

Здрава

през Новата Година

2012

Скъпа читателко, всяка сексработничка има свои лични причини да се занимава с тази работа. На първо място обаче – както при всяка друга работа – става въпрос за печелене на пари. Затова също е важно да се справяш добре със сексработата и да останеш здрава.

Това ще постигнеш най-добре чрез учене и практика. Опитните колежки могат да ти обяснят и покажат кое е важно при професионалната сексработа: умение, бдителност и предпазливост, защото в този бранш опасността от принуда и насилие, несигурни условия на работа и зависимости от всякакъв вид е много голяма.

Освен това обмяната на информация с колежките може да помогне и по въпроса доколко открито искаш да упражняваш своята работа: тъй като сексработата все още не е намерила обществено признание като „нормална“ професия, много жени премълчават за нея, което обаче след време може да доведе до обременяване на психиката. Във всеки случай важно е следното: помисли си добре на кого и кога ще се довериш, за да нямаш проблеми в личния си живот.

Съвети и информация ти предлага и този календар, например по темите „Ти решаваш докъде стигат твоите граници“; „Безопасен секс – предпазване от полово предавани инфекции (СТИ*)“ или „Съвети за повече безопасност в работата“.

Приятно разглеждане и използване на календара, както и успех и здраве през 2012 година!

Мариане Радемахер

Референт по проблемите на жените в Deutsche AIDS-Hilfe

P. S.: Бихме искали да усъвършенстваме този календар и ще се радваме на обратни реакции и предложения за промяна от вас, които можете да изпращате на адрес marianne.rademacher@dah.aidshilfe.de.

* Полово предаваните инфекции се наричат често и „СТИ“. Това е съкращение на английското понятие „Sexually Transmitted Infections“. В настоящата брошура използваме това удобно съкращение



Моя
января

Ти решаваш докъде стигат твоите граници

При проституирането сексът е предлагане на услуга срещу пари. Клиентите имат различни нужди и желания. Често тук се иска не само „да разтвориш краката“, но напр. и масаж или изпълняване на определена роля, изслушване и говорене и много фантазия.

Важното е: ти решаваш, на какво си готова и на какво не!

Това важи за настоящите обичайни „стандартни оферти“ при сексработата:

- Предварителна игра – френски секс: близане/смуване на пениса („духане“) или на вагината
- Изцяло френски секс: духане до еякулация
- Предизвикване на еякулация с ръка: масажирание на пениса до еякулация
- Испански секс: триене на пениса между гърдите до еякулация
- Вагинално сношение
- Гръцки секс (анално сношение)
- Естествено шампанско (изпикаване в устата/върху тялото)..

Непрекъснато осъзнавай отново своите граници. И в никакъв случай не се оставяй да те склонят за нещо, което може да ти навреди, напр. за вагинален или анален секс без презерватив. Обясни на клиента, че не желаеш да участваш „без“: Освен това: и при духането презервативите са стандарт в сексработата. Без презерватив можеш да се заразиш лесно от някоя полово предавана инфекция.

Четвъртък 29.

.....

.....

.....

.....

Петък 30.

.....

.....

.....

.....

Събота 31.

Свети Силвестър!

.....

.....

.....

.....

три, две, едно ...

Нова година!

Неделя 1.

.....

.....

.....

.....

2. Понеделник

.....

.....

.....

.....

3. Вторник

.....

.....

.....

.....

4. Сряда

.....

.....

.....

.....



Четвъртък 5.

Four horizontal dotted lines for writing.

Петък 6.

Four horizontal dotted lines for writing.

Събота 7.

Four horizontal dotted lines for writing.

Неделя 8.

Four horizontal dotted lines for writing.

С добри **намерения**
през новата година:

веднага си запазете час
за преглед за ранна диагностика
на рак и СТИ изследване!

9. Понеделник

10. Вторник

11. Сряда

Януари

Четвъртък 12.

Four sets of horizontal dotted lines for writing.

Петък 13.

Four sets of horizontal dotted lines for writing.

Събота 14.

Four sets of horizontal dotted lines for writing.

Неделя 15

Four sets of horizontal dotted lines for writing.

16. Понеделник

.....

.....

.....

.....

17. Вторник

.....

.....

.....

.....

18. Сряда

.....

.....

.....

.....

19. Четвъртък

.....

.....

.....

.....



Петък 20.

Four horizontal dotted lines for writing.

Събота 21.

Four horizontal dotted lines for writing.

Неделя 22.

Four horizontal dotted lines for writing.

23. Понеделник

24. Вторник

25. Сряда

Януари



Четвъртък 26.

Four horizontal dotted lines for writing.

Петък 27.

Four horizontal dotted lines for writing.

Събота 28.

Four horizontal dotted lines for writing.

Неделя 29.

Four horizontal dotted lines for writing.

30. Понеделник

.....

.....

.....

.....

31. Вторник

.....

.....

.....

.....

1. Сряда

.....

.....

.....

.....



МОЯТ

февруари

Най-важното за ХИВ и СПИН

ХИВ е вирус, който атакува органите и заслабва имунната система. Без лечение инфекцията почти винаги води до СПИН: тогава имунитетът на организма е толкова слаб, че се стига до животозастрашаващи инфекции, алергии и рак. Ако обаче се започне с ежедневно приемане на медикаменти срещу ХИВ, СПИН може да бъде предотвратен и да се достигне почти нормална продължителност на живота.

