



# Здорового и безопасного ----- 2016

## Impressum

© Deutsche AIDS-Hilfe e.V.  
Wilhelmstr. 138, 10963 Berlin  
Internet: aidshilfe.de, E-Mail: dah@aidshilfe.de  
2015

Bestellnummer: 023002

Konzept und Textgrundlage: Stephanie Klee

Redaktion: Marianne Rademacher, Holger Sweers

Umschlagfoto: Barbara Dietl

Gestaltung und Illustration: dia°, [www.diaberlin.de](http://www.diaberlin.de),

Paul Bieri, Dörte Nielandt, Anna Risch

Übersetzung: Fachübersetzungsdienst GmbH

Druck: AZ Druck- und Datentechnik GmbH,  
Sportfliegerstraße 6, 12487 Berlin

DAH-Spendenkonto:

Nr. 220 220 220, Landesbank Berlin, BLZ 100 500 00

BIC: BELADEVB33XXX, IBAN: DE27 1005 0000 0220 2202 20

online: [www.aidshilfe.de](http://www.aidshilfe.de)

Sie können die DAH auch unterstützen, indem Sie Fördermitglied werden. Nähere Informationen unter [www.aidshilfe.de](http://www.aidshilfe.de) oder bei der DAH. Die DAH ist als gemeinnützig und besonders förderungswürdig anerkannt. Spenden und Fördermitgliedschaftsbeiträge sind daher steuerabzugsfähig.

Wichtiger Hinweis: Dieser Taschenkalender wurde nach bestem Wissen und Gewissen verfasst. Dennoch können Irrtümer nicht ausgeschlossen werden. Die DAH übernimmt keine Haftung für Schäden, die auf irgendeine Art aus der Nutzung der in dieser Broschüre enthaltenen Informationen entstehen. Die Nennung von Produktnamen bedeutet keine Werbung.

---

**Дорогая читательница,** у каждой проститутки свои собственные причины, почему она занимается этой работой. Во-первых, как и при любой другой работе, речь идет о зарабатывании денег. Поэтому важно, чтобы ты как можно быстрее освоила свою профессию и осталась здоровой.

Этого можно достичь с помощью учения и практики. Опытные коллеги могут тебе разъяснить и показать, от чего зависит успех при профессиональной работе проституткой: от мастерства, бдительности и осторожности, так как в этой профессии часто возникает опасность возникновения беременности, насилия, несправедливых условий работы и зависимостей любого рода.

Обмен опытом с коллегами может помочь также определиться с вопросом, как часто ты хочешь работать по профессии. Проституция в обществе все еще не считается «нормальной» работой. Многие женщины скрывают, чем они занимаются, что со временем может стать тяжелой психической нагрузкой. Хорошо подумай, когда доверяешься кому-то, чтобы впоследствии у тебя не возникло проблем в личной жизни.

---

---

Этот календарь также дает тебе советы и информацию, на такие темы как «Ты решаешь, где лежат твои границы», «Безопасный секс – защита от инфекций, передаваемых половым путем (ЗППП )» или «Советы о том, как работать безопасно».

Желаем приятного и полезного чтения. Начинай 2016 год здоровой и уверенной!

Марианне Радемахер

Специалист по консультированию женщин в организации Deutsche AIDS-Hilfe e. V.

Мы хотим и дальше размещать полезную информацию в этом календаре и будем рады отзывам и предложениям о возможных изменениях. Их можно выслать на адрес:  
[marianne.rademacher@dah.aidshilfe.de](mailto:marianne.rademacher@dah.aidshilfe.de).

---

\* Инфекции, передаваемые половым путем, часто называют ЗППП. Это сокращение термина «Заболевания, передаваемые половым путем». В нашей брошюре мы также используем это сокращение.



мой  
январь

---

## Ты решаешь, где лежат твои границы

При занятии проституцией, секс – это работа, за которую ты получаешь деньги. У клиентов различные потребности и желания. Часто они просят не просто «раздвинуть ноги», а, например, сделать им массаж или поиграть в ролевою игру, слушать и говорить или исполнять их фантазии.

## Важно: ты решаешь, к чему ты готова, а к чему нет!

Это касается также обычного «стандартного набора» интим-услуг:

- Предварительная игра «по-французски»: облизывание/заглатывание головки пениса («отсасывание») или влагалища;
- Секс «по-французски»: заглатывание головки члена до семяизвержения;
- Ласки руками: массажирование пениса до семяизвержения;
- По-испански: секс между грудей до семяизвержения;
- Вагинальный секс;
- Греческий (анальный) секс;
- Натурализм (когда партнер мочится в рот/ на тело).

Снова и снова доводи до сведения клиентов, каковы твои границы. И ни в коем случае не давай уговорить себя делать что-то, что может тебе повредить, например, заниматься вагинальным или оральным сексом без презерватива. Четко и ясно объясни клиенту, что без презерватива ты не работаешь. Кроме того, в сфере секс-услуг использование презерватива при отсасывании также считается стандартом. Без этого ты легко можешь заразиться инфекциями, передающимися половым путем.

---

три, два, один ...

Пятница 1

**НОВЫЙ ГОД!**

.....

.....

.....

.....

Суббота 2

.....

.....

.....

.....

Воскресенье 3

.....

.....

.....

.....



Январь

С наилучшими **намерениями**  
в новый год:

сразу же договорись о приеме у врача  
для ранней диагностики рака

и обследования на ЗППП!

## 4 Понедельник

---

---

---

---

## 5 Вторник

---

---

---

---

## 6 Среда

---

---

---

---

Январь



Четверг 7



Пятница 8



Суббота 9



Воскресенье 10



Январь

**11** Понедельник

.....

.....

.....

.....

**12** Вторник

.....

.....

.....

.....

**13** Среда

.....

.....

.....

.....

**14** Четверг

.....

.....

.....

.....

Январь



**Пятница 15**

.....

.....

.....

.....

**Суббота 16**

.....

.....

.....

.....

**Воскресенье 17**

.....

.....

.....

.....

**Январь**

**18** Понедельник

.....

.....

.....

.....

**19** Вторник

.....

.....

.....

.....

**20** Среда

.....

.....

.....

.....

**Январь**



Четверг 21



Пятница 22



Суббота 23



Воскресенье 24



**25** Понедельник

.....

.....

.....

.....

**26** Вторник

.....

.....

.....

.....

**27** Среда

.....

.....

.....

.....

**28** Четверг

.....

.....

.....

.....

