Exercitarea muncii sexuale la Geneva

GHIDUL COMPLET



CUVÂNT ÎNAINTE

Viețile noastre, alegerile noastre, drepturile noastre.

În Elveția, munca sexuală este legală. Ea este reglementată prin legi specifice fiecărui canton. În cantonul Geneva, sesiunile de informare sunt obligatorii înainte de înregistrarea la poliție. Acest ghid nu are scopul de a le înlocui, ci de a facilita accesul la informație pentru lucrătorii și lucrătoarele sexuale care își desfășoară activitatea în cantonul Geneva.

A fost conceput ca o foaie de parcurs pentru a însoți lucrătorii și lucrătoarele sexuale în chestiuni legate de drepturi, sănătate, siguranță și prin sfaturi practice.

S-a ales utilizarea scrierii incluzive deoarece ni se pare important să punem sub semnul întrebării și în mod formal aspectele legate de reprezentare, fără a minimaliza însă raporturile de forță și proporțiile dintre genuri în munca sexuală: majoritatea lucrătorilor și lucrătoarelor sexuale fiind femei, iar majoritatea clienților fiind bărbați.

Totuși, mențiunea „x” a fost eliminată pentru a îmbunătăți lizibilitatea acestui ghid, destinat în mare parte persoanelor care nu sunt francofone. Toate persoanele vizate de munca sexuală, indiferent de genul lor, sunt totuși menite să fie reprezentate aici.

Prin diferitele sale secțiuni, ghidul ilustrează mai multe tipuri de muncă sexuală și anumite practici specifice. Fiecare parcurs este unic, așa că nu ezita să vii la asociație pentru a primi sfaturi individualizate.

Acest ghid de informare a putut vedea lumina zilei datorită expertizei multor profesioniste și profesioniști: lucrători și lucrătoare sexuale, mediatori și mediatoare și asistente sociale de la Aspasie, precum și alți specialiști și alte specialiste în domeniul sexualităților. A fost realizat în colaborare cu ilustratoarea ®Madame Marilou, pentru a propune reprezentări variate și incluzive ale muncii sexuale și ale persoanelor care o practică.

Un imens mulțumesc lui La Diabla, Emma de Lestime, Loïc de la Checkpoint Genève, Maria, Nicky du Boudoir, Piti, Tan Polyvalence, Swisssexcoach și Yumie Volupté, pentru că și-au împărtășit cu generozitate expertiza valoroasă în acest ghid. Pasiunea și cunoștințele voastre au îmbogățit cu adevărat acest proiect. Un mare mulțumesc și întregii echipe Aspasie, al cărei angajament și diversitatea competențelor au făcut posibilă realizarea acestui proiect.

Cine suntem?

Creată în 1982, Aspasie este o asociație de sprijin și de apărare a drepturilor lucrătoarelor și lucrătorilor sexuali din Geneva.

Asociația:
* Sprijină, consiliază și însoțește orice persoană care exercită munca sexuală în demersurile sociale, juridice, administrative și de sănătate.
* Apără drepturile fundamentale și interesele lucrătoarelor și lucrătorilor sexuali.
* Acționează pentru promovarea sănătății și prevenirea HIV și a ITS.
* Luptă împotriva violenței, a traficului de persoane și a tuturor formelor de exploatare.
* Combate stigmatizarea și excluziunea socială.

Ne găsești la

Rue des Pâquis 11 – etajul 5
1201 Geneva
Tel. +41 22 732 68 28
E-mail: aspasie@aspasie.ch
Site: aspasie.ch
Rețele sociale: @__Aspasie__

CUPRINS

PARTEA 1

DREPTURI ȘI ÎNDATORIRI - DREPTURILE TALE ȘI RESPECTAREA LEGII 5

1.- Cadrul legal al prostituției în Elveția 7

#ȘEDINȚA DE INFORMARE OBLIGATORIE LA ASPASIE 8
#OBLIGAŢIA DE ÎNREGISTRARE 9
#LOCURILE DE DESFĂŞURARE A MUNCII SEXUALE ÎN GENÈVE 10

2.- Cadrul legal al şederii în Elveţia 12

#AUTORIZAŢIA DE MUNCĂ DE 90 DE ZILE 12
#PERMISUL DE ŞEDERE B 14
#PERMISUL G DE MUNCĂ 15

3.- Condiţiile de muncă 16

#STATUTUL DE INDEPENDENT/Ă 16
#REORIENTARE PROFESIONALĂ SAU ACTIVITATE COMPLEMENTARĂ 17
ÎNTÂLNIREA - Cum să îți gestionezi bugetul? 18

4.- Drepturile tale în caz de abuz sau de violenţă 20

PARTEA 2

SĂNĂTATEA - SĂNĂTATEA TA, FORȚA TA 25

1.- HIV/SIDA și celelalte ITS 27

#CUM SĂ TE PROTEJEZI ÎMPOTRIVA ITS/HIV? 28
#FĂ-ȚI UN TEST DE DEPISTARE PENTRU A TE LINIȘTI 31

2.- Sarcină nedorită & contracepție 32

#METODELE DE CONTRACEPȚIE 32
#RISC DE SARCINĂ NEDORITĂ - Ce să faci după un raport cu risc? 34
#ÎN CAZ DE SARCINĂ NEDORITĂ - Întreruperea voluntară a sarcinii (IVG) 35

3.- Lucrul în condiții de sănătate 36

#AI GRIJĂ DE VULVA TA 36
#AI GRIJĂ DE ANUSUL TĂU 38
ÎNTÂLNIREA - A avea raporturi sexuale sigure între persoane cu vulvă 40
ÎNTÂLNIREA - Relații sexuale sigure între persoane cu penis 41
#AI GRIJĂ DE SĂNĂTATEA TA MENTALĂ 42
ÎNTÂLNIREA - Cum să îți dezvălui activitatea apropiaților tăi? 45
#CONSUMUL DE PRODUSE ȘI CHEMSEX 46
ÎNTÂLNIREA - Despre chemsex 48

PARTEA 3

SIGURANȚA - SECREȚELE MESERIEI 51

1.- Siguranța ta la locul de muncă 53

#SFATURI GENERALE DE SIGURANȚĂ 53
#SFATURI DE SIGURANȚĂ CONFORM LOCULUI DE MUNCĂ 56
#RELAȚIA CU CLIENȚII ȘI RESPECTUL FAȚĂ DE SERVICIILE OFERITE 60
ÎNTÂLNIREA - Lucrul cu femeile când ești un bărbat cis 62

2.- Lucrul pe internet 64

#SECURITATEA PE INTERNET 64
#SFATURILE NOASTRE PENTRU A LUCRA PE INTERNET 66
#VÂNZAREA DE CONȚINUT 68

3.- Sfaturi de la experți privind diferite servicii 71

ÎNTÂLNIREA - Despre Bondage și Disciplină, Sadomasochism și Masochism 72
ÎNTÂLNIREA - Despre experiența de prietenă 74
ÎNTÂLNIREA - Cu șampanie și caviar 76

4.- Genul și munca sexuală 78

ÎNTÂLNIREA - Munca sexuală și transidentitatea 80

5.- Analizez situația mea 82

DIRECTOR

LISTA DE CONTACTE 85

PARTEA 1

DREPTURI ȘI ÎNDATORIRI

DREPTURILE TALE ȘI RESPECTAREA LEGII



1.- Cadrul legal al prostituției în Elveția

Chiar dacă prostituția în Elveția poate fi practicată liber, aceasta nu poate fi exercitată oricum. Codul penal elvețian prevede mai multe infracțiuni:



Traficul de ființe umane în scop de exploatare sexuală

Este cazul în care o persoană este recrutată, intermediată prin intermediari și exploatată prin violență, înșelăciune, amenințare sau constrângere.



Încurajarea prostituției

Înseamnă a profita de o relație de dependență pentru a menține sau a împinge o persoană să se prostitueze, cu scopul de a obține un beneficiu sau de a atenta la libertatea unui lucrător / unei lucrătoare din domeniul sexului.



Exercitarea ilegală a prostituției

Înseamnă practicarea muncii sexuale fără a respecta reglementările în vigoare (de exemplu, fără a te înregistra).

LA GENEVA

Conform legii din Geneva, pentru a lucra legal trebuie să:

- **Fii cetățean elvețian sau să ai un permis de muncă valabil.**
- **Participi la o ședință de informare obligatorie la Aspasie.**
- **Te înregistrezi la poliție.**

Această parte a ghidului se aplică doar cantonului Geneva.
Legea privind munca sexuală este diferită în fiecare canton. Pentru a cunoaște legile altor cantoane, poți consulta acest site: legalwork.procore-info.ch.

#ȘEDINȚA DE INFORMARE OBLIGATORIE LA ASPASIE

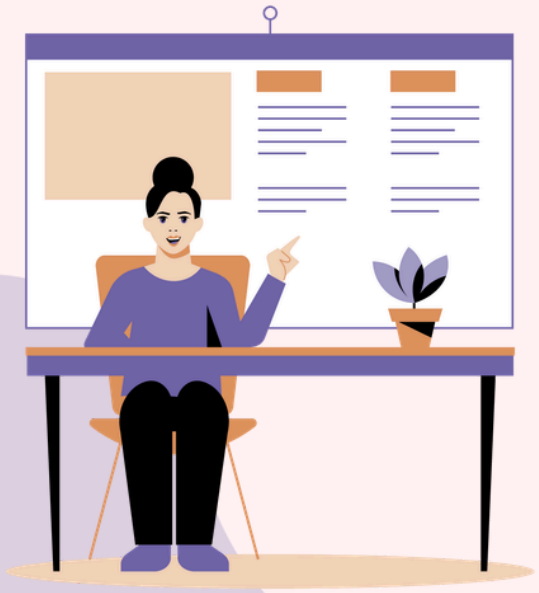
La Geneva, **ai obligația să participi la o ședință de informare** înainte de înregistrarea ta la poliție.

Destinată oricărei persoane care vine să practice munca sexuală la Geneva, această ședință are ca scop să te informeze cu privire la principalele aspecte aflate în centrul activității: **sănătatea, drepturile și obligațiile, siguranța și prevenirea violențelor și agresiunilor, „secretele meseriei", precum și adresele utile în caz de nevoie.**

Ședința este gratuită și nu necesită înscriere!

În mai multe limbi

Ședințele sunt susținute de o **echipă de experți care vorbesc 8 limbi**: franceză, engleză, română, spaniolă, maghiară, italiană, germană și portugheză (există materiale disponibile și în olandeză, rusă, greacă și bulgară, dacă este necesar).



Când?

Ședințele de informare au loc în fiecare zi lucrătoare, **de luni până vineri, la ora 11:00 şi durează aproximativ 1h30.**

Unde?

Pentru a participa, nu este nevoie să suni sau să trimiţi un e-mail — poţi veni direct la sediul asociaţiei:

Aspasie
Rue des Pâquis 11 – etajul 5
1201 Geneva
Staţia de tren şi tramvai: Gare Cornavin
Staţia de autobuz: Monthoux
Tel. +41 22 732 68 28
aspasie@aspasie.ch

#OBLIGAŢIA DE ÎNREGISTRARE

Pentru a te înregistra, trebuie să te prezinţi personal înainte de începutul activităţii la BTPI **(Brigada pentru combaterea traficului de fiinţe umane şi prostituţiei ilicite).**

Unde?

Brigada pentru combaterea traficului de fiinţe umane şi prostituţiei ilicite (BTPI)

Boulevard Carl-Vogt 17-19
1205 Geneva
Tel. +41 22 427 71 40
gprost@police.ge.ch

Gratuit, dar numai pe bază de programare

Fă programarea pe site-ul lor: www.ge.ch/prostitution-geneve/prendre-rendez-vous-avec-btpi.
Poţi să îi contactezi telefonic între orele 9:00 şi 11:00 pentru informaţii.

Cu ce documente?

*** Un act de identitate valabil** (carte de identitate sau paşaport).
*** Un permis de şedere** valabil**,** sau un **permis de muncă** valabil**,** sau o **procedură de anunţ pentru activităţi de scurtă durată** valabilă**.**
*** Certificatul de participare eliberat de Aspasie, care atestă că ai participat la şedinţa de informare** (dacă nu ştii la ce se referă, vezi pag. 9).

Pentru a te dezînregistra

*** În caz de încetare definitivă a activităţii,** poţi **solicita radierea** dosarului legat de munca sexuală la BTPI.
*** Această radiere va fi valabilă doar în Genève**.



#LOCURILE DE DESFĂŞURARE A MUNCII SEXUALE ÎN GENÈVE



Saloanele

Un salon erotic este un loc declarat şi autorizat de autorităţi, în care lucrează mai mulţi lucrători/ lucrătoare sexuale. Poţi alege salonul în care doreşti să profesezi şi îţi poţi schimba locul de muncă în orice moment.



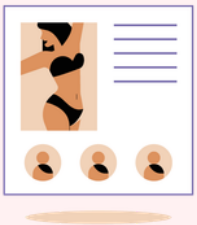
Pe stradă

Există în principal două zone la Genève pentru a lucra pe stradă: Les Pâquis şi Boulevard Helvétique. Poţi alege să lucrezi şi pe alte străzi, cu condiţia să nu fii aproape de şcoli, biserici sau staţii de autobuz.



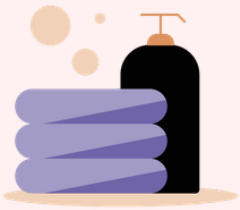
Apartamentele private

În Geneva, poţi profesa într-un apartament, cu condiţia să lucrezi singur/ă.



Agenţiile de escortă

La fel ca în cazul salonelor, poţi contacta agenţia pe care o alegi şi decizi să te schimbi de agenţie când doreşti.



Saunele

În Geneva, poţi lucra doar în saunele înregistrate ca locuri erotice. Avantajul este că trebuie doar să plăteşti intrarea pentru a lucra.



La hotel sau la client

Dacă lucrezi în deplasare, poţi merge la hoteluri sau la client.

Indiferent de locul în care lucrezi, rămâi independent/ă.
Ceea ce înseamnă că eşti responsabil/ă de situaţia ta administrativă.

2.- Cadrul legal al şederii în Elveţia

Pentru a munci în Elveţia trebuie:

Să fii elveţian/ă
SAU să ai un permis de muncă valabil

Pentru a lucra legal în Elveţia ai nevoie de un permis sau o autorizaţie valabilă. Dacă încă nu ai, poţi solicita:

- Autorizaţia de muncă de 90 de zile (vezi mai jos)
- Permisul de şedere B (p. 14)
- Permisul de muncă G (p. 15)

Dacă ai deja un alt permis de muncă, informează-te pentru a vedea dacă poţi profesa.

La Aspasie putem să îţi facem cererea pentru permis sau autorizaţia de 90 de zile gratuit. Nu ezita să ne contactezi dacă doreşti să fii însoţit/ă în demersurile tale.

#AUTORIZAŢIA DE MUNCĂ DE 90 DE ZILE

Ce este?

Autorizaţia de 90 de zile este rezervată persoanelor care au cetăţenia unui stat european.

Aceasta oferă dreptul de a munci în întreaga Elveţie timp de 90 de zile pe an. Zilele pot fi distribuite pe parcursul întregului an sau luate consecutiv. Este un formular care trebuie completat online.

Pentru a accesa formularul online:
https://www.easygov.swiss/easygov/#/



Ţări ale Uniunii Europene:
Germania, Austria, Belgia, Bulgaria, Cipru, Croaţia, Danemarca, Spania, Estonia, Finlanda, Franţa, Grecia, Ungaria, Irlanda, Italia, Letonia, Lituania, Luxemburg, Malta, Olanda, Polonia, Portugalia, Republica Cehă, România, Slovacia, Slovenia, Suedia.



Dacă lucrezi singur/ă

*** Trebuie să faci tu însuţi/însăţi această declaraţie.**
*** Trebuie să indici o adresă de lucru.** O adresă de hotel nu funcţionează.
* Dacă ai nevoie de sprijin sau ajutor, poţi veni la Aspasie.



Trebuie să declari banii la impozite

Toate veniturile pe care le generezi pe durata şederii trebuie declarate. Indiferent cât timp rămâi sau cât câştigi. Declaraţia fiscală este singura modalitate de a investi aceşti bani (cont bancar, achiziţie imobiliară, închiriere etc.) deoarece trebuie să poţi demonstra de unde provin.

Dacă ai nevoie de ajutor pentru a-ţi face declaraţia de impozit, ne poţi contacta.



Dacă lucrezi într-un salon sau într-o agenție

*** Administratorul/administratoarea realizează pentru tine acest demers,** dar trebuie să verifici că el/ea l-a efectuat într-adevăr.
*** Verifică numărul de zile declarate** în formular deoarece nu vei putea solicita mai mult de 90 de zile pe an prin acest demers.
*** Demersul este GRATUIT şi durează puţin.** Nu există, aşadar, niciun motiv pentru ca administratorul/administratoarea salonului să îţi solicite plată pentru efectuarea acestei formalităţi.
*** Trebuie să îţi aminteşti să păstrezi întotdeauna o copie a documentelor** pe care le semnezi şi care te angajează.
*** Dacă trebuie să pleci mai devreme decât ai declarat pentru autorizaţia de 90 de zile,** poţi trimite un e-mail la adresa gtdet@etat.ge.ch pentru a anunţa data prevăzută a plecării tale.

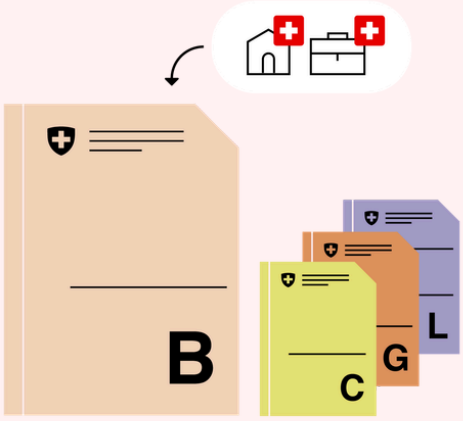


Asigurarea de sănătate

Pentru a fi asigurat/ă în caz de urgenţă medicală, trebuie să soliciţi un **card european de asigurare de sănătate** în ţara ta de origine.

Dacă nu ai asigurare de sănătate, va trebui să plăteşti toate cheltuielile medicale. Vino să ne vezi ca să te informăm.

#PERMISUL DE ŞEDERE B



Ce este?

Permisul de şedere B îţi permite să locuieşti şi să munceşti în Elveţia.

Dacă lucrezi singur/ă într-un apartament privat

***** Trebuie să ai o **adresă de reşedinţă şi o adresă profesională**, însă pot fi una şi aceeaşi**.**
***** Trebuie să prezinţi **actul tău de identitate şi cel al locatorului,** precum şi **contractul de închiriere sau subînchiriere, sau să faci ca locatorul să completeze formularul AL dacă nu ai contract.**
*** Permisul tău este valabil în toată Elveţia** şi poţi să-ţi schimbi activitatea profesională liber.