ХИВ се предава преди всичко чрез вагинално и анално сношение без презерватив (това е възможно и тогава, когато в тялото не е проникнала сперма). Много висок риск от инфектиране съществува и при използване на обща игла при употреба на дрога. Болните майки могат да заразят детето си по време на бременността, при раждането и кърменето.

Защита от ХИВ предлагат безопасният секс (преди всичко презервативите), безопасната употреба (всеки да използва собствена спринцовка и – за защита от вирусите на хепатита – собствените принадлежности, като лъжица, филтър, вода или тръбичка за смъркане).

Заразата с ХИВ може да се установи с ХИВ-тест. Трябва да се извършат предварителни консултации, напр. в някоя Aidshilfe (Служба за оказване на помощ при СПИН) (виж последните стр.) или в здравно заведение. Gesundheitsämter (здравните заведения) и много Aidshilfen предлагат теста анонимно и безплатно или срещу малка такса (най-често 10–15 евро).

Четвъртък 2.

Four sets of horizontal dotted lines for writing.

Петък 3.

Four sets of horizontal dotted lines for writing.

Събота 4.

Four sets of horizontal dotted lines for writing.

Неделя 5.

Four sets of horizontal dotted lines for writing.

февруари

6. Понедельник

.....

.....

.....

.....

7. Вторник

.....

.....

.....

.....

8. Сряда

.....

.....

.....

.....



Февруари

Четвъртък 9.

Four horizontal dotted lines for writing.

Петък 10.

Four horizontal dotted lines for writing.

Събота 11.

Four horizontal dotted lines for writing.

Неделя 12.

Four horizontal dotted lines for writing.

13. Понеделник

.....

.....

.....

.....

14. Вторник

Свети Валентин
ЦВЕТА!

.....

.....

.....

.....

15. Сряда

.....

.....

.....

.....

16. Четвъртък

.....

.....

.....

.....

февруари

Петък 17.

.....

.....

.....

.....

Събота 18.

.....

.....

.....

.....

Неделя 19.

.....

.....

.....

.....



февруари



20. Понеделник

.....

.....

.....

.....

21. Вторник

.....

.....

.....

.....

22. Сряда

.....

.....

.....

.....

февруари

Четвъртък 23.

Four sets of horizontal dotted lines for writing on Thursday.

Петък 24.

Four sets of horizontal dotted lines for writing on Friday.

Събота 25.

Four sets of horizontal dotted lines for writing on Saturday.

Неделя 26.

Four sets of horizontal dotted lines for writing on Sunday.



февруари

27. Понеделник

.....

.....

.....

.....

28. Вторник

.....

.....

.....

.....

29. Сряда

.....

.....

.....

.....



МОЯТ
март

Безопасен секс – предпазване от полово предавани инфекции (СТИ)

В професионалната сексработа безопасен секс означава преди всичко:

- Вагинално, анално и орално сношение винаги с презерватив.
- Да не се допуска изливане на кръв (също и менструалната кръв) и сперма в устата, очите и други телесни отвори или върху отворени места по кожата (напр. херпесни язви).

Така ще се предпазиш от ХИВ и ще намалиш риска от зараза с други СТИ.

Използвай само **маркови презервативи** с печат DIN EN ISO 4074:2002 върху опаковката и внимавай за срока на годност. Поставяй ги преди първото проникване. Пази ги от топлина, слънчева светлина, остри предмети и натиск.

Намажи с **гел** (на водна или силиконова основа) презерватива и вагината, съотв. аналния отвор, за да не се скъса кондомът. Мазните препарати (напр. кремове) предизвикват лесно скъсване на презервативите.

Дентална преграда (латексова кърпа) или **устойчиво на скъсване фолио за съхраняване на хранителни продукти**, поставени при близане върху външните женски полови органи или аналния отвор, предпазват от проникване на причинители на болести в устата.

Предпазителите за пръсти и гумените ръкавици при „игра с пръст“ или при „фистинг“ предпазват от контакт с кръв, вагинален/чревен секрет или изпражнения.

Четвъртък 1.

.....

.....

.....

.....

Петък 2.

.....

.....

.....

.....

Събота 3.

.....

.....

.....

.....

Неделя 4.

.....

.....

.....

.....

5. Понеделник

.....

.....

.....

.....

6. Вторник

.....

.....

.....

.....

7. Сряда

Международен ден на
Здравословното
хранене

.....

.....

.....

.....

Март



Международен ден на

жената

Четвъртък **8.**

.....

.....

.....

.....

Петък **9.**

.....

.....

.....

.....

Събота **10.**

.....

.....

.....

.....

Неделя **11.**

.....

.....

.....

.....

12. Понедельник

.....

.....

.....

.....

13. Вторник

.....

.....

.....

.....

14. Среда

.....

.....

.....

.....

Четвъртък 15.

Four sets of horizontal dotted lines for writing on Thursday.

Петък 16.

Four sets of horizontal dotted lines for writing on Friday.

Събота 17.

Four sets of horizontal dotted lines for writing on Saturday.

