

RUSSISCH

Здорового и безопасного ----- 2011

aidshilfe.de

 Deutsche
AIDS-Hilfe

Дорогая читательница, у каждой прости- тутки свои собственные причины, почему она занимается этой работой. Во-первых, как и при любой другой работе, речь идет о зарабатывании денег. При этом важно, чтобы ты как можно быстрее освоила свою профессию и остава- лась здоровой.

Этого можно достичь с помощью учения и практики. Опыт- ные коллеги могут тебе разъяснить и показать, от чего за- висит 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.

Кроме того, посменная работа с коллегами может помочь также определиться с вопросом, как часто ты хочешь ра- ботать по профессии: так как 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

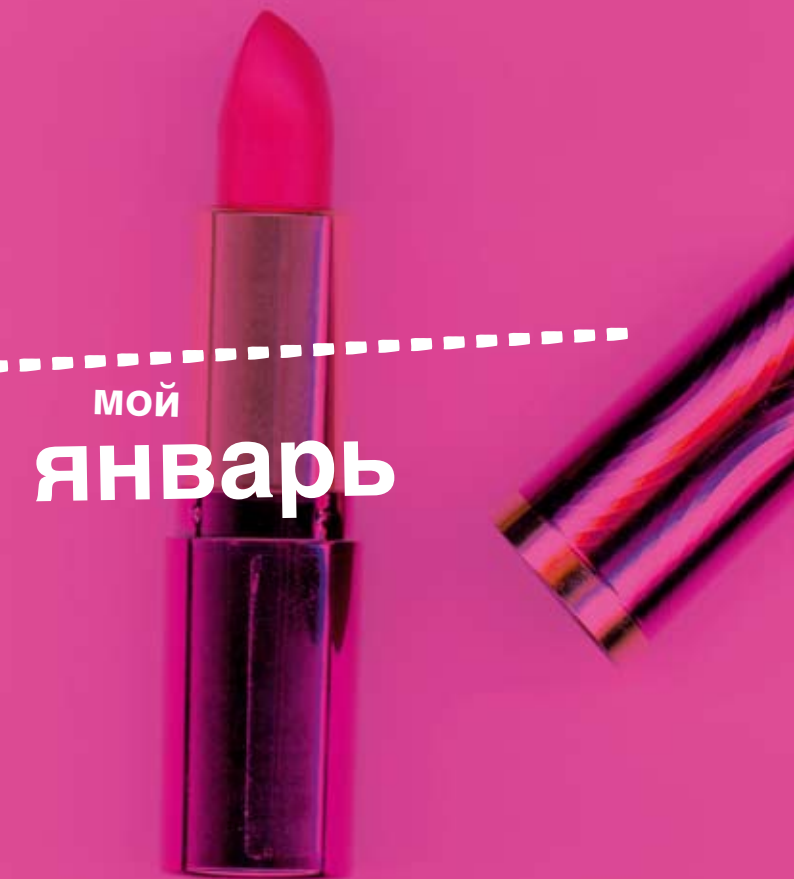
Этот календарь также дает тебе советы и информацию, на такие темы как «Ты решаешь, где лежат твои границы», «Безопасный секс – защита от инфекций, передаваемых половым путем (ЗППП*)» или «Советы о том, как работать безопасно».

Желаем приятного и полезного чтения. Вступай в 2011 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 рады будем отзывам и предложениям о возможных изменениях. Их можно выслать на адрес:
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 ролевую 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») и влагалища
- Секс «по-французски»: заглатывание головки члена до семяизвержения
- Ласки руками: массажирование пениса до семяизвержения
- По-испански: секс между грудями 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 ты без презерватива 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.

Четверг 30.

.....

.....

.....

.....

Пятница 31.

..... Канун Нового года!

.....

.....

.....

три, два, один ...

Суббота 1.

НОВЫЙ ГОД!

.....

.....

.....