Trebuie să-ţi declari veniturile la impozite

Toate veniturile generate pe durata şederii trebuie declarate

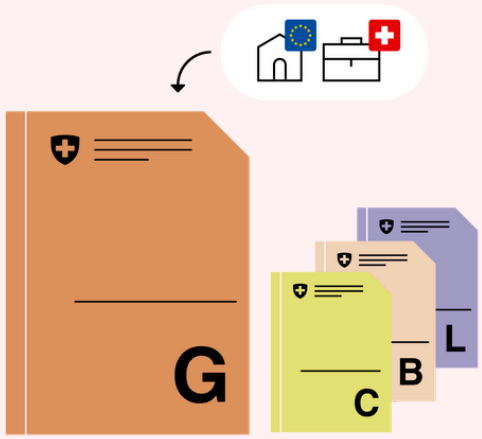
Dacă lucrezi într-un salon sau într-o agenție

*** Salonul trebuie să semneze cererea ta de permis, însă tu eşti responsabil/ă pentru demersurile tale chiar dacă primeşti asistenţă, deoarece eşti independent/ă.** Dacă salonul te ajută, poţi veni la asociaţie pentru a verifica că dosarul tău este complet.
***** Trebuie să prezinţi **o adresă de reşedinţă diferită de adresa ta de muncă.**
*** Permisul tău este valabil în întreaga Elveţie** şi poţi să-ţi schimbi activitatea profesională liber.

Asigurarea de sănătate este obligatorie!

Ai obligaţia de a avea o asigurare de sănătate. Trebuie să te **afiliezi la o asigurare de sănătate elveţiană** în termen de 3 luni de la data cererii permisului

#PERMISUL G DE MUNCĂ



Ce este?

Permisul de muncă frontalier G îţi permite să lucrezi în Elveţia fără a avea domiciliul aici.

Dacă lucrezi singur/ă într-un apartament privat

*** Trebuie să ai o adresă de corespondenţă şi o adresă profesională,** dar acestea pot fi aceleaşi.
***** Adresa ta de reşedinţă trebuie să se afle într-o ţară a Uniunii Europene.
***** Trebuie să prezinţi **actul tău de identitate şi pe cel al locatorului,** precum şi **contractul tău de închiriere sau subînchiriere, sau să faci ca locatorul să completeze formularul AL dacă nu ai contract.**
***** Trebuie **să anunţi biroul cantonal pentru populaţie şi migraţie (OCPM)** în caz de schimbare a locului de activitate şi/ sau de activitate complementară.

Trebuie să declari banii la impozite

Toate veniturile pe care le generezi în timpul şederii trebuie declarate. Atât în Elveţia, cât şi în ţara ta de origine.

Dacă lucrezi într-un salon sau într-o agenție

***** Salonul trebuie să **semneze cererea ta de permis, dar eşti responsabil/ă de demersurile tale chiar dacă primeşti ajutor, pentru că eşti independent/ă**. Dacă salonul te ajută, poţi veni la asociaţie pentru a verifica dacă dosarul tău este complet.
*** Adresa ta de reşedinţă trebuie să se afle într-o ţară a Uniunii Europene.**
***** Trebuie să anunţi **biroul cantonal pentru populaţie şi migraţie (OCPM)** dacă îţi schimbi locul de activitate şi/sau ai activitate complementară.

Asigurarea de sănătate este obligatorie!

Ai obligaţia de a avea o asigurare de sănătate. Trebuie să **te afiliezi la o asigurare de sănătate elveţiană.** Dacă locuieşti într-o ţară de frontieră a Elveţiei (limitrofă), poţi să alegi să fii asigurat/ă în acea ţară.

3.- Condițiile de muncă

Indiferent de locul în care lucrezi, **când eşti lucrător/lucrătoare sexual/ă în Geneva, eşti considerat/ă independent/ă.**

#STATUTUL DE INDEPENDENT/Ă



Ai drepturi...

*** Nimeni nu are dreptul să te supravegheze, să te controleze, să îţi ia banii, să îţi dirijeze activitatea.** Un prieten care îţi ia banii nu este un prieten. O prietenă care te obligă să te prostituezi nu este o prietenă.

*** În Geneva, un salon nu poate să-ţi ceară să plăteşti o taxă în numele impozitului sau AVS/OCAS.** Tu îţi declari resursele, tu îţi plăteşti impozitele

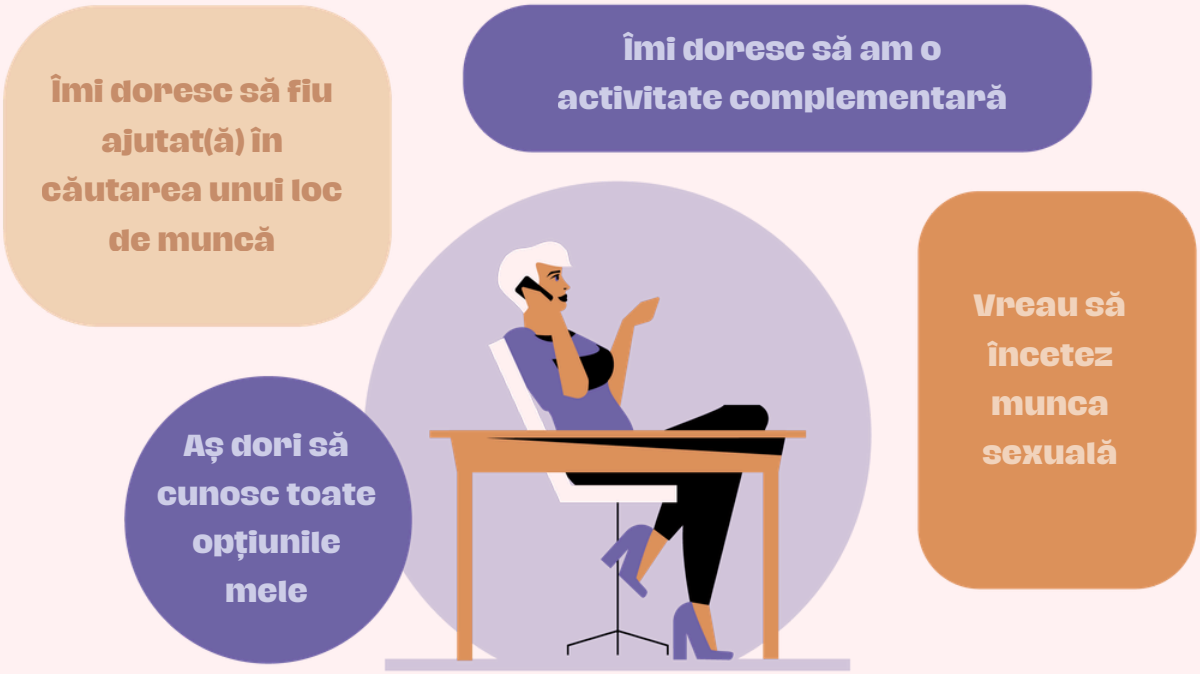
*** Salonele nu ar trebui să îţi impună regulile lor,** mai ales când acestea îţi pun sănătatea în pericol. Din păcate, acest lucru se întâmplă frecvent. Este responsabilitatea ta să te întrebi: sănătatea ta sau munca? Dacă vrei să discuţi despre condiţiile tale de muncă, poţi să vii să ne vezi.

...Și obligații

*** Trebuie să realizezi personal demersurile tale și să te asiguri că ele au fost efectuate. Aceasta privește: înregistrarea la poliție, AVS (asigurarea de pensie), asigurarea de sănătate, impozitele...** Aceste formalități sunt obligatorii, și este responsabilitatea ta, chiar dacă salonul le face în locul tău.

*** Dacă practici prostituția ilegal** (adică fără înregistrare sau fără permis)**,** riști **sancțiuni penale.** Poți veni la asociație chiar dacă nu ești înregistrat/ă.

#REORIENTARE PROFESIONALĂ SAU ACTIVITATE COMPLEMENTARĂ



Datorită muncii sexuale, ai dobândit numeroase competențe (sociabilitate, ascultare, negociere, organizare etc.). Aceste competențe sunt valoroase și le poți valorifica dacă dorești să schimbi activitatea sau să găsești o activitate complementară.

O activitate complementară poate fi uneori utilă pentru a asigura venituri fixe și a-ți pregăti pensia. Nu ezita să te informezi şi să te faci însoţit(ă) dacă este nevoie.

Asociația SOS Femmes
Rue de la Madeleine 10
1204 Geneva
Tel. +41 22 311 22 22
sosfemmes.ch

Asociația Découvrir
Boulevard Carl-Vogt 2
1205 Geneva
Tel. +41 22 732 75 40
associationdecouvrir.ch

ÎNTÂLNIREA

Cum să îți gestionezi bugetul?

Cu **Tan_Polyvalence**



Staful 1: Învaţă de la alţii

Gestionarea banilor se învaţă. Poţi cere sfatul unor consilieri financiari, unor persoane pe care le cunoşti și care ştiu să îşi gestioneze bunurile, sau poţi face consultații cu persoane care te pot ajuta.

Staful 2: Îndrăzneşte să vorbeşti despre bani

Chiar dacă nu ai venituri mari și/sau economii, îndrăzneşte să mergi la consultanţi care se pricep. Sfatul bun nu este rezervat celor bogaţi.

Staful 3: Aminteşte-ţi că banii sunt doar un mijloc

Banii nu sunt nici buni, nici răi. Tu ești cel/cea care faci ceva cu ei (să ajuți familia, să sprijini prietenii, să îți faci plăcere, să investești în cauze care îți stau la inimă etc.). @tan_polyvalence te poate ajuta să îți revezi relația cu banii.

Staful 4: Depăşeşte-ţi „limita superioară”

Câştigarea rapidă a unei sume mari de bani îţi poate perturba reperele şi rişti să cheltuieşti totul foarte repede. Pentru a-ţi depăşi „limita superioară”, trebuie să te adaptezi la acest nou mediu în care există o profuzie pe care nu ai mai cunoscut-o şi să te înconjori de oamenii potriviţi pentru a găsi repere noi.

Staful 5: Conştientizează-ţi competenţele

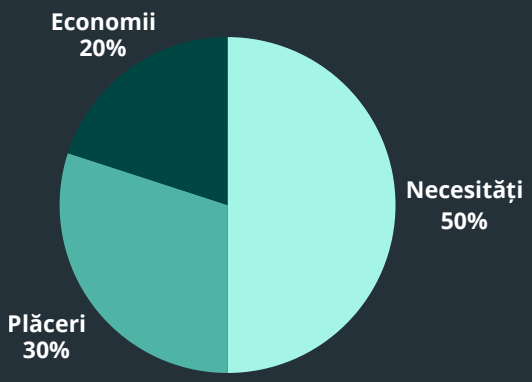
Pentru a face bani şi pentru a-ţi realiza proiectele, trebuie să conştientizezi că ai competenţe, cunoştinţe, resurse şi că le poţi mobiliza. Munca sexuală, în special, necesită numeroase competenţe (competenţe sociale, de comunicare etc.). Poţi să te ajuţi de „Putain de Manuel”, de Yumie Volupté şi Zoé Blanc-Scuderi, disponibile la asociaţie.

Staful6: Economiseşte

***** Dacă nu te afli într-o situaţie precară şi câştigi suficient pentru a-ţi acoperi nevoile, poţi pune deoparte.
***** Trebuie să ai o idee clară a proiectelor tale (călătorie, o pereche de pantofi, o maşină, un apartament, pensie etc.).
***** Pentru a finanţa proiectele tale, poţi lua mai multe plicuri pe care notezi numele proiectului şi la fiecare lună pui bani în ele.
***** Odată ce cunoşti proiectele tale şi costul lor, te poţi întreba cum să le finanţezi (îmi cresc numărul de clienţi? îmi cresc preţurile? ofer alte prestaţii? mă formez? ...).

Staful 7: Aplică regula 50/30/20

* Conform consilierilor financiari, ideal ar fi ca **50 %** din veniturile noastre să finanţeze nevoile noastre (chirie, mâncare etc.), **30 %** plăcerile noastre, şi **20 %** economiile noastre
* De exemplu, dacă venitul tău este de 5 000 CHF, nevoile tale ar trebui să reprezinte 2 500 CHF, plăcerile 1 500 CHF, iar economiile 1 000 CHF.



Staful 8: Învaţă să faci un buget

Pentru a te ajuta, vei găsi mai jos un model de bilanţ. A face un bilanţ îţi va permite să ştii exact cât bani au intrat şi ieşit lunar. Aceasta te va putea ajuta să afli suma exactă pe care trebuie să o câştigi pentru a-ţi acoperi nevoile, precum şi să îţi faci impozitele mai uşor.

VENITUL MEU LUNAR
Ce am câştigat în fiecare lună

	SUMĂ ÎN CHF
IANUARIE	⊕
FEBRUARIE	⊕
MARTIE	⊕
APRILIE	⊕
MAI	⊕
IUNIE	⊕
IULIE	⊕
AUGUST	⊕
SEPTEMBRIE	⊕
OCTOMBRIE	⊕
NOIEMBRIE	⊕
DECEMBRIE	⊕
TOTAL	⊕

CHELTUIELILE MELE LUNARE
Ce am cheltuit în fiecare lună

	SUMĂ ÎN CHF
IANUARIE	⊖
FEBRUARIE	⊖
MARTIE	⊖
APRILIE	⊖
MAI	⊖
IUNIE	⊖
IULIE	⊖
AUGUST	⊖
SEPTEMBRIE	⊖
OCTOMBRIE	⊖
NOIEMBRIE	⊖
DECEMBRIE	⊖
TOTAL	⊖

4.- Drepturile tale în caz de abuz sau de violență



Recunoaşterea violenţelor

*** Violența psihologică:** este, în general, utilizată pentru a obține sau a păstra controlul asupra victimei (critică, șantaj, manipulare, acuzație falsă, amenințare, hărțuire online, control coercitiv etc.). Poate duce la hărțuire atunci când este repetată.

*** Violența fizică :** se referă la actele care au ca intenție sau consecință o vătămare, suferința și/sau dominarea victimei (palmă, lovituri etc.).

*** Violența sexuală:** desemnează faptul de a obliga victima să suporte, să efectueze sau să fie confruntată cu acte sexuale fără consimțământul său.

*** Violența verbală:** desemnează injuriile, insultele, sarcasmele, comentariile degradante și umilitoare etc.

*** Violența economică:** desemnează controlul resurselor, confiscarea veniturilor, datoriile impuse sau exploatarea financiară.

*** Furtul sau spargerea:** bani sau obiecte furate, cu sau fără violență.

*** Exploatarea și traficul:** desemnează faptul de a controla o persoană pentru a obține profit de pe urma acesteia, folosind frica, înșelăciunea, constrângerea, violența sau situația sa de vulnerabilitate.



Reacționarea în caz de neplată de către client

Există 2 proceduri posibile pentru a fi plătit/ă:

- Depunerea unei plângeri (penal)

Procedură de urmărire (civil)

Dacă te afli într-o situație în care un client cere să plătească mai târziu, poți:

- Să-i faci să semneze o recunoaștere de datorie
- Să faci o poză actului său de identitate
- Să notezi adresa lui de domiciliu
- Să faci o fotografie cu el și cu recunoașterea de datorie semnată



Violențele sexuale

Violențele sexuale pot implica **o penetrare sau o tentativă de penetrare fără consimțământ** (anală, bucală, vaginală, cu degetele, penisul, un obiect etc.), **un contact corporal** (mângâiere, atingere, sărut etc. nedorite) **sau pot avea loc fără contact corporal** (constrângerea de a privi materiale pornografice, hărțuire sexuală, exhibiționism etc.).

*** Nimeni nu are dreptul să te constrângă la un act sexual,** nici soțul/soția sau partenerul/partenera ta, nici un client și nici altcineva.

*** ·Tu decizi limitele prestației.** Poți să oprești prestația în orice moment, chiar dacă actele sexuale erau prevăzute în prestație.



Sfaturile noastre

*** Ascultă-ți instinctul.** Dacă simți disconfort sau ai un presimțire proastă în legătură cu o situație: ascultă-te și nu merge.

***** Cere întotdeauna plata clientului înainte de prestație.

*** Ascunde banii** primiți de la client, ca să nu îi poată recupera după prestație. **Ascunde și obiectele tale de valoare,** ca să nu îți fie furate sau folosite pentru șantaj (telefon, computer etc.).

***** Fii atent/ă când clientul îți arată doar **rezumatul TWINT** sau **transferul bancar,** deoarece acest lucru nu dovedește că plata este validată definitiv.

Se consimte liber când:

***** Spui „da" actului sexual.

***** Nu te simți constrâns/ă de frică, amenințare, violență fizică etc.

Nu se consimte când:

***** Se arată sau se exprimă partenerului ori partenerei că nu se dorește o relație sexuală.

***** Ne este atât de frică încât rămânem imobilizați și nu mai reușim să ne exprimăm (siderație).

***** Capacitatea noastră de a consimți este afectată de consumul de medicamente, droguri, alcool etc.

***** Partenerul sexual îndepărtează sau rupe prezervativul fără acordul nostru (stealthing).

***** Ne simțim constrânși.

Reacţionarea în caz de violenţă fizică şi/sau sexuală

*** Cere ajutor.** După o agresiune poţi fi în stare de şoc. Poţi simţi ruşine, vină, îndoială faţă de realitatea agresiunii etc. Este important să pui cuvinte asupra a ceea ce ai trăit. Îţi recomandăm să vorbeşti cu o persoană de încredere şi/sau cu un/ o profesionist/ă specializat/ă.

*** Protejează-te, pune-te în siguranţă.** Poţi merge la Centre Lavi unde poţi obţine sprijin psihologic, social şi juridic. De asemenea, poţi solicita ajutor financiar pentru o cazare de urgenţă dacă ai nevoie.

*** Consultă urgenţele sau un medic de încredere pentru a face un certificat medical.**

*** Păstrează dovezi.** Dacă poţi, păstrează hainele tale şi prezervativul într-o pungă de plastic şi evită să faci duş înainte de examenul medical. Aceste dovezi îţi vor fi utile dacă vei depune plângere. Îţi recomandăm să le păstrezi chiar dacă nu doreşti să depui plângere — în caz că îţi schimbi decizia.

*** Dacă doreşti, poţi depune plângere.** Poţi merge la secţia de poliţie, însoţit/ă de o persoană de încredere dacă doreşti; sau poţi scrie o scrisoare către Parchet.

Unde să mergi pentru ajutor?

În caz de pericol sună imediat serviciile de urgenţă (144) sau poliţia (112 sau 117). Chiar dacă te afli în situaţie neregulamentară sau nu ai asigurare.