Неделя 18.

Four sets of horizontal dotted lines for writing on Sunday.

19. Понеделник

20. Вторник

Начало на пролетта!

21. Сряда

Безопасен секс

– няма проблеми!

Четвъртък 22.

.....

.....

.....

.....

Петък 23.

.....

.....

.....

.....

Събота 24.

.....

.....

.....

.....

Неделя 25.

.....

.....

.....

.....

Начало на лятното часово време

**Превърти часовника
с един час напред!**

26. Понедельник

.....

.....

.....

.....

27. Вторник

.....

.....

.....

.....

28. Среда

.....

.....

.....

.....

Четвъртък 29.

Four horizontal dotted lines for writing.

Петък 30.

Four horizontal dotted lines for writing.

Събота 31.

Four horizontal dotted lines for writing.

Неделя 1.

Four horizontal dotted lines for writing.

Март --Април

МОЯТ

април



Необходимо за професионалната работа

Най-добре е, ако по време на менструацията си не предлагаш вагинален секс, защото тогава вагината ти е по-чувствителна към причинителите на болести. Ако въпреки това искаш да правиш вагинален секс, можеш да използваш **меки тампони**: те застават точно пред шийката на матката и попиват подобно на тампони менструалната кръв, но клиентът няма да забележи нищо от твоя цикъл. Мекият тампон трябва да бъде сменен най-късно след осем часа, а при по-силен цикъл – по-често. Използвай всеки мек тампон еднократно (не го измивай и поставяй отново!).

Вибратори (изкуствени пениси) и други сексиграчки: за анално сношение използвай вибратори с широка основа, за да не „изчезнат“ в червото. Внимавай при продукти от дърво или пластмаса: заваръчните шевове, местата на счупване и отцепване могат да предизвикат наранявания. Най-подходящи са вибратори от силикон. За всички сексиграчки важи следното: за всеки нов партньор и всеки нов телесен отвор ги промивай основно с вода и сапун – или постави отгоре нов презерватив.

Освен това: всички принадлежности за сексработата ще получиш и от търговеца(ката) в публичните домове или на улицата на проститутките.

2. Понедельник

.....

.....

.....

.....

3. Вторник

.....

.....

.....

.....

4. Сряда

.....

.....

.....

.....

Четвъртък 5.

.....

.....

.....

.....

Петък 6.

Разпети петък

.....

.....

.....

.....

Събота 7.

.....

.....

.....

Световен ден на

здравеопазването



Неделя 8.

Възкресение
Христово

Къде са яйцата?

Април

Втори ден
на Възкресение Христово

9. Понеделник



10. Вторник



11. Сряда



12. Четвъртък



Април

Петък 13.

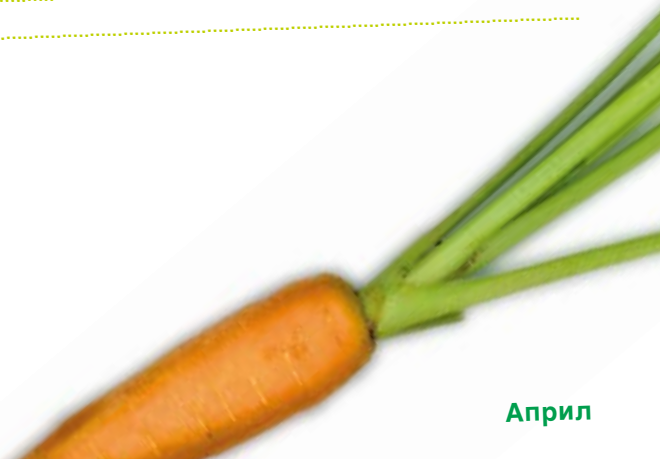
Four sets of horizontal dotted lines for writing.

Събота 14.

Four sets of horizontal dotted lines for writing.

Неделя 15.

Four sets of horizontal dotted lines for writing.



Април

Имунизацията предпазва

от хепатит А и В!

Имунизирай се срещу хепатит
и се изследвай за СТИ!

16. Понеделник

.....

.....

.....

.....

17. Вторник

.....

.....

.....

.....

18. Сряда

.....

.....

.....

.....

Април

Четвъртък 19.

Four horizontal dotted lines for writing.

Петък 20.

Four horizontal dotted lines for writing.

Събота 21.

Four horizontal dotted lines for writing.

Неделя 22.

Four horizontal dotted lines for writing.



23. Понедельник

.....

.....

.....

.....

24. Вторник

.....

.....

.....

.....

25. Среда

.....

.....

.....

.....

Апрел



Четвъртък 26.

Four horizontal dotted lines for writing.

Петък 27.

Four horizontal dotted lines for writing.

Събота 28.

Four horizontal dotted lines for writing.

Неделя 29.

Four horizontal dotted lines for writing.

Април

30. Понеделник

.....

.....

.....

.....

1. Вторник

Международен ден на
труда

.....

.....

.....

2. Сряда

.....

.....

.....

.....



МОЯТ

май

Конкретно за безопасния секс: практики, рискове и предпазване

При вагиналното и аналното сношение без презерватив съществува голям риск от ХИВ и СТИ – дори и тогава, когато в тялото не е навлязла сперма. Рискът от ХИВ е повишен при наличието на друга СТИ.

