICA V KYJEVE



O MEDZINÁRODNEJ SIETI ORGANIZÁCIÍ, KTORÁ OBHAJUJE ZÁUJMY ĽUDÍ PRACUJÚCICH V SEX-BIZNISE S NÁZVOM SEX WORK ADVOCACY NETWORK SME UŽ NA STRÁNKACH INTOXI PÍSALI. JEDNOU Z KRAJÍN, KTORÁ V TEJTO SIETI PRACUJE JE AJ UKRAJINA. OD SVOJICH UKRAJINSKÝCH KOLEGÝŇ A KOLEGOV SOM SA DOZVEDELA O ZAUJÍMAVOM PROJEKTE TZV. ŽIVEJ KNIŽNICA. HOČI ZNIE NÁZOV TOHTO PROJEKTU TROŠKU KOSTRBATO, JE TO NÁPAD, KTORÝ SI ZASLÚŽI BYŤ UVEREJNENÝ AJ NA STRÁNKACH INTOXI.

Živá knižnica je projekt, ktorého cieľom je lepšie porozumieť odlišnostiam medzi ľuďmi. Projekt Živej knižnice sa snaží osloviť spoločnosť a všetkých ľudí, ktorí sa radi dozvedia niečo viac o sebe a o iných.

AKO FUNGUJE ŽIVÁ KNIŽNICA?

Živá knižnica funguje na podobných princípoch ako bežná knižnica. Čitatelia a čitateľky idú do knižnice, založia si čitateľský preukaz, vyberú knihu a požičávajú si ju na istý čas. Po dočítaní, čitateľ alebo čitateľka vráti knihu späť do knižnice a môže si vybrať inú. To jediné, čo odlišuje živú knižnicu od klasickej je fakt, že namiesto kníh a časopisov sú tu ľudia. Títo ľudia predstavujú rôzne typy skupín našej spoločnosti a často majú skúsenosti s diskrimináciou, sociálnou izoláciou, zlým správaním a pristupuje sa k nim s rôznymi predsudkami.

ČO JE SÚČASŤOU ŽIVEJ KNIŽNICE?

Akosi knihou je samotný človek. Nieкто, kto má svoj vlastný etnický pôvod, náboženské presvedčenie, profesiu, má nejaký zdravotný stav, sexuálnu orientáciu alebo životný štýl, ktorý ho robí jedinečným a odlišným. Táto osoba je pripravená rozprávať sa

o svojich skúsenostiach a odpovedať na otázky čitateľov a čitateľiek. Napr. knihy môžu mať rôzne názvy ako: Muž žijúci s HIV, Človek čakajúci na udelenie azylu, Utečenec, Bývalý užívateľ drog, Feministka, Moslim, Novinárka, Kňaz, Žid, Homosexuál, Lesbička, Nezamestnaná osoba, Vegetarián, Človek, pracujúci v sex-biznise a pod.

Potom čitatelia či čitateľky, ktorí/ktoré sa viac zaujímajú o nejakú špecifickú oblasť alebo sa chcú opýtať na isté citlivé témy, majú šancu komunikovať v priateľskej atmosfére s človekom, ktorí má osobnú skúsenosť s touto problematikou. Knihovník alebo knihovnička je potom osoba, ktorá umožní aby mohlo dôjsť ku komunikácii medzi „čitateľom/čitateľkou“ a „živou knihou“. Vysvetlí pravidlá fungovania v živej knižnici a dozerá na technické detaily ako napr. sleduje čas, registruje čitateľov a čitateľky a pod.

Živá knižnica bola otvorená zatiaľ iba jeden deň - 18.5.2008 v Kyjeve počas Medzinárodného ceremonálu na pamiatku ľudí, ktorí umreli na AIDS.

Zdroj: www.swannet.org/en/node/902

Zdroj obrázku:

<http://www.wiiw.ac.at/img/ukraine.gif>



MACEDÓNSKO – LEKCIA O PRÁVACH ĽUDÍ PRACUJÚCICH V SEX-BIZNISE

MACEDÓNSKO JE JEDNOU Z MÁLA KRAJÍN, KDE PO VSTUPE DO SEX WORK ADVOCACY NETWORK SILNIE ADVOKAČNÉ HNUTIE ĽUDÍ PRACUJÚCICH V SEX-BIZNISE. V PRAXI TO ZNAMENÁ, ŽE SAMOTNÍ ĽUDIA, KTORÍ POSKYTUJÚ SEXUÁLNE SLUŽBY VYMÝŠĽAJÚ AKTIVITY A PROJEKTY, ABY ZVIDITEĽNILI SVOJE PROBLÉMY.

JEDNOU Z TÝCHTO AKTIVÍT BOLO AJ EXHIBIČNÉ VYSTÚPENIE ZAMERANÉ NA PROBLEMATIKU ĽUDSKÝCH PRÁV ĽUDÍ PRACUJÚCICH V SEX-BIZNISE, KTORÉ SA USKUTOČNILO KONCOM ROKA 2007 V HLAVNOM MESTE MACEDÓNSKA, V SKOPJE.



Projekt viedol slovinský umelec, T a d e j Pogacar, spolu s piatimi stredoškolskými študentmi, ktorí využili steny galérie ako školské tabule. Na tieto steny dookola písali vety ako: „Práva ľudí pracujúcich v sex-biznise sú ľudskými právami.“ Tadej Pogacar sa k projektu vyjadril: „Je veľmi dôležité prelomiť vo vzdelávaní netolerantnosť voči odlišnostiam a poukázať na potrebu sociálnej tolerancie voči ľudským právam ľudí pracujúcich v sex-biznise.“



Tade Pogacar (1960) je kurátor a umelecký riaditeľ Galérie P74 v hlavnom meste Slovinska, v Ljublane. Pogacar spoločne s ľuďmi pracujúcimi v sex-biznise v Taliansku predstavil na výstave v Benátkach symbol červeného dáždnika, ktorý sa odvtedy používa ako globálny

symbol medzinárodného hnutia ľudí pracujúcich v sex-biznise v boji za svoje ľudské práva.