Centre LAVI
Boulevard St-Georges 72
1205 Geneva
Tel. +41 22 320 01 02
info@centrelavi-ge.ch
centrelavi-ge.ch

Viol secours
Place des Charmilles 3
1203 Geneva
Tel. +41 22 345 20 20
info@viol-secours.ch
viol-secours.ch

Unité interdisciplinaire de médecine et de prévention de la violence (UIMPV-HUG)
Rue Gabrielle Perret-Gentil 4
1205 Geneva
Tel. +41 22 372 96 41

Service des Urgences des HUG
Rue Gabrielle-Perret-Gentil 2
1205 Geneva
Tel. +41 22 372 81 20

Nu ezita să contactezi Aspasie pentru a fi ajutat/ă în demersurile tale.

PARTEA 2

SĂNĂTATEA

SĂNĂTATEA TA, FORȚA TA



1.- HIV/SIDA și celelalte ITS

Fie că practici munca sexuală de mult timp, temporar sau ocazional... **Nimic nu este mai important decât sănătatea ta**. Numai dacă ești sănătos/sănătoasă vei putea continua să exerciti această muncă și să câștigi bani pentru a-ți realiza obiectivele. În această parte vei găsi sfaturi pentru a te proteja și a-i proteja pe ceilalți.

Safersex & sexwork :

Indispensabilele muncii sexuale

PUNE UN PREZERVATIV

- Pentru **penetrări anale și vaginale**
- Pentru **felații**

FOLOSEȘTE UN PĂTRAT DE LATEX

- Pentru **cunnilingus**, mai ales în timpul menstruației
- Pentru **anilingus**

FĂ TESTE DE DEPISTARE HIV/ITS

- Cel puțin **de 2 ori pe an**
- Pentru **toate ITS-urile și pentru HIV**

RESPECTUL ESTE INDISPENSABIL

- Clienții trebuie să respecte **prețul, durata și serviciul convenit**
- **Ei nu trebuie să fie jignitori sau violenți**, nici fizic, nici verbal.
- Clientul își angajează **răspunderea penală** dacă acționează împotriva consimțământului lucrătorului/ lucrătoarei sexual(e), în special dacă îndepărtează prezervativul fără acordul său.
- Lucrătorii/lucrătoarele sexuale **nu trebuie să promită servicii** pe care nu le vor presta.
- **Orice discurs discriminatoriu este inacceptabil.**



#CUM SĂ TE PROTEJEZI ÎMPOTRIVA ITS/HIV?

PREZERVATIVUL EXTERN

***** Toate **penetrările** trebuie să fie protejate cu prezervativ.

***** Folosește un **prezervativ de mărimea potrivită.**

***** Ai grijă să nu deteriorezi prezervativul **cu unghiile**.

*** Nu folosi dinții** pentru a deschide prezervativul, deoarece riști să îl perforezi.

Sfaturile noastre

***** În timpul penetrării, **verifică din când în când cu mâna că prezervativul este la locul lui,** mai ales atunci când clientul își scoate complet penisul și îl introduce din nou.

*** Folosește propriile prezervative și pune-le tu însăți/însuți,** ca să fii sigur/ă că sunt de mărimea potrivită și bine puse.

*** Schimbă prezervativul** de fiecare dată când există **o schimbare de orificiu** (vagin, anus, gură) **sau de partener,** inclusiv pe jucăriile sexuale.

*** Clientul trebuie să se retragă imediat după ejaculare.** Dacă penisul care nu mai este în erecție rămâne în vagin, prezervativul plin riscă să rămână în interior la retragere.

*** Nu pune niciodată două prezervative unul peste altul.** Frecarea dintre ele poate să le deterioreze sau chiar să le rupă. Pentru a limita riscul de rupere și pentru a-i crește eficiența, **folosește lubrifiant.**

PREZERVATIVUL INTERN

***** Pentru penetrările anale poți scoate inelul **interior și îl poți pune pe penis înainte de penetrare**



***** În interior se află **un inel** pe care îl poți strânge pentru a te ajuta să îl introduci în vagin. **Pentru penetrările anale,** poți scoate inelul și pune prezervativul pe penis înainte de penetrare.

***** Prezervativul intern poate fi o alternativă **bună atunci când clientul refuză să poarte unul sau are dificultăți cu erecția.**

*** Poți adăuga lubrifiant în interiorul prezervativului înainte de introducere** pentru a limita zgomotul mișcărilor de du-te-vino.

***** Avantajele prezervativului intern:

- Este **foarte larg.**
- Se adaptează **formei vaginului sau anusului.**
- Se potrivește **tuturor mărimilor** de penis
- **Este foarte rezistent**, în special pentru raporturile anale
- **Protejează și labiile** mici și mari ale vulvei
- N**u conține latex** (este potrivit în special persoanelor alergice).
- Poate fi **introdus cu câteva ore înainte**, dar nu este recomandat să fie păstrat mai mult de 5 ore.
- Spre deosebire de prezervativul extern, **prezervativul intern nu trebuie îndepărtat imediat după ejaculare**: chiar dacă persoana care penetrează nu mai este în erecție, nu există risc ca sperma să curgă afară, deoarece prezervativul depășește vaginul sau anusul.

DIGA DENTARĂ SAU PĂTRAT DE LATEX

***** Diga dentară sau pătratul de latex se aplică pe anus sau pe vulvă pentru a te proteja în timpul **raporturilor orale.**

***** Digile dentare pot fi scumpe; în loc să le cumperi, poți tăia un pătrat **dintr-un prezervativ** sau poți **folosi folie alimentară.**

*** Cunnilingusul și anilingusul neprotejate sunt de asemenea raporturi cu risc** (Hepatita A, Hepatita B, Sifilis, Herpes, HPV etc.), mai ales în timpul menstruației. Protejându-te cu o digă dentară, eviți transmiterea ITS-urilor și limitezi contactul direct cu clientul.

*** Există lenjerie și hamuri** speciale care ajută la menținerea pătratului de latex la locul lui.

GHID SOS

Prezervativul s-a rupt sau a alunecat, nu eram protejați/protejate, partenerul l-a îndepărtat, am fost agresat(ă) sexual.

EVACUEAZĂ CÂT MAI MULTĂ SPERMĂ POSIBIL

***** Mergi la toaletă și **împinge ca și cum te-ai forța să urinezi pentru a încerca să elimini cât** mai multă spermă posibil.

*** Evită să speli interiorul vaginului/ anusului.** Riști să te rănești și să împingi sperma mai adânc, ceea ce va crește riscul de infecție.

PILULA CONTRACEPTIVĂ DE URGENȚĂ

***** Dacă nu folosești o metodă contraceptivă și dorești să previi riscul unei sarcini, mergi la farmacie pentru a obține **pilula de urgență** cât mai repede posibil, fără prescripție medicală.

***** O poți obține la un preț mai mic la Centrul de Planificare Familială al Spitalului Universitar din Geneva.

DACĂ AI FOST AGRESAT(Ă) SEXUAL

***** Poți consulta pagina 20 a acestui ghid pentru a primi sfaturi. **Nu ezita să ne contactezi pentru a fi însoțit(ă) în demersurile tale.**

TREBUIE SĂ ÎNCEPI TRATAMENTUL PEP CÂT MAI REPEDE POSIBIL (MAXIMUM 48 DE ORE)

PEP este un tratament de urgență pentru prevenirea riscului de infectare cu HIV/SIDA:

*** Groupe Santé Genève**
De luni până joi – 9:00–12:00 / 14:00–17:00 și vineri 9:00–12:00
Rue du Grand-Pré 9 – 1202 Geneva
Tel. +41 22 700 15 00

*** Serviciul de Urgență al Spitalelor Universitare din Geneva**
Eliberarea tratamentului pentru primele 5 zile
De vineri ora 12:00 până luni ora 9:00
Rue Gabrielle Perret-Gentil 2 – 1205 Geneva
Tel. +41 22 372 81 20

*** La granița cu Franța, la Serviciul de Urgență sau într-un CeGIDD:**
Te poți prezenta în fiecare zi pentru a obține tratamentul gratuit.

DE FOTOGRAFIAT PENTRU A ARĂTA LA URGENȚE

Dans les dernières 48 heures, j'ai eu un risque de contamination au VIH avec une personne dont je ne connais pas le statut sérologique.
Je souhaite bénéficier de la PEP.

PrEP :
Protejează-te împotriva HIV

* PrEP este un tratament care te protejează doar **împotriva infectării cu HIV.** PrEP nu te protejează împotriva celorlalte ITS
* Se adresează persoanelor care nu **sunt seropozitive.** Un test HIV trebuie efectuat înainte de începerea tratamentului.
* Pentru a urma tratamentul este **obligatorie** monitorizarea medicală. Tratamentul se eliberează numai pe bază de **prescripție** medicală și trebuie completat cu teste de **depistare** la fiecare 3 luni

* PrEP se ia **înaintea** raportului sexual.
* **PrEP nu îți permite să ai raporturi sexuale neprotejate.** Ea nu te protejează împotriva numeroaselor alte ITS.
* Pentru a fi eficientă și fără pericol, **PrEP trebuie luată sub supraveghere medicală.**

*** Pentru mai multe informații:**
Groupe Santé Genève
Rue du Grand-Pré 9 – 1202 Geneva
Tel. +41 22 700 15 00

BIG FIVE
Cele 5 ITS cele mai răspândite

HEPATITA B
* **Transmitere:** prin sânge, prin raporturi sexuale fără prezervativ, prin împărțirea seringilor sau a materialului nesterilizat.
* **Simptome:** oboseală, febră, dureri abdominale, piele și ochi galbeni (icter), uneori fără niciun simptom.
* **Prevenirea riscurilor:** vaccin, prezervativ în timpul raporturilor sexuale, să nu îți împarți seringile.

GONOREEA
* **Transmitere:** penetrări vaginale și anale, felație, cunnilingus și anilingus.
* **Uneori fără simptome,** dar poate fi însoțită de secreții, mâncărimi, senzații de arsură. Poate fi responsabilă de diverse infecții, infertilitate și sarcină extrauterină.
* **Prevenirea riscurilor:** prezervativ și depistare.

CHLAMYDIA
* **Transmitere:** penetrări vaginale și anale, felație, cunnilingus și anilingus.
* **Adesea fără simptome**, dar poate fi însoțită de secreții, mâncărimi, senzații de arsură, dureri abdominale. Poate fi responsabilă de infertilitate și de sarcină extrauterină.
* **Prevenirea riscurilor:** prezervativ și depistare.

SIFILISUL
* **Transmitere:** penetrări vaginale și anale, felație, cunnilingus și anilingus, contacte între piele și leziunile cauzate de sifilis, precum și contacte cu sânge.
* **Simptome:** răni pe piele sau pe mucoase, ganglioni umflați, mici pete roz pe corp. Creierul, vasele de sânge sau oasele pot fi, de asemenea, afectate.
* **Prevenirea riscurilor:** prezervativ, curățarea materialului, igienă, mănuși și depistare.

HIV
* **Transmitere:** penetrări vaginale și anale, contacte cu sângele.
* **Adesea fără simptome** timp de mai mulți ani, dar poate fi însoțit de simptome asemănătoare gripei în primele săptămâni. Provoacă o scădere a imunității. Necesită în mod imperativ și rapid un tratament.
* **Prevenirea riscurilor:** prezervativ, depistare, PEP după o situație de risc (vezi Ghidul SOS, p. 29) și posibilitatea utilizării PrEP ca metodă de prevenție (vezi paragraful precedent).

#FĂ-ȚI UN TEST DE DEPISTARE PENTRU A TE LINIȘTI

SITUAȚIILE CU RISC

*** Penetrare vaginală și anală neprotejată.**
* **Accident cu prezervativul:** rupere, alunecare sau utilizare incorectă, păstrare necorespunzătoare sau calitate slabă a prezervativului.
*** Felație și cunnilingus fără prezervativ:** aceste practici pot transmite anumite ITS, dar nu necesită administrarea PEP.
*** Agresiune sexuală/viol:** dacă ai fost victima unei agresiuni, poți merge la p. 20 pentru a-ți cunoaște drepturile.
*** Schimbul de seringi** între consumatori/ consumatoare de droguri intravenoase și folosirea în comun a paielor pentru prizat.

AM AVUT O SITUAȚIE CU RISC

*** Dacă poți, consultă un medic cât mai repede posibil pentru a evalua dacă PEP este necesară, într-un termen maxim de 48 de ore** (vezi Ghidul SOS, p. 29).

*** Pentru HIV:**

- Trebuie să aștepți cel puțin **6 săptămâni după situația de risc** înainte de a face primul test de depistare.
- Dacă testul este pozitiv, va fi efectuat un test de confirmare și vei putea începe un tratament cât mai repede posibil.

*** Pentru celelalte ITS:**

- Depistarea celorlalte ITS poate fi efectuată în același timp cu testul HIV.

Protejează-te corespunzător în timpul raporturilor sexuale până la primirea rezultatelor testelor.

*** În caz de simptome** (secreții anormale la nivelul organelor genitale, simptome asemănătoare gripei, mirosuri neplăcute și anormale, mâncărimi etc.), **fă un test de depistare cât mai repede posibil.**

NU AM AVUT O SITUAȚIE CU RISC

***** Se recomandă persoanelor care **au mai mulți parteneri și lucrătorilor/ lucrătoarelor sexuali(e)** să efectueze un test de depistare **la fiecare 6 luni.**
***** Se recomandă **bărbaților și persoanelor trans care au raporturi sexuale cu bărbați să** efectueze un test de depistare la fiecare **3 luni**.

UNDE POȚI MERGE PENTRU A FACE UN TEST DE DEPISTARE?

*** Aspasie** : Gratuit și pe bază de programare: +41 22 732 68 28
Datele sesiunilor de depistare sunt disponibile pe site-ul aspasie.ch.
*** EspaceLab** - Poți veni la Aspasie pentru a ridica un voucher care îți va permite să îți faci analizele la prețul de 80 CHF.
*** Checkpoint Genève** :
Pe bază de programare: +41 22 906 40 30
Rue de Lausanne 54 – 1202 Geneva
*** Groupe Santé Genève**
Pe bază de programare: +41 22 700 15 00
Rue du Grand-Pré 9 – 1202 Geneva

2.- Sarcină nedorită & contracepție

#METODELE DE CONTRACEPȚIE

O contracepție este **un mijloc de a nu rămâne însărcinată** dacă nu îți dorești acest lucru.
Efectele contracepției sunt **reversibile**, adică nu sunt definitive și încetează la oprirea ei.
Fiecare metodă de contracepție are propriile specificități. Tu ești cea care își face alegerea în funcție de nevoile și dorințele tale.



PREZERVATIVUL INTERN/EXTERN

* Contracepție **fără hormoni.**
* **Protejează împotriva HIV/ITS.**

PILULA

* Contracepție **hormonală.**
* **Trebuie luată zilnic.**
* Poate avea efecte secundare.
* Nu protejează împotriva ITS/HIV.

DIU (SAU STERILETUL)

* Există **cu hormoni** (DIU hormonal) sau **fără hormoni** (DIU din cupru).
* Se introduce în uter și are o durată de **5 până la 10 ani,** în funcție de tip.
* Poate avea efecte secundare, iar introducerea lui poate fi dureroasă.
* Nu protejează împotriva HIV/ITS.

INJECȚIA

* Contracepție **hormonală.**
* Eficacitatea durează între **8 și 13 săptămâni,** în funcție de tipul injecției.
* Nu protejează împotriva HIV/ITS.

IMPLANTUL CONTRACEPTIV

* Este un bețișor de plastic introdus sub pielea brațului.
* Contracepție **hormonală.**
* Eficient timp de **3 ani,** după care trebuie înlocuit.
* Nu protejează împotriva HIV/ITS.

DIAFRAGMA

* Se introduce în vagin și se utilizează împreună cu un spermicid.
* Metodă de contracepție **non-hormonală.**
* Poate fi introdusă cu până la 2 ore înainte de contactul sexual și trebuie menținută pe loc cel puțin 6 ore. Poate fi păstrată până la 24 de ore.
* Nu protejează împotriva HIV/ITS.

INELUL VAGINAL

* Este un inel flexibil din plastic care se introduce în vagin timp de 3 săptămâni.
* Contracepție **hormonală.**
* Nu protejează împotriva HIV/ITS.

PLASTURELE CONTRACEPTIV

* Est collé sur la peau.
* Contracepție **hormonală.**
* Trebuie înlocuit la **fiecare 7 zile.**
* Nu protejează împotriva HIV/ITS.

METODA SIMPTOTERMICĂ

* Consta în observarea datei și duratei menstruațiilor pentru **a cunoaște perioadele de fertilitate.**
* Necesită să îți **cunoști foarte bine corpul și ciclul.**
* Nu este o metodă de contracepție sigură dacă nu este stăpânită foarte riguros.
* Nu protejează împotriva HIV/ITS.
* **Folosește un prezervativ** în perioadele fertile sau **evită raporturile sexuale neprotejate.**

CÂTEVA PISTE
PENTRU A TE AJUTA SĂ ALEGI

						CUPRU				HORMO
Vreau să nu fie nevoie să mă gândesc la contracepție	✗	✓	✓	✓	✓	✓	✗	✗	✗	✓
Nu reușesc să mă protejez cu prezervativ în raporturile sexuale din viața mea privată	✗	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✗	✓
Menstruațiile mele sunt dureroase, abundente, am carențe de fier	✓	✓	✓	✓	✓	✗	✓	✓	✓	✓
Vreau să evit hormonii	✓	✗	✗	✗	✗	✓	✗	✓	✓	✗

PREZERVATIVUL ESTE NECESAR PENTRU A TE PROTEJA DE HIV/ITS CU CLIENȚII TĂI ȘI CU PARTENERII TĂI!

#RISC DE SARCINĂ NEDORITĂ

Ce să faci după un raport cu risc?

PILULA CONTRACEPTIVĂ DE URGENȚĂ

***** Pilula contraceptivă de urgență **limitează riscul unei sarcini nedorite** după un raport cu risc.
***** Se administrează într-un termen maxim de **3 zile** (maximum 5 zile, în funcție de pilulă). Dar cu cât este luată mai devreme, cu atât este mai eficientă!
***** Pilula contraceptivă de urgență este vândută în **farmacie** la prețul de **50 CHF** sau la **planningul familial** la prețul de **10 CHF**.
***** Va trebui să completezi un **formular.**
*** Pilula contraceptivă de urgență este eficientă în proporție de 95% dacă este luată la timp.**
***** Îți recomandăm să faci un test de sarcină la **15 zile după raportul cu risc.**

MONTAREA UNUI DIU DIN CUPRU (STERILET DIN CUPRU)

***** Montarea DIU-ului din cupru **este mijlocul cel mai eficient** de a preveni o sarcină după un raport cu penetrare peno-vaginală cu risc.
***** DIU-ul din cupru poate fi montat în **maximum 5 zile** după raportul sexual cu risc pentru a fi eficient.
***** DIU-ul din cupru trebuie montat de **un ginecolog** sau de **o moașă**.
***** Poate fi lăsat pe loc între **5 și 10 ani** și acționează ca mijloc de contracepție.