Воскресенье 2.

.....

.....

.....

3. Понедельник

.....

.....

.....

.....

4. Вторник

.....

.....

.....

.....

5. Среда

.....

.....

.....

.....



Январь



Четверг 6.

Four horizontal dotted lines for writing.

Пятница 7.

Four horizontal dotted lines for writing.

Суббота 8.

Four horizontal dotted lines for writing.

Воскресенье 9.

Four horizontal dotted lines for writing.

С наилучшими **намерениями**
в новый год:

сразу же договорись о приеме у врача
для ранней диагностики рака

и обследования на ЗППП!

10. Понедельник

11. Вторник

12. Среда

Январь

Четверг 13.

Four horizontal dotted lines for writing.

Пятница 14.

Four horizontal dotted lines for writing.

Суббота 15.

Four horizontal dotted lines for writing.

Воскресенье 16.

Four horizontal dotted lines for writing.

17. Понедельник

.....

.....

.....

.....

18. Вторник

.....

.....

.....

.....

19. Среда

.....

.....

.....

.....

20. Четверг

.....

.....

.....

.....



Пятница **21.**

Four horizontal dotted lines for writing.

Суббота **22.**

Four horizontal dotted lines for writing.

Воскресенье **23.**

Four horizontal dotted lines for writing.

24. Понедельник

.....

.....

.....

.....

25. Вторник

.....

.....

.....

.....

26. Среда

.....

.....

.....

.....

Январь



Четверг 27.

Four horizontal dotted lines for writing.

Пятница 28.

Four horizontal dotted lines for writing.

Суббота 29.

Four horizontal dotted lines for writing.

Воскресенье 30.

Four horizontal dotted lines for writing.

31. Понедельник

.....

.....

.....

.....

1. Вторник

.....

.....

.....

.....

2. Среда

.....

.....

.....

.....



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 приводит к СПИДу: защитная система организма тогда 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. Зараженные 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).

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).

Четверг 3.

Four sets of horizontal dotted lines for writing.

Пятница 4.

Four sets of horizontal dotted lines for writing.

Суббота 5.

Four sets of horizontal dotted lines for writing.

Воскресенье 6.

Four sets of horizontal dotted lines for writing.

7. Понедельник

.....

.....

.....

.....

8. Вторник

.....

.....

.....

.....

9. Среда

.....

.....

.....

.....



Февраль

Четверг 10.

.....

.....

.....

.....

Пятница 11.

.....

.....

.....

.....

Суббота 12.

.....

.....

.....

.....

Воскресенье 13.

.....

.....

.....

.....

14. Понедельник

День св. Валентина

ЦВЕТЫ!

15. Вторник

16. Среда

17. Четверг

Февраль

Пятница 18.

.....

.....

.....

.....

Суббота 19.

.....

.....

.....

.....

Воскресенье 20.

.....

.....

.....

.....



Февраль



21. Понедельник

.....

.....

.....

.....

22. Вторник

.....

.....

.....

.....

23. Среда

.....

.....

.....

.....

Четверг 24.

Four horizontal dotted lines for writing.

Пятница 25.

Four horizontal dotted lines for writing.

Суббота 26.

Four horizontal dotted lines for writing.

Воскресенье 27.

Four horizontal dotted lines for writing.



Февраль

28. Понедельник

.....

.....

.....

.....

1. Вторник

.....

.....

.....

.....

2. Среда

.....

.....

.....

.....



мой
март

Безопасный секс – защита от половых инфекций (ЗППП)

При оказании профессиональных интим 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 снимай презерватив после первого употребления. 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.

Четверг 3.

.....

.....

.....

.....

Пятница 4.

.....

.....

.....

.....

Суббота 5.

.....

.....

.....

.....

Воскресенье 6.

.....

.....

.....

.....

7. Понедельник

День
Здорового
питания

.....

.....

.....

.....

8. Вторник

Международный
женский день

.....