**Январь**

Пятница 29



Суббота 30



Воскресенье 31





мой

февраль



---

## Важная информация о ВИЧ и СПИДе

ВИЧ – это вирус, который поражает внутренние органы и ослабляет иммунную систему. Без соответствующего лечения эта инфекция почти всегда оборачивается СПИДом: защитная система организма становится такой слабой, что приводит к опасным для жизни инфекциям, аллергии и раку. Если во время начать принимать каждый день препараты против ВИЧ, то можно предотвратить СПИД и вести практически нормальный образ жизни.

ВИЧ передается, прежде всего, при вагинальном и анальном сексе без презерватива (причем это возможно даже тогда, когда сперма не попадает внутрь тела). Также существует очень высокая вероятность заражения при совместном использовании шприцов для употребления наркотиков. Инфицированные матери могут заразить своих детей во время беременности, в процессе родов и во время кормления грудью.

Защитить от ВИЧ могут безопасный секс (прежде всего, презервативы) и безопасное использование инструментов (каждый использует свой шприц, а для защиты от вируса гепатита нужно использовать свои собственные принадлежности, такие как ложка, фильтр, вода или трубка для вдыхания).

Мы можем узнать о том, не заразились ли мы ВИЧ, с помощью ВИЧ-анализа. Нужно заранее проконсультироваться у специалистов, например, в организациях Aidshilfe (ВИЧ-сервисные организации, см. ниже) или Gesundheitsamt (отдел здравоохранения). Работники организаций Gesundheitsamt и Aidshilfe предлагают пройти тест анонимно и бесплатно, или же по очень низкой цене (максимум 10–15 евро).

---

# 1 Понедельник

.....

.....

.....

.....

# 2 Вторник

.....

.....

.....

.....

# 3 Среда

.....

.....

.....

.....



Февраль

Четверг 4

Four sets of horizontal dotted lines for writing.

Пятница 5

Four sets of horizontal dotted lines for writing.

Суббота 6

Four sets of horizontal dotted lines for writing.

Воскресенье 7

Four sets of horizontal dotted lines for writing.

Февраль

**8** Понедельник

.....

.....

.....

.....

**9** Вторник

.....

.....

.....

.....

**10** Среда

.....

.....

.....

.....

**11** Четверг

.....

.....

.....

.....

**Февраль**

Пятница 12

.....

.....

.....

.....

Суббота 13

.....

.....

.....

.....

День св. Валентина

Воскресенье 14

**ЦВЕТЫ!**

.....

.....

.....

.....



Февраль



**15** Понедельник

.....

.....

.....

.....

**16** Вторник

.....

.....

.....

.....

**17** Среда

.....

.....

.....

.....

**Февраль**

Четверг 18

Four sets of horizontal dotted lines for writing on Thursday.

Пятница 19

Four sets of horizontal dotted lines for writing on Friday.

Суббота 20

Four sets of horizontal dotted lines for writing on Saturday.

Воскресенье 21

Four sets of horizontal dotted lines for writing on Sunday.



Февраль

**22** Понедельник

.....

.....

.....

.....

**23** Вторник

.....

.....

.....

.....

**24** Среда

.....

.....

.....

.....

**25** Четверг

.....

.....

.....

.....

**Февраль**



Пятница 26

Four horizontal dotted lines for writing.

Суббота 27

Four horizontal dotted lines for writing.

Воскресенье 28

Four horizontal dotted lines for writing.



мой  
**март**

---

## Безопасный секс – защита от половых инфекций (ЗППП)

При оказании профессиональных интимных услуг секс должен, прежде всего, быть безопасным:

- Вагинальный, анальный или оральный секс всегда должен быть с презервативом.
- Кровь (также менструальная кровь) и сперма не должны попадать в рот, глаза и другие участки тела, и на поврежденные участки кожи (например, на язвы от герпеса).

Так ты можешь себя защитить от ВИЧ и снизишь риск заражения другими ЗППП.

Используй только **фирменные кондомы** с печатью на упаковке DIN EN ISO 4074:2002 и обращай внимание на срок годности. Всегда используй презерватив уже перед первым контактом. Храни презервативы вдали от огня, солнечных лучей, а также острых и тяжелых предметов.

Покрывай презервативы и смазывай влагалище и анальное отверстие **гелем-смазкой, не содержащим жира** (на основе воды или силикона), чтобы не порвать презерватив. От жиросодержащих средств (например, крема) кондом легко может порваться.

**Дентальная прокладка** (латексная ткань) или **прочная пищевая пленка** на наружных женских половых органах или анальном отверстии при облизывании мешает возбудителям заболеваний попасть в рот.

**Напальчники и резиновые перчатки** при «игре руками» или при половом контакте с использованием кулаков защищают от контакта с кровью, с вагинальным или кишечным секретом или с калом.

---

**29** Понедельник

.....

.....

.....

.....

**1** Вторник

.....

.....

.....

.....

**2** Среда

.....

.....

.....

.....

Февраль -- Март



Четверг 3

Международный

день защиты прав  
секс-работников

Пятница 4

Суббота 5

Воскресенье 6

7 Понедельник

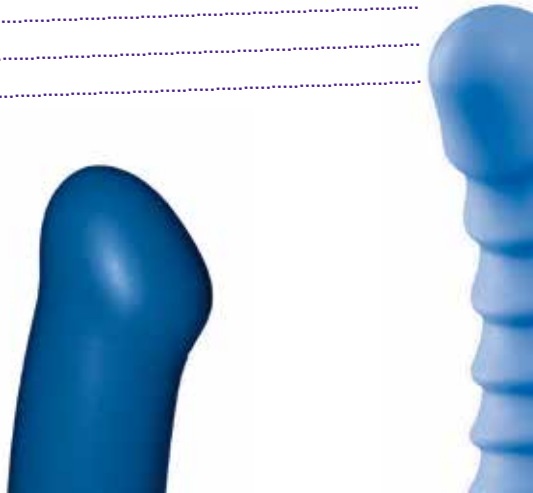
День  
**Здорового**  
питания

8 Вторник

Международный  
**ЖЕНСКИЙ** день

9 Среда

Март



Четверг 10

Four horizontal dotted lines for writing.

Пятница 11

Four horizontal dotted lines for writing.

Суббота 12

Four horizontal dotted lines for writing.

Воскресенье 13

Four horizontal dotted lines for writing.

**14** Понедельник

.....

.....

.....

.....

**15** Вторник

.....

.....

.....

.....

**16** Среда

.....

.....

.....

.....

**Безопасный секс**

**это уверенность!**

**Март**



Четверг 17

.....

.....

.....

.....

Пятница 18

.....

.....

.....

.....

Суббота 19

.....

.....

.....

.....

Воскресенье 20

.....**Начало весны**.....

.....

.....

.....

## 21 Понедельник

.....

.....

.....

.....

## 22 Вторник

.....

.....

.....

.....

