

II. ÉVFOLYAM • 3.SZÁM
2010/JÚNIUS-JÚLIUS

HETÉRÁK

SZEXMUNKÁSOK ÉRDEKVÉDELMI EGYESÜLETE
1114 BOCSKAI ÚT 17.

WEBCÍM: WWW.PROSTITUALTAK.HU

EMAIL: INFO@PROSTITUALTAK.HU, FOLDI.AGNES@T-ONLINE.HU

TEL: 06-20-334-52-10



A FÜGGETLENSÉG NAPJA • MENTÁLIS EGÉSZSÉG
KRESZ VÁLTOZÁS • FELHÍVÁS • SZERBIA
A NYÁR VESZÉLYEI • SZERELMI HOROSZKÓP • NAPSZÚRÁSROL



FÜGGETLENSÉG NAPJA

A Függetlenség napja (Independence Day) vagy egyszerűen Július negyedik (Fourth of July) az Amerikai Egyesült Államok egyik szövetségi ünnepe. Az amerikaiak ezen a napon ünneplik a Függetlenségi Nyilatkozat 1776-os deklarációját, melyben országuk kinyilvánította függetlenségét Nagy-Britanniától. Ünneplése leggyakrabban felvonulásokkal, grill-partykkal, piknikekkel, baseball mérkőzések megrendezésével történik. A július 4-i megemlékezéseknek 1777 óta fontos kelléke a tűzijáték.

Miért pont július 4?

Vannak, akik szerint az ünnep konkrét dátumának megválasztása bizonyos szinten önkényesen történt.

New England már 1775 áprilisa óta harcban állt a britekkel. A Kontinentális Kongresszusban az első függetlenségre való indítványt csak július 8-án terjesztették be.

Hosszas vita után, július 2-án a kongresszus egyhangúlag (12-0 arányban), ám titkos szavazással a Nagy-Britanniától való függetlenségre szavazott. A kongresszus a nyilatkozat megszövegezésén dolgozott, majd július 4-én, nem sokkal tizenegy óra után 12 gyarmat küldöttei megszavazták és nyomdába küldték a végleges, ám ekkor még aláíratlan változatot. (New York mindkét szavazásnál tartózkodott.) Philadelphiában július 8-án a szöveg nyilvános felolvasásával és örömtüzekkel ünnepelték a nyilatkozatot. Egészen augusztus 2-áig tartott, míg a kongresszusi küldöttek aláírták a hivatalos nyomtatott változatot, de még ekkor is csak titokban, hogy megvédjék őket a brit megtorlástól. John Adams, akit Thomas Jefferson a függetlenség hivatal nélküli, fáradhatatlan vezetőjének nevezett, a következőket írta feleségének, Abigail-nek július 3-án:

1776. július második napja legyen Amerika történelmének legemlékezetesebb napja. Kétség kívül úgy gondolom, hogy még a következő generációk is nagy éufordulóként fogják ünnepelni. Az isteni kinyilatkoztatás ünnepeként kell megemlékeznünk róla, s méltóságteljes ceremónián köszönni meg a Mindenható Isten-nek jótétéményét. A kontinens egyik végétől a másikig, a mai naptól mindörökké, pompázatos ünnepeken bemutatásokat, játékokat, sporteseményeket kell szervezni, ágyúdörrenéssel, harangokkal, tűzijátékkal adjuk meg az esemény pompáját.

Adams azonban két napot tévedett. Természetesen a július 2-i szavazás volt a döntő aktus.

De magán a Függetlenségi Nyilatkozaton a július 4-i dátum szerepel. Jefferson felkavaró és megindító beszédét 4-én fogadták el egyhangú szavazással. Ez volt az első nap, amikor Philadelphia lakosai hivatalosan értesülhettek a kontinentális kongresszustól elnyert függetlenség tényéről, szemben az utcán keringő holmi titkos szavazásokról szóló pletykákkal.

Függetlenség Napját, az egyetlen olyan ünnepnapot, amelyet az egész ország egyként ünnepel, különböző hazafias megnyilatkozások kísérik. Számos politikus tartja fontosnak ezen a napon valamilyen társadalmi eseményen való megjelenést, beszédet mondani a nemzet örökségéről és nepeinek kapcsolatáról. A családok általában pikniket vagy kerti barbecue-partikat szerveznek Negyediken, gyakran használják ki a hosszú hétvége-adta lehetőségeket és hívják meg távolabbi hozzátartozóikat is. Országszerte reggelente katonai parádákat, délután baseball-mecset, este pedig mulatságokat és tűzijátékokat szerveznek. Kisebb tűzijátékot szabadon lehet beszerezni, személyi vagy nyilvános használatra is. Biztonsági megfontolások miatt azonban több államban betiltották a tűzijátékok használatát, vagy korlátozzák azokat méret és típus szerint. A Függetlenség Napjának évente megrendezett színes eseménye Nathan Hot Dog-Evő Versenye, amelyre New York City Coney Island kerületében kerül sor. A monda szerint a hagyomány 1916. július 4-én kezdődött, amikor is négy bevándorló ezzel a módszerrel kívánta eldönteni, hogy melyikük a legnagyobb hazafi.



KRESZ VÁLTOZÁS

Elfogadta a kormány a KRESZ módosítását, s ezzel több mint hatvan ponton változtatta meg a rendeletet 2010-től.

A közúti közlekedés szabályainak módosítása 2010 január 1-jétől lépett hatályba.