Po zániku nášho Klubu Podchod sme premenovali aktivity OZ Odyseus v problematike sex-biznisu práve na program „Červený dáždnik.“



Zdroj: www.swannet.org/en/node/901

Zdroje obrázkov:

<http://www.cnn.com/WORLD/europe/9904/02/kosovo.refugees.04/macedonia.skopje.lg.jpg>

<http://www.swannet.org/themes/nokoala/logo.png>
<http://www.newsletter.com.bd/rainbow/picture/skech7.gif>

http://dclips.fundraw.com/zobo500dir/ryanlerch_umbrella_outline.jpg

DOBŘÉ ŽILY NAD ZLATO

ABSCESSY, INFEKČIE, BLOKÁDY ŽÍL ...SAMI/É NAJLEPŠIE VIETE, AKÚ NEPEKNÚ HRU SI IHLA SO ŽILAMI VIE ZAHRAŤ. ŽILY PRIVÁDZAJÚ ODKYSLIČENÚ KRV SPÄŤ DO SRDCA A OKREM GENETICKÝCH FAKTOROV ICH VIDITEĽNOSŤ OVPLYVŇUJE AJ MIERA STAROSTLIVOSTI O NE. NEDÁVNO SOM V TERÉNE HOVORILA O ZABLOKOVANÝCH ŽILÁCH, TAK MA NAPADLO UPRIAMIŤ PROSTREDNÍCTVOM INTOXI VAŠU POZORNOSŤ NA TÚTO VEČNE AKTUÁLNU TÉMU. PRIPÚTAJTE SA, ZAČÍNAME.

Dlhé roky užívania si zväčša vyberú svoju daň v podobe ťažkostí pri hľadaní vhodnej žily. Častým a dlhodobým injekčným užívaním sa v žilách tvorí veľa poškodeného tkaniva, ktoré ich môže zablokovať.

Používanie tupej ihly celý proces urýchľuje, pretože ranky po vpichu ostávajú väčšie a nepotrebné tkanivo putuje z kože do krvi. Je len otázkou času, kedy zacíti potrebu združiť sa a zablokovať tvoju povrchovú žilu. Zlá technika nastrelovania, nepoužívanie filtríkov, škrtidla, nesterilné nádobičko a rozpúšťadlá, ktoré dráždia žily (kyselka) sú prilieváním vody do oleja.

Zablokované žily sa najčastejšie spájajú s injekčným užívaním pika a heroínu, no vedeli ste, že aj injikovanie metadonu má svoje úskalía? Obsahuje veľa cukru a baktérií, ktoré spolu môžu spôsobiť ohraničené žilové infekcie, a tie neskôr ich blokáciu. Preto ak užívaš metadon injekčne, pamätaj, že ani tu opatrnosti nikdy nie je nazvyš.

FAJČIARSKA PAUZIČKA

Ako sa dá blokádám predchádzať? Dobrá správa je, že žily majú úžasnú schopnosť regenerácie. Ak tkanivo

neupchá žilu úplne, žila sa z toho dostane. Stačí si dať na pár dní „fajčiarsku

pauzičku“ a ihlu dočasne vymeniť za alobal. To dá žile potrebný čas otriast' sa a krv ňou bude veselo prúdiť ďalej.

Pre mnohých je to drahá alternatíva... čo sa dá robiť pri pokračovaní v injekčnom užívaní, aby sa znížili riziká a ako tomu predísť, aby sa mi žily zablokovali?

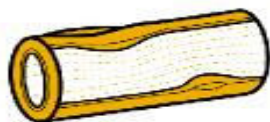
Používaj na každý vpich vždy novú sterilnú ihlu.

Zakaždým, keď ihla prejde cez pokožku, stáva sa tupšou. Tupšia ihla spôsobuje väčšie ranky, čím vzniká viac poškodeného tkaniva, ktoré upcháva povrchové žily. **Nezabúdaj ani striedať miesta vpichu.** Neustále injikovanie na jednom mieste spôsobuje neslávne „miznutie žíl“. **Pravidelné používanie škrtidla, či pridanie ascorbínu** miesto kyselky tiež pomôžu predísť upchaniu žíl.

Možno sa pýtaš „Ako to, že sa mi povrchové žily blokujú opakovane a stále som tu?“ Nuž, aj keď sa to často nezdá, naše telo naozaj robí čo môže, aby nám pomohlo prežiť. Ak sa žila zablokuje, krvný obeh si nájde náhradnú cestu, kadiaľ krv prevedie. Tu vstupujú do hry tenké povrchové cievky alebo hlboké žily.

Tenké povrchové cievky sú mimoriadne zraniteľné. Ich žilové steny sú tenšie a nie sú stavané na zvýšený krvný tok. Ak sú teda nútené robiť prácu aj za susedné

!!! Obrázok, ktorý ukazuje ako žila zaniká !!!



nefunkčné žily, sú pod veľkým tlakom. Opuchli ti niekedy len tak „z ničoho nič“ ruky, či nohy? Príčin môže byť viac, ale jedným z vysvetlení tohto neprirodzeného javu, mohla byť práve kombinácia tlaku a veľkého množstva krvi pretekajúcej cez úzke cievy v nich.