## 23 Среда

.....

.....

.....

.....

Четверг 24

.....

.....

.....

.....

Пятница 25

.....**Страстная Пятница**.....

.....

.....

.....

Пасхальное  
воскресенье

Суббота 26

.....**Где яйца?**.....

.....

.....

Воскресенье 27

.....

.....

.....

.....**Начало летнего времени**  
**перевести часы!**.....

**28** Понедельник



**29** Вторник



**30** Среда



МОЙ

апрель



---

## Полезная информация для профессиональных работниц сексуальной сферы

Лучше всего не предлагать вагинальный секс во время менструаций, потому что в это время твое влагалище наиболее восприимчиво к возбудителям заболеваний. Если ты, тем не менее, хочешь заняться вагинальным сексом, ты можешь использовать губку-аппликатор. Ее нужно поместить прямо перед маточным зевом, чтобы она, как тампон, впитывала менструальную кровь, и клиент не заметил, что у тебя месячные. Губку можно держать максимум восемь часов, при более обильных месячных ее нужно менять чаще. Каждую губку можно использовать один раз (не мыть и не использовать снова!).

**Фаллоимитаторы (искусственные пенисы) и другие сексуальные игрушки:** для анального секса используй фаллоимитатор с более широким основанием, чтобы он не «исчез» в анальном отверстии. Осторожно с продукцией из дерева или пластика: сварочные швы, сколы и трещины могут нанести травмы. Лучше всего использовать фаллоимитаторы из силикона. Что же касается остальных сексуальных игрушек, для каждого нового партнера и перед каждым новым половым актом тщательно очищай их водой и мылом или надевай новый кондом.

**Кроме того:** все инструменты для интим-услуг ты можешь также получить у работников (работниц) борделей или купить в магазине интим-услуг.

---

Четверг 31



Пятница 1



Суббота 2



Воскресенье 3



Март -- Апрель

## 4 Понедельник

.....

.....

.....

.....

## 5 Вторник

.....

.....

.....

.....

## 6 Среда

.....

.....

.....

.....

## 7 Четверг

.....

.....

.....

.....

Всемирный день

**ЗДОРОВЬЯ**



Апрель



Пятница 8

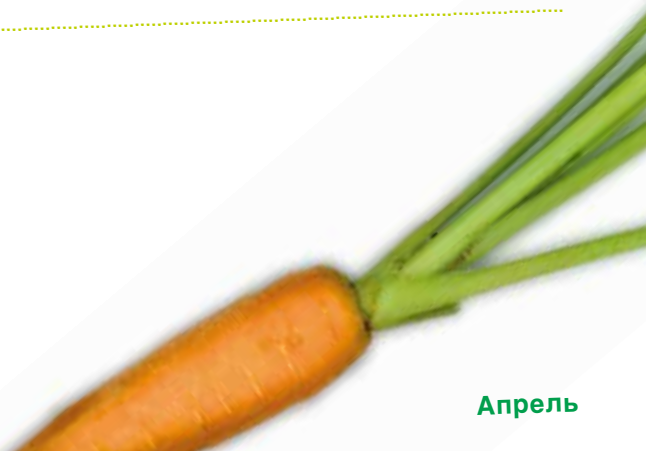
Four horizontal dotted lines for writing.

Суббота 9

Four horizontal dotted lines for writing.

Воскресенье 10

Four horizontal dotted lines for writing.



Апрель

# Прививка от гепатита А и В!

Защити себя прививкой и  
проверься на наличие ЗППП!

**11** Понедельник

.....

.....

.....

.....

**12** Вторник

.....

.....

.....

.....

**13** Среда

.....

.....

.....

.....

**Апрель**

**Четверг 14**

Four horizontal dotted lines for writing.

**Пятница 15**

Four horizontal dotted lines for writing.

**Суббота 16**

Four horizontal dotted lines for writing.

**Воскресенье 17**

Four horizontal dotted lines for writing.

**Апрель**



**18** Понедельник

.....

.....

.....

.....

**19** Вторник

.....

.....

.....

.....

**20** Среда

.....

.....

.....

.....

**Апрель**



Четверг 21

Four horizontal dotted lines for writing on Thursday.

Пятница 22

Four horizontal dotted lines for writing on Friday.

Суббота 23

Four horizontal dotted lines for writing on Saturday.

Воскресенье 24

Four horizontal dotted lines for writing on Sunday.

**25** Понедельник

.....

.....

.....

.....

**26** Вторник

.....

.....

.....

.....

**27** Среда

.....

.....

.....

.....

**28** Четверг

.....

.....

.....

.....

**Апрель**

The image features five Easter eggs scattered on a bright yellow background. The eggs are in various colors: a large red one at the top, a green one on the left, a dark brown one on the right, a dark brown one at the bottom left, and a red one at the bottom center. Each egg has a unique, embossed or marbled pattern. A white dashed line curves across the middle of the image, passing behind the text.

мой

май

---

## Конкретно о безопасном сексе: практика, риск и защита

ВИЧ передается, прежде всего, при **вагинальном и анальном сексе** без презерватива (причем это возможно даже тогда, когда сперма не попадает внутрь тела). Риск заражения ВИЧ повышается при наличии другого ЗППП.

**Облизывание/заглатывание головки пениса:** до тех пор, пока сперма не попадает в рот, заражение ВИЧ маловероятно. Гепатит и другие ЗППП, такие как триппер, при этом однако легко могут передаваться. Поэтому кондом необходим и при облизывании!

Облизывание внешних половых органов у женщин: риска заражения ВИЧ нет, если кровь (менструальная) не попадает в рот. Однако при этом легко заразиться другими ЗППП. Профессионалы используют при этом «дентальную прокладку».

**Садомазохистские игры с мочой и калом:** никакой крови, спермы, кала и мочи не должно попадать в рот, на поврежденные участки кожи или открытые места. Использованный «инструмент» всегда нужно тщательно очищать/дезинфицировать. Ты должна быть привита от гепатита А и В.

**Фаллоимитаторы (искусственные пенисы) и другие секс-игрушки:** всегда применять только с одним человеком. Для каждого нового партнера тщательно очищать/дезинфицировать предметы или надевать новый презерватив.

**Поцелуи:** нет риска заражения ВИЧ, но есть риск заражения другими ЗППП (например, герпесом, триппером, гепатитом В).

---



Пятница 29

Four horizontal dotted lines for writing.

Суббота 30

Four horizontal dotted lines for writing.

День  
Труда



Воскресенье 1

Four horizontal dotted lines for writing.

Апрель -- Май

## 2 Понедельник

.....

.....

.....

.....

## 3 Вторник

.....

.....

.....

.....

## 4 Среда

.....

.....