Близане/смучене на пениса: ако не се извърши изпражнение в устата, няма вероятност от заразяване с ХИВ. Хепатитът и други СТИ, като напр. трипер, могат обаче лесно да бъдат предадени, ето защо използвай презервативи и при духане!

Близане на външните полови органи на жената: без риск от ХИВ, ако в устата не попадне (менструална) кръв. Съществува възможност обаче от лесно заразяване с други СТИ. Затова специалистите използват „дентална преграда“.

С/М (садо-мазо), игри с урина и изпражнения: не допускай в устата, върху лигавицата или върху отворени места да проникнат сперма, изпражнения и урина. Винаги основно почиствай/дезинфекцирай използвания „инструмент“. Трябва да си имунизирана срещу хепатит А и В.

Дилдо и други сексиграчки: използвай винаги само за едно лице – за всеки нов партньор почиствай/дезинфекцирай основно или постави отгоре нов презерватив.

Целуване: няма риск от ХИВ, но съществува риск от други СТИ (напр. херпес, трипер, хепатит В).

Четвъртък 3.

.....

.....

.....

.....

Петък 4.

.....

.....

.....

.....

Събота 5.

.....

..... **Ден на хигиената на ръцете**

.....

.....

Неделя 6.

.....

.....

.....

.....

7. Понеделник

.....

.....

.....

.....

8. Вторник

.....

.....

.....

.....

9. Сряда

.....

.....

.....

.....



... вече си запазила час за

Зъболекар?

Май



Четвъртък 10.

Four sets of horizontal dotted lines for writing.

Петък 11.

Four sets of horizontal dotted lines for writing.

Събота 12.

Four sets of horizontal dotted lines for writing.

Неделя 13.

Four sets of horizontal dotted lines for writing.

14. Понеделник

.....

.....

.....

.....

15. Вторник

.....

.....

.....

.....

16. Сряда

.....

.....

.....

.....

17. Четвъртък

.....

.....

.....

.....

Международен ден

ПРОТИВ

----- ХОМОФОБИЯТА

Май



Петък 18.

Four horizontal dotted lines for writing.

Събота 19.

Four horizontal dotted lines for writing.

Неделя 20.

Four horizontal dotted lines for writing.

21. Понедельник

.....

.....

.....

.....

22. Вторник

.....

.....

.....

.....

23. Среда

.....

.....

.....

.....



Май

Четвъртък 24.

.....

.....

.....

.....

Петък 25.

.....

.....

.....

.....

Събота 26.

.....

.....

.....

.....

Неделя 27.

.....

.....

.....

.....

Петдесетница

28. Понеделник

**Втори ден на
Петдесетница**

.....

.....

.....

.....

29. Вторник

.....

.....

.....

.....

30. Сряда

.....

.....

.....

.....

31. Четвъртък

.....

.....

.....

.....



МОЯТ



ЮНИ

Съвети за хигиената и здравето

Твоето тяло е твоят капитал, с него печелиш парите си. Затова внимавай за здравето си. Във всеки случай са важни балансираното хранене, редовното движение (най-добре на чист въздух) и достатъчният сън.

Прекалената чистоплътност е по-скоро вредна: ако след всеки клиент се къпеш със сапун или душгел, защитната киселинна обвивка на кожата може да се разруши.

За измиване на интимната област най-добре използвай само студена или хладка вода. Вагиналните промивки, дезинфектиращите интимни лосиони или спрейове, както и влажните кърпи, увеличават чувствителността на вагината към инфекции.

За поддържане на деликатния баланс на естествената вагинална флора можеш да използваш вагинални свещички с млечна киселина (купуват се без рецепта в аптеките) или кисело мляко с живи млечни бактерии (без топлинна обработка), които се поставят с помощта на тампон във вагината.

Под въздействието на алкохола или други наркотици не можеш да прецениш добре опасностите и да си помогнеш сама в опасни ситуации – най-добре е, ако можеш да работиш с ясно съзнание.

Петък 1.

Събота 2.

Международен ден на

проститутките

Неделя 3.

4. Понеделник

.....

.....

.....

.....

5. Вторник

.....

.....

.....

.....

6. Сряда

.....

.....

.....

.....

7. Четвъртък

.....

.....

.....

.....

Петък 8.

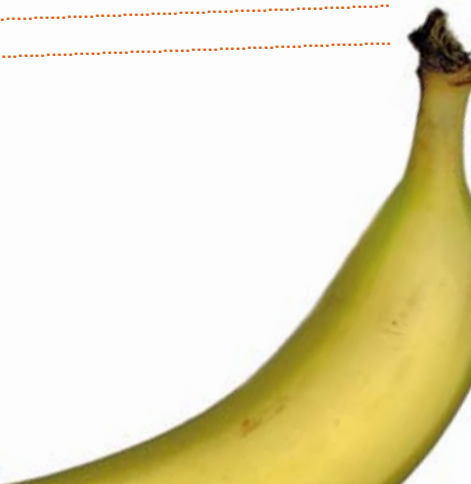
Four sets of horizontal dotted lines for writing.

Събота 9.

Four sets of horizontal dotted lines for writing.

Неделя 10.