Je lepšie nesnažiť sa vpichnúť dávku do týchto žíl. Ak však nemáš na výber, natiahni krv veľmi opatrne do striekačky a pomaličky (!) vpichni dávku. **Ak picháš do tenkých žiliek, používaj ihly s čo najtenším hrotom.** Je tiež dôležité zabrániť podtlaku (keď prirýchlo naťahuješ), inak sa protiľahlé steny cievy môžu spojiť a tak sa stane nefunkčnou. Je dôležité zabrániť aj pretlaku (ak prirýchlo dávku vstrekuješ), inak žilka môže povoliť, pretrhnúť sa a ty môžeš začať celý náročný proces odznova. **Ak je pre teba nemožné trafiť povrchovú žilu a rozhodneš sa pre injikovanie do užšej, pamätaj, že na úspech potrebuješ dvojnásobný kľud.**

Hlboké žily, ktoré cez kožu nevidíš, nie sú bežne dosiahnuteľné. Ich hľadanie, čiže podkožný prieskum s ihlou na vlastnú päsť, môže viesť k veľkým poškodeniam a ďalším komplikáciám.

TROCHU GYMNASTIKY

Cvičenie ti pomôže nielen zhodiť pár prebytočných kilečiek, ale i dostať žilu na povrch. Predtým, ako sa nastreliš, vybehni aspoň nachvíľu na vzduch urob pár drepoz, aby si trochu rozprúdil/a krv v tele.

Ako poznáš koľko času je na to potrebné? Dlhoročný užívateľ Appie (53) praktizuje takúto rozcvičku každé ráno a hovorí: „Skáčem dovtedy, kým nemám pot na čele. To je znak, že sa môžem ísť nastreliť.“ Nie vždy je úspešný na prvýkrát. Niekedy mu celý proces trvá aj 3 hodiny. „Chce to veľkú trpezlivosť a koncentráciu...stotina milimetra vedľa a môžem začať odznova. Ak to naozaj nejde, zafajčím si, aby som ostal kľudný. Niekedy

som zúfalý, no napriek tomu by som si nepichol do triesla.“ Dôvodom, prečo to Appie nerobí a radšej si na svoju dávku počká 3 hodiny je riziko trafenia tepny alebo nervu.

Ak injikuješ do triesla, tovar prúdi do tzv. fermorálnej žily. Tá má na starosti odvod krvi z končatín na opätovné prekrvenie v pľúcach. Je náročné ju trafiť, lebo je jednak hlboko a obtáča sa okolo tepny ako had. A samozrejme, že nerv je hneď pri nich. Preto je bezpečnejšie „ponaháňať draka“ cez alobal, trochu si zacvičiť a na vhodnú žilu jednoducho počkať.

AKO DOSTAŤ ŽILU NA POVRCH?

- *Napni a následne uvoľni časť tela, do ktorej sa chystáš injikovať.*
- *Ak injikuješ do ruky, nechaj ju visieť dolu alebo ňou párkrát zatoč ako vrtuľou.*
- *Rob niečo namáhavé (vybehni pár poschodí alebo dvíhaj ťažké).*
- *Prilož si na žilu teplú handričku alebo si daj teplý kúpeľ ak máš na to podmienky a možno nájdeš žily, o ktorých si ani nevedel/ nevedela, že ich máš. Nikdy sa však nenastreľuj vo vani, mohlo/ mohla by si odpadnúť a utopiť sa.*

Myslím, že keby Lenin nestrácal čas nezmyselnými ideológiami a pôsobil dnes v oblasti znižovania rizík, do sveta by miesto svojho slávneho *učiť sa, učiť sa, učiť sa* pustil motto *chrániť sa, chrániť sa, chrániť sa*. Tiež je veľmi pravdepodobné, že keby rozprávková hrdinka Maruška užívala, došlo by jej, že nie soľ, ale dobré žily sú dnes nad zlato. Spomeň si na to, keď sa ťa na najbližšej výmene spýtame, či používaš stále novú ihlu alebo či nechceš škrtidlo...

Katy

Zdroje:

Mainline 2007/3

Interný materiál OZ ODYSEUS

SUBOXONE – BEZPEČNÉ RIEŠENIE?

OKRAJOVO SME SUBOXONE SPOMÍNALI V ČLÁNKU BUPRENORFÍN- MLADŠÍ BRAT METADONU V INTOXI Č. 3/2008. NAŠA SPRIATELENÁ KOŠICKÁ ORGANIZÁCIA POMOCNÁ RUKA PREJAVILA ZÁUJEM O ČLÁNOK SUBOXONOVÝ. TAK PREČO BY SME DO TOHO NEŠLI? SUBOXONE SI UPEVŇUJE SVOJE MIESTO V OBLASTI SUBSTITUČNEJ LIEČBY HEROÍNU A INÝCH OPIÁTOV . NA CELOM SVETE UŽ BOLO VIAC AKO 200 000 LUDÍ LIEČENÝCH SUBOXONOM. JE PRAVDEPODOBNE LEN OTÁZKOU ČASU, KEDY SA S NÍM MÔŽETE STRETNÚŤ OSOBNĚ. TAK PREČO SA NA TO NEPRIPRAVIŤ?



Suboxone Tablets 8mg. and 2mg

VYUŽITIE SUBOXONU

Suboxone sa využíva na liečbu opiátovej závislosti – teda i na liečbu závislosti od heroínu, Fortralu, iných opiátov. Odhaduje sa, že v Európe žije 1,1 miliónov ľudí užívajúcich heroín injekčne a viac ako 70% z nich sa nelieči. Aj preto potrebujeme sprístupniť liečbu závislosti od heroínu čo najväčšiemu počtu ľudí. Metadon je najmenej prístupným liekom. Na Slovensku sa predpisuje len v dvoch Centrách pre liečbu drogových závislostí - v Bratislave a v Banskej Bystrici. Aj preto sa predpisuje Subutex a neskôr Suboxone.



Pretože Suboxone sa dá len ťažko zneužívať. A práve to má jednu veľkú výhodu. Ak je nízke riziko zneužívania Suboxonu, tak sa Suboxonová liečba stáva prístupnejšou. Jednoducho sa nemusí podávať len v špeciálnych centrách, za sprísnených podmienok pri výdaji, ako je tomu pri metadone. Suboxone môžu predpisovať aj psychiatri/psychiatričky po úvodnom nastavení na liečbu špecialistom/tkou na liečbu drogových závislostí. V zahraničí sa objavujú zmienky aj o domácej liečbe Suboxonom. Keďže je Suboxone (podobne ako Subutex) „miernejší“ ako metadon môže sa predpisovať aj mladým ľuďom od 15 rokov závislým od heroínu.