REAMINTIRE IMPORTANTĂ



O sarcină este posibilă chiar și **cu o cantitate foarte mică de spermă**. O penetrare vaginală fără ejaculare rămâne așadar riscantă. **Spermatozoizii pot supraviețui până la 5 zile** în căile vaginale.



Metoda retragerii (partenerul se retrage din vagin înainte de ejaculare) **nu este un mijloc de contracepție fiabil.**



Portul prezervativului **este necesar cu fiecare nou partener** pentru a te proteja împotriva HIV/ITS. Ai avut o situație cu risc? Consultă Ghidul SOS p. 29.

#ÎN CAZ DE SARCINĂ NEDORITĂ

Întreruperea voluntară a sarcinii (IVG)

Ai făcut un test de sarcină pozitiv și nu dorești să continui sarcina. În Elveția, până la a douăsprezecea săptămână de sarcină, persoana însărcinată decide dacă dorește să continue sau să întrerupă sarcina.

AVORTUL MEDICAMENTOS

***** Întreruperea voluntară a sarcinii pe **cale medicamentoasă** constă în administrarea a **două medicamente**: primul stopează sarcina, al doilea provoacă expulzarea fătului.
***** Medicamentele sunt **prescrise de medic,** care îți va explica modul de administrare și te va însoți în proces. Poți fi însoțită de o persoană de încredere pe tot parcursul.
***** Poate fi făcut până la sfârșitul celei **de-a 9-a săptămâni de sarcină.**
***** Această metodă provoacă **sângerări** timp de 10–15 zile.
***** IVG-ul poate fi dureros, uneori cu crampe puternice. Ți se vor prescrie medicamente împotriva durerii.
*** Nu lua niciodată medicamente cumpărate în afara unui cadru medical.**

PÂNĂ CÂND POT FACE UN AVORT?

***** În Elveția, întreruperea voluntară a sarcinii este legală până la **12 săptămâni, calculate de la prima zi a ultimei menstruații**.
***** După acest termen, este în continuare posibilă și legală, dacă medicul ginecolog demonstrează că este **necesară**.
*** Nu ți se poate impune** un termen de reflecție.

AVORTUL CHIRURGICAL

***** Întreruperea voluntară a sarcinii pe cale chirurgicală constă **în aspirarea conținutului uterin.**
***** Se face în spital sau clinică, sub **anestezie generală sau locală**.
*** Această metodă este singura posibilă după sfârșitul celei de-a 9-a săptămâni** de sarcină, dar poate fi utilizată și înainte, dacă dorești.
***** Este realizată de către **un medic la spital.**

COSTURI

***** Un avort chirurgical costă **între 500 CHF și 3 000 CHF**, în funcție de canton.
***** Întreruperea voluntară a sarcinii este acoperită de **asigurarea medicală obligatorie**, după plata francizei și a cotei-parte.

UNDE SĂ MERGI PENTRU A FACE O IVG?

Unité de santé sexuelle et planning familial
Boulevard de la Cluse 47
1205 Geneva
Tel. +41 22 372 55 00
santesexuelle-planningfamilial@hcuge.ch

3.- Lucrul în condiții de sănătate

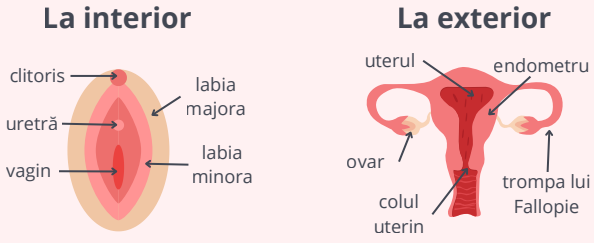
#AI GRIJĂ DE VULVA TA



SĂNĂTATEA VULVEI TALE ȘI MUNCA SEXUALĂ

*** Folosește lubrifiant.** Excitația nu este întotdeauna prezentă, iar lubrifierea naturală nu este întotdeauna suficientă. Lubrifiantul te va ajuta să eviti durerea și infecțiile legate de fricțiune.
*** Fă pipi sistematic după fiecare raport sexual** pentru a limita riscul de infecție urinară.
*** Consultă un/o ginecolog/ă dacă suferi de infecții vaginale.**
*** Fă teste de depistare la fiecare 6 luni.** Adesea, ITS-urile nu au simptome, dar pot avea efecte foarte negative dacă nu sunt tratate.
*** Mâinile și obiectele care îți ating vulva trebuie să fie curate** pentru a nu risca o infecție.
*** Nu face nici o practică pe care nu vrei să o faci, oprește penetrarea dacă este dureroasă.**

CUNOAȘTE-ȚI CORPUL ȘI ANATOMIA



SPALĂ-TE, DAR NU PREA MULT

*** Interiorul vaginului tău nu are nevoie să fie spălat.**
***** Dacă îți speli vaginul prea des și prea agresiv, **îți poți afecta flora vaginală și favoriza infecțiile pe care încerci să le eviți** (infecții urinare, vaginoze, micoze etc.).
***** Pentru a-ți spăla vulva, folosește un săpun delicat, hidratant și adaptat zonei intime. Clătește cu apă la temperatura corpului, fără a folosi dușuri interne. Nu modifica pH-ul vaginului și nu îndrepta jetul de apă în interior.
***** Dacă pentru tine este prea dificil să renunți complet la dușurile vaginale interne, poți folosi Multigyn® pentru a nu-ți deteriora flora vaginală.

CUNOAȘTE-ȚI CICLURILE MENSTRUALE

*** Durata ciclurilor** este un indicator al unei bune stări de sănătate. Durata medie a unui ciclu este de 28 de zile, dar unii oameni pot avea cicluri mai scurte sau mai lungi. Un ciclu prea scurt sau prea lung este un motiv de a consulta un/o medic/ă.
*** Pentru a-ți calcula ciclul:** un ciclu începe în prima zi a menstruației și se termină în ajunul următoarei menstruații.



LUCRUL CÂND AI MENSTRUAȚIA

***** Când ai menstruația, poți folosi **un burete menstrual,** astfel încât să poți continua prestațiile cu penetrare. Evită să îl lași mai mult de 6 ore.
*** Nimic altceva nu este adaptat pentru a fi în interiorul vaginului tău:** nici bureții de vase, nici șervețelele, nici cola, nici vata, nici clorul...
*** Pentru a scoate un burete menstrual după un raport**: pune-te ghemuită în cadă sau pe toaletă și apasă ca și cum ai vrea să mergi la baie. Dacă nu reușești să îl scoți singură, cere ajutorul unui/ei medic/ă. Poate fi dificil, dar nu te panica: nu poate "rămâne blocat".
***** Riscurile de transmitere a **infecțiilor sexuale sunt mai mari în timpul menstruației**, protejează-te bine în timpul raporturilor!

VIRUSUL PAPILLOMA (HPV)

***** HPV este un virus foarte frecvent. Se transmite în principal prin **contact sexual** și poate afecta colul uterin, vaginul, vulva, anusul sau gâtul.
***** De multe ori nu există simptome, dar anumite tulpini pot cauza veruci genitale, iar altele pot duce la **cancere de col uterin**.
*** Prezervativul nu te protejează complet** împotriva HPV.
***** Există un vaccin împotriva HPV.
*** Depistarea este așadar necesară.** Pentru aceasta, se recomandă un frotiu de col uterin (test Pap) la fiecare 3–5 ani, la ginecolog.

CÂND SĂ CONSULȚI UN/O GINECOLOG/Ă?

*** O dată pe an pentru un control de rutină** (frotiu, palparea sânilor etc.).
*** Când zona genitală te doare.**
*** Dacă ustură, dacă provoacă mâncărimi, dacă miroase urât.**
*** Când nu îți mai vin menstruațiile, ciclurile sunt foarte lungi sau foarte neregulate.**
*** Când ai dureri anormale la nivelul sânilor și/sau apar noduli**
*** Când ai nevoie de o contracepție**
*** Când dorești să întrerupi o sarcină.**
*** Când ai un proiect de sarcină, probleme de fertilitate.**
*** Când ești însărcinată și dorești să continui sarcina.**
*** La momentul menopauzei.** Pentru a primi sfaturi legate de schimbările din corpul tău.

#AI GRIJĂ DE ANUSUL TĂU



A FACE PRESTAȚII ANALE FĂRĂ DURERE

*** Oprește imediat prestația în caz de dureri:** este mai bine să pierzi o prestație decât pe următoarele zece din cauza unei fisuri anale.
*** Fă și primește anilingus după cunnilingus și felație.** Nu trece niciodată dinspre anus spre vagin/gură. Folosește o digă dentară sau un prezervativ.
*** Evită să faci prestații anale dacă ai hemoroizi.**
*** Nu consuma niciodată Poppers cu viagra.**
*** Impune întotdeauna prezervativul,** HIV/ITS se transmit și mai ușor prin anus.
*** Dacă nu ești obișnuit/ă, te poți pregăti înainte de prestație pentru a evita fisurile anale**:

- Prevede mai multe dopuri anale de mărimi diferite. Introdu mai întâi dopul anal cel mai mic, cu mult lubrifiant.
- Odată ce te-ai obișnuit, scoate-l și pune un dop anal de dimensiune mai mare.
- Mărește dimensiunea foarte progresiv.
- Nu te pregăti prea devreme, pentru ca anusul tău să rămână destul de dilatat până la prestație.

PENTRU PENETRĂRILE ANALE

*** Să ai chef și să nu te simți forțat/ă.**
*** Folosește un prezervativ și foarte, foarte, foarte mult lubrifiant,** cumpărat din farmacie, sexshop sau de la Aspasie.
*** Nu folosi uleiuri vegetale care pot deteriora prezervativul** și nu sunt adaptate pentru o penetrare prelungită.
*** Folosește jucării sexuale special concepute pentru penetrarea anală** (de exemplu, sextoys cu bază lată) pentru a evita ca anusul să le “aspire” în interior.
*** Folosiți un prezervativ și un lubrifiant** pe jucăriile sexuale și spălați-le bine după utilizare.
*** Ceea ce a pătruns în anus nu trebuie să intre în vagin/gură fără a fi curățat.**
*** Purtați o mănușă de unică folosință (neagră)** atunci când penetrați cu degetele și folosiți un deget diferit pentru anus și vagin.

PAȘII CORECȚI PENTRU UN ANUS SĂNĂTOS

*** Verifică-te cu o oglindă pentru a-ți privi anusul** în caz de mâncărimi, dureri, arsuri, coșuri neobișnuite, etc.
*** Adoptați o alimentație sănătoasă.**
*** Mâncați la ore regulate.**
*** Nu faceți sex anal dacă nu doriți și opriți penetrarea dacă este dureroasă.**
***** Pentru un colon curat, **consumați multe fibre,** mai degrabă decât să vă înfometați.
*** Mergeți la screening o dată la 6 luni** și după ce vă asumați riscuri.

CÂND SĂ CONSULȚI UN/O MEDIC/Ă?

*** Consultă un proctolog,** medicul specializat în anus, în următoarele situații: fisuri anale, dureri persistente, constipații frecvente, veruci, hemoroizi, scurgeri, etc
*** Dacă dorești să iei PreP.** PreP este un tratament care te protejează împotriva HIV. Medicul îți va explica beneficiile și constrângerile tratamentului și te va sfătui în funcție de situația ta.
*** Dacă ai dureri și/sau sângerezi.**
*** Dacă un obiect a rămas blocat în anus.** Dacă nu reușești să îl scoți singur/ă, mergi la urgențe: este mai bine să ai un moment stânjenitor decât să ai consecințe grave.
*** Dacă ai incontinență** (nu reușești să te ții până ajungi la toaletă).

CUM SĂ ȚI SPELI ANUSUL

*** Folosește o pară pentru clismă sau un furtun de duș cu presiune redusă,** fără a introduce canula prea adânc. Poți găsi aceste produse în farmacie sau în sexshop-uri.
***Evită să faci spălături anale profunde de mai multe ori pe săptămână** pentru a nu-ți deteriora flora bacteriană.
*** Evită laxativele.** Dacă îți neapărat, alege mai degrabă laxative de origine naturală.

GHID PRACTIC
PENTRU PARA DE CLISMĂ

- Umple para cu apă călduță
- Pune lubrifiant pe aplicator.
- Introdu aplicatorul în anus, nu prea adânc, și apasă ușor până golești apa.
- Ai grijă să scoți para înainte de a elibera! Altfel, se va umple cu apă murdară.
- După ce ai scos para, lasă apa câteva secunde în interiorul tău înainte de a o evacua în toaletă.
- Repetă pașii de mai multe ori
- Spală materialul cu apă și săpun delicat.

ÎNTÂLNIREA

A avea raporturi sexuale sigure între persoane cu vulvă

Cu **Emma de la Lestime**



Raporturile între persoane cu vulvă pot transmite de asemenea ITS!

Raporturile sexuale între persoane cu vulvă sunt și ele expuse riscului de transmitere a ITS (gonoree, etc.).

Protejează-te în timpul raporturilor orale sau reduce riscurile

* Pentru a proteja raporturile orale, poți folosi o **digă dentară,** un prezervativ tăiat sau folie alimentară (care nu merge la cuptorul cu microunde).
* **Un mic truc:** pentru cunnilingus cu o digă dentară, poți crea o mică bulă de aer la nivelul clitorisului pentru a face efect de ventuză.
* **Diga dentară are tendința să alunece.** Pentru ca ea să rămână la locul ei, poți folosi chiloți speciali sau hamuri pentru digi dentare, de exemplu de la Lorals sau Vulvarnès.
* **Dacă nu îți protejezi raporturile orale,** evită să te speli pe dinți imediat înainte sau după. Și protejează-te în orice caz în timpul menstruației.
* Pentru a evita fisurile și iritațiile, **folosește lubrifiant** pentru toate practicile sexuale

Ceea ce atinge vulva/anusul tău nu trebuie să atingă vulva/anusul celuilalt/celelalte

* **Folosește o folie dentară diferită pentru anus și pentru vulvă;** dacă nu te protejezi, evită cunnilingusul după anilingus.
* **O mână pentru tine, o mână pentru client/ă.** Evită să folosești aceleași degete pentru vulvă și pentru anus.
* **Pune prezervative pe jucăriile sexuale** pe care le folosești și schimbă-le la fiecare schimbare de orificiu și de partener/ă. Poți, de asemenea, să prevezi o jucărie sexuală pentru fiecare partener/ă. Alternativ, poți folosi prezervative interne, care pot rămâne pe loc la fiecare schimbare de jucărie/orificiu.

Igiena înainte de toate

Taie-ți unghiile și spală-te pe mâini sau folosește mănuși și cere același lucru clientului/clientei tale. Unghiile pot provoca durere și microleziuni care pot permite trecerea infecțiilor. Dacă nu ai unghiile scurte și nu dorești să le tai, poți purta mănuși, dar verifică regulat să nu fie perforate.

ÎNTÂLNIREA

Relații sexuale sigure între persoane cu penis

Cu **Loïc de Checkpoint Genève**



Poartă un prezervativ

***** Prezervativul te protejează de HIV și reduce riscul de a contracta alte ITS.
***** Gândește-te să ai prezervative de mai multe mărimi pentru un confort și o protecție mai bune.

Cunoașterea = putere – Testează-te!

Testarea este cel mai bun instrument de reducere a riscurilor. Ideal, fă un test complet la fiecare 6 luni.

Protejează-te de HIV

***** **La PEP**: este un tratament de urgență care trebuie luat în maximum 48 de ore după o expunere la risc de HIV. Pentru a fi eficient, trebuie urmat timp de 28 de zile. Pentru mai multe informații, consultă Ghidul SOS, p. 29.
***** **La PrEP**: este un tratament preventiv care se ia înainte de contactele sexuale. Se recomandă un control medical la fiecare 3 luni, cu testare completă și monitorizarea eventualelor efecte adverse. Această strategie este foarte fiabilă.
***** O persoană care trăiește cu HIV, este sub tratament și are încărcătură virală nedetectabilă nu transmite virusul.

Vaccinează-te

Mai multe ITS pot fi prevenite prin vaccinare. Te poți vaccina gratuit împotriva HPV până la 26 de ani. Dacă ești bărbat cisgender sau persoană transgender cu mai mulți parteneri sexuali, te poți vaccina și împotriva Monkeypox.

Folosește lubrifiant

*** Folosește lubrifianți pe bază de apă sau silicon** pentru a reduce frecarea, a evita rănile și ruperea prezervativului, mai ales în cazul penetrării anale.
***** Evită lubrifianții pe bază de ulei, care pot deteriora prezervativele din latex.

Pregătește-te bine pentru penetrarea anală

O penetrare anală realizată corect nu ar trebui să doară. Pregătește-ți bine anusul urmând sfaturile din secțiunea „Ai grijă de anusul tău”, p. 38.

Folosește mănuși

* Ideal, folosește mănuși pentru practicile care implică penetrare anală cu mâinile.
* Pentru fist-fucking (penetrarea anusului cu pumnul), este recomandat să porți mănuși pentru a reduce riscul de transmitere a ITS.
***** Schimbă mănușile între fiecare partener.

#AI GRIJĂ DE SĂNĂTATEA TA MENTALĂ

MĂ SIMT RĂU, ÎN CORPUL MEU ȘI ÎN MINTEA MEA

Când viața de zi cu zi devine prea stresantă, corpul nostru reacționează. Pentru persoanele care exercită munca sexuală, aceste reacții pot fi amplificate de stigmatizare, violență sau precaritate. Iată semnalele la care trebuie să fii atent/ă:



EPUIZAREA PROFESIONALĂ

Epuizarea profesională sau burnout-ul este o reacție **a organismului la un stres prelungit legat de muncă**, care provoacă o oboseală intensă, atât fizică, cât și psihică. Semnele epuizării profesionale sunt asemănătoare cu cele ale depresiei:



CE SĂ FACI DACĂ SIMȚI UNUL SAU MAI MULTE SIMPTOME?

Dacă resimți unul sau mai multe dintre aceste simptome, este important **să ceri ajutor și să nu rămâi singur/ă.**

*** Consultă un/o psiholog/ă sau psihiatru.**

A consulta nu înseamnă că „ești nebun/ nebună" sau „mai puțin puternic/ă". Doar faptul de a vorbi poate fi uneori o adevărată eliberare.

*** Dacă resimți o suferință psihologică și/ sau ai gânduri suicidare,** contactează o linie de ajutor. **La main tendue,** de exemplu, **la numărul 143,** sau scrie (chat sau mail) pe site-ul 143.ch.

*** Dacă nu te simți pregătit/ă să consulți pentru moment**, gândește-te totuși să vorbești cu cineva de încredere despre dificultățile prin care treci sau pur și simplu pentru a avea o conversație liniștitoare.