.....

.....

.....

9. Среда

.....

.....

.....

.....

Март



Четверг 10.

.....

.....

.....

.....

Пятница 11.

.....

.....

.....

.....

Суббота 12.

.....

.....

.....

.....

Воскресенье 13.

.....

.....

.....

.....

14. Понедельник

.....

.....

.....

.....

15. Вторник

.....

.....

.....

.....

16. Среда

.....

.....

.....

.....

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.

21. Понедельник

Начало весны!

.....

.....

.....

.....

22. Вторник

.....

.....

.....

.....

23. Среда

.....

.....

.....

.....

Безопасный секс

это уверенность!

Март

Четверг 24.

.....

.....

.....

.....

Пятница 25.

.....

.....

.....

.....

Суббота 26.

.....

.....

.....

.....

Начало летнего времени
перевести часы!.....

Воскресенье 27.

.....

.....

.....

.....

28. Понедельник

.....

.....

.....

.....

29. Вторник

.....

.....

.....

.....

30. Среда

.....

.....

.....

.....

31. Четверг

.....

.....

.....

.....

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 вас 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.

Пятница 1.

Four horizontal dotted lines for writing.

Суббота 2.

Four horizontal dotted lines for writing.

Воскресенье 3.

Four horizontal dotted lines for writing.

4. Понедельник

.....

.....

.....

.....

5. Вторник

.....

.....

.....

.....

6. Среда

.....

.....

.....

.....

7. Четверг

.....

.....

.....

.....

Всемирный день **здоровья**

Апрель

Пятница 8.

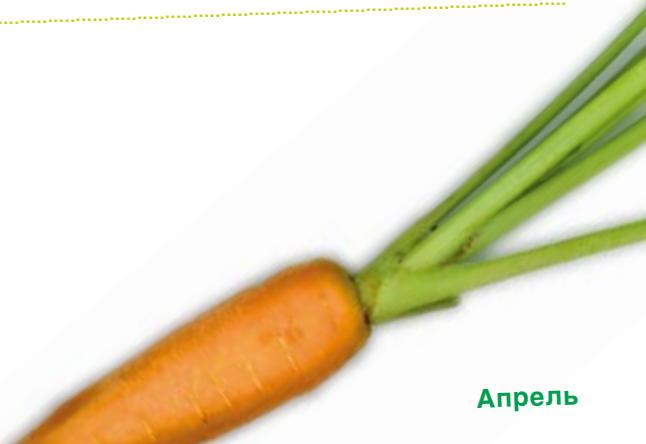
Four horizontal dotted lines for writing.

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

.....

.....

.....

.....

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

.....

.....

.....

.....

Апрель



Четверг 21.

.....

.....

.....

.....

Пятница 22.

Страстная Пятница

.....

.....

.....

Суббота 23.

.....

.....

.....

Воскресенье 24.

Пасхальное
воскресенье

Где яйца?

.....

.....

.....

25. Понедельник

.....

.....

.....

.....

26. Вторник

.....

.....

.....

.....

27. Среда

.....

.....

.....

.....

28. Четверг

.....

.....

.....

.....



Пятница 29.

.....

.....

.....

.....

Суббота 30.

.....

.....

.....

.....

День

Труда



.....

.....

.....

.....

Воскресенье 1.

Апрель -- Май



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, однако, при этом 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 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 поверх новый презерватив.

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

2. Понедельник

.....

.....

.....

.....

3. Вторник

.....

.....

.....

.....

4. Среда

.....

.....

.....

.....



Четверг 5.

День гигиены **рук**

Пятница 6.

Суббота 7.

Воскресенье 8.



9. Понедельник

.....

.....

.....

.....

10. Вторник

.....

.....

.....

.....

11. Среда

.....

.....

.....

.....

12. Четверг

.....

.....

.....

.....



... уже записалась на прием

к **ДАНТИСТУ?**

Пятница **13.**

.....