PREČO NÁM NESTAČÍ LEN SUBUTEX?

Podoba názvov Subutex a Suboxone nie je náhodná. Ich podobnosť účinkov i využitia je veľká. Avšak rozdiely sa nájdu. Subutex je liek, ktorého účinnou látkou je buprenorfín. Buprenorfín sa svojimi kvalitami overil natoľko, že bol zahrnutý do Vzorového zoznamu potrebných liekov Svetovej zdravotníckej organizácie. Avšak v posledných rokoch boli zaznamenané mnohé prípady injekčného zneužívania lieku Subutexu na čiernom trhu. Okrem iného to spôsobilo aj nárast problémov s abscesmi. Susedné Česko, ale napríklad aj naši kolegovia/kolegyne z okolia Nitra a Banskej Bystrice sa stretávali v programoch výmeny injekčných striekačiek s čoraz väčším počtom ľudí, injekčne (zne)užívajúcich Subutex. A aj preto prišiel na svet Suboxone.

ČÍM JE TEDA SUBOXONE VÝNIMOČNÝ?

Suboxone je mix buprenorfinu hydrochloridu a naloxonu hydrochloridu. Keď si tieto dve látky preložíme, tak pochopíme celú výnimočnosť. *Buprenorfin hydrochlorid* je stále tá istá látka, ktorá sa tak úspešne osvedčila v Subutexe pri liečbe od závislosti od opiátov. Buprenorfín je čiastočný agonista opiátov. Slovíčko agonista znamená, že sa buprenorfín viaže na tie isté časti v mozgu ako napr. heroín. Slovíčko čiastočný naznačuje, že to bude mať háčik. Háčikom je, že nespôsobuje tak vysokú eufóriu ako „čistí agonisti“. Vďaka tomu sú čiastoční agonisti bezpečnejší ako „čistí agonisti“, pretože: spôsobujú „nižšiu“ fyzickú závislosť,

v nižšej miere utlmujú dýchanie a je pri nich menšie riziko predávkovania.

Naloxone hydrochlorid je látka, ktorá sa s úspechom využíva pri predávkovaní heroínom. Naloxon je antagonist opiótov. Slovíčko antagonist znamená, že blokuje tie isté časti v mozgu, na ktoré sa viaže heroín. Ak sa vpichne človeku, ktorý je pod vplyvom heroínu, môže ho dostať až do abstáku. Ak sa vpichne človeku predávkovanému heroínom, zachráni mu život. Naloxon účinkuje jedine, ak sa vpichne. Pokiaľ ho človek užije tak ako sa má užívať Suboxone – rozpustením pod jazykom - je takmer bez účinkov.

Rozumiete už? Suboxone je ako Subutex, ktorý sa nedá (zne)užívať injekčne. Ak užijete Suboxone doporučeným spôsobom- rozpustením pod jazykom- tak využívate všetky výhody liečby. Naloxon nebude pôsobiť a Buprenorfín sa naviaže na opiótové centrá v mozgu v dostatočnej miere, aby pokryl fyzickú i psychickú túžbu po opiátoch. Ak si Suboxone vpichnete, tak Naloxon zablokuje opiótové centrá v mozgu a Buprenorfín sa tam nebude môcť naviazať. Následkom vpichnutia Suboxonu je abstinenčný syndróm, teda „kríza“.

DÔLEŽITÉ INFORMÁCIE O SUBOXONEE

- Suboxone je bezpečné užívať pod dohľadom a výlučne na predpis lekára/lekárky,
- Suboxone môže zapríčiniť smrteľné predávkovanie. Ak sa užíva mimo doporučeného dávkovania, alebo v kombinácii s inými utlmujúcimi liekmi a drogami (napr.: alkohol, benzodiazepíny, lieky na spanie) Príznakmi predávkovania sú: plytké dýchanie, záchvaty, závrate, slabosť, strata vedomia, zmätok, úzke zreničky, chladná a vlhká pokožka.
- Suboxone môže spôsobiť závislosť, ktorá sa prejavuje aj abstinenčnými príznakmi pri náhlom vysadení. Nikdy neprestávajúce užívať Suboxone náhle. O ukončení užívania Suboxonu sa poraďte s lekárom/lekárkou.

- Suboxone môže spôsobiť ospalosť, závrate či spomalené myslenie. Preto nie je možné pod vplyvom Suboxonu šoférovať a vykonávať iné činnosti vyžadujúce sústredenie.
- Alkohol a iné utlmujúce lieky môžu negatívne ovplyvniť ospalosť, závrate a spomalené myslenie pri užívaní Suboxonu.
- Suboxone má veľa vedľajších príznakov, časté sú bolesti hlavy, nespavosť, abstinenčný syndróm, nevoľnosť.

LIEČBA SUBOXONOM - BEH NA DLHÉ TRATE

Liečba Suboxonom, rovnako ako iné substitučné liečby, je dlhodobého charakteru. Suboxonová liečba má 4 fázy:

- fáza indukcie – Suboxone je podávaný, aby sa bezpečne a čo najrýchlejšie potlačili abstinenčné príznaky opiótov (napr.: heroínu, metadonu).
- fáza stabilizácie – počas tejto fázy sa hľadá optimálna dávka Suboxonu. V závere je dávka Suboxonu správne nastavená a doladená. Teda pacient/tka sa cíti v pohode.
- fáza údržby – pacient/tka užíva stabilizovanú dávku a je mu/jej poskytované poradenstvo zamerané na zvládnutie drogovej závislosti. Táto fáza môže trvať mesiace, roky i celoživotne. Lekári/ky podporujú túto fázu, pretože sa vďaka nej zvyšuje pravdepodobnosť úspešnej liečby.
- fáza znižovania – pacientovi/tke je znižovaná dávka pod lekárske dohľadom. Túto fázu by malo byť možné kedykoľvek ukončiť a vrátiť sa do fázy údržby.