.....

.....



... уже записалась на прием  
к **ДАНТИСТУ?**

Май



Четверг 5

День гигиены **рук**

Пятница 6

Суббота 7

Воскресенье 8

## 9 Понедельник

.....

.....

.....

.....

## 10 Вторник

.....

.....

.....

.....

## 11 Среда

.....

.....

.....

.....

## 12 Четверг

.....

.....

.....

.....



**Пятница 13**

.....

.....

.....

.....

**Суббота 14**

.....

.....

.....

.....

**Воскресенье 15**

**День Святой Троицы** .....

.....

.....

.....

**16** Понедельник

**Понедельник Троицы**

.....

.....

.....

.....

**17** Вторник

Международный день

**борьбы** .....  
**с гомофобией**



.....

**18** Среда

.....

.....

.....

.....



**Май**

**Четверг 19**

Four horizontal dotted lines for writing.

**Пятница 20**

Four horizontal dotted lines for writing.

**Суббота 21**

Four horizontal dotted lines for writing.

**Воскресенье 22**

Four horizontal dotted lines for writing.

## 23 Понедельник

.....

.....

.....

.....

## 24 Вторник

.....

.....

.....

.....

## 25 Среда

.....

.....

.....

.....

## 26 Четверг

.....

.....

.....

.....



Пятница 27



Суббота 28



Воскресенье 29





МОЙ  
ИЮНЬ

---

## Советы о гигиене и здоровье

Твое тело – это твой капитал. Ты им зарабатываешь деньги. Поэтому следи за своим здоровьем. Как и всегда, важно сбалансированно питаться, регулярно двигаться (лучше всего на свежем воздухе) и достаточно спать.

Важно соблюдать интимную гигиену, однако чрезмерная чистоплотность, к сожалению, вредна: если ты будешь принимать душ с мылом после каждого клиента, то нарушится защитный кислотный баланс кожи.

Для мытья наружных половых органов перед работой или после каждого клиента достаточно использовать холодную или чуть теплую воду. Промывание влагалища, дезинфицирующие лосьоны или спреи для интимной гигиены, а также влажные салфетки делают влагалище уязвимым для инфекций. Если ты хочешь хорошо пахнуть, можешь нанести немного духов на живот или на бедра.

Чтобы поддержать хрупкий баланс натуральной флоры влагалища, ты можешь вводить внутрь свечи с молочной кислотой (продаются в аптеках без рецепта) или просто йогурт с живыми молочнокислыми бактериями (не прошедший термическую обработку) с помощью тампона.

Употребляя алкоголь и другие наркотические вещества, ты не сможешь так хорошо оценить степень опасности и вряд ли сможешь сама себе помочь в срочной ситуации. Лучше всего работать с ясной головой.

---

**30** Понедельник

.....

.....

.....

.....

**31** Вторник

.....

.....

.....

.....

**1** Среда

.....

.....

.....

.....

**2** Четверг

Международный день

**проституции**

.....

.....

.....

.....

**Май -- Июнь**

**Пятница 3**

.....

.....

.....

.....

**Суббота 4**

.....

.....

.....

.....

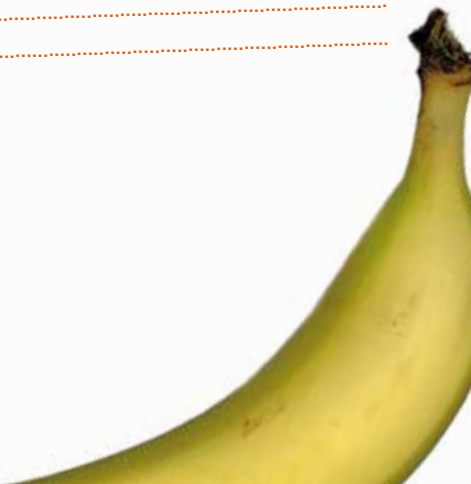
**Воскресенье 5**

.....

.....

.....

.....





**6** Понедельник

.....

.....

.....

.....

**7** Вторник

.....

.....

.....

.....

**8** Среда

.....

.....

.....

.....

**Июнь**

**Четверг 9**

Four horizontal dotted lines for writing.

**Пятница 10**

Four horizontal dotted lines for writing.

**Суббота 11**

Four horizontal dotted lines for writing.

**Воскресенье 12**

Four horizontal dotted lines for writing.

## 13 Понедельник

.....

.....

.....

.....

## 14 Вторник

Всемирный день

донора крови .....

.....

.....

.....

## 15 Среда

.....

.....

.....

.....

Июнь





**Четверг 16**

Four horizontal dotted lines for writing.

**Пятница 17**

Four horizontal dotted lines for writing.

**Суббота 18**

Four horizontal dotted lines for writing.

**Воскресенье 19**

Four horizontal dotted lines for writing.

**Начало лета**

**Июнь**

**20** Понедельник

.....

.....

.....

.....

**21** Вторник

.....

.....

.....

.....

**22** Среда

.....

.....

.....

.....

**23** Четверг

.....

.....

.....

.....

**Июнь**

Пятница 24

.....

.....

.....

.....

Суббота 25

.....

.....

.....

.....

Воскресенье 26

.....

.....

.....

Международный день

**борьбы с наркотиками**

Июнь

**27** Понедельник

.....

.....

.....

.....

**28** Вторник

.....

.....

.....

.....

**29** Среда

.....

.....

.....

.....

**30** Четверг

.....

.....

.....

.....

**Июнь**



мой  
**ИЮЛЬ**



---

## **ЗППП и Ко: профилактика, осмотр, лечение**

**Кондомы (также при оральном сексе!)** снижают риск заражения инфекциями, передаваемыми половым путем (ЗППП), такими как триппер (гонорея), хламидии или сифилис. Кроме того, ты не должна касаться мест с поврежденной кожей (например, с прыщами, сыпью) и принимать внутрь себя выделения/жидкости из тела клиента.

ЗППП не всегда имеют ярко выраженную симптоматику, так что многие их симптомы для человека незаметны. Поэтому лучше всего регулярно (например, раз в квартал) **проходить осмотр** и срочно идти к врачу в случае каких-либо изменениях в самочувствии, например, при зуде, жжении или выделений в области половых органов, при сыпи или появлении гнойников. Запущенные или совсем не леченные ЗППП могут привести к хроническим воспалением в подчревной области, бесплодию или вызвать рак шейки матки. При **беременности** ты должна проходить проверку на ЗППП каждые шесть недель, чтобы предотвратить возможное поражение плода, преждевременные роды или выкидыш.

Очень важно иметь медицинскую страховку. Для этого лучше всего обратиться в консультационный центр. Важно для иммигранток: частные страховки, приобретенные на родине, часто действуют по всему миру.