Four sets of horizontal dotted lines for writing.





11. Понеделник

.....

.....

.....

.....

12. Вторник

.....

.....

.....

.....

13. Сряда

.....

.....

.....

.....

Четвъртък 14.

Световен ден на
кръводаряването

Петък 15.

Събота 16.

Неделя 17.

18. Понедельник

.....

.....

.....

.....

19. Вторник

.....

.....

.....

.....

20. Среда

.....

.....

.....

.....

Юни



Четвъртък 21.

.....

.....

.....

.....

Начало на лятото!

Петък 22.

.....

.....

.....

.....

Събота 23.

.....

.....

.....

.....

Неделя 24.

.....

.....

.....

.....

25. Понеделник

.....

.....

.....

.....

26. Вторник

Световен ден за

**на борбата срещу
наркотиците**

.....

.....

.....

.....

27. Сряда

.....

.....

.....

.....

28. Четвъртък

.....

.....

.....

.....

Юни

Петък 29.

Four horizontal dotted lines for writing.

Събота 30.

Four horizontal dotted lines for writing.

Неделя 1.

Four horizontal dotted lines for writing.



МОЯТ

ЮЛИ



СТИ & Ко.: профилактика, преглед, лечение

Презервативите (и при орално сношение!) намаляват риска да се заразиш с полово предавани инфекции (СТИ), като напр. трипер (гонорея), хламидии или сифилис. Освен това не трябва да докосваш места по кожата с видими изменения (напр. мехурчета, обрив) и да не поглъщаш секрети/телесни течности.

СТИ не винаги имат симптоми или някои симптоми не се забелязват. Затова най-добре ходи **редовно** (например четири пъти годишно) **на преглед** и веднага иди на лекар при промени по тялото, като напр. сърбеж, парене или течение от гениталната област, обрив или гнойни рани. Късно или изобщо нелекуваните СТИ могат да доведат напр. до хронични възпаления в долната част на корема, безплодие или рак на матката. При **бременност** трябва да се изследваш за СТИ на всеки шест седмици, за да не навредиш на клиента или да предотвратиш преждевременно раждане или спонтанен аборт.

Трябва да си имунизирана срещу **хепатит А и В**.

Освен това: в повечето Gesundheitsämter (здравни заведения) можеш да се **консултираш анонимно**, да се **изследваш** за СТИ и да се **имунизираш**. Ако не си здравноосигурена, пак ще бъдеш **обслужена безплатно**.

2. Понеделник

.....

.....

.....

.....

3. Вторник

.....

.....

.....

.....

4. Сряда

.....

.....

.....

.....

5. Четвъртък

.....

.....

.....

.....



Световен ден на

Целувката

Петък 6.

.....

.....

.....

.....

Събота 7.

.....

.....

.....

.....

Неделя 8.

.....

.....

.....

.....

9. Понедельник

.....

.....

.....

.....

10. Вторник

.....

.....

.....

.....

11. Среда

.....

.....

.....

.....

Юли



Четвъртък 12.

Four horizontal dotted lines for writing.

Петък 13.

Four horizontal dotted lines for writing.

Събота 14.

Four horizontal dotted lines for writing.

Неделя 15.

Four horizontal dotted lines for writing.

16. Понеделник

17. Вторник

18. Сряда

... помисли ли вече за

изследване

за

СТИ ?



Четвъртък 19.

.....

.....

.....

.....

Петък 20.

.....

.....

.....

.....

Събота 21.

.....

.....

Ден на

жертвите от

консумацията на наркотици



Неделя 22.

.....

.....

.....

.....

23. Понеделник

.....

.....

.....

.....

24. Вторник

.....

.....

.....

.....

25. Сряда

.....

.....

.....

.....

26. Четвъртък

.....

.....

.....

.....

Петък 27.

.....

.....

.....

.....

Събота 28.

.....

.....

.....

Световен ден за **борба**
с хепатита

Неделя 29.

.....

.....

.....

.....



Юли

30. Понеделник

.....

.....

.....

.....

31. Вторник

.....

.....

.....

.....

1. Сряда

.....

.....

.....

.....



МОЯТ

август

Скъсан презерватив? Погълната сперма? Запази спокойствие!

- При сперма във вагината/в червото опитай чрез притискане да изведеш навън колкото се може по-голямо количество. В никакъв случай не прави промивка – нараняванията увеличават риска от зараза! Освен това спермата се изтласква нагоре и така нараства опасността от нежелана бременност.
 - Изплюй веднага попадналата в устата сперма и бързо изплакни устата си. Не мий зъбите – така би могла да втриеш евентуално налични вируси във венеца.
 - Ако при секс в очите ти влезе сперма, промий ги с вода възможно най-бързо.
 - При повишен риск от ХИВ (напр. необезопасено вагинално и анално сношение с ХИВ-позитивен, който не се лекува) е разумно да се проведе четириседмично лечение с ХИВ-медикаменти („ХИВ-ПЕП (постекспозиционна профилактика)“). Най-добре не по-късно от 24 часа се обърни заедно с клиента към клиниките, посочени на адрес www.hivreport.de. Дежурният интернист в „Спешна помощ“ ще изясни риска и ще прецени дали трябва да се приложи ПЕП.
 - Бременността може да се предотврати с „хапче след секс“. То трябва да се приеме по възможност в срок от 12 часа и най-късно след 72 часа (= 3 три дни).
-

Четвъртък 2.