Tak toľko o Suboxone. Ak potrebujete viac informácií, opýtajte sa nás v teréne alebo kontaktujte najbližšie centrum pre liečbu drogových závislostí.

- Соня-

Zdroje: <http://www.Suboxonee.com/>,
<http://www.fda.gov/>, http://www.drogy-info.cz/index.php/pomoc_a_podpora/ 11.4.2008
Zdroje obr.: <http://www.methadonesupport.org/>,
[www.helpmegetoffdrugs.com.](http://www.helpmegetoffdrugs.com/)

O.S.E.M.S.M.E.R.O.V.K.A

V tajničke je ukrytý výrok nemeckého spisovateľa Herberta Rosendorfera:

„Šport dáva dohromady národy a vďaka športu majú i lekári.....“

(tajničku tvorí 16 písmen)“

T	V	E	I	N	A	V	O	Ľ	U	Č	R	O	K	A
E	O	V	E	S	L	O	V	A	N	I	E	R	Č	B
L	N	H	O	D	O	Š	T	E	P	O	M	A	O	Ľ
A	D	G	Y	M	N	A	S	T	I	K	A	K	Y	E
B	É	U	D	O	K	A	J	A	K	Á	V	E	K	R
Ľ	P	Ľ	A	T	Ô	Ť	E	K	F	D	E	T	Ľ	T
E	Ó	A	F	Ý	Ň	O	K	A	U	H	I	A	A	S
R	L	D	O	L	Š	P	O	R	T	V	N	K	I	Á
T	O	Z	R	I	A	L	H	A	B	O	A	I	D	V
S	X	U	M	K	CH	Á	R	T	A	L	V	T	O	O
O	O	D	U	Ž	D	V	A	E	L	E	O	S	D	T
K	B	R	L	Z	I	A	Z	R	Y	J	Ž	I	K	R
U	I	E	A	O	S	N	D	Č	Ž	B	Y	R	O	O
L	Č	N	H	M	K	I	A	A	E	A	L	U	K	P
D	Á	Y	S	I	N	E	T	Ý	N	L	O	T	S	Š

BALET, BEH, BIČ, BOX, FUTBAL, DISK, DŽUDO, FORMULA, GULA, GYMNASTIKA, HÁDZANÁ, HOD OŠTEPOM, HOKEJ, HRAZDA, KAJAK, KARATE, KÔŇ, KORČUĽOVANIE, LUKOSTREĽBA, LYŽE, LYŽOVANIE, ĽAD, MOTÝLIK, PLÁVANIE, RAKETA, SKOK DO DIAĽKY, STOLNÝ TENIS, ŠACH, ŠPORTOVÁ STREĽBA, TERČ, TURISTIKA, UZDA, VESLOVANIE, VODNÉ PÓLO, VOLEJBAL

Tajnička z minulého čísla: „.....aby sa páčila.“

V.T.I.P.Y

Medved', riaditeľ lesa kontroluje,
či nie je v lese bordel a vidí
ožratého zajaca.

"Zajac! Ty si opitý! Budem ťa
musieť zastrelit'!"

"Prosím ťa, prepáč mi, už sa to
viackrát nestane."

Tak ho medved' nechá, ale na
druhý deň pozerá a zajac zase
opitý ako rúra.

"Zajac, tak ale toto si prehnal!
Kde ja tá puška?!"

"Nie, prosím ťa, to je už posledná
rozlúčka s alkoholom."

Tak ho zase nechá a na tretí deň
ide zase na obhliadku. Nikde
nevidí zajaca, tak sa ide celý
spokojný napiť vody do potoka. A
vo vode ožratý zajac! Naštvaný
medved' už aj vytáhuje flintu a
zajac hovorí:

"Ho-ho-ho, maco! Zvieratám v
lese môžeš rozkazovať, ale nám
rybičkám nieeee!"

Príde žaba do lekárne so sáčkom na
hlave a lekárnik sa jej zhrozene
pýta:

- Preboha, čo vám je?

Žaba:

- Čo čo mi je? Toto je prepad.

Stretnú sa zvieratká na porade.
Hroch hovorí: "Zajtra pôjdeme na
výlet."

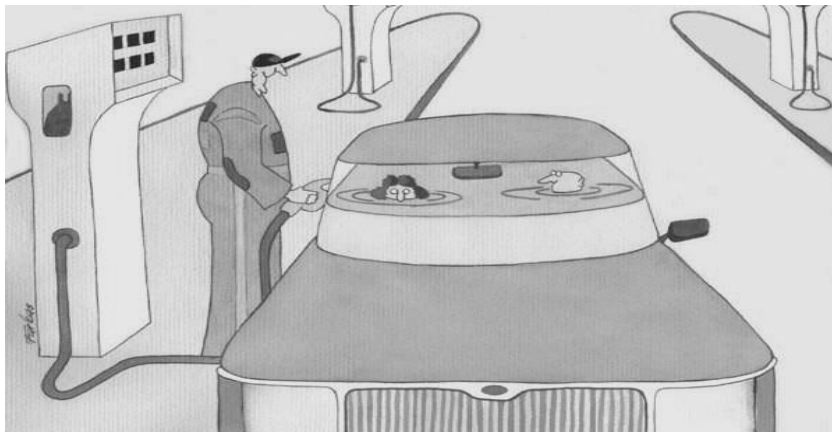
Žaba po ňom opakuje: "Zajtra
pôjdeme na výlet."

Hroch pokračuje: "Zraz bude 7:30
pri lese."