.....

.....

.....

Суббота **14.**

.....

.....

.....

.....

Воскресенье **15.**

.....

.....

.....

.....

16. Понедельник

.....

.....

.....

.....

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.

Four horizontal dotted lines for writing.

Суббота 28.

Four horizontal dotted lines for writing.

Воскресенье 29.

Four horizontal dotted lines for writing.

30. Понедельник

.....

.....

.....

.....

31. Вторник

.....

.....

.....

.....

1. Среда

.....

.....

.....

.....



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.

Однако чрезмерная чистоплотность вредна: если ты будешь принимать душ с мылом после каждого клиента, то нарушится защитный кислотный баланс кожи.

Для интимной гигиены лучше всего использовать холодную или чуть теплую воду. Промывание влагалища, дезинфицирующие лосьоны или спреи для интимной гигиены, а также влажные салфетки делают влагалище уязвимым для инфекций.

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 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.

Четверг 2.

.....

.....

.....

Международный день

проституции

Пятница 3.

.....

.....

.....

.....

Суббота 4.

.....

.....

.....

.....

Воскресенье 5.

.....

.....

.....

.....

6. Понедельник

.....

.....

.....

.....

7. Вторник

.....

.....

.....

.....

8. Среда

.....

.....

.....

.....

9. Четверг

.....

.....

.....

.....

Пятница 10.

.....

.....

.....

.....

Суббота 11.

.....

.....

.....

.....

Воскресенье 12.

.....

.....

.....

.....

Воскресенье Троицы





13. Понедельник

Понедельник Троицы

.....

.....

.....

.....

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.

20. Понедельник

.....

.....

.....

.....

21. Вторник

Начало лета!

.....

.....

.....

.....

22. Среда

.....

.....

.....

.....

Июнь



Четверг 23.

.....

.....

.....

.....

Пятница 24.

.....

.....

.....

.....

Суббота 25.

.....

.....

.....

.....

Воскресенье 26.

.....

.....

.....

Международный день

борьбы с наркотиками

Июнь

27. Понедельник

.....

.....

.....

.....

28. Вторник

.....

.....

.....

.....

29. Среда

.....

.....

.....

.....

30. Четверг

.....

.....

.....

.....



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, проистекающие из тела.

ЗППП не всегда имеют ярко выраженную симптоматику, так что многие симптомы для человека незаметны. Поэтому лучше всего регулярно (например, раз в квартал) **проходить осмотр** и срочно идти к врачу при каких-либо изменениях в самочувствии, например, при зуде, жжении или выделениях из 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.

Ты должна быть **привита** от **гепатита А и В**.

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 horizontal dotted lines for writing.

Пятница 8.

Four horizontal dotted lines for writing.

Суббота 9.

Four horizontal dotted lines for writing.

Воскресенье 10.

Four horizontal dotted lines for writing.

11. Понедельник

.....

.....

.....

.....

12. Вторник

.....

.....

.....

.....

13. Среда

.....

.....

.....

.....

14. Четверг

.....

.....

.....

.....

... уже подумала об

обследовании на наличие ЗППП?

Пятница 15.

Суббота 16.

Воскресенье 17.

18. Понедельник

19. Вторник

20. Среда

21. Четверг

День памяти
умерших
от наркотиков

Июль

Пятница 22.

Four sets of horizontal dotted lines for writing.

Суббота 23.

Four sets of horizontal dotted lines for writing.

Воскресенье 24.

Four sets of horizontal dotted lines for writing.



Июль

25. Понедельник

.....

.....

.....

.....

26. Вторник

.....

.....

.....

.....

27. Среда

.....

.....

.....

.....

28. Четверг

.....

.....

.....

..... Международный день **борьбы**
с гепатитом



Пятница 29.

Суббота 30.

Воскресенье 31.