Four horizontal dotted lines for writing.

Петък 3.

Four horizontal dotted lines for writing.

Събота 4.

Four horizontal dotted lines for writing.

Неделя 5.

Four horizontal dotted lines for writing.



6. Понедельник

.....

.....

.....

.....

7. Вторник

.....

.....

.....

.....

8. Среда

.....

.....

.....

.....

Август

Четвъртък 9.

.....

.....

.....

.....

Петък 10.

.....

.....

.....

.....

Събота 11.

.....

.....

.....

.....

Неделя 12.

.....

.....

.....

.....

13. Понедельник

.....

.....

.....

.....

14. Вторник

.....

.....

.....

.....

15. Среда

.....

.....

.....

.....



Август

Четвъртък 16.

.....

.....

.....

.....

Петък 17.

.....

.....

.....

.....

Събота 18.

.....

.....

.....

.....

Неделя 19.

.....

.....

.....

.....

20. Понеделник

21. Вторник

22. Сряда

23. Четвъртък



Петък 24.

Four horizontal dotted lines for writing.

Събота 25.

Four horizontal dotted lines for writing.

Неделя 26.

Four horizontal dotted lines for writing.



27. Понедельник

Four horizontal dotted lines for writing.

28. Вторник

Four horizontal dotted lines for writing.

29. Среда

Four horizontal dotted lines for writing.

Август

Четвъртък 30.



Four sets of horizontal dotted lines for writing.

Петък 31.

Four sets of horizontal dotted lines for writing.

Събота 1.

Four sets of horizontal dotted lines for writing.

Неделя 2.

Four sets of horizontal dotted lines for writing.

Август -- Септември

МОЯТ

септември

50

20

X33587043068

X335870

Съвети за повече безопасност в работата

- Дръж се по възможност самоуверено и не издавай страха си.
 - Работи с ясно съзнание – при абстиненция или под влиянието на дрога не можеш да контролираш ситуацията.
 - Не носи предмети, с които би могла да бъдеш удушена (напр. верижки, шалове, полуотворени якета) или биха ти пречили при бягство (дълги тесни поли, обувки с високи токчета).
 - Предпочитай да работиш на осветени места и оставай близо до други хора.
 - Оглеждай внимателно клиентите. Уговаряй се, къде трябва да се отиде и какво ще се прави там. Ако някой ти се стори съмнителен, откажи.
 - Преди да се качиш в някоя кола, запомни или си запиши номера и марката. Информирай приятелки или колежки за посоката на пътуването.
 - При коли с две врати оставай на предната седалка и проверявай дали колата може да се отваря отвътре. По време на работа най-добре оставяй вратата на колата притворена.
 - Оглеждай се в жилищата за възможните пътища за бягство, запомняй изходи и входни врати.
 - Не изпускай от очи клиента и най-вече ръцете му. Отказвай неблагоприятни пози, напр. между коленете на клиента или под него. Когато лежиш върху него, можеш по-добре да наблюдаваш лицето и ръцете му.
-

3. Понеделник

.....

.....

.....

.....

4. Вторник

.....

.....

.....

.....

5. Сряда

.....

.....

.....

.....

Септември



Четвъртък 6.

Four horizontal dotted lines for writing.

Петък 7.

Four horizontal dotted lines for writing.

Събота 8.

Four horizontal dotted lines for writing.

Неделя 9.

Four horizontal dotted lines for writing.





10. Понеделник

.....

.....

.....

.....

11. Вторник

.....

.....

.....

.....

12. Сряда

.....

.....

.....

.....

Четвъртък 13.

.....

.....

.....

.....

Петък 14.

.....

.....

.....

.....

Събота 15.

.....

.....

.....

.....

Неделя 16.

.....

.....

.....

.....

17. Понеделник

.....

.....

.....

.....

18. Вторник

.....

.....

.....

.....

19. Сряда

.....

.....

.....

.....

20. Четвъртък

.....

.....

.....

.....

Септември



Петък 21.

.....

.....

.....

.....

Събота 22.

.....

.....

.....

Начало на есента!

Неделя 23.

.....

.....

.....

.....



Септември

24. Понеделник

.....

.....

.....

.....

25. Вторник

.....

.....

.....

.....

Ден на
стоматологичното **здраве**



26. Сряда

.....

.....

.....

.....

Четвъртък 27.

Four horizontal dotted lines for writing.

Петък 28.

Four horizontal dotted lines for writing.

Събота 29.

Four horizontal dotted lines for writing.

Неделя 30.

Four horizontal dotted lines for writing.

МОЯТ

ОКТОМВРИ



Ако те заплашва насилие ...