Žaba po ňom opakuje: "Zraz je
7:30 pri lese."

Hroch hovorí: "A to zelené čudo
zostane doma!".

A žaba si povzdychne: "Chudák
krokodíl, ten sa tak tešil."



Saša

POTULKY ANDALÚZIOU – IV. ČASŤ

TÝŽDEŇ PREŠIEL AKO VODA A OPÄŤ SA BLÍŽIL VÍKEND. TENTORAZ SOM SI NAPLÁNOVALA CESTU DO CÁDIZU. TOTO NAJSTARŠIE ZAZNAMENANÉ MESTO EURÓPY NA SAMOM JUHU ŠPANIELSKA MA PRIAM MAGICKY PRIŤHAVALO. PROBLÉM VŠAK NASTAL HNEĎ PRI KÚPE LÍSTKA.

Plánovala som ísť čím najskôr, lebo cesta autobusom trvala 4 hodiny a chcela som mať čo najviac času na prehliadku mesta. Do úvahy prichádzal len autobus odchádzajúci z Malagy o 6:45, ďalší išiel až v poobedňajších hodinách. Lenže keď som si pozerala odchody autobusov zo zastávky pri mojom apartmáne, zistila som, že nemám šancu prísť na stanicu načas. Prvý autobus odchádzal o 6:15, a pri ceste na stanicu som ešte musela v centre mesta prestupovať na iný. Ale túžba navštíviť Cádiz bola silnejšia. A tak som vymyslela plán – šla som na posledný nočný autobus, ktorý šiel zo štvrte, kde som bývala, o 5:45 ráno. Keďže z centra mesta mi už na stanicu nešlo nič, vybrala som sa tam peši, čo mi podľa odhadu mohlo zabráť takých 15 minút. Pri tom zhone som si však zabudla zobrať mapu Malagy, a tak som sa porozhliadla po okolí, či nestretnem nejakú dobrú dušu, ktorá ma usmerní, lenže v tom čase boli ulice prázdne. Nakoniec som natrafila na dvojicu mladých Španielov, ktorí mi ochotne poradili, a tak som sa šťastne ocitla na stanici, kde som nastúpila do autobusu smerujúceho do vysnívaného Cádiz.

Po príchode do Cádiz som pocítila úžasné zadosťučinenie. Ocitla som sa na slnkom zaliatom polostrove, ktorý bol len úzkou časťou pripojený k zvyšku pevniny Španielska. Vytiahla som mapu, ktorú som si pred dovolenkou vytlačila z internetu, a snažila nasmerovať svoje kroky do centra. Problém bol, že na mape boli vyznačené len hlavné ulice,

a tak mi chvíľu trvalo, kým som sa zorientovala. Pár dní predtým som sa pokúšala telefonicky zarezervovať si hotel, ale bolo to márne. Povedali mi, že nezvyknú robiť rezervácie, ale že nech kľudne prídem, že určite bude niečo voľné. Bolo mi to čudné, ale až na mieste som pochopila, prečo sa neobávali návalu turistov. „Môj“ hotel mal síce výbornú polohu (stál v centre mesta), ale človek by ani nezbadal, že niečo také sa tam nachádza. Na hrdzavej bráne visela ošarpaná tabuľa, z ktorej som ledva rozlúštila názov: „Pension Inma.“ Opatrne som otvorila vřzgajúcu bránu a ocitla sa vo dvore, ktorý pripomínal stavenisko – stála tam kopa piesku a kameniva, niekoľko dosák a nejaké haraburdie, a začula som aj zvuky vřtačky. Penzión bol evidentne v rekonštrukcii.

Zamierila som do vchodu oproti, kde ma čakala ďalšia odpudivá brána, a pomaly kráčala hore opusteným schodišťom, pričom som kľučkovala medzi opadanou omietkou a kusmi stavebného materiálu. Musím priznať, že som sa dosť bála, či mi niečo nepadne na hlavu. Na poschodí som opäť zazrela názov Inma, a tak som nespomelo zazvonila na príslušné dvere. Zvnútra sa ozval len brechot psa, ale inak nič. Na druhý pokus mi už otvorila staršia pani, ktorej som sa ihneď pre istotu spýtala, či je ten hotel vôbec v prevádzke. Prikývla, a tak som si ešte overovala sumu, ktorá bola uvedená na internete - 20 EUR za noc. Zaviedla ma do miniatúrnej izbičky s posteľou

a umývadlom, ukázala mi „kúpeľňu“ na chodbe, a to mi, napriek svojej jednoduchosti, úplne stačilo. Za tú cenu som bola rada, že mám kde hlavu skloniť, lacnejší hotel by som nenašla. Veď je tam všetko, čo potrebujem. Zložila som si veci, trocha som sa opláchla v odpudzujúcej kúpeľni, ktorá vyzerala ako po bombardovaní, a vybrala som sa na obhliadku mesta.

Neďaleko hotela sa nachádzalo hlavné námestie s dominantou mesta – **katedrálou**. Tento skvost, postavený v 18. storočí v barokovom slohu, dokončili po vyše 100 rokoch v neoklasickom štýle. Za poplatok bolo možné ísť až na vrchol, a tak som neváhala, kúpila si vstupenku, a pustila sa do výstupu po strmom točitom schodišti. Keď som vyšla po schodoch až nahor, ocitla som sa vo vežičke s obrovským zvonom, kde ma vítal fascinujúci pohľad na celé mesto, pevnosť a pobrežie dotýkajúce sa tyrkysového mora. Zrazu som sa prudko strhla - nado mnou sa ozval hrubý hlas. Bol to však len magnetofón dômyselne ukrytý kdesi v kupole, ktorý robil akéhosi neviditeľného sprievodcu. Pracovníci dolu pri pokladni si zrejme vyrátali čas môjho výstupu a spustili nahrávku. Bolo

to pôsobivé, i keď veľa som z toho nerozumela. Našťastie boli po okrajoch mapy s vyznačenými obrysami mesta a názvami a opismi budov, čo som mohla po predĺžení ich siluety porovnávať s realitou.