Ты должна быть **привита** от **гепатита А и В**. Если у тебя есть медицинская страховка, больничная касса возьмет на себя стоимость вакцинации.

Кроме того, в большинстве **отделов Gesundheitsamt (отделов здравоохранения)** ты можешь **анонимно проконсультироваться**, обследоваться на наличие ЗППП и **получить прививку**. Если у тебя нет страховки на случай болезни, ты сможешь там **пройти лечение бесплатно**.

---

Пятница 1



Суббота 2



Воскресенье 3



**4** Понедельник

.....

.....

.....

.....

**5** Вторник

.....

.....

.....

.....

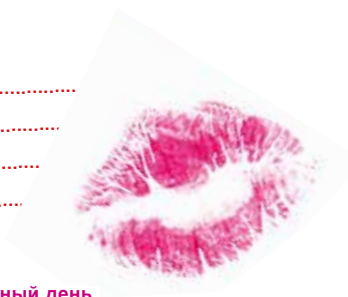
**6** Среда

.....

.....

.....

.....



Всемирный день

**поцелуя**

**Июль**



Четверг 7

Four sets of horizontal dotted lines for writing.

Пятница 8

Four sets of horizontal dotted lines for writing.

Суббота 9

Four sets of horizontal dotted lines for writing.

Воскресенье 10

Four sets of horizontal dotted lines for writing.



Июль

**11** Понедельник

.....

.....

.....

.....

**12** Вторник

.....

.....

.....

.....

**13** Среда

.....

.....

.....

.....

... уже подумала об

**обследовании**

на наличие

**ЗППП?**



**Четверг 14**

Four horizontal dotted lines for writing.

**Пятница 15**

Four horizontal dotted lines for writing.

**Суббота 16**

Four horizontal dotted lines for writing.

**Воскресенье 17**

Four horizontal dotted lines for writing.

**18** Понедельник

.....

.....

.....

.....

**19** Вторник

.....

.....

.....

.....

**20** Среда

.....

.....

.....

.....

**21** Четверг

**День памяти**

умерших от наркотиков

.....

.....

.....

.....

**Июль**

Пятница 22



Суббота 23



Воскресенье 24



Июль

**25** Понедельник

.....

.....

.....

.....

**26** Вторник

.....

.....

.....

.....

**27** Среда

.....

.....

.....

.....

**28** Четверг

.....

.....

..... Международный день **борьбы** .....

..... **с гепатитом** .....

**Июль**

Пятница 29



Суббота 30



Воскресенье 31





МОЙ

август



---

## Порвался презерватив? Сперма проникла внутрь влагалища? Сохрани спокойствие!

- Если сперма попала во влагалище или в анус, попытайся с помощью потуг избавиться от большей ее части. Ни в коем случае не делай спринцевание – повреждения повышают риск заражения! Кроме того, сперма под давлением проникает дальше внутрь влагалища, и возрастает опасность нежелательной беременности.
  - Сперму, попавшую в рот, нужно сразу выплюнуть и быстро ополоснуть рот. Зубы чистить при этом не нужно, чтобы случайно не втереть вирусы в десны.
  - Если при половом акте сперма попала в глаза, их нужно как можно скорее промыть водой.
  - При повышенном риске заражения ВИЧ (например, после незащищенного вагинального или анального секса с ВИЧ-положительным партнером, который не проходит лечения) имеет смысл в течение четырех недель пройти постконтактную профилактику. Лучше всего обратиться в течение 24 часов вместе с клиентом в одну из клиник, смотри [www.hivreport.de](http://www.hivreport.de). Дежурный врач-терапевт пункта скорой помощи установит степень риска и решит, нужно ли назначать постконтактную профилактику.
  - От нежелательной беременности можно предохраниться, приняв таблетку «следующего дня». Ее нужно принять по возможности в течение 12 часов и не позднее 72 часов (=3 дней) после контакта.
-



## 1 Понедельник

.....

.....

.....

.....

## 2 Вторник

.....

.....

.....

.....

## 3 Среда

.....

.....

.....

.....

Август

**Четверг 4**

Four sets of horizontal dotted lines for writing.

**Пятница 5**

Four sets of horizontal dotted lines for writing.

**Суббота 6**

Four sets of horizontal dotted lines for writing.

**Воскресенье 7**

Four sets of horizontal dotted lines for writing.

**Август**

**8** Понедельник

.....

.....

.....

.....

**9** Вторник

.....

.....

.....

.....

**10** Среда

.....

.....

.....

.....



**Август**

Четверг 11

Four horizontal dotted lines for writing.

Пятница 12

Four horizontal dotted lines for writing.

Суббота 13

Four horizontal dotted lines for writing.

Воскресенье 14

Four horizontal dotted lines for writing.

**15** Понедельник

.....

.....

.....

.....

**16** Вторник

.....

.....

.....

.....

**17** Среда

.....

.....

.....

.....

**18** Четверг

.....

.....

.....

.....

**Август**



**Пятница 19**

Four horizontal dotted lines for writing on Friday, August 19.

**Суббота 20**

Four horizontal dotted lines for writing on Saturday, August 20.

**Воскресенье 21**

Four horizontal dotted lines for writing on Sunday, August 21.

**Август**



**22** Понедельник

.....

.....

.....

.....

**23** Вторник

.....

.....

.....

.....

**24** Среда

.....

.....

.....

.....

**Август**



Четверг 25



Пятница 26



Суббота 27



Воскресенье 28



Август

**29** Понедельник

.....

.....

.....

.....

**30** Вторник

.....

.....

.....

.....

**31** Среда

.....

.....

.....

.....

мой

сентябрь

50

20

X33587043068

X335870

---

## Советы для большей безопасности на работе

- Сразу же внимательно осмотри клиента, четко и ясно расскажи о своих услугах и об их стоимости. Так ты можешь избежать сложностей. Если ты чувствуешь себя с клиентом не по себе, откажись.
  - Полностью отдавай себе отчет в своих действиях и не поддавайся страху.
  - Работай с ясной головой – во время ломки или под воздействием наркотиков ты не можешь контролировать ситуацию.
  - Не носи предметов, которыми тебя можно задушить (например, цепочки, шарфы, полуоткрытые жакеты) и которые могут тебе помешать убежать (длинные узкие юбки, туфли на высоких каблуках).
  - Работай в освещенных местах, старайся оставаться вблизи людей.
  - Запомни или запиши номер и марку машины, прежде чем сесть в нее. Сообщи подругам или коллегам, куда ты едешь.
  - Если в машине две двери, садись на переднее сиденье и проверь, можно ли открыть дверцу машины изнутри. Лучше всего притворить дверцу машины во время работы.
  - Осмотрись в квартире, поищи запасной выход, отметь, где находятся выходы и двери в квартиру.
  - Не выпускай клиента, особенно его руки, из поля зрения. Избегай неудобных положений, например, между колен клиента или под ним. Когда ты лежишь на клиенте, ты можешь лучше следить за его лицом и руками.
-

Четверг 1

Four sets of horizontal dotted lines for writing on Thursday.