A AVEA GRIJĂ DE SINE ÎN MUNCA SEXUALĂ

*** Ia pauze în timpul muncii și zile de odihnă.** Nu este posibil să lucrezi 24 de ore din 24 și 7 zile din 7 pe termen lung. Chiar dacă intenționezi să lucrezi doar câteva luni, îți recomandăm să îți iei zile de odihnă și pauze pentru a nu ajunge la epuizare.
*** Identifică-ți limitele și impune-le.** Îți recomandăm să te gândești la ceea ce ești de acord să faci sau nu în munca ta, astfel încât să nu te lași constrâns/ă nici de clienți, nici de persoane care gestionează locurile de muncă, nici de colegi.
*** Ia-ți timp să vezi lumina soarelui în timpul zilei.** Ideal ar fi să încerci să mergi puțin pe jos în fiecare zi, în aer liber.
*** Înconjoară-te de persoanele potrivite.** Persoanele care te sprijină, care te respectă și nu te judecă îți pot aduce mult bine. Nu subestima efectele izolării: contactul social este o nevoie, nu un lux.
*** Separă viața privată de viața profesională.** Îți recomandăm să nu le divulgi clienților informații personale (numele real, adresa, familia, etc.), nici măcar celor în care ai încredere.
*** Pune sub semnul întrebării relațiile cu apropiați care te obligă sau te presează să lucrezi din motive economice.** Singura persoană care poate lua această decizie ești tu
*** Cere ajutor atunci când simți că consumul tău de produse devine problematic** și gândește-te să îți acorzi în mod regulat pauze de una sau mai multe zile în consum.



ÎNTÂLNIREA

Cum să îți dezvălui activitatea apropiaților tăi?

Cu **Maria**



Maria

Nu trebuie să îți fie rușine

***** Este important ca apropiații tăi să înțeleagă că a exercita munca sexuală este o muncă ca oricare alta, care îți permite să ai o independență financiară, să îți acoperi nevoile și să asiguri viitorul familiei tale.
***** Explică-le apropiaților tăi motivele care te-au determinat să exerci această muncă (de exemplu: motive financiare, lipsa altor opțiuni, dorința de autonomie, o alegere de viață, o vocație, dorința de a le oferi celor dragi un viitor mai bun etc.).
***** Dacă ai copii mici, poți folosi și alte materiale pentru a le explica, într-un mod indirect, ce înseamnă munca ta (de exemplu, povești sau cărți pentru copii care vorbesc despre munca sexuală într-o manieră adaptată, cum ar fi „How Mamas Love Their Babies").

Dacă le-ai dezvăluit copiilor tăi activitatea ta

***** Încearcă să nu minimizezi ceea ce acest lucru poate provoca în ei (rușine, teamă, furie, neînțelegere, confuzie, etc.). Poți să le permiți să își exprime emoțiile și să deconstruiești împreună ceea ce li s-a spus despre această muncă.
***** Menține rutina zilnică, cadrul și obiceiurile familiale. Chiar dacă ei pun în discuție ceea ce faci, asta nu înseamnă că ești o persoană rea sau un părinte rău și nu îți anulează autoritatea.
***** Lasă-le copiilor timp să se obișnuiască cu această veste. Poți reaprinde discuția atunci când ți se pare potrivit, dar este important să le lași și lor spațiu și să îi lași să revină către tine dacă au întrebări.

Cum să reacționezi bine când afli că o persoană apropiată este lucrător/ lucrătoare sexual(ă)?

* Acordă-ți timp să asculți și nu întrerupe.
* Nu adopta o atitudine de judecată.
* Întreabă ce așteaptă persoana respectivă de la tine (nevoie de alinare? de a fi reasigurat/ă? de sfaturi? etc.).
* Reasigur-o (rămân mândru/mândră de tine; nu te voi abandona; faptul că exerciti această muncă nu schimbă dragostea mea pentru tine; îți respect alegerile; te susțin; sunt aici să te ascult etc.).
* Deconstruiește-ți propriile prejudecăți despre munca sexuală.
* Propune ajutor dacă persoana apropiată exprimă o stare de rău sau dificultăți.

Prevede un moment de liniște

* Adună persoana sau persoanele cărora vrei să le vorbești într-un cadru privat, în care te simți în largul tău.
* Spune-le de la început că ai vrea să le vorbești despre un subiect dificil de abordat pentru tine.
* Cere-le să nu te întrerupă până când nu ai terminat ce ai de spus.
* Pregătește-ți discursul dinainte, pentru a-ți alege bine cuvintele.

#CONSUMUL DE PRODUSE ȘI CHEMSEX

SFATURI GENERALE

A consuma fără risc nu este posibil. Dar, pentru a reduce riscurile consumului tău, poți urma sfaturile de mai jos:
*** Nu împărți NICIODATĂ** paiul sau materialul de injectare.
***** Evită să iei un produs pe care **nu îl cunoști.**
*** Consumă doar produsul pe care l-ai cumpărat tu.**
***** Fă-ți **analiza produsului** pentru a te asigura de compoziția lui.
*** Ia o doză progresivă** de produs pentru a evita supradozajul.

A-MI GESTIONA CONSUMUL PENTRU A REDUCE RISCURILE

***** **Evită să amesteci** diferite produse, în special cu alcoolul.
***** Așteaptă cel puțin **două ore** înainte de a lua din nou, mai ales dacă ai ingerat produsul.
***** Evită să consumi atunci **când te simți trist/ă sau fragil/ă.**
*** Bea multă apă** pentru a-ți proteja rinichii și a rămâne hidratat/ă, dar nu mai mult de 1 litru pe oră.
*** Informează-te despre interacțiuni,** în special cu medicamentele dacă iei unele.
*** Încearcă să notezi produsul și ora la care l-ai consumat.**

ADRESELE UTILE

*** Pentru a te aproviziona cu material de reducere a riscurilor:** poți veni la Aspasie.
*** Simți că pierzi controlul asupra consumului tău:**
Rmergi la CAAP Arve des HUG
Route des Acacias 3
1227 Genève
Tel. +41 22 305 55 11
*** Pentru a-ți analiza produsul:**
contactează drug checking
Rue Jean-Jacques-de-Sellon 6
1201 Genève
Tel. +41 22 733 70 50
drugchecking@nuit-blanche.ch



CONCENTREAZĂ-TE ASUPRA ALCOOLULUI



Alcoolul este un drog legal, dar nu este mai puțin periculos decât drogurile ilegale.



Consumul excesiv de alcool pe termen lung poate **afecta toate organele corpului.**



Dacă ai consumat alcool în exces o perioadă lungă de timp, oprirea bruscă a consumului poate provoca simptome de sevraj (agitație, tremurături, greață și vărsături).

Dacă vrei să te oprești, cere ajutor!

SFATURILE NOASTRE DACĂ PRIZEZI

Folosește paie speciale pentru prizat

Nu împărți niciodată paiul cu altcineva

Spală-ți regulat nasul cu ser fiziologic



Curăță bine suprafața pe care îți pregătești linia

Evită să consumi un produs pe care nu îl cunoști

Asigură-te că pulberea este cât mai fină posibil

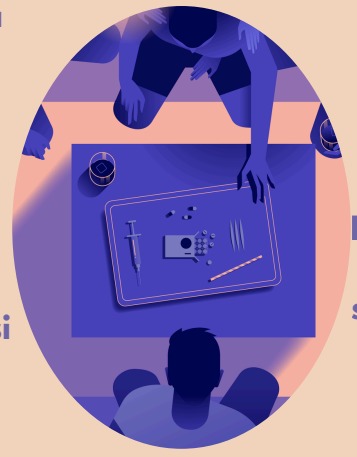
Începe cu o doză mică și crește-o treptat

Redu doza dacă lucrezi

SFATURILE NOASTRE DACĂ ÎȚI INJECTEZI

Folosește o seringă nouă, cu un ac de dimensiune potrivită

Schimbă seringa la fiecare injectare



Asigură-te că pulberea este cât mai fină posibil

Nu împărți niciodată echipamentul cu altcineva

Dacă dorești să fii însoțit-ă pentru o injectare în siguranță, mergi la Quai 9
Rue de la Pépinière 6
1201 Genève
Tel. +41 22 748 28 78

Dezinfectează locul injectării și schimbă-l în mod regulat

Folosește un filtru pentru a umple seringa și o soluție curată



ÎNTÂLNIREA

Despre chemsex

Cu **Loïc** de Checkpoint Genève

Ceea ce numim **chemsex** este consumul de substanțe cu intenția de a avea relații sexuale. Loïc ne oferă câteva sfaturi pentru a practica chemsex în cadrul muncii, reducând riscurile.

Este important să fii conștient-ă de **efectele** pe care aceste substanțe le pot avea:

Nu îți dai seama cum trece timpul, așa că prestația poate dura mai mult decât ai prevăzut.

Trebuie să îți dai acordul pentru a consuma. Lucrătorii și lucrătoarele din domeniul muncii sexuale pot simți presiune din partea clienților de a consuma substanțe împreună cu ei. În primul rând, nu ești obligat-ă să consumi împreună cu clientul. Este mai bine să pierzi o prestație decât să te forțezi. Dacă alegi totuși să consumi, evită să iei produsul clientului, deoarece nu îl cunoști (cum este dozat, ce efecte are și dacă ceea ce spune clientul este adevărat).

Fii atent-ă la infecțiile cu **transmitere sexuală și la riscurile legate de folosirea în comun a materialelor**. Ideal ar fi să iei în considerare tratamentul PrEP pentru a te proteja împotriva HIV.

Există și riscul de dependență: ai grijă la „**craving**”, adică dorința puternică de a consuma din nou. Dorința de a retrăi experiența poate deveni o obsesie. **Ascultă-te pe tine însuți/însăți**: îmi respect limitele? Când nu consum, dorința îmi ocupă prea mult loc în minte?

Există consecințe în diferite aspecte ale vieții mele (profesional, personal, relațiile cu cei din jur)? De ce consum (pentru distracție, ca să scap de probleme, ca să mă simt mai bine etc.)? Consumul mă determină să fac lucruri pe care nu le-aș fi făcut fără substanțe și pe care apoi le regret?

Este foarte dificil să ieși singur-ă din dependență. O soluție eficientă este să iei **legătura cu alte persoane care trec prin aceeași experiență**, deoarece sprijinul grupului este foarte puternic și acolo poți găsi susținere.



PARTEA 3

SIGURANȚA

SECREȚELE MESERIEI



1.- Siguranța ta la locul de muncă

#SFATURI GENERALE DE SIGURANȚĂ



ASCULTĂ-ȚI INSTINCTUL

Instinctul este acea voce care îți șoptește să nu faci ceva. **Când auzi această voce, ascult-o**. Este mai bine să pierzi clienți decât să te pui în pericol.



PUNE-ȚI CLIENTUL LA PUNCT DACĂ NU ÎȚI RESPECTĂ LIMITELE

Pune-ți imediat clientul la punct atunci când depășește limitele. În primele 30 de secunde trebuie să reacționezi și să îi arăți că tu deții controlul și că nu te vei lăsa intimidat. Prin urmare, este important să stabilești clar limitele cu clientul și pentru tine însuți înainte de prestare, pentru a putea reacționa foarte rapid.



ÎNVĂȚĂ SĂ REACȚIONEZI

Ești mai puternic/ă decât crezi! Pentru a învăța cum să reacționezi, poți participa la **ateliere de autoapărare**. Această disciplină te va învăța, în primul rând, să discuți cu agresorul tău pentru a preveni agresiunea și să știi cum să reacționezi. Pregătirea fizică și psihică te va ajuta să gestionezi situațiile de risc și de violență.



BACK-UP

***** Când te deplasezi, îți recomandăm să **nu fii niciodată singurul/singura care știe unde te duci**. În mod ideal, transmite adresa locului unde te duci și durata serviciului unei persoane de încredere.
* Trimite-i un mesaj după ce ai terminat. Ideea este ca, după un anumit timp, persoana pe care ai ales-o să poată reacționa dacă trece timpul fără să-i dai vești.



NU AM BACK-UP

*** Dacă locuiești singur**: poți lăsa o notiță cu adresa unde te duci și toate informațiile despre clientul tău înainte de a pleca de acasă. Astfel, dacă poliția se duce la apartamentul tău, va găsi notița ta.
*** Pregătește un mesaj automat.** În funcție de modelul telefonului tău mobil, poți programa mesaje care vor fi trimise la data și ora prevăzute. Înainte de prestare, poți programa un mesaj care va fi trimis automat dacă nu îl dezactivezi, în care poți scrie: „Sunt în pericol. Chemați poliția. Sunt la [adresa clientului]”.

UN CLIENT RĂMÂNE UN CLIENT

Întâlnim multe persoane care ne povestesc că au avut încredere într-un client, pe care îl considerau un prieten, și care a profitat de ele. În perioadele în care suntem mai vulnerabili, **un client amabil care încearcă să ne ajute poate părea o mână de ajutor. Dar ține minte că un client rămâne un client.** Îți recomandăm să nu îi accepți ca „prieteni" pe rețelele de socializare, să nu le dai numărul tău de telefon privat, să nu le dezvălui identitatea ta reală și să nu accepți să fie făcute fotografii sau înregistrate videoclipuri în timpul prestării serviciului.



EVITĂ DROGURILE CÂND LUCREZI

În mod ideal, ar fi preferabil să nu consumi alcool sau alte produse în timp ce lucrezi. Acestea pot **afecta percepția ta asupra timpului, senzațiile și luciditatea**. Vei fi mai puțin reactiv(ă) în caz de violență, îți va fi mai dificil să-ți impui limitele și să le faci respectate, anumite produse putând să-ți inhibe simțurile, în special durerea. (Pentru mai multe sfaturi, vezi p. 46).



GESTURI CARE SALVEAZĂ VIAȚA

*** Când lucrezi, îți recomandăm să eviți să porți orice ar putea fi folosit pentru a te strangula** (colier, eșarfă, fular, curea...).
*** Evită să lași la vedere obiecte ascuțite care ar putea fi folosite pentru a te agresa** (obiecte grele, contondente sau din sticlă, cum ar fi sticle de alcool...).
*** Dacă accepți să bei un pahar, asigură-te că este turnat în fața ta** și ține-l sub supraveghere.
***** Pentru orice eventualitate, poți învăța pe de rost numerele de urgență: **117 (poliția), 118 (pompierii), 144 (urgențe medicale).**



NU FOLOSI ARME

Armele de foc și alte arme sunt interzise în Elveția fără autorizație. Nu îți recomandăm să porți asupra ta astfel de arme. Reține că, în cazul unui atac, dacă nu știi să folosești o armă pe care o deții, aceasta poate fi folosită împotriva ta; dacă știi să o folosești, vei fi tentat să o folosești chiar și într-o situație în care nu ar fi fost necesar, iar consecințele pot fi foarte grave, atât pentru tine, cât și pentru agresor.



ÎN GEANTA TA

Nu purta niciodată asupra ta documentele de identitate originale. Ai întotdeauna la tine fotocopii, pentru a nu risca să ți le fure cineva. De asemenea, ia cu tine doar suficienți bani cash pentru a ajunge acasă cu taxiul, dar nu mai mult.



OBJECTE PE CARE LE POȚI FOLOSI PENTRU A TE APĂRA

Sprayul cu piper este tolerat în Elveția. Pentru a-l cumpăra, trebuie să prezinți actele de identitate. Poți cumpăra unul și îl poți pune în geantă, dar nu ieși din Elveția cu el. Poți purta asupra ta și **un obiect care face mult zgomot** (fluier de alarmă sau alarmă) pentru a speria agresorul și a avertiza vecinii.

#SFATURI DE SIGURANȚĂ CONFORM LOCULUI DE MUNCĂ

SFATURI GENERALE

*** Nu face nimic fără să fii plătit(ă):** fii atent(ă) la clienții profitori/negociatori. Aceștia sunt cei care vor discuta îndelung înainte de a beneficia de serviciu, îți vor cere toate detaliile despre ceea ce se va întâmpla, vor cere să atingă, vor cere să vadă, toate acestea înainte de a te plăti și, în final, vor negocia prețurile. Dacă clientul vrea să se excite, prin dialog, prin atingere, prin vedere: trebuie să plătească.
*** Cere întotdeauna clientului să plătească înainte de a presta serviciul.**
*** Nu ascunde toți banii într-un singur loc.** Ascunde banii pe care ți i-a dat clientul într-un loc diferit de restul banilor tăi și pregătește și mărunțiș dacă ai nevoie să dai rest.



PRIMEȘTI ÎNTR-UN SALON

Dacă lucrezi într-un salon independent de locuința ta:
*** Nu încredința banii tăi** recepției, unei prietene, unui prieten sau oricărei alte persoane. Banii cei mai bine păstrați sunt cei care rămân sub supravegherea ta.
***** Înainte de a accepta o plată cu **cardul bancar**, informează-te la salon cu privire la termenul în care îți va fi virată în numerar suma câștigată.



TE DEPLASEZI LA HOTEL

*** Înainte de a merge la întâlnire:** poți confirma întâlnirea și adresa cu clientul pentru a-ți informa corect persoana de rezervă. Dacă este la hotel și clientul a făcut rezervare, poți suna pentru a verifica rezervarea și numărul camerei, sau chiar să ceri să fii transferat(ă) în cameră înainte de a intra, pentru a verifica dacă clientul tău se află acolo.
*** Când ajungi în cameră:** ai grijă să nu-ți împrăștii lucrurile prin cameră dacă trebuie să pleci repede și asigură-te că clientul nu încuie ușa. Dacă o face, roagă-l să o lase deschisă.
*** Fii atentă la hoți când ieși din hotel târziu în noapte:** nu numai că ești o țintă ușoară, dar ești și ușor de identificat. Probabil ieși cu banii câștigați în seara respectivă, iar hoții care te așteaptă și care sunt adesea organizați știu acest lucru. Evită să ieși înainte ca taxiul să ajungă, pentru a nu aștepta prea mult afară. Când te pregătești să ieși din hotel, prefă-te că vorbești la telefon cu o persoană care te așteaptă. Poți face semne cu mâna ca și cum ai recunoaște-o de la distanță, până urci în taxi. Dacă nu te întorci cu taxiul sau pentru a te asigura că, furându-ți geanta, nu vor fura nimic, poți ascunde banii asupra ta.



PRIMEȘTI ACASĂ

Dacă lucrezi într-un apartament privat sau într-un salon care este și locuința ta:
* **Ascunde orice document care ar putea să te identifice** (scrisori, etc.).
* Dacă poți, **amplasează oglinzi în cameră** pentru a vedea ce se întâmplă în timpul prestării serviciului.
* **Evită să așezi patul lângă un perete**, pentru a putea ieși din pat pe ambele părți.
* **Pune toate obiectele de valoare într-un dulap** pe care îl poți supraveghea în permanență sau într-o cameră în care clientul nu va fi niciodată singur.
* **Cere să fii plătit(ă) înainte de prestare.**
* **Nu ascunde toți banii în același loc**. Ascunde banii pe care ți i-a dat clientul într-un loc diferit de restul banilor și pregătește și mărunțiș dacă trebuie să dai rest.
* Dacă primești **clienți** în apartamentul tău privat, **fă-l să creadă că nu este apartamentul tău** (mai ales dacă numele tău este pe cutia poștală) **și că nu ești singur.**
* Dacă apartamentul tău este un studio (o singură cameră), **poți pretinde că ești la telefon când clientul ajunge**, pentru a-l face să creadă că persoana de la capătul firului va veni în 1 oră sau că trebuie să o suni înapoi după prestare.
* Dacă lucrezi într-un apartament cu mai multe camere, **poți să te prefaci că mai este cineva în locuință**.