МОЙ

август

Порвался презерватив? Сперма проникла внутрь влагалища? Сохраний 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. Дежурный врач-терапевт пункта скорой помощи установит степень риска и решит, нужно ли назначать постконтактную профилактику.
 - От нежелательной беременности можно предохраниться, приняв таблетку. 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.

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

.....

.....

.....

.....



Пятница 19.

Four horizontal dotted lines for writing.

Суббота 20.

Four horizontal dotted lines for writing.

Воскресенье 21.

Four horizontal dotted lines for writing.



22. Понедельник

.....

.....

.....

.....

23. Вторник

.....

.....

.....

.....

24. Среда

.....

.....

.....

.....

Август

Четверг 25.



Four sets of horizontal dotted lines for writing.

Пятница 26.

Four sets of horizontal dotted lines for writing.

Суббота 27.

Four sets of horizontal dotted lines for writing.

Воскресенье 28.

Four sets of horizontal dotted lines for writing.

29. Понедельник

.....

.....

.....

.....

30. Вторник

.....

.....

.....

.....

31. Среда

.....

.....

.....

.....

мой

сентябрь

20

X33587043068

50

X33587043068

Советы для большей безопасности на работе

- 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) и которые могут тебе помешать убежать (длинные узкие юбки, туфли на высоких каблуках, полуоткрытые жакеты).
 - Работай в освещенных местах, старайся оставаться вблизи людей.
 - Сразу же внимательно осмотри клиента. Добейся его понимания того, куда он должен идти и что вы там будете делать. Если ты чувствуешь себя с клиентом не по себе, откажись.
 - 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 horizontal dotted lines for writing.

Пятница 2.

Four horizontal dotted lines for writing.

Суббота 3.

Four horizontal dotted lines for writing.

Воскресенье 4.

Four horizontal dotted lines for writing.

5. Понедельник

.....

.....

.....

.....

6. Вторник

.....

.....

.....

.....

7. Среда

.....

.....

.....

.....

Сентябрь



Четверг 8.

Four horizontal dotted lines for writing.

Пятница 9.

Four horizontal dotted lines for writing.

Суббота 10.

Four horizontal dotted lines for writing.

Воскресенье 11.

Four horizontal dotted lines for writing.





12. Понедельник

.....

.....

.....

.....

13. Вторник

.....

.....

.....

.....

14. Среда

.....

.....

.....

.....

Четверг 15.

.....

.....

.....

.....

Пятница 16.

.....

.....

.....

.....

Суббота 17.

.....

.....

.....

.....

Воскресенье 18.

.....

.....

.....

.....

19. Понедельник

.....

.....

.....

.....

20. Вторник

.....

.....

.....

.....

21. Среда

.....

.....

.....

.....

22. Четверг

.....

.....

.....

.....

Пятница 23.

Начало осени!

Суббота 24.

Воскресенье 25.

День
здоровых **зубов**

Сентябрь

26. Понедельник

.....

.....

.....

.....

27. Вторник

.....

.....

.....

.....

28. Среда

.....

.....

.....

.....

Сентябрь



Четверг 29.

Four horizontal dotted lines for writing.

Пятница 30.

Four horizontal dotted lines for writing.

Суббота 1.

Four horizontal dotted lines for writing.

Воскресенье 2.

Four horizontal dotted lines for writing.



МОЙ
ОКТАБРЬ



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.
 - Держи в сумке смятые газеты: ты можешь их зажать и бросить на заднее сиденье, если обстановка станет опасной. Так ты выиграешь время и убежишь, пока клиент будет спасать свою машину.
 - 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 выпрямленными пальцами вцепиться 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.
-