Пятница 2

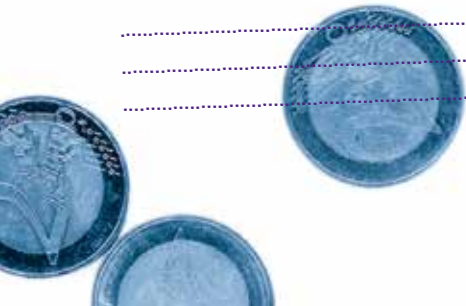
Four sets of horizontal dotted lines for writing on Friday.

Суббота 3

Four sets of horizontal dotted lines for writing on Saturday.

Воскресенье 4

Four sets of horizontal dotted lines for writing on Sunday.



Сентябрь



**5 Понедельник**

.....

.....

.....

.....

**6 Вторник**

.....

.....

.....

.....

**7 Среда**

.....

.....

.....

.....

**Сентябрь**

Четверг 8

Four sets of horizontal dotted lines for writing.

Пятница 9

Four sets of horizontal dotted lines for writing.

Суббота 10

Four sets of horizontal dotted lines for writing.

Воскресенье 11

Four sets of horizontal dotted lines for writing.

**12** Понедельник

.....

.....

.....

.....

**13** Вторник

.....

.....

.....

.....

**14** Среда

.....

.....

.....

.....

**15** Четверг

.....

.....

.....

.....

Сентябрь





Пятница 16

.....

.....

.....

.....

Суббота 17

.....

.....

.....

.....

Воскресенье 18

.....

.....

.....

.....



Сентябрь

**19** Понедельник

.....

.....

.....

.....

**20** Вторник

.....

.....

.....

.....

**21** Среда

.....

.....

.....

.....



**26** Понедельник

.....

.....

.....

.....

**27** Вторник

.....

.....

.....

.....

**28** Среда

.....

.....

.....

.....

**29** Четверг

.....

.....

.....

.....

**Сентябрь**

МОЙ

ОКтябрь



---

## При угрозе насилия ...

- Лучше всего ты можешь защитить себя с помощью спрея для волос, от комаров или экстракта лимона в пульверизаторе. Слезоточивый газ или оружие (например, нож) могут быть опасными для тебя, если мужчина направит их на тебя.
  - Если клиент дал волю рукам, бей его руками, ногами или кусай его по возможности в слабые места: горло, нос, глаза, подбородок или в яички. Ты можешь также ткнуть выпрямленные пальцы ему в глаза.
  - Если тебе угрожают, но поблизости есть другие люди, кричи как можно громче: «Огонь!» Большинство реагируют на это больше, чем на слово «Помогите».
  - Беги оттуда, как можно быстрее, против направления уличного движения по направлению к свету и туда, где есть люди.
  - Позвони в полицию или попроси об этом других. Номер телефона 110.
-

Пятница 30



Суббота 1



Воскресенье 2



**3** Понедельник

День .....

**Немецкого единства**

**4** Вторник

**5** Среда

**6** Четверг

**Октябрь**



Пятница 7

.....

.....

.....

.....

Суббота 8

.....

.....

.....

.....

Воскресенье 9

.....

.....

.....

.....

... время пройти

**обследование на  
наличие ЗППП!**

Октябрь

**10** Понедельник

.....

.....

.....

.....

**11** Вторник

.....

.....

.....

.....

**12** Среда

.....

.....

.....

.....

**13** Четверг

.....

.....

.....

.....

**Октябрь**



**Пятница 14**

.....

.....

.....

.....

**Суббота 15**

.....

.....

.....

.....

**Воскресенье 16**

.....

.....

.....

.....

**Октябрь**

**17** Понедельник

.....

.....

.....

.....

**18** Вторник

.....

.....

.....

.....

**19** Среда

.....

.....

.....

.....

**20** Четверг

.....

.....

.....

.....

**Октябрь**

Пятница 21

Four horizontal dotted lines for writing.

Суббота 22

Four horizontal dotted lines for writing.

Воскресенье 23

Four horizontal dotted lines for writing.



Октябрь

**24** Понедельник

.....

.....

.....

.....

**25** Вторник

.....

.....

.....

.....

**26** Среда

.....

.....

.....

.....

**27** Четверг

.....

.....

.....

.....

**Октябрь**

Пятница 28

.....

.....

.....

.....

Суббота 29

.....

.....

.....

.....

Воскресенье 30

.....

.....

.....

Начало

**ЗИМНЕГО ВРЕМЕНИ**

переводим время на один час назад!



Октябрь



МОЙ

ноябрь



---

## Что делать после пережитого насилия?

Позвони в полицию (номер телефона 110) или попроси об этом других. Запиши все как можно точнее: когда, где и что произошло (дата, время, место), сколько человек участвовало в совершении преступления, по каким приметам можно узнать преступника/преступников? Такие записи служат в случае сообщения о правонарушении доказательством.

Ты можешь сообщить в полицию о происшедшем сразу же или позже. Если ты сомневаешься (например, если ты находишься в Германии нелегально), ты можешь в первую очередь проконсультироваться в организации проституток или в консультационной службе по вопросам миграции (см. адреса на последней странице).

Как можно быстрее сходи к врачу или в больницу, чтобы на тебе и твоей одежде могли найти следы насильника, такие как сперма или кровь. Они послужат доказательством преступления, даже если ты сообщишь обо всем в полицию позднее. Возможно, в этом случае имеет смысл пройти постконтактную профилактику (см. главу «Август»). Ее нужно начинать в течение 24 часов после контакта.

Не оставайся одна, ищи поддержки. Если никто из тех, кому ты доверяешь, недоступен, обратись в одну из организаций, которые помогают женщинам в твоей ситуации. Твои коллеги с добротой и пониманием поддержат тебя.

---



**31** Понедельник

Хэллоуин

**1** Вторник

**2** Среда

Октябрь -- Ноябрь

Четверг 3

Four sets of horizontal dotted lines for writing.

Пятница 4

Four sets of horizontal dotted lines for writing.

Суббота 5

Five sets of horizontal dotted lines for writing.

Воскресенье 6

Six sets of horizontal dotted lines for writing.

Ноябрь

## 7 Понедельник

.....

.....

.....

.....

## 8 Вторник

.....

.....