PRIMEȘTE LA SAUNĂ

* **Gândește-te să ceri clientului să plătească înainte de prestare,** deoarece acestea sunt și locuri de întâlnire pentru sex gratuit.
* Pentru a ascunde banii din prestare, ai **la dispoziție,** de obicei, **dulapuri închise.**
* **Fii atent la hoți când ieși din saună târziu în noapte:** evită să ieși înainte ca taxiul să ajungă, pentru a nu aștepta prea mult afară. Când te pregătești să ieși din saună, prefă-te că vorbești la telefon cu o persoană care te așteaptă. Poți face semne cu mâna ca și cum ai recunoaște persoana de la distanță, până când urci în taxi. Dacă nu te întorci cu taxiul sau pentru a te asigura că, dacă îți fură geanta, nu vor fura nimic, poți ascunde banii asupra ta.





LUCREZI PE STRADĂ

Strada este adesea considerată cel mai periculos loc pentru practicarea sexului comercial, din cauza așteptării îndelungate în aer liber, adesea noaptea și uneori departe de locuințe. Cu toate acestea, strada prezintă avantajul de a putea negocia fizic cu clientul pentru a-l cunoaște și oferă, de asemenea, o anumită libertate.

***** Când ieși, ia cu tine **doar suficienți bani pentru a te întoarce acasă cu taxiul**, dar nu mai mult.

***** Încearcă să fii **cât mai discretă cu privire la vecini** (folosește coșurile de gunoi pentru deșeuri, limitează zgomotul și strigătele etc.). Protejează vecinătatea pentru a te asigura că îți păstrezi locul de muncă.

*** Evită să mergi pe străzi pustii.** Poate că există mai puțină concurență, dar și mai puține persoane care te-ar putea ajuta în caz de probleme.

***** Dacă primești clienți în **apartamentul** tău **privat**, consultă paragraful „Primești clienți la tine acasă".

* Dacă prestezi serviciul **pe stradă, în mașina ta sau în cea a clientului**: fii atentă la încălcarea decenței, **ascunde-te cât mai bine posibil**. Înainte de a urca în mașina clientului, încearcă să reții **numărul de înmatriculare** sau modelul vehiculului său pentru a-l trimite persoanei de încredere (back-up, vezi p. 52).

*** Ai grijă când ai mai mulți clienți în aceeași seară și păstrezi banii la tine:** pentru a evita să fii jefuită, poți coase buzunare în hainele tale pentru a ascunde banii în ele sau poți face o gaură în buzunarul hainei tale pentru ca banii să cadă în interior. În orice caz, evită să păstrezi totul în același loc, astfel încât, dacă ești jefuit, să nu pierzi banii câștigați în toată seara.



TE DEPLASEZI LA CLIENT

*** Uită-te în jur pentru a verifica dacă nu există camere** de **filmat** în locuință. Acestea pot fi, de exemplu, o lumină care clipește în cameră sau un telefon în modul video.

***** Când te pregătești să începi prestarea, verifică unde se află **telefonul mobil al clientului tău**. Dacă este așezat pe pat sau pe noptieră și există o oglindă deasupra patului, **poți așeza discret una dintre hainele tale peste el** pentru a te asigura că nu va capta imagini.



iOS

Android

Îți câștigi existența vânzând servicii sexuale în Elveția? Informează-te cu ajutorul aplicației gratuite **LEXI**.

PRO CO RE
Prostitution Collectif Réflexion
PRO KO RE
Prostitution Kollektiv Reflektion

#RELAȚIA CU CLIENȚII ȘI RESPECTUL FAȚĂ DE SERVICIILE OFERITE



CUM SĂ-ȚI ALEGI CLIENTUL?

Scopul principal este de a limita riscurile cât mai mult posibil. Persoanele care practică sexul comercial de mult timp au dezvoltat un instinct când vine vorba de a-și evalua clienții. Anii de experiență nu vor putea fi înlocuiți niciodată de câteva sfaturi pe care le vei citi aici.

***** Dacă ai ratat sfaturile noastre de siguranță, accesează **secțiunea „Sfaturi de siguranță**".

***** Fii atent la clienții care încearcă să te **domine** încă de la negocierea serviciului.

*** Ascultă-ți colegii** și schimbă informații despre clienți cu ei/ele.

*** Fii atent la clienții care au consumat alcool și/sau droguri**. Aceștia pot fi mai puțin răbdători, chiar violenți. Dacă accepți un client și vezi sau știi că a consumat, ține cont de faptul că va fi un client mai dificil, mai puțin atent și potențial violent.

***** Chiar și când ești la început în meseria de sex worker, **instinctul tău natural te va ghida**. Ai încredere în el și ascultă-ți intuiția când simți că un client nu este în regulă, chiar dacă îți oferă mai mulți bani.

*** Fii atent(ă) dacă treci de la strada la internet sau invers:** metodele de negociere și contactele cu clientul sunt foarte diferite. Aceste diferențe îți pot perturba reperele și te pot împiedica să îți înțelegi corect clientul.
*** Lucrezi pe internet?** Indică în anunțul tău instrucțiuni pentru potențialii clienți pentru a te contacta (de exemplu, să solicite o prezentare, să precizeze nevoile lor etc.). În funcție de mesajele pe care le primești, acest lucru îți va permite să faci o selecție între cei care au citit anunțul tău și care aplică ceea ce le ceri și cei care nu l-au citit sau care nu au respectat instrucțiunile tale, deci nu sunt de încredere.
*** Nu pierde timpul cu clienții** care negociază prețurile, care îți trimit multe mesaje fără să stabilească vreodată o întâlnire, care îți cer să joci un rol prin mesaje fără să fi plătit etc.



STABILEȘTE-ȚI LIMITELE FAȚĂ DE CLIENT

*** Îți cunoști limitele?** Cunoașterea limitelor tale îți va permite să spui mai ușor „nu” și să reacționezi în funcție de situație. Ce servicii accepți? Care sunt condițiile tale pentru a accepta un client? Ce comportamente ți se par acceptabile sau inacceptabile? Care sunt criteriile care justifică încetarea prestării serviciului și expulzarea imediată a clientului? Încearcă să te pui în situație în mintea ta pentru a lua în considerare mai multe scenarii și reacția pe care ai dori să o ai.
*** Reține că tu ai puterea, nu clientul tău.** Tu decizi serviciul, durata și prețul acestuia. Clientul este apoi liber să accepte sau nu. Dar nu are dreptul să renegocieze ceea ce îi oferi.
*** Nu accepta niciodată un serviciu pe care nu l-ai înțeles sau asupra căruia ai îndoieli.** Nu ezita să ceri repetarea dacă nu ai înțeles, să reformulezi pentru a te asigura că ai înțeles bine și să ceri detalii despre ceea ce așteaptă clientul. Acest lucru va evita confuziile. „Caviarul” și „șampania” sunt exemple care arată că un aperitiv elegant se poate transforma rapid într-un moment jenant.
*** Tu și clientul trebuie să fiți de acord asupra serviciului, duratei și prețului.** Nu ezita să pui capăt imediat serviciului dacă nu ți se potrivește sau nu ți se mai potrivește, te face să te simți inconfortabil sau depășește limitele contractului pe care l-ați negociat. Dacă clientul tău nu este responsabil pentru refuzul tău, va trebui să îi restitui tot sau o parte din prețul serviciului. Dar dacă întrerupi prestarea din cauza atitudinii nepotrivite a clientului, a actelor de violență sau a încălcării încrederii din cauza negocierii de către client a unor acte sexuale neprevăzute în contract, atunci poți păstra banii, iar clientul pleacă. De aceea este important să-ți plătească întotdeauna clientul înainte de prestare.
*** Impune utilizarea prezervativului și nu lucra niciodată fără** el. Protecția la locul de muncă trebuie să fie o limită ne negociabilă. Fără sănătate, nu există muncă. Pentru mai multe informații, consultă secțiunea „Protejarea împotriva HIV/IST”.

PROIECTUL JASMINE

Jasmine este un program francez de combatere a violentei impotriva lucratorilor din industria sexului in activitatea lor.
Pentru mai multe informații: projet-jasmine.org

ÎNTÂLNIREA

Lucrul cu femeile când ești un bărbat cis

Cu **Swisssexcoach**



Pune consimțământul și comunicarea în centrul serviciului

Multe femei au suferit abuzuri și pot avea o viziune negativă asupra sexualității. Înainte de a începe, **verifică cu clienta ta dacă ai înțeles bine dorințele și limitele ei**.
* Reamintește-i la începutul serviciului că poate să-l întrerupă în orice moment. * În timpul serviciului, întreab-o în mod regulat dacă se simte confortabil cu ceea ce faceți.

Să-ți iei timp pentru a câștiga încrederea

* Din aceleași motive, **femeile sunt adesea mai reticente decât bărbații**, mai ales când vine vorba de a apela la un lucrător sexual. Probabil că nu vei avea deloc sau vei avea foarte puține cliente dacă acestea nu se simt suficient de încrezătoare pentru a te întâlni.
* Va trebui să-ți iei timp pentru a crea o **relație de încredere**:

- Continuă să îți actualizezi anunțul chiar dacă nu primești mesaje, pentru a le arăta clienților ezitanți că ești încă activ.
- Alocă timp pentru schimburi de e-mailuri și mesaje, pentru ca ele să se simtă în siguranță.
- Programează o întâlnire într-o cafenea înainte de prima prestare.

Prevede suficient timp pentru serviciu

* Ședințele de 15 sau 30 de minute sunt adesea prea scurte, mai ales prima dată. Poți include în timpul serviciului un moment de discuție, de intimitate sexuală și de revenire la calm. **Serviciile mai lungi vor avea, în general, mai mult succes,** dar acest lucru depinde de fiecare clientă.

Întreabă-ți clientele ce le place

* **Nu porni de la premisa că știi ce le place pentru că sunt femei**. Evită să reproduci relațiile heteronormative și lasă deoparte prejudecățile pe care le-ai putea avea despre sexualitatea lor.
* **Ia-ți timp să descoperi corpul ei**. Pentru multe femei, clitorisul este partea cea mai sensibilă. Cunnilingusul este, așadar, o practică foarte apreciată. Dar nu întotdeauna! Așadar, nu ezita să o lași să te ghideze spre plăcerea ei.

Orgasmul

Nu poți garanta clientei tale un orgasm. Acesta va depinde de nivelul ei de relaxare, de cunoștințele ei despre corpul și plăcerea ei etc. Dar o poți ajuta făcând-o să se simtă confortabil, ascultându-i dorințele și explorând ceea ce îi oferă plăcere.

Miza performanței

*** Menținerea erecției**. Dacă serviciul prevede penetrarea penisului în vagin, va trebui să poți menține erecția. Pentru a-ți menține excitația, concentrează-te pe ceea ce te atrage la persoana respectivă și pe senzațiile plăcute. Este preferabil să eviți medicamentele precum Viagra. Dacă le iei, evită să le combini cu droguri, în special cu poppers și cocaină, care sunt foarte riscante.
*** Abține-te de la ejaculare**. Dacă întâmpini dificultăți în a-ți reține ejacularea (sau erecția), propune-i clientei tale practici sexuale fără penetrare.
*** Mic sfat**: unele prezervative conțin benzocaină. Este un anestezic ușor și inofensiv care te va ajuta să-ți reții ejacularea mai mult timp.
*** Reușește să ejaculezi la momentul potrivit.** Ejacularea poate face parte din serviciul prestat. În acest caz, va trebui să găsești un echilibru între a te abține de la ejaculare și a reuși să ejaculezi la momentul potrivit.
*** Nu promite clientei tale ceva ce nu ești sigur că poți realiza** (ejaculare la un moment precis, orgasm, ejaculare feminină etc.).

Sfaturi pe Internet

*** Pe ce site-uri?** Majoritatea site-urilor de escortă sunt puțin frecventate de femei. Pentru a-ți publica anunțul, îți recomandăm să folosești site-uri precum Call me to play sau Petites annonces.
*** Care sunt pericolele?** Fii atentă la agresorii care se ascund în spatele profilurilor false de femei. Propunerea unei prime întâlniri cu clientele tale îți permite, de asemenea, să verifici dacă este vorba într-adevăr de o clientă și nu de un agresor.
*** Ce să scriu în anunțul meu?** Pune în evidență calitățile tale umane. Acestea pot fi mai importante decât aspectul fizic (capacitatea de a asculta, tandrețea, respectul etc.).

Protejează-te pe tine și pe clienta ta de riscurile HIV/ITS

*** Pentru penetrare și felație, prezervativul nu este o opțiune**. Dacă ai dificultăți în a-ți menține erecția cu prezervativ, exersează singur înainte de a oferi servicii și nu accepta niciodată un serviciu fără prezervativ.
*** Pentru cunnilingus și anilingus, poți folosi un pătrat de latex.** Pentru mai multe informații, vezi Partea 2 „Sănătatea este puterea ta”, p. 24.

2.- Lucrul pe internet



#SECURITATEA PE INTERNET

PROTEJEAZ-ȚI VIAȚA PRIVATĂ

Cel mai mare risc al internetului este reutilizarea imaginii tale, divulgarea informațiilor private, hărțuirea și outingul (faptul de a dezvălui activitatea ta persoanelor din anturajul tău). Câteva sfaturi pentru a te proteja:

*** Fii atent la fotografiile pe care le publici**. Începe prin a decide ce părți ale corpului ești dispus să publici, în special dacă apari nud în anunțul tău. Îți arăți fața? Tatuajele sau alte semne distinctive? Ia în considerare toate riscurile și avantajele asociate alegerilor tale.

*** Pentru a-ți păstra anonimatul, îți recomandăm să folosești întotdeauna un pseudonim**. Poți, de asemenea, să alegi un pseudonim diferit pentru fiecare site pe care ai un profil. Astfel, vei ști de pe ce site provine fiecare client.

*** Nu accepta întâlniri cu clienți care te sună de pe un număr ascuns**. Roagă-i să te sune înapoi de pe numărul lor de telefon.

*** Nimic nu poate fi șters definitiv de pe Internet.** Odată ce ai postat ceva online, nu mai ai control asupra utilizării imaginii tale.

*** Evită să-ți conectezi rețelele sociale private la toate aspectele vieții tale profesionale** (nu accepta clienți pe Facebook sau Instagram, chiar și pe cei obișnuiți, chiar și pe cei în care ai încredere, nu pune linkul anunțului tău pe rețelele sociale personale, nu expune fotografii cu familia ta pe contul de Instagram cu care lucrezi etc.).

*** Atenție la escrocheriile pe internet**: se întâmplă frecvent ca un client fals să facă o programare cu un lucrător sexual într-un hotel și să îi ceară să trimită un cod pe telefonul său mobil pentru a rezerva camera. Aceste mesaje sunt escrocherii, nu este necesar niciun cod pentru a rezerva o cameră de hotel.

CREEAZĂ UN ANUNȚ SECURIZAT

Informații de evitat în anunțul tău:

- **N**u menționa niciodată adresa ta. Poți menționa doar orașul în care lucrezi.
- Lucrează întotdeauna cu un telefon profesional și nu divulga niciodată numărul tău de telefon personal, nici măcar clienților tăi obișnuiți.
- Folosește o adresă de e-mail profesională pentru a-ți crea anunțurile.
- Dacă atragi clienți prin Instagram sau Facebook, nu divulga niciodată locația ta.

Selectează-ți clienții încă din anunț:

- **A**nunțul tău trebuie să fie clar, precis și să nu permită nicio negociere cu privire la servicii și prețuri.
- Dacă te afli într-o situație dificilă sau te simți vulnerabil (fizic, economic, moral), este important să nu lași acest lucru să se vadă în anunțul tău, pentru a evita ca persoanele cu intenții rele să profite de vulnerabilitatea ta. În general, dacă te afli în această situație, îți recomandăm, dacă este posibil, să încetezi să mai lucrezi pentru a nu te pune în pericol și/sau să ne suni pentru a primi sprijin.
- Formulează instrucțiuni pentru potențialii clienți: în anunțul tău, poți cere celor care doresc să te contacteze să se prezinte, să-ți spună ce doresc, motivul pentru care te-au contactat pe tine și nu pe altcineva etc. Refuzarea clienților care nu respectă instrucțiunile tale te va ajuta să nu pierzi timp.

Pentru mai multe sfaturi, poți consulta **Ghidul de securitate digitală pentru lucrătorii sexuali** de la projet-evasions.org, disponibil pe internet.

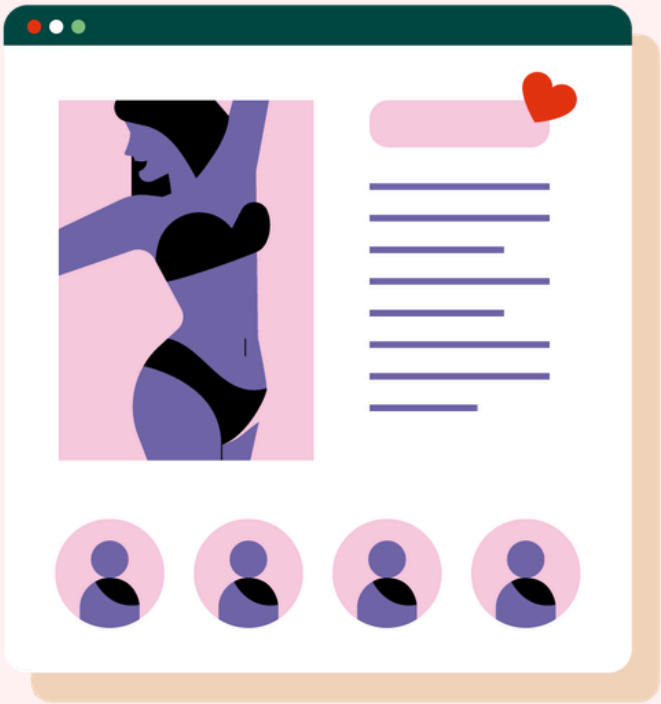
#SFATURILE NOASTRE PENTRU A LUCRA PE INTERNET

ETAPA 1:
ÎMI DEFINESC OBIECTIVELE

- Cât aș vrea să câștig?
- Care sunt condițiile ideale de muncă pentru mine?
- Câte ore doresc să dedic acestei activități?

ETAPA 2:
DEFINEȘC OFERTA MEA

- Ce servicii?
- Ce clienți?
- Ce tarife?



ETAPA 3:
MĂ ANALIZEZ

- Care sunt punctele mele forte și punctele mele slabe?
- Care sunt problemele cu care mă pot confrunta?