- Най-добре можеш да се защитаваеш със спрей за коса, спрей за комари или екстракт от лимон в малки спрей-опаковки. Сълзливият газ или оръжието (напр. нож) могат да станат опасни за тебе, ако бъдат насочени към тебе.
 - Постави сгънати вестници в джоба си: можеш да ги запалиш и да ги хвърлиш върху задната седалка, ако стане опасно. Така ще спечелиш време за бягство, тъй като клиентът ще иска да спаси първо колата си.
 - Ако клиентът започне да те удря, тогава се боксирай, ритай го или го хапи по възможност по слабите му места: гърлото, носа, очите, брадичката или тестисите.
 - Ако някой те заплашва и наблизо има други хора, извикай колкото можеш по-силно „Пожар!“ (Feuer!). Хората реагират по-често на този вик, а не на „Помощ!“
 - Бягай от там колкото можеш по-бързо: срещу уличното движение в посока към някаква светлина и натам, където има хора.
 - Позвъни в полицията или помоли за това някой друг – телефонен номер 110.
-

1. Понеделник

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

2. Вторник

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

3. Сряда

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

Ден на
съединението на
Германия

Четвъртък 4.

Four horizontal dotted lines for writing.

Петък 5.

Four horizontal dotted lines for writing.

Събота 6.

Four horizontal dotted lines for writing.

Неделя 7.

Four horizontal dotted lines for writing.

Октомври

8. Понеделник

.....

.....

.....

.....

9. Вторник

.....

.....

.....

.....

10. Сряда

.....

.....

.....

.....

11. Четвъртък

.....

.....

.....

.....

... време за

ИЗСЛЕДВАНЕ ЗА СТИ!

Петък 12.

Събота 13.

Неделя 14.

15. Понеделник

.....

.....

.....

.....

16. Вторник

.....

.....

.....

.....

17. Сряда

.....

.....

.....

.....

18. Четвъртък

.....

.....

.....

.....



Петък 19.

Събота 20.

Неделя 21.



Октомври

22. Понеделник

.....

.....

.....

.....

23. Вторник

.....

.....

.....

.....

24. Сряда

.....

.....

.....

.....

25. Четвъртък

.....

.....

.....

.....

Петък 26.

.....

.....

.....

.....

Събота 27.

.....

.....

.....

.....

Неделя 28.

.....

.....

Начало на

ЗИМНОТО ЧАСОВО ВРЕМЕ

върни часовника с един час назад!



Октомври

29. Понеделник

.....

.....

.....

.....

30. Вторник

.....

.....

.....

.....

31. Сряда

.....

.....

..... Хелоуин

.....



МОЯТ

НОЕМВРИ

Какво трябва да правиш след преживяно насилие?

Позвъни на полицията (телефонен номер 110) или помоли за това някой друг. По възможност запиши всичко точно: кога, къде и какво е станало (дата, час, място), колко лица са участвали, по какво може да бъде/ат разпознат/и извършителят/извършителите? Такива записки могат да послужат като доказателство в случай на подаване на заявление до полицията.

Заявление до полицията можеш да подадеш веднага или по-късно. Ако се колебаеш (напр. защото си нелегално в Германия), може първо да се консултираш в някоя организация на проститутките или в консултативен кабинет за мигранти (виж адресите отзад).

Възможно най-бързо посети лекарка/лекар или болница, за да изследваш себе си и дрехите си за следи от извършителя, като сперма или кръв. Те служат като доказателство, независимо от това, че си подала заявление в полицията по-късно. Освен това може би има смисъл от провеждането на ХИВ-ПЕП (виж информацията за август), която би трябвало да започне по възможност през следващите 24 часа.

Не оставай сама, а потърси подкрепа. Ако не можеш да се свържеш с хора, на които имаш доверие, обърни се към някоя от организациите, които помагат на жени в твоето положение. Сътрудниците, които работят там, ще ти окажат пълно съдействие.

Четвъртък 1.

Four sets of horizontal dotted lines for writing.

Петък 2.

Four sets of horizontal dotted lines for writing.

Събота 3.

Four sets of horizontal dotted lines for writing.

Неделя 4.

Four sets of horizontal dotted lines for writing.

Ноември



5. Понеделник

.....

.....

.....

.....

6. Вторник

.....

.....

.....

.....

7. Сряда

.....

.....

.....

.....

Ноември

Четвъртък 8.

Four horizontal dotted lines for writing.

Петък 9.

Four horizontal dotted lines for writing.

Събота 10.

Four horizontal dotted lines for writing.

Неделя 11.

Four horizontal dotted lines for writing.

12. Понеделник

.....

.....

.....

.....

13. Вторник

.....

.....

.....

.....

14. Сряда

.....

.....

.....

.....

Ноември



Четвъртък 15.

Four horizontal dotted lines for writing.

Петък 16.

Four horizontal dotted lines for writing.

Събота 17.

Four horizontal dotted lines for writing.

Неделя 18.

Four horizontal dotted lines for writing.

19. Понеделник

.....

.....

.....

.....

20. Вторник

.....

.....

.....

.....

21. Сряда

.....

.....

.....

.....

Здрави зъби?
Запази си час при **зъболекаря!**

Четвъртък 22.

.....

.....

.....

.....

Петък 23.

.....

.....

.....

.....

Събота 24.

.....

.....

.....

.....

Неделя 25.

.....

.....

.....

.....

26. Понеделник

.....

.....

.....

.....

27. Вторник

.....

.....

.....

.....

28. Сряда

.....

.....

.....

.....

29. Четвъртък

.....

.....

.....

.....

Петък 30.

.....

.....

.....

.....

Събота 1.