.....

.....

## 9 Среда

.....

.....

.....

.....

Ноябрь



Четверг 10

Four horizontal dotted lines for writing.

Пятница 11

Four horizontal dotted lines for writing.

Суббота 12

Four horizontal dotted lines for writing.

Воскресенье 13

Four horizontal dotted lines for writing.

Ноябрь

**14** Понедельник

.....  
.....  
.....  
.....

**15** Вторник

.....  
.....  
.....  
.....

**16** Среда

.....  
.....  
.....  
.....

Твой рот здоров?  
Посети **зубного врача!**

Ноябрь

Четверг 17

Four horizontal dotted lines for writing.

Пятница 18

Four horizontal dotted lines for writing.

Суббота 19

Four horizontal dotted lines for writing.

Воскресенье 20

Four horizontal dotted lines for writing.

Ноябрь

**21** Понедельник

.....

.....

.....

.....

**22** Вторник

.....

.....

.....

.....

**23** Среда

.....

.....

.....

.....

**24** Четверг

.....

.....

.....

.....

**Ноябрь**



Пятница 25



Суббота 26



Воскресенье 27



Ноябрь

**28** Понедельник

.....

.....

.....

.....

**29** Вторник

.....

.....

.....

.....

**30** Среда

.....

.....

.....

.....



мой  
декабрь

## Проституция и закон

- Как независимая работающая проститутка, ты должна сообщить в службу **Finanzamt** (финансовое управление) о своей профессии и платить налоги со своих доходов. Иначе по закону ты будешь считаться мошенницей, скрывшей налоги, и будешь вынуждена платить штраф.
- Если ты получаешь пособие по безработице I или II, ты должна обратиться в службу **Bundesagentur für Arbeit** (государственную службу занятости) и сообщить о доходах от интимных услуг. Тогда они будут причислены к государственной работе за исключением не облагаемого налогами минимума.
- Граждане Евросоюза могут работать в Германии по контракту или самостоятельно. Будучи самостоятельной проституткой, ты должна сообщить о своем месте проживания в **бюро прописки** и там указать желаемый род занятий.
- Если ты родом не из страны-члена Евросоюза, тогда **Ведомство по делам иностранцев** проверит твой статус проживания и право на работу в Германии. Будучи туристкой, ты не можешь иметь самостоятельный заработок.
- В большинстве городов существуют четкие **постановления о запретных зонах**, где и когда проституция запрещена. Соблюдение постановления контролируется службами **Ordnungsamt** (управление правопорядка), **Gewerbeamt** (ведомство по вопросам предпринимательской деятельности) или **полицией**. К не соблюдающим эти постановления лицам может быть применен денежный штраф.
- Во время **полицейской проверки** ты должна предоставить свое удостоверение личности или паспорт, а также при необходимости разрешение на работу.

В консультационных центрах ты можешь получить больше информации о законодательстве Германии.

Четверг 1

Международный день

борьбы со СПИДом

Пятница 2

Суббота 3

Воскресенье 4



Декабрь



## 5 Понедельник

.....  
.....  
.....  
.....

## 6 Вторник

..... День Святителя Николая Чудотворца  
..... почистить сапоги!.....

.....  
.....

## 7 Среда

.....  
.....  
.....  
.....

Декабрь



Четверг 8

Пятница 9

Суббота 10

День

прав человека

Воскресенье 11

Декабрь

**12** Понедельник

.....

.....

.....

.....

**13** Вторник

.....

.....

.....

.....

**14** Среда

.....

.....

.....

.....

**15** Четверг

.....

.....

.....

.....

**Декабрь**



Пятница 16

.....

.....

.....

.....

Международный день  
против насилия в

**отношении**

**секс-работников**

Суббота 17

.....

.....

.....

.....

Воскресенье 18

.....

.....

.....

.....

**19** Понедельник

.....

.....

.....

.....

**20** Вторник

.....

.....

.....

.....

**21** Среда

..... **Начало зимы** .....

.....

.....

.....

**22** Четверг

.....

.....

.....

.....

**Декабрь**



**Пятница 23**

.....  
.....  
.....  
.....

**Суббота 24**

.....  
..... **Рождественский сочельник** .....  
.....  
.....

**Воскресенье 25**

**1й день Рождества**

.....  
.....  
.....  
.....

**Декабрь**

**26** Понедельник

.....  
..... 2й день **Рождества**  
.....  
.....

**27** Вторник

.....  
.....  
.....  
.....

**28** Среда

.....  
.....  
.....  
.....

**29** Четверг

.....  
.....  
.....  
.....

**Декабрь**

**Пятница 30**

.....

.....

.....

.....

**Суббота 31**

.....

**Канун Нового года!** .....

.....

.....

**Воскресенье 1**

.....

.....

.....

.....

---

## Консультирование по вопросам ВИЧ/СПИДа и других инфекций, передающихся половым путем

---

**Локальные адреса Aidshilfe** (ВИЧ-сервисных организаций): можно получить в организации Deutsche AIDS-Hilfe e.V. по адресу Wilhelmstr. 138, 10963 Berlin, Тел.: 030/69 00 87-0, Факс: 030/69 00 87-42, E-Mail: [dah@aidshilfe.de](mailto:dah@aidshilfe.de), вебсайт: [www.aidshilfe.de](http://www.aidshilfe.de)

### Телефонная линия Aidshilfe:

тел.: 01 80-33-194 11 (Максимум 9 центов за минуту со стационарного немецкого телефона, максимум 42 цента за минуту в немецкой мобильной сети), пн – пт 9:00 – 21:00, сб – вс 12:00 – 14:00

**Онлайн-консультирование Aidshilfe:**  
[www.aidshilfe-beratung.de](http://www.aidshilfe-beratung.de)

**Специализированные консультационные центры для проституток и работников интимной сферы:**  
адреса на сайте [www.bufas.net](http://www.bufas.net)

**Адреса местных отделений здравоохранения:**  
адреса в телефонной книге

**Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung – BZgA**  
(Государственный центр по предоставлению информации о здравоохранении): консультирование по телефону 02 21/89 20 31, онлайн-консультирование на сайте [www.aidsberatung.de](http://www.aidsberatung.de)

**Центры женского здоровья** (адреса на сайте [www.frauengesundheitszentren.de](http://www.frauengesundheitszentren.de)) и консультационные центры **Pro-Familia** (адреса на сайте [www.profamilia.de](http://www.profamilia.de)) предоставляют консультации по вопросам беременности, предупреждения зачатия и ЗППП.