ETAPA 4:
COMUNIC OFERTA MEA

- Pe ce site-uri lucrez?
- Ce personaj doresc să interpretez?
- Cum creez un anunț care să funcționeze?
- Ce fotografii folosesc?
- Îmi creez propriul site web?

ETAPA 5:
ORGANIZEZ MUNCA MEA

- Solicit clienților mei confirmarea programării în aceeași zi.
- Răspund la e-mailuri și apeluri telefonice, jucând cartea seducției, respectând în același timp cadrul pe care l-am stabilit.
- Îmi definesc modalitățile de lucru (în ce zile? în ce intervale orare? etc.).



CREEAZĂ UN ANUNȚ EFICIENT

*** Alege cu atenție fotografiile**: alege fotografii care să reprezinte cât mai fidel atmosfera, ținutele și atitudinile pe care clientul le va găsi la sosire, asigurându-ți în același timp securitatea digitală: pune fotografii portret în care ești îmbrăcat dacă ești de acord să-ți arăți fața și evită să-ți arăți fața în fotografii mai sexualizate.

***** Pentru a fi credibil, **întruchipează un personaj care seamănă cu ceea ce transmiți în mod natural** (chiar dacă există o mare parte de iluzie în această meserie și clienții sunt conștienți de acest lucru și acceptă să intre în joc).

*** Nu-ți complica inutil munca** creând identități/personaje diferite. Poate fi interesant să creezi mai multe anunțuri cu personaje diferite dacă oferi servicii foarte variate (BDSM/girlfriend experience, de exemplu). Dar dacă o faci prea des, riști să te pierzi.

*** Nu oferi nimic din ceea ce nu dorești să faci în realitate!** Gândește-te la riscurile asociate fiecărui serviciu!

*** Provoacă clientului tău un sentiment de urgență sau de noutate**: poți menționa în anunțul tău că ești doar în trecere sau că faci sex ocazional. De asemenea, poți schimba regulat anunțul și fotografiile pentru a da impresia că ești nou/nouă.

* **Ce trebuie evitat:**

- **S**ă minți în legătură cu serviciile tale.
- Să pui fotografii ale altcuiva sau fotografii prea vechi.
- Să postezi fotografii și texte care nu corespund serviciilor tale.
- Să-ți creezi o identitate radical diferită de identitatea ta reală.

#VÂNZAREA DE CONȚINUT

CE ESTE?

* Este vorba despre **vânzarea de fotografii/videoclipuri, adesea cu caracter sexual, cu tine pe site-uri dedicate**.
* Sfaturile care urmează se referă și la Camgirls, care vor face Live Cam pe site-uri pornografice.

AVANTAJELE

* **Nu este nevoie de contact cu clientul.** Totul se face online, nu este nevoie să te întâlnești fizic cu clienții tăi.
* **Poți câștiga mulți bani.** Cu cât ai mai mulți abonați, cu atât câștigi mai mulți bani.
* Poți lucra **fără a fi neapărat nevoie să-ți arăți fața**.
* **Poți lucra de oriunde**.

DEZAVANTAJELE

* Vânzarea de conținut necesită să înveți să **comunici și să faci marketing,** în special pe rețelele sociale și pe site-urile dedicate pentru a te face cunoscut**.**
* **Concurența este mare.** De aceea, pentru a câștiga bani, trebuie să te diferențiezi de ceilalți.
* **Vânzarea de conținut îți expune excesiv imaginea pe internet.** Publicând multe fotografii cu tine pe internet, riști să fii recunoscut sau să vezi că imaginea ta este reutilizată fără știrea ta.

SFATURILE NOASTRE PRACTICE

* **Folosește rețelele sociale pentru a te face cunoscut.** Ai grijă să nu publici conținut prea sugestiv, altfel contul tău riscă să fie cenzurat sau șters.
* **Pune linkul site-ului unde îți vinzi conținutul în anunțul tău de escortă,** dacă ai unul.
* **Fii constant și activ pe conturile tale pentru a-ți păstra abonații**. În caz contrar, aceștia riscă să se aboneze la un alt cont mai activ.
* **Fidelizează-ți abonații**. De exemplu: răspunde la comentariile și mesajele private, interacționează cu ei pe rețelele sociale pentru a-i determina să se aboneze la site-urile tale de lucru, etc.
* **Vânzarea de conținut necesită mult timp de muncă neplătită** (fotografierea, retușarea fotografiilor, răspunsul la mesaje private, publicarea pe rețelele sociale pentru a atrage clienți etc.), mai ales la început, când probabil va dura ceva timp până vei avea suficienți abonați pentru ca efortul să merite.
* **Informează-te cu privire la tarifele colegilor tăi pentru a-ți stabili propriile tarife.**
* **Creează-ți propriul univers.** Concurența este prea puternică pentru a te baza doar pe atuurile fizice și performanțele tale. Încearcă să fii inventiv(ă), creativ(ă), să-ți găsești o estetică originală etc.
* **Inspiră-te din conturile de succes.** Nu este vorba de a le copia, ci doar de a vedea strategia lor pentru a se diferenția.

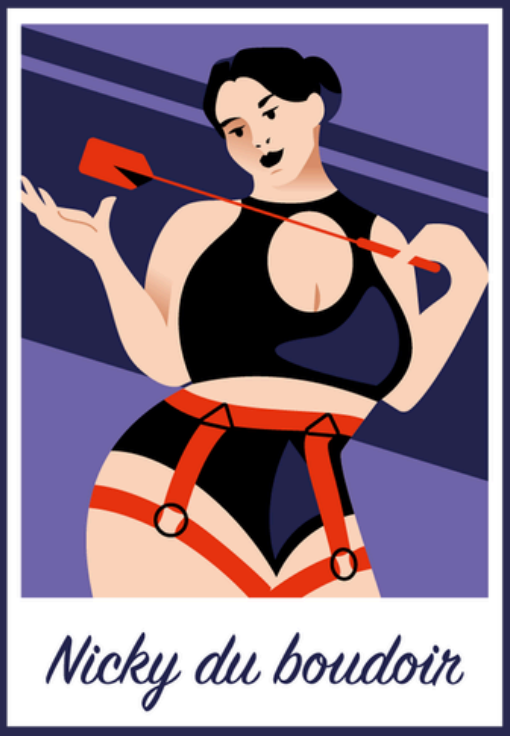
3.- Sfaturi de la experți privind diferite servicii



ÎNTÂLNIREA

despre Bondage și Disciplină, Sadomasochism și Masochism

Cu **Nicky du Boudoir**



#DACĂ EȘTI DOMINA

Consimțământul

*** Consimțământul trebuie garantat în fiecare etapă a prestării serviciului.** Pentru a garanta consimțământul clientului tău: cere-i să completeze un chestionar înainte de prestarea serviciului. Acest chestionar va explica limitele care nu trebuie depășite niciodată, chiar dacă persoana își schimbă părerea în timpul excitației.
* **Stabilește cu precizie ce așteaptă clientul de la tine**. Practicile BDSM sunt foarte variate, așa că, pe lângă chestionar, asigură-te că ai înțeles bine cererea lui.
* **Serviciile BDSM pot provoca o suferință emoțională și fizică intensă**. Trebuie să te asiguri că fiecare dintre voi poate pune capăt serviciului în orice moment. Stabilește împreună cu clientul tău un cuvânt de siguranță (**safe-word**). Când este rostit, cuvântul de siguranță pune capăt imediat serviciului. Cuvântul de siguranță poate fi rostit de oricare dintre voi și poate fi progresiv (de exemplu, „portocaliu” pentru a încetini și „roșu” pentru a opri).

Integritatea fizică

*** Serviciile BDSM trebuie prestate cu mare atenție.** În calitate de persoană dominantă, trebuie să fii atent la sentimentele persoanei supuse.
*** Anumite practici BDSM sunt deosebit de riscante** și fiecare dintre ele trebuie să facă obiectul unei vigilențe speciale pentru a nu lăsa sechele.

*** Urmărește cursuri de formare pentru a te asigura că serviciul BDSM nu se transformă în tortură**. Există cursuri de formare, printre care cel al lui Nicky du Boudoir.
* **Ai grijă să ții cont de starea de sănătate fizică a clientului**. Toate patologiile și tratamentele medicamentoase trebuie semnalate pentru a adapta serviciul. În plus, faptul că clientul a mai făcut asta cu alții nu înseamnă că poate să o facă fără riscuri.
*** Atenție la consumul de substanțe**: îți recomandăm să refuzi categoric și sistematic să oferi servicii BDSM unui client care a băut sau a consumat substanțe psihoactive.

Revenirea la calm

***** Îți recomandăm să prevezi **un timp de decompresie** după prestare. Persoana supusă va fi trăit experiențe adesea foarte intense și se poate simți foarte vulnerabilă. Această perioadă de decompresie va permite clientului să se liniștească.
* Înainte de prestare, **informează-ți clientul cu privire la fiecare etapă a prestării,** astfel încât aceste minute de revenire la calm să nu fie interpretate ca o încheiere precipitată a prestării.

#DACĂ EȘTI SUBMISIVĂ

Consimțământul

***** A fi supus în timpul muncii te pune într-o situație de vulnerabilitate care poate fi foarte periculoasă. Dacă totuși dorești să oferi acest tip de serviciu, asigură-te că te întâlnești cu clientul în prealabil, sau chiar că îl cunoști deja, și evită să faci acest lucru cu mai multe persoane în același timp.
* **Serviciile BDSM pot provoca o suferință emoțională și fizică intensă**. Trebuie să te asiguri că fiecare dintre voi poate pune capăt serviciului în orice moment. Stabilește împreună cu clientul tău un cuvânt de siguranță (**safe-word**). Când este rostit, cuvântul de siguranță pune capăt imediat serviciului. Cuvântul de siguranță poate fi rostit de oricare dintre voi și poate fi progresiv (de exemplu, „portocaliu" pentru a încetini și „roșu" pentru a opri).

Păstrează controlul

*** Îți recomandăm să nu te afli niciodată într-o situație în care nu te poți mișca sau vorbi.** Asigură-te că poți întrerupe serviciul în orice moment și că acest lucru nu depinde doar de relația de încredere cu clientul. Pentru aceasta, folosește propriul echipament, pe care îl cunoști bine, și evită călușul, pentru a putea continua să comunici.
*** Evită, de asemenea, să te afli cu o frânghie în jurul gâtului sau să practici asfixierea**. Cere oprirea imediată a serviciului dacă simți că ești în pericol.
*** Păstrarea controlului este importantă și înainte de prestare**. Nu te lăsa convinsă de banii pe care ți-i oferă clientul și evită să faci acest tip de prestare dacă nu ai mai făcut-o niciodată.

#DOMINA SAU SUPUSĂ: PROTECȚIA ÎMPOTRIVA HIV/ITS

*** Riscul de ITS în acest tip de practică poate fi crescut,** în special din cauza leziunilor și sângerărilor care pot apărea.
*** Nu uita să folosești prezervative pe obiectele pe care le utilizezi și pentru toate penetrările.** Schimbă-le între parteneri diferiți și/sau orificii diferite.
*** Gândește-te să folosești mănuși** pentru penetrarea anală cu degetele și fisting.
*** Ai grijă, de asemenea**, **să speli și să dezinfectezi jucăriile sexuale** pentru prestare și folosește-ți propriile jucării sexuale pentru a te asigura că sunt curate.
*** Evită serviciile cu ace, obiecte ascuțite** etc. Unele dintre acestea sunt rezervate profesioniștilor din domeniul sănătății și pot atrage răspunderea ta.

***** În această situație, în care tu ești persoana supusă, controlul prezervativului este cu atât mai dificil, mai ales dacă ești legat/ă și cu spatele în timpul penetrării sau în cazul în care ai ochii legați. În acest caz, **poți specifica înainte de prestare că refuzi să te afli în acest tip de situație**, astfel încât să vezi întotdeauna ce te penetrează și să te asiguri că ești protejat.

ÎNTÂLNIREA
despre experiența de prietenă
Cu **Yumie Volupté**



Ce este asta?

Experiența de prietenă este un serviciu în care lucrătorul/lucrătoarea sexuală va adopta un **comportament complice, prietenos sau chiar amoros cu clientul său**. Este vorba de a simula o implicare emoțională pentru a face clientul să simtă o legătură de complicitate. Experiența de prietenă depășește serviciul sexual, este un mod de a fi pe tot parcursul serviciului. Presupune schimburi complice și naturale. Va trebui să alegi ce ești dispus să dezvălui despre tine clienților tăi sau, dacă nu dorești să dezvălui nimic, să-ți creezi un personaj.

Creează-ți un personaj

Personajul tău trebuie să fie coerent și complex. Pune-ți întrebări precum: Vârsta? Istoria familiei? Locul nașterii? Personalitatea? Fii sinceră cu privire la calitățile și defectele tale. Pentru a rămâne naturală, menținerea personajului tău nu trebuie să-ți ceară prea mult efort. Deci, trebuie să semene cu tine, deoarece îți va fi greu să-ți ascunzi caracterul.

Rămâi tu însuți

A rămâne tu însuți este uneori cea mai confortabilă opțiune. Dar nu ești obligat să dezvălui totul. Ia-ți timp să te gândești la ceea ce refuzi să împărtășești cu clienții tăi pentru a încerca să anticipezi răspunsurile false la întrebările pe care ți le-ar putea pune.

Stabilește limitele serviciului

Este imperativ să poți menține cadrul. Pentru aceasta, va trebui să-ți cunoști propriile limite, ce ești de acord să faci sau nu, și să știi să gestionezi bine timpul, astfel încât serviciul să nu depășească ceea ce este prevăzut. GFE necesită, în general, timp pentru primire, câștigarea încrederii, sexualitate și revenirea la calm. Este responsabilitatea ta să te ocupi de cadru, astfel încât serviciul să fie echilibrat.

Obligă clientul să facă duș

Chiar dacă clientul tău susține că s-a spălat deja, insistă să facă un duș înainte de prestare. Propunându-i să facă un duș, poți, de asemenea, să pui capăt momentului de socializare și să treci la momentul sexual.

Stabilește reguli de siguranță

Pentru sfaturi de siguranță, consultă capitolul „Siguranța ta la locul de muncă” de la pagina 52.

Menține rolul de iubită

Clientul care dorește o GFE așteaptă o conexiune. Odată ce a plătit, evită să faci referire la orice i-ar putea aminti că este vorba de un serviciu remunerat. Pune accentul pe blândețe și tandrețe, mai degrabă decât pe aspectul sexual. Clienții care doresc GFE vor în primul rând o relație.

Nicio practică sexuală nu este obligatorie

Experiența de prietenă nu este un serviciu sexual, ci un mod de a fi. Sărutul, de exemplu, nu este obligatoriu și poate fi înlocuit cu blândețe și tandrețe.

Protejează-ți toate practicile

Experiența de prietenă nu înseamnă că serviciul nu este protejat! Pentru sfaturi de prevenire, poți consulta Partea 2 „Sănătatea este puterea ta”, p. 24.

ÎNTÂLNIREA
cu șampanie și caviar
Cu **La Diabla**



#ȘAMPANIA (ONDINISMUL)

Ce este?

Șampania sau ondinizmul este sentimentul de excitare erotică puternică legat de urină (pipi).

Trebuie să fii pregătit(ă)

Ar putea fi foarte dificil să oferi acest serviciu dacă te dezgustă. Experiența va fi neplăcută atât pentru tine, cât și pentru clientul tău. Trebuie să fii pregătit(ă) să accepți mirosurile, zgomotele și dezgustul pe care ți le poate provoca și să te asiguri că clientul nu simte acest lucru (cu excepția cazului în care dezgustul tău face parte din serviciu).

Pentru igienă

În ceea ce privește igiena, va trebui să găsești locul potrivit pentru a presta serviciul. În mod ideal, poți să o faci în cadă și să o dezinfectezi apoi.

Pentru durata

*** Serviciul poate dura câteva minute sau o oră**. Clienții care iubesc șampania vin, de obicei, doar pentru asta. Prin urmare, este esențial să te pregătești bine pentru a urina cât mai mult timp posibil, bând multă apă.
*** După 20 de minute**, îți recomandăm să propui unei alte lucrătoare sexuale să vină să presteze serviciul împreună cu tine.
***** Se recomandă să nu depășești **5 litri de apă pe zi** și **1 litru de apă pe oră**.

Definește bine cadrul

*** Întreabă-ți clientul.** Dorește să primească șampania (adică urina) pe o anumită parte a corpului? Unde anume? Dorește să o bea? Dacă dorește să o bea dintr-un pahar, pregătește pahare de unică folosință.
*** Așteptările unui client urofiliu pot fi foarte vaste**. Această practică este în general considerată un act de dominare, în care cel care primește șampania este supus celui care o oferă. În acest caz, va trebui să adopți o atitudine de dominare. Dar nu este sistematic! Clarifică-i clientului tău ce așteaptă de la tine.
***** Precizează din timp dacă ești de acord sau nu să oferi și **caviar (scaune)**.

Dacă primești șampanie

*** Riscul de a contracta o ITS prin urină este destul de redus**, deoarece pielea constituie o barieră naturală. Evită totuși contactul cu mucoasele (vulva, ochii, gura etc.).
*** Fii atentă la sângele din urină.** Sângele poate transmite ITS.
*** Atenție la sperma din urină**. Evită să primești urină după ejacularea donatorului.

#CAVIARUL (SCATOFILIA)

Ce este?

Caviarul sau scatofilia este faptul de a simți o puternică excitare erotică legată de scaun (caca). Caviarul este un serviciu care se plătește foarte scump, dar care este și foarte exigent.

Trebuie să fii pregătit(ă)

Poate fi foarte dificil să oferi acest serviciu dacă ți se pare dezgustător. Experiența va fi neplăcută atât pentru tine, cât și pentru clientul tău. Trebuie să fii pregătit/ă să accepți mirosurile, zgomotele și dezgustul pe care ți le poate provoca și să te asiguri că clientul nu simte acest lucru (cu excepția cazului în care dezgustul tău face parte din serviciu).

Unde se realizează serviciul

*** Preferă hotelul sau apartamentul clientului** pentru a realiza acest serviciu.
*** Poți să o faci în cada din baie sau într-o cadă gonflabilă**. Asigură-te mai ales că există o fereastră pe care o poți deschide pentru a aerisi, altfel serviciul riscă să fie neplăcut pentru tine, ba chiar să-ți provoace un reflex de vomă.

Definește bine cadrul

*** Întreabă-ți clientul.** Dorește să primească caviarul pe el? Dorește să îl mănânce? Trebuie să îl privești în timp ce o face? Dorește ca și tu să primești? Aceste întrebări îți vor permite să determini dacă ești capabil să realizezi serviciul pe care îl solicită. Dacă este prima dată când realizezi acest serviciu, nu ezita să îi spui clientului.
***** Precizează cu mult înainte de prestare dacă ești de acord sau nu să primești și **șampania (urina)**.