3. Понедельник

.....
.....
..... День

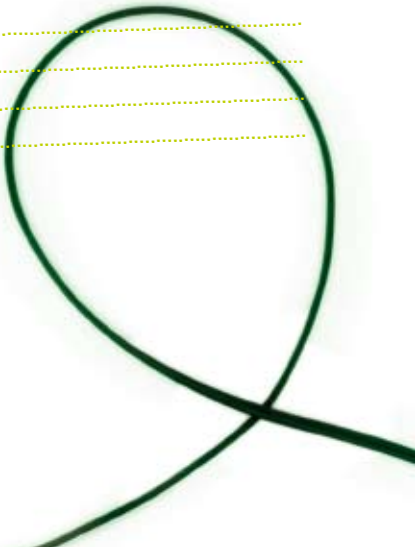
Немецкого единства

4. Вторник

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

5. Среда

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



Четверг 6.

Four horizontal dotted lines for writing.

Пятница 7.

Four horizontal dotted lines for writing.

Суббота 8.

Four horizontal dotted lines for writing.

Воскресенье 9.

Four horizontal dotted lines for writing.

10. Понедельник

.....

.....

.....

.....

11. Вторник

.....

.....

.....

.....

12. Среда

.....

.....

.....

.....

13. Четверг

.....

.....

.....

.....

... время пройти

Обследование на наличие ЗППП!

Пятница 14.

Суббота 15.

Воскресенье 16.

17. Понедельник

.....

.....

.....

.....

18. Вторник

.....

.....

.....

.....

19. Среда

.....

.....

.....

.....

20. Четверг

.....

.....

.....

.....



Пятница 21.

Суббота 22.

Воскресенье 23.



Октябрь

24. Понедельник

.....

.....

.....

.....

25. Вторник

.....

.....

.....

.....

26. Среда

.....

.....

.....

.....

27. Четверг

.....

.....

.....

.....

Пятница 28.

.....

.....

.....

.....

Суббота 29.

.....

.....

.....

.....

Воскресенье 30.

.....

.....

.....

Начало

ЗИМНЕГО ВРЕМЕНИ

переводим время на один час назад!

Октябрь

31. Понедельник

.....
.....
.....
..... Хэллоуин

1. Вторник

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

2. Среда

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



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 в качестве доказательства.

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.

Четверг 3.

Four horizontal dotted lines for writing.

Пятница 4.

Four horizontal dotted lines for writing.

Суббота 5.

Four horizontal dotted lines for writing.

Воскресенье 6.

Four horizontal dotted lines for writing.



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.

14. Понедельник

.....

.....

.....

.....

15. Вторник

.....

.....

.....

.....

16. Среда

.....

.....

.....

.....

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.

21. Понедельник

.....

.....

.....

.....

22. Вторник

.....

.....

.....

.....

23. Среда

.....

.....

.....

.....

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

Четверг 24.

Пятница 25.

Суббота 26.

Воскресенье 27.

28. Понедельник

.....

.....

.....

.....

29. Вторник

.....

.....

.....

.....

30. Среда

.....

.....

.....

.....



мой
декабрь

Проституция и закон

- Как независимая работающая проститутка, ты должна сообщать 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 числены к государственной работе за исключением не облагаемого налогами минимума.
 - Если ты родом из другой страны Евросоюза и хочешь работать в Германии как самостоятельная проститутка, 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 можно ли тебе работать 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.
-

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

.....

.....

.....

.....

8. Четверг

.....

.....

.....

.....

Пятница 9.

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

Суббота 10.

.....

День

прав человека

.....

.....

Воскресенье 11.

.....

.....

.....

.....



Декабрь



12. Понедельник

.....

.....

.....

.....

13. Вторник

.....

.....

.....

.....

14. Среда

.....

.....

.....

.....

Декабрь



Четверг 15.

Пятница 16.

Суббота 17.

Воскресенье 18.

Декабрь

19. Понедельник

.....

.....

.....

.....

20. Вторник

.....

.....

.....

.....

21. Среда

.....

.....

.....

.....

22. Четверг

.....

.....

.....

.....

Начало зимы!

Пятница 23.

Суббота 24.