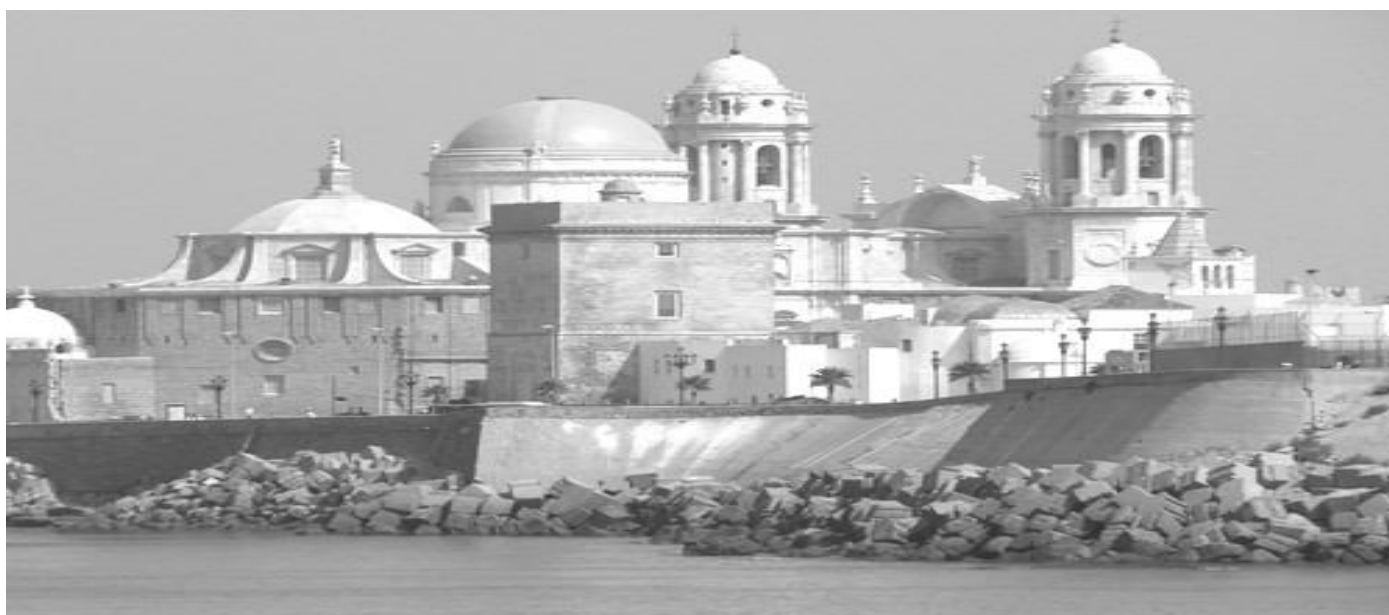
Celý polostrov som prešla krížom asi za 45 minút, až som prišla k moru, a potom som sa rozhodla kráčať popri pobreží. Aj odtiaľto bol úžasný pohľad – v zlatej kupole katedrály sa nádherne odrážalo slnko. Bolo nádherné bezoblačné nebo a odhadovala som, že mohlo byť viac ako 30 stupňov. Mrzelo ma, že som si nevzala plavky, ale objem môjho ruksaku bol značne obmedzený. Večer som sa unavená vrátila na izbu. Španieli v ten deň oslavovali sviatok Sv. Jána, a tak sa celým mestom tiahla ohromná a hlučná procesia. Ale bola som natoľko utáhaná celodenným chodením, že som nemala žiaden problém zaspať.

Saša

Zdroj obrázku:

<http://www.planetware.com/i/photo/cadiz-cadiz.jpg>

Katedrála v Cádize



SOCIÁLNA ASISTENCIA:

AGENTÚRA PODPOROVANÉHO ZAMESTNÁVANIA (APZ)



Z ČASU NA ČAS SA V TERÉNE VYSKYTNE NIEKTO Z VÁS, KTO NÁS OSLOVÍ S PROSBOU O POMOC PRI HĽADANÍ PRÁCE ČI BRIGÁDY. PRETO, KEĎ SOM SA O AGENTÚRE PODPOROVANÉHO ZAMESTNÁVANIA DOZVEDELA, NAPADLO MI, ŽE BY BOLO FAJN O NEJ ZISTIŤ NIEČO VIAC... APZ JE ORGANIZÁCIA, KTORÁ UŽ OD ROKU 2001 POMÁHA TÝM ĽUĎOM, KTORÍ MAJÚ ŤAŽKOSTI SA ZAMESTNAŤ; ORGANIZÁCIA, S TROCHU ZLOŽITÝM NÁZVOM (ALE ZA TO S JASNÝMI AKTIVITAMI); A ČO JE NAJDÔLEŽITEJŠIE – JE TO ORGANIZÁCIA, KTORÁ VÁM CHCE POSKYTOVAŤ SVOJE SLUŽBY...

Stretnutie som si dohodla s pani riaditeľkou Vierou Záhorcovou priamo v agentúre na Kolárskej ulici v Bratislave (asi 5 minút od Obchodnej). Budova, v ktorej agentúra sídli, je staršia, vchod ľahko prehliadateľný. Našťastie, na Kolárskej ulici nie je veľa domov, a teda „tie správne dvere“ sa tak dajú bez problémov nájsť.

Kancelária agentúry pozostáva asi zo 4 väčších, útulných miestností. Police sú plné kníh, na stoloch kopy papierov – no proste pracovná atmosféra:-) Pani riaditeľka (milá pani s príjemným pokojným hlasom) ma už čakala. Náš rozhovor teda mohol začať...

ČO SOM SA DOZVEDELA...