.....

.....

.....

Световен ден на

борбата със СПИН

Неделя 2.

.....

.....

.....

.....



МОЯТ

декември

Проституция и право

- Като самостоятелно работеща проститутка трябва да регистрираш своята дейност в **Finanzamt** (Данъчна служба) и да плащаш данък за доходите си. В противен случай извършваш данъчна измама и правиш престъпление.
 - Ако получаваш парично обезщетение за безработни I или II, трябва да посочиш доходите от сексработата в **Bundesagentur für Arbeit** (Федерална агенция по труда). Тогава те ще бъдат приспаднати от държавните плащания до необлагаемия минимум.
 - Ако идваш от страна, членка на ЕС, и искаш да работиш в Германия като финансово независима проститутка, трябва да регистрираш местожителството си в някоя **Meldestelle** (Служба за адресна регистрация) и там да посочиш желаната от тебе дейност.
 - Ако идваш от страна, която не е членка на ЕС, **Ausländeramt** (Служба за чужденците) в Германия ще провери твоя статут на пребиваване и дали имаш право да работиш в Германия. Като туристка принципно нямаш право да упражняваш трудова дейност в Германия.
 - В повечето градове има разпоредби за **забранени зони**: т.е. къде и кога проституирането е забранено. **Ordnungsamt** (Служба по опазване на реда), **Gewerbeamt** (Служба по стопанска дейност) или **полицията** контролират спазването им. Който не се придържа към тези разпоредби, може да бъде наказан с глоба.
 - При **полицейска проверка** трябва да представиш личната си карта или международния си паспорт и евен-туално – разрешението за работа.
-

3. Понеделник

.....

.....

.....

.....

4. Вторник

.....

.....

.....

.....

5. Сряда

.....

.....

.....

.....

6. Четвъртък

.....

.....

.....

.....

..... Николаус (Никулден)
Почистете ботушите!

Декември

Петък 7.

Four sets of horizontal dotted lines for writing, each set consisting of two parallel lines.

Събота 8.

Four sets of horizontal dotted lines for writing, each set consisting of two parallel lines.

Неделя 9.

Four sets of horizontal dotted lines for writing, each set consisting of two parallel lines.



Декември



10. Понеделник

Международен ден на

човешките права

.....

.....

.....

11. Вторник

.....

.....

.....

12. Сряда

.....

.....

.....

Декември



Четвъртък 13.

Петък 14.

Събота 15.

Неделя 16.

Декември

17. Понеделник

.....

.....

.....

.....

18. Вторник

.....

.....

.....

.....

19. Сряда

.....

.....

.....

.....

20. Четвъртък

.....

.....

.....

.....

Декември

Петък 21.

.....
.....
.....
.....
Начало на зимата!.....
.....

Събота 22.

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

Неделя 23.

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

24. Понеделник

.....
..... **Бъдни вечер**

25. Вторник

..... **1 ден на Рождество**
Христово
.....
.....
.....

26. Сряда

..... **2 ден на Рождество**
Христово
.....
.....

27. Четвъртък

.....
.....
.....
.....
Декември



Петък 28.

Four horizontal dotted lines for writing.

Събота 29.

Four horizontal dotted lines for writing.

Неделя 30.

Four horizontal dotted lines for writing.

Декември

31. Понеделник

Свети Силвестър!

1. Вторник

три, две, едно ...

Нова година!

2. Сряда

Консултация за ХИВ/СПИН и други полово предавани инфекции

Регионални Aidshilfen (Служби за оказване на помощ при СПИН): адреси ще получиш от Deutsche AIDS-Hilfe, Wilhelmstr. 138, 10963 Berlin, тел.: 030/69 00 87-0, факс: 030/69 00 87-42, имейл: dah@aidshilfe.de, интернет: www.aidshilfe.de

Консултации по телефона на Aidshilfen: тел. 0180-33-19411 (9 цента/мин. от стационарна мрежа, максимално 42 цента/мин. от германските мобилни мрежи), пон.-пет. 9–21 часа, съб. + нед. 12–14 часа

Консултации на Aidshilfen в интернет: www.aidshilfe-beratung.de

Специализирани консултативни кабинети за сексработнички и сексработници: адреси на www.bufas.net

Регионални Gesundheitsämter (здравни заведения): адресите са посочени в телефонния указател

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung – BZgA (Федерална централа за здравна просвета): консултации по телефона на номер 02 21/89 20 31, онлайн консултации на адрес www.aidsberatung.de

Здравните центрове за жени (адреси на www.frauen-gesundheitszentren.de) и консултативните кабинети **ProFamilia** (Германско дружество за семейно планиране, сексуална педагогика и консултации по сексуални проблеми) (адреси на www.profamilia.de) консултират по въпросите на бременността, предпазване от забременяване и СТИ.

Приемни за сексработнички

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: 0174/919 92 46
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. 2–4, 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
nachtfalter@caritas-e.de, www.nachtfalter-essen.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: 0911/376 52 77, Fax: 0911/376 52 799

kassandra@kassandra-nbg.de, www.kassandra-nbg.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.

Großherzog-Friedrich-Str. 37, 66111 Saarbrücken

Fon + Fax: 0681/37 36 31

berprost@t-online.de