Sfaturi pentru realizarea serviciului

*** Este imposibil să decizi când vei avea nevoie să mergi la toaletă în mod natural**. Mai ales că este posibil să nu te mulțumești să o faci o singură dată în timpul serviciului. Îți recomandăm să **mănânci multe fibre și prune**, care sunt un laxativ natural.
* Nu recomandăm laxativele din farmacie. Dar dacă le iei, evită să o faci în mod regulat și consultă un medic pentru a afla doza fără riscuri.
*** Bea multă apă.** Laxativele tind să provoace diaree și, prin urmare, deshidratare.
*** Dacă nu ești dezbrăcat(ă) în timpul spectacolului, pregătește-ți o ținută specială.** Fie o ții doar pentru a realiza acest tip de spectacol, fie o arunci după aceea. Pregătește-ți, de asemenea, o ținută pentru a te schimba după aceea.
*** Evită să forțezi prea mult pentru a presta serviciul** (hemoroizi, sângerări etc.).

Dacă primești caviar

*** Atenție la riscul de transmitere a virusului hepatitei A și hepatitei B!** Îți recomandăm să te vaccinezi dacă dorești să oferi acest tip de serviciu.

4.- Genul și munca sexuală



CE ESTE IDENTITATEA DE GEN?

Identitatea de gen se referă la **sentimentul profund și personal pe care fiecare persoană îl are față de propriul gen, care poate corespunde sau nu sexului atribuit la naștere**.

***** Se poate naște cu sexul masculin și să se identifice cu genul feminin (femeie transgender).

***** Se poate naște cu sexul feminin și să se identifice cu genul masculin (bărbat transgender).

***** Se poate naște cu sex masculin și să se identifice cu genul masculin (bărbat cisgender).

***** Se poate naște cu sex feminin și să se identifice cu genul feminin (femeie cisgender).

***** O persoană se poate naște cu caracteristici sexuale care nu corespund normelor obișnuite de „masculin" sau „feminin" (persoană intersex). Persoanele intersex se pot identifica cu genul masculin, feminin sau cu niciunul dintre acestea (non-binar).



IDENTITATEA TA DE GEN ȘI MUNCA SEXUALĂ

***** Munca sexuală are legătură cu corpul, cu intimitatea și necesită uneori să te arăți dezbrăcat(ă) în fața clienților. Genul ocupă un loc important în munca sexuală, mai ales în mintea clienților.

*** Colegii și clienții tăi trebuie să-ți respecte identitatea de gen** și să utilizeze pronumele corespunzător (el, ea, iel).

*** Clienții se așteaptă adesea ca lucrătorii sexuali să „își interpreteze genul".** De exemplu, persoanele care se identifică cu genul feminin să poarte fuste, machiaj, să aibă sâni etc. ca persoanele care se identifică cu genul masculin poartă pantaloni, nu se machiază, sunt musculoase, fără sâni etc.; și că persoanele non-binare poartă haine neutre, adoptă un comportament nici prea feminin, nici prea masculin etc.

***** În aceste condiții, munca sexuală poate fi **dificilă pentru sănătatea ta mentală**, deoarece clienții vor avea tendința să te categorizeze.



AI DREPTUL DE A FI RESPECTAT/Ă ÎN GENUL TĂU

***** Ai dreptul să ceri persoanelor din jurul tău să utilizeze **pronumele care te definește** (el/ea/iel).
***** Ai dreptul să ai un **prenume de uz**, chiar dacă nu ți-ai modificat actele de identitate.
***** Ai dreptul la respectarea intimității tale. Nimeni nu are dreptul să-ți ceară să dezvălui vechiul tău prenume, forma organelor tale genitale, fotografii cu tine înainte de tranziție etc.
***** Nerespectarea drepturilor tale constituie o **discriminare** pedepsită de lege.
*** Violența bazată pe gen este pedepsită de lege.** Un client nu are dreptul să fie violent fizic sau verbal din cauza genului tău (insulte, hărțuire, violență în timpul sau după prestarea serviciului, atunci când descoperă transidentitatea/non-binaritatea/intersexualitatea ta etc.).



CE SĂ FACI DACĂ EȘTI VICTIMĂ A VIOLENȚEI DE GEN?

***** Pentru a primi sprijin, consiliere și orientare, poți suna și/sau veni la **Aspasie**.

*** Association 360** - *Pentru asistență juridică specializată. Pe bază de programare, marțea între orele 9:00 și 17:00 și vinerea între orele 9:00 și 13:00.*
Rue de la Navigation 36
1201 Geneva
juri@association360.ch
Tel. + 41 22 731 42 13

*** Asociația Dialogai** - *Pentru asistență în caz de homofobie/transfobie. Serviciul Stop Discriminations disponibil în timpul zilei.*
Tel. +41 76 382 55 84
stopdiscriminations@dialogai.org

*** Ești victimă a violenței și dorești să afli care sunt drepturile tale**, vezi Partea 2 "Drepturile tale în caz de abuz și/sau violență”, p. 20.

ÎNTÂLNIREA

Munca sexuală și transidentitatea

Cu **Piti**



Ai grijă de sănătatea ta mentală

Anumite acte sexuale pot fi dificile pentru tine, deoarece nu ți se par conforme cu identitatea ta de gen.

*** Când un client îți propune un serviciu care te face să te simți inconfortabil,** este important să nu îți depășești limitele și să îl refuzi. Ia-ți timp să te gândești la ce ești dispus să faci și la ce refuzi.

*** Este mai ușor să impui limite clienților atunci când le-ai stabilit deja pentru tine**. Dacă clientul tău solicită un serviciu pe care tu îl refuzi, încearcă să găsești o alternativă acceptabilă pentru tine care ar putea să îl înlocuiască. De exemplu: dacă dorește să fie penetrat de penisul tău și aceasta este una dintre limitele tale, îi poți propune să îl penetrezi cu un dildo, dacă acest lucru este mai acceptabil pentru tine.

Munca în domeniul sexului îți face bine la moral

Dimpotrivă, poți avea senzația că munca sexuală te ajută în afirmarea genului tău: poți simți o mai mare încredere în tine când clientul te alege și te dorește sub adevărata ta identitate de gen. Dar momentele în care ai mai puțini clienți pot să te facă să te simți nesigur. Dacă este cazul tău, nu ezita să te adresezi unei asociații precum Epicène, Outrans sau grupurilor de discuții ale Groupe Santé Genève pentru a vorbi despre asta.

Împreună, mai puternici

Poți contacta asociațiile de apărare a drepturilor persoanelor trans pentru a-ți apăra drepturile: lucrătorii sexuali transgeneri se confruntă cu o dublă discriminare: cea legată de munca lor și cea legată de genul lor. Această discriminare poate îngreuna accesul la locuințe, deschiderea de conturi bancare, accesul la servicii medicale etc. Pentru a te ajuta să faci față acestor discriminări, poți contacta asociațiile.

Ai grijă de sănătatea ta fizică

*** Dacă dorești să urmezi un tratament hormonal, este important să fii urmărit/ă de un medic**. Tratamentele trebuie adaptate în funcție de tine, de sexualitatea ta și discutate cu un endocrinolog, deoarece pot avea dezavantaje pe care este important să le anticipezi.

*** Pentru a nu te simți singur/ă în fața discriminării** medicale și pentru a te simți mai puternic/ă în a-ți impune limitele, poți cere unui prieten sau unei asociații să **te însoțească** la consultațiile medicale.

Cum să-ți (re)construiești o clientelă după tranziție

Când faci o tranziție de gen, este normal să pierzi o parte sau totalitatea clientelei. Aici îți oferim câteva sfaturi pentru a te ajuta să-ți creezi sau să-ți refaci o clientelă în timpul și după tranziție:

*** Clientela lucrătorilor sexuali transgen nu este adesea aceeași cu cea a persoanelor cisgen**. Prin urmare, modalitățile de a găsi clienți sunt diferite și se schimbă destul de repede. Un site web poate funcționa o perioadă, apoi nu mai funcționează deloc. Va trebui să te adaptezi destul de repede la aceste schimbări.

*** Cheia este să încerci**: poți accesa mai multe site-uri, mai multe rețele sociale, poți vinde conținut, poți lucra pe stradă etc. Astfel vei găsi un echilibru și vei învăța cum funcționează munca sexuală în Geneva.

*** Majoritatea saloanelor nu acceptă persoane trans**, așa că vei fi nevoit să lucrezi mai degrabă pe internet sau pe stradă. Nu ezita să consulți capitolul „Lucrul pe internet", p. 62 și capitolul „Siguranța ta la locul de muncă", p. 52 pentru sfaturi.

Sfaturi pentru un anunț de succes

*** Vinde-ți farmecele**: descrie-te în cea mai bună lumină, fără să minți, și conștientizează-ți atuurile: gură frumoasă, nas frumos, pometi proeminenți, picioare frumoase etc.

*** Anunțul trebuie să te reflecte fizic și mental**: dezvăluirea unei părți din personalitatea ta poate face toată diferența.

*** Evită anunțurile prea lungi și copierea/lipirea**.

*** Schimbă-ți anunțul în mod regulat** (descrierea și fotografiile) **pentru a** le **da** clienților impresia că ești nouă.

*** Anunță-ți identitatea de gen**: dacă lucrezi pe internet, îți recomandăm să menționezi genul tău în anunț sau să te anunți în categoria transidentitate/non-binaritate/intersexualitate. Dacă lucrezi pe stradă, îți recomandăm să îi spui clientului în momentul negocierii. Este important să spui acest lucru, deoarece clientul s-ar putea supăra dacă ar descoperi transidentitatea/non-binaritatea/intersexualitatea ta în momentul prestării serviciului, ceea ce te-ar pune în pericol.

5.- Analizez situația mea

Munca sexuală trebuie exercitată în mod liber și independent. Dar uneori este dificil să conștientizăm că suntem supuși unor presiuni în viața de zi cu zi care ne împiedică să exercităm munca sexuală așa cum dorim sau chiar să renunțăm la această activitate. Aceste presiuni sunt uneori individuale, iar alteori sunt cauzate de alte persoane decât noi înșine. Însă nu este întotdeauna ușor să facem distincția între alegerile care ne aparțin și cele la care suntem supuși. Scopul acestei secțiuni este de a te ajuta să-ți pui întrebările potrivite pentru a-ți analiza propria situație.

ANALIZEAZĂ-ȚI RELAȚIILE

Uneori este dificil să faci distincția între alegerile pe care le faci pentru a-ți îmbunătăți situația personală și familială și cele pe care te simți obligat să le faci pentru a servi interesele altei persoane. „Semnalele de alarmă” (sau „steagurile roșii”) sunt comportamente problematice care ar trebui să te alerteze dacă le observi la unul dintre apropiații tăi. Iată câteva exemple de „semnale de alarmă”:



** Aceste mărturii sunt extrase din fapte reale.*

ALEGERE SAU OBLIGAȚIE?

Pentru a lua decizii în cunoștință de cauză, trebuie să ai informațiile corecte. Iată câteva întrebări pe care trebuie să ți le pui pentru a-ți analiza situația:



Dacă ai răspuns afirmativ la multe întrebări, dacă situația ta te îngrijorează sau te pune în dificultate, să știi că nu ești singur(ă) și că poți găsi ajutor în mod confidențial:

Aspasie
Rue des Pâquis 11 – etajul 5
1201 Geneva
Tel. +41 22 732 68 28
aspasie@aspasie.ch

CENTRUL LAVI
Bd St-Georges 72
1205 Geneva
Tel. +41 22 320 01 02
info@centrelavi-ge.ch

LISTA DE CONTACTE

URGENȚE MEDICALE: 144 | URGENȚE POLIȚIE: 117

PENTRU ORICE ÎNTREBĂRI, NECESITĂȚI ȘI SFATURI

Aspasie

Asociație pentru apărarea și sprijinirea lucrătorilor sexuali din Geneva.
Rue des Pâquis, 11
1201 Geneva
Tel. +41 22 732 68 28

- Sesiuni de informare
- Sprijin social, administrativ și juridic
- Însoțire în domeniul sănătății
- Depistare
- Cursuri de franceză
- Vânzare de materiale
- Centrul Grisélidis Réal

OFICIU ȘI POLIȚIE

Brigada de combatere a traficului de persoane și a prostituției ilegale (BTPI)

Înregistrarea, controlul muncii sexuale și lupta împotriva traficului de persoane
Boulevard Carl-Vogt 17-19
1205 Geneva
Tel. +41 22 427 71 40

Oficiul cantonal pentru populație (OCPM)

Eliberarea permiselor de muncă și de ședere
Route de Chancy 88
1213 Onex
Tel. +41 22 546 46 46

LGBTQIA+

Espace 360°

Serviciu juridic pentru persoanele LGBTQIA+
Rue de la Navigation 36
1201 Geneva
Tel. +41 22 546 47 95

Epicène

Sprijin și apărarea persoanelor transgender
Rue de la Dôle 4
1203 Geneva
Tel. +41 22 940 01 01

Lestime

Spațiu lesbian feminist pentru întâlniri și solidaritate
Rue de l'Industrie 5
1201 Geneva
Tel. +41 22 797 27 14

Dialogai

Sprijin, prevenție și activități pentru persoanele LGBTQIA+
Rue de la Navigation 11
1201 Geneva
Tel. +41 22 906 40 40

CONSULTAȚII MEDICALE

Groupe santé Genève

Prevenirea HIV, ITS și accesul la sănătate
Rue de Grand-Pré 9
1202 Geneva
Tel. +41 22 700 15 00

Centre Médical du Léman

Centru medical de îngrijiri generale în Geneva
Rue Docteur-Alfred-Vincent 17
1201 Geneva
Tel. +41 22 716 06 60

UMSCOM

Medicină generală pentru persoanele fără asigurare
Rue Hugo-de-Senger 4
1205 Geneva
Tel. +41 22 372 53 11

Serviciu de urgență stomatologică

Îngrijiri dentare pentru persoanele aflate în situații precare
Route des Acacias 9
1227 Geneva
Tel. +41 22 304 04 60

Checkpoint Genève

Centru de sănătate comunitară pentru persoanele LGBTIQ+
Rue de Lausanne 54
1201 Geneva
Tel. +41 22 906 40 30

Urgențe ginecologice

Urgențe ginecologice și îngrijire specializată
Boulevard de la Cluse 30
1205 Geneva
Tel. +41 22 372 42 36

Clinică universitară de medicină dentară

Îngrijiri dentare universitare și consultații specializate
Rue Lombard 19
1205 Geneva
Tel. +41 22 379 40 00

Hôpitaux Universitaires de Genève (HUG)

Consultații de medicină generală și specializată și servicii de urgență
Rue Gabrielle-Perret-Gentil 4
1205 Geneva
Tel. +41 22 372 33 11

Sănătate sexuală și planificare familială

Contracepție de urgență, întrerupere voluntară a sarcinii și consiliere
Boulevard de la Cluse 51
1205 Geneva
Tel. +41 22 372 55 00

DEPENDENȚĂ ȘI CONSUM DE PRODUSE

Première ligne

Reducerea riscurilor asociate consumului de droguri
Rue de la Pépinière 6
1201 Geneva
Tel. +41 22 748 28 78

Quai 9

Schimb de materiale și reducerea riscurilor
Rue de la Pépinière 6
1201 Geneva
Tel. +41 22 748 28 78

Centre de Jour Entr'Acte

Sprijin pentru dependențe și consum excesiv
Avenue de Chamonix 5
1207 Geneva
Tel. +41 22 734 85 35

CAAP Arve des Hôpitaux universitaires de Genève (HUG)

Tratamentul dependențelor la HUG
Route des Acacias 3
1227 Geneva
Tel. +41 22 305 55 11

VIOLENȚE

Viol secours

Sprijin și orientare pentru victimele violențelor sexuale
Place des Charmilles 3
1203 Geneva
Tel. +41 22 345 20 20

AVVEC

Sprijin pentru victimele violenței conjugale
Rue de Montchoisy 46
1207 Geneva
Tel. +41 22 797 10 10

Service UIMPV

Îngrijire medicală pentru victimele violenței
Boulevard de la Cluse 75
1205 Geneva
Tel. +41 22 372 96 41

Centre LAVI

Ajutor pentru victimele infracțiunilor penale
Boulevard de Saint-Georges 72
1205 Geneva
Tel. +41 22 320 01 02

REORIENTĂRI ȘI ACTIVITĂȚI COMPLEMENTARE

Association Découvrir

Integrarea profesională a femeilor migrante calificate
Boulevard Carl-Vogt 2
1205 Geneva
Tel. +41 22 732 75 40

Sos femmes

Sprijin pentru reorientarea profesională a lucrătorilor și lucrătoarelor sexuale
Rue de la Madeleine 10
1204 Geneva
Tel. +41 22 311 22 22

FORMARE CONTINUĂ

Corps solidaires

Formare în asistență sexuală pentru persoanele cu dizabilități.
Boulevard Carl-Vogt 7
1205 Geneva
Tel. +41 79 898 35 65

ELABORARE:

Ce guide a été conçu, traduit et élaboré par l'association Aspasie :
Judith Aregger
Irene Adán
Alexandre Buchs
Tania Caraulean
Suzanne Ding
Marc Ferreira
Angela Gallòn
Pénélope Giacardy
Sara Karlen
Krisztina Kasa
Yamada Nakaoka
Eva-Luna Perez Cruz
Camille Prins
Noémie Schroeter
Roxana Sima
Mireille Wehrli
Jehane Zouyene

CREAȚIE GRAFICĂ ȘI PUNERE ÎN PAGINĂ:

Camille Prins

ILUSTRAȚII:

Madame Marilou
Benoît Drigny

SPRIJIN FINANCIAR:

Loterie romande
Fondation Sandoz

CONTACT :
Asociația Aspasie

Rue des Pâquis 11 – 5ème étage
1201 Geneva
Tel. +41 22 732 68 28
aspasie@aspasie.ch

EXPERȚI ȘI EXPERTE:

La Diabla
Emma de Lestime
Loïc de Checkpoint Genève
Maria
Nicky du Boudoir
Piti
Tan Polyvalence
Swisssexcoach
Yumie Volupté

Exercitarea muncii sexuale la Geneva

Un ghid practic şi complet pentru a exercita munca sexuală în siguranţă şi cu respectarea drepturilor tale.

Acest ghid a fost conceput pentru a-ți oferi informațiile esențiale pe care trebuie să le cunoști pentru a exercita munca sexuală la Geneva în condiții de siguranță.

Toate capitolele reflectă anii de experiență ai asociației Aspasie și colaborarea sa strânsă cu lucrătoare și lucrători sexuali. Vei găsi aici sfaturi despre:

- **Drepturi și obligații la Geneva**
- **Sănătatea fizică și mentală**
- **Identitatea de gen și munca sexuală**
- **Secretele meseriei**
- **Analizarea propriei situații**
- **Zece întâlniri cu experți și experte în sexualitate pe teme specifice**