Agentúra podporovaného zamestnávania pôvodne vznikla ako podporná organizácia pomáhajúca pri hľadaní práce pre ľudí so zdravotným postihnutím. Postupne však rozšírili svoje služby aj pre iných ľudí.

V súčasnosti sa APZ snaží o pomoc všetkým ľuďom, ktorí chcú, ale majú

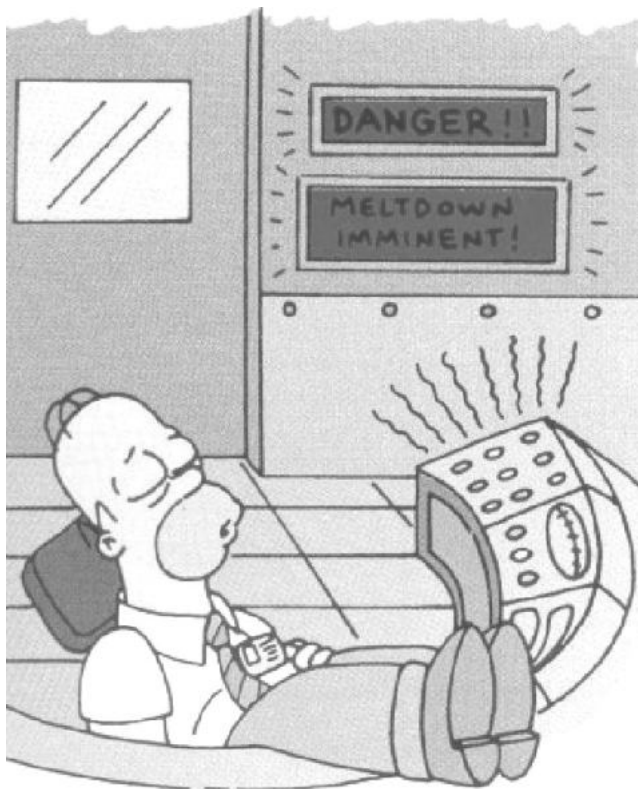
ťažkosti sa zamestnať (dlhodobá nezamestnanosť, ľudia so zmenenou pracovnou schopnosťou, ľudia s nízkym vzdelaním a pod.) Povoľenie na svoju činnosť má organizácia od Ústredia práce, sociálnych vecí a rodiny, s ktorým vo veľkej miere aj spolupracuje.



HLAVNÉ AKTIVITY AGENTÚRY

- odborné poradenstvo
- vyhľadávanie nových pracovných miest a nových spolupracujúcich zamestnávateľov

- ponuka rekvalifikačných kurzov (pri ktorých môžete získať nové/d'alsie pracovné zručnosti)



Na úvodné stretnutie si prines občiansky preukaz. Ak ho však nemáš, nevaďí, prísť môžeš aj bez neho.

Na záver mojej návštevy ma pani riaditeľka zoznámila s pracovníčkou Luciou (rovnako sympatickou), s ktorou pravdepodobne prídeš do kontaktu, ak APZ navštíviš.

S príjemným pocitom, nabalená informačnými materiálmi a brožúrkami som sa zase pobrala...

Práci česť!!!!:-)



VŠETKY SLUŽBY SÚ BEZPLATNÉ !!!!

Sociálna asistentka Eva
0904 655 146

AK SA ROZHODNEŠ SLUŽBY APZ VYUŽIŤ, MÁŠ VIACERO MOŽNOSTÍ...

- osobne - navštív agentúru v každý pracovný deň od 9,00 – 16,00 alebo
- telefonicky - dohodni si stretnutie s pracovníčkou agentúry na tel. čísle 02/52 73 3676 alebo
- u nás v teréne - dohodni si sprevádzanie s našim terénnym/nou pracovníkom/čkou, ktorý/á môže ísť do Agentúry s tebou.

Kontakt

- Adresa: Agentúra podporovaného zamestnávania, Kolárska 14, 811 06 Bratislava
- Telefón: 02/ 5273 3676

Zdroje:

<http://www.apz.sk/kontaky.html>

Informačné materiály APZ

Zdroje obrázkov:

<http://www.apz.sk/images/a3.gif>

<http://www.pracanadosah.sk/repository/images/alternativy.jpg>

http://www.cvonline.sk/cont_img/71/looking.gif

<http://www.simpsonovci.borec.cz/Obrazy/homer-asleep-on-job.jpg>

TERÉNNYCH PRACOVNÍKOV/ČKY OZ ODYSEUS NÁJDEŠ V BRATISLAVE:

Každú stredu a piatok

18:00 – 19:00 na Trnavskom Mýte (pri Tržnici)

19:30 – 20:30 na Hlavnej železničnej stanici (pri nástupišti trolejbusov)

20:50 – 21:15 Avion (lavičky pri Blumentálskom kostole)

21:15 – 22:00 prechod cez Krížnu a Vajnorskú ul.

Každú nedeľu

19:30 – 20:30 na Hlavnej železničnej stanici (pri nástupišti trolejbusov)

Poznávacie znamenie - bandaska s nápisom CHRÁŇ SA SÁM

Testovanie * na protilátky syfilisu a HIV a výmena ihiel prebieha:

Každú nedeľu

21:00 – 22:00 na Avione (pri pumpe Slovnaft)

22:00 – 23:00 na Trnavskom mýte pri lekární

23:00 – 24:00 na Príkopovej ulici

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

** ak máš záujem o testovanie, opýtaj sa nás v teréne, kde ti povieme konkrétne časy a miesta testovania.*

*Poznávacie znamenie - biely Fiat Ducato alebo biela Škoda Felícia s nápisom
CHRÁŇ SA SÁM*



VYDALO OBČIANSKE ZDRUŽENIE ODYSEUS ZA FINANČNEJ

PODPORY LUKÁŠA FILU

WWW.ODYSEUS.ORG