..... **Рождественский сочельник**

Воскресенье 25.

1. День **Рождества**

26. Понедельник

2. День **Рождества**

.....

.....

.....

.....

27. Вторник

.....

.....

.....

.....

28. Среда

.....

.....

.....

.....

29. Четверг

.....

.....

.....

.....

Декабрь



Пятница 30.

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

Суббота 31.

..... Канун Нового года!

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

три, два, один ...

Воскресенье 1.

..... **НОВЫЙ ГОД!**

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

Декабрь -- Январь

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, вебсайт: www.aidshilfe.de

Телефонная линия Aidshilfe:

тел.: 01 80-33-194 11 (9 центов за минуту со стационарного 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

Специализированные центры консультаций для проституток и работников интимной сферы:

адреса на сайте 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

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

Консультационные центры для проституток

Hydra

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

highLights

Emmentaler Str. 99, 13409 Berlin
Fon: 0171/795 66 12
info@highlights-berlin.de, www.highlights-berlin.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

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

Tamara – Beratung und Hilfe für Prostituierte

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

Dortmunder Mitternachtsmission

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

Beratungsstelle 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

Nachtfalter

Niederstr. 12-16, 45141 Essen

Fon: 0201/364 55 47, Fax: 0201/364 55 46

c.noll@caritas-e.de

FIM – Frauenrecht ist Menschenrecht e.V.

Varrentrappstr. 55, 60486 Frankfurt/Main

Fon: 069/970 97 97 -0

fiminfo@web.de, www.fim-frauenrecht.de

TAMPEP

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

KaffeeKlappe

Seilerstr. 34, 20359 Hamburg

Fon: 040/31 64 95, Fax: 040/31 99 37 02

kaffeeklappe@diakonie-hamburg.de

www.kaffeeklappe-hamburg.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

Phoenix e.V.

Postfach 47 62, 30047 Hannover
Fon: 0511 / 146 46, Fax: 0511 / 161 26 79
kontakt@phoenix-beratung.de, www.phoenix-beratung.de

Beratungsstelle Mimikry

Dreimühlenstr. 1, 80469 München
Fon: 089 / 7 25 90 83, Fax: 089 / 74 79 39 43
www.mimikry.org, mimikry@hilfswerk-muenchen.de

Kassandra e.V.

Breite Gasse 1, 90402 Nürnberg
Fon: 0911 / 44 28 89, Fax: 0911 / 44 09 33
kassandra@kassandra-nbg.de, www.kassandra-nbg.de

Service e.V.

Sex Workers Rights International
Hessestr. 4, 90443 Nürnberg
Fon: 0911 / 92 91 96 69
info@service-ev.de, www.service-ev.de

KARO – Kontakt- und Anlaufstelle

Am Unteren Bahnhof 12, 08527 Plauen
Fon: 03741 / 27 68 51, Fax: 03741 / 27 68 53
info@karo-ev.de, www.karo-ev.de

Hurenselbsthilfe Saarbrücken e.V.

Nauwieserstr. 18, 66111 Saarbrücken
Fon + Fax: 0681 / 37 36 36
hurenselbsthilfe@t-online.de

Impressum

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

2010

Bestellnummer: 023001
Konzept und Textgrundlage: Stephanie Klee
Redaktion: Marianne Rademacher, Holger Sweers
Umschlagfoto: Barbara Dietl
Gestaltung und Illustration: dia° Netzwerk für Kommunikation,
Paul Bieri, Dörte Nielandt, Anna Risch
Übersetzung: Fachübersetzungsdienst GmbH
Druck: Druckerei Conrad, Oranienburger Str. 172, 13437 Berlin

DAH-Spendenkonto:
Nr. 220 220 220, Berliner Sparkasse, BLZ 100 500 00
online: www.aidshilfe.de

Sie können die DAH auch unterstützen, indem Sie Fördermitglied werden. Nähere Informationen unter 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.