---

---

## Консультационные центры для проституток (по порядку согласно почтовым индексам)

---

### Hydra e.V.

Köpenicker Str. 187/188, 10997 Berlin  
Fon: 030/611 00 23, Fax: 030/611 00 21  
kontakt@hydra-ev.org, www.hydra-ev.org

### Beratungsstelle für Menschen in der Sexarbeit SeLA

18055 Rostock  
Fon: 0381/243 799 48, Mobil: 0172/750 80 15  
Sela@fhf-rostock.de

### ragazza e.V.

Brennerstr. 19, 20099 Hamburg  
Fon: 040/24 46 31, Fax: 040/28 05 50 33  
ragazza@w4w.net, www.ragazza-hamburg.de

### Sperrgebiet Hamburg für Mädchen und junge Frauen rund um Prostitution

Lindenstr. 13, 20099 Hamburg  
Fon: 040/24 66 24, Fax: 040/24 75 83  
info@sperrgebiet-hamburg.de, www.sperrgebiet-hamburg.de

### KaffeeKlappe

Seilerstr. 34, 20359 Hamburg  
Fon: 040/31 64 95, Fax: 040/31 99 37 02  
kaffeeklappe@diakonie-hamburg.de  
www.kaffeeklappe-hamburg.de

### THEODORA Prostituierten- und Ausstiegsberatung

für Mädchen und junge Frauen  
Bielefelder Str. 25, 32051 Herford  
Fon: 05221/3427111, Fax: 05221/3469483  
info@theodora-owl.de, www.theodora-owl.de

## **TAMAR**

Prostituierten- und Ausstiegsberatung  
für Mädchen und Frauen  
Feldmühlenweg 17, 59494 Soest  
Fon: 02921/37 12 44, Fax: 02921/37 12 48  
info@tamar-hilfe.de, www.tamar-hilfe.de

## **Rahab**

Beratungsstelle für Sexarbeiterinnen SKF  
Mauritiussteinweg 77-79, 50676 Köln  
Tel. 0221 / 12 69 5-0, Fax 0221 / 12 69 5-194  
rahab@skf-koeln.de

## **TAMPEP Germany (ragazza e.V.)**

c/o Amnesty for Women, Städtegruppe Hamburg e.V.  
Große Bergstr. 231, 22767 Hamburg  
Fon: 040/38 47 53, Fax: 040/38 57 58  
info@amnestyforwomen.de, www.amnestyforwomen.de

## **Nitribitt e.V.**

Stader Str. 1, 28205 Bremen  
Fon: 0421/44 86 62, Fax: 0421/498 60 31  
nitribitt\_ev@web.de, www.nitribitt-bremen.de

## **Phoenix e.V.**

Postfach 47 62, 30047 Hannover  
Fon: 0511/89 82 88-01, Fax: 0511/89 82 88-19  
kontakt@phoenix-beratung.de, www.phoenix-beratung.de

## **La Strada**

### **für drogenabhängige Mädchen und Frauen**

Escherstr. 25, 30159 Hannover  
Fon: 0511 / 140-23, -33, Fax: 0511 / 140-07  
info@la-strada-hannover.de, www.la-strada-hannover.de

## **Dortmunder Mitternachtsmission**

Dudenstr. 2-4, 44137 Dortmund  
Fon: 0231 / 14 44 91, Fax: 0231 / 14 58 87  
mitternachtsmission@gmx.de, www.mitternachtsmission.de



## **Kober**

Nordstr. 50, 44145 Dortmund  
Fon: 0231/86 10 32-0, Fax: 0231/86 10 32-15  
kober@skf-dortmund.de, www.kober-do.de

## **Madonna e.V.**

Alleestr. 50 (im Hof), 44793 Bochum  
Fon: 0234/68 57 50, Fax: 0234/68 57 51  
info@madonna-ev.de, www.madonna-ev.de

## **Nachtfalter**

Niederstr. 12-16, 45141 Essen  
Fon: 0201/364 55 47, Fax: 0201/364 55 46  
nachtfalter@caritas-e.de, www.nachtfalter-essen.de

## **Tamara**

Alfred-Brehm-Platz 17, 60316 Frankfurt am Main  
Fon: 069/94 35 02 40, Fax: 069/94 35 02 45  
tamara@tamara-beratung.de, www.zefra.de

## **FIM – Frauenrecht ist Menschenrecht e.V.**

Varrentappstr. 55, 60486 Frankfurt/Main  
Fon: 069/970 97 97-0, Fax 069/970 97 97 18  
info@fim-beratungszentrum.de, www.fim-frauenrecht.de

## **Aldona e.V.**

Postfach 101413, 66014 Saarbrücken  
Fon: 0681/37 36 31, Fax: 0681/830 86 76  
aldona-ev@t-online.de

## **Beratungsstelle für Prostituierte Karlsruhe**

Luisenstr. 53, 76137 Karlsruhe  
Fon: 0721/915493 14  
beratungsfuerprostituierte@dw-karlsruhe.de

## **P.I.N.K. Freiburg**

Schwarzwaldstr. 24, 79102 Freiburg  
Fon: 0761/216 99 18, Mobil: 170/9155409, Fax: 0761/707 52 62  
pink@diakonie-freiburg.de, www.pink-baden.de

### **P.I.N.K. Kehl**

Friedhofstr. 1, 77694 Kehl

Fon: 7851/72244, Mobil: 170/9120732, Fax: 7851/76234

[pink@diakonie-ortenau.de](mailto:pink@diakonie-ortenau.de), [www.pink-baden.de](http://www.pink-baden.de)

### **Mimikry**

Dreimühlenstr. 1, 80469 München

Fon: 089/7 25 90 83, Fax: 089/74 79 39 43

[mimikry@hilfswerk-muenchen.de](mailto:mimikry@hilfswerk-muenchen.de), [www.mimikry.org](http://www.mimikry.org)

### **Kassandra e.V.**

Endterstr. 6, 90459 Nürnberg

Fon: 0911/376 52 77, Fax: 0911/37 65 27 99

[kassandra@kassandra-nbg.de](mailto:kassandra@kassandra-nbg.de), [www.kassandra-nbg.de](http://www.kassandra-nbg.de)

### **KARO e.V. – Kontakt- und Anlaufstelle**

Am Unteren Bahnhof 12, 08527 Plauen

Fon: 03741/27 68 51, Mobil: 173/9755374, Fax: 03741/27 68 53

[info@karo-ev.de](mailto:info@karo-ev.de), [www.karo-ev.de](http://www.karo-ev.de)

### **Агентство**

### **highLights**

Wilhelmine-Gemberg-Weg 12, 10179 Berlin

Fon: 030/920 366 16, Mobil: 0174/919 92 46

[info@highlights-berlin.de](mailto:info@highlights-berlin.de), [www.highlights-berlin.de](http://www.highlights-berlin.de)