Az eredeti tervekhez képest több hónapot csúszott a KRESZ módosítása: eredetileg szeptembertől szeretnék volna elfogadni az új szabályelemeket. Az MTI birtokába került dokumentum szerint a változások elsősorban a védtelen közlekedők

- a gyalogosok és a kerékpárosok - biztonságát javítja.

A közúti közlekedés szabályainak módosítása rögzíti többek közt, hogy a gyalogos átkelőhelyeknél a jelenleginél sokkal körültekintőbben kell közlekedni, és ha szükséges, táblával kell elérni, hogy a zebra felé tartó autók csak olyan tempóban haladjanak, hogy még előtte képesek legyenek megállni.

A KRESZ módosítása a biciklis közlekedésben bevezetett négy sebességhatárt, meghatározza a "nyitott kerékpársáv" fogalmát, lehetővé teszi például, hogy a kerékpárok egyirányú utcába is behajtsanak a forgalommal szemben, vagy előre menjenek a piros lámpánál.

A változások eredményeként mentesülnek a jobbra tartási kötelezettség alól is, vagyis akár az út közepén is mehetnek már. Növelheti a kerékpárosok és a gyalogosok biztonságát, hogy a kanyarodó járművek vezetői számára elsőbbségadást ír elő a módosítás. A dokumentum lehetővé teszi a kerékpárutakon várakozó járművek elszállítását is.

A változások a motorosokat és az autósokat is érintik. 2010 januártól a motorosok is használhatják már a buszsávot, és ők is előremehetnek a piros lámpánál.

Több új közlekedési táblát is bevezettek, például a torlódás veszélyét jelző piros keretes háromszöget és engedélyezik az elektronikus jelzőtáblák használatát az autópályákon. A módosítás azt is engedélyezi, hogy a különösen balesetveszélyes helyeken a előzőeknél nagyobb, fényvisszaverő sárga háttérrel

is elhelyezhetőek legyenek a közlekedési táblák.

Az új szabályozás pontosítja az iskolabusz fogalmát, és bővíti a gyermekszállítás biztonsági követelményeit.

A táblával megkülönböztetett iskolabuszok környezetében a fel- és leszállás mindkét oldali irányjelzővel jelzett ideje alatt más járművek csak fokozott óvatossággal, lassabban közlekedhetnek - olvasható a dokumentumban.

A módosítás pontosítja a gyerekülés használatának szabályait: a 150 centiméternél alacsonyabb gyerekek ülését a biztonsági övhöz vagy annak bekötési pontjához kell csatolni.

A tervezet szigorúbban szabályozza a rendszámok láthatóságát és meghatározza a quad fogalmát is.

Januártól közúti táblával jelzik a traffipaxok helyét, és egységes sebességhatárt vezetnek be minden közúton

a 3500 kilogrammnál nem nehezebb járművek számára. (AM)

Mentális egészség

A mentális betegségek, melyek közül a szorongás és a depresszió fordul elő a leggyakrabban, nem csupán a betegek számára jelentenek nehézségeket.

A betegségcsoport a társadalomra és a gazdaságra is komoly terheket ró – a járulékos költségek főként az oktatási, az egészségügyi-ellátási és az igazságszolgáltatási rendszereket sújtják. A mentális betegségek az elsők között szerepelnek azoknak az egészségügyi prob-

lémáknak a sorában, amelyek miatt az európaiak a leggyakrabban vesznek ki betegszabadságot, illetve vonulnak korengedményes vagy rokkantsági nyugdíjba. Bár a mentális beteg-

ségek elleni küzdelemben a civil szervezetek egyre aktívabban részt vállalnak, a feladat főként a tagállamok kormányaira hárul. Az EU is fellép a mentális egészség védelmében, és arra törekszik, hogy a lakosság minél átfogóbb tájékoztatáshoz jusson a témával kapcsolatban. Ezenfelül támogatja egy olyan páneurópai keret kialakítását, amely a kormányok és a különböző ágazatok együttműködését, valamint a bevált módszerek átvételét szolgálja, és átjárást biztosít a politika, a gyakorlat és a kutatás között. A fenti célkitűzések megvalósítása érdekében a mentális egészségről és jóllétről szóló európai megállapodás a következő öt prioritási területen jelöl ki feladatokat:

- a depresszió és az öngyilkosság megelőzése
- mentális egészség a fiatalok körében és az oktatásban
- mentális egészség a munkahelyen
- mentális egészség az idősebbek körében
- a megbélyegzés és a szociális kirekesztés elleni küzdelem.



FELHÍVÁS

*Szeretettel meghívlak Benneteket az alábbi képzési programjaimra.
Tapasztalataim szerint az ott elhangzottaknak, valamint a gyakorlatban megvalósítottaknak
nagy hasznát veszitek majd mind a munkátok során, mind a magánéletekben, de segíthet
abban is, hogy ha eljön az idő, más pályára váltsatok.*

*Kérlek Benneteket, hogy jelentkeztek a tréningjeimre telefonon,
sms-ben vagy e-mailen!*

Ára: 2000- Ft/2 óra/fő

Helyszíne: 1114, Budapest, Bocskai út 17. (Iroda)

*Ezen kívül négyszemközti lelki és kommunikációs tanácsadásra is várlak Benneteket előzetes
időpont egyeztetés után az egészségcentrumunkba
a megadott tematika alapján.*

Ára: 4000- Ft/1óra

*Az elegáns központunkban lehetőségetek van reális áron a legkorszerűbb fogyasztásra,
alakformálásra, narancsbőr eltávolításra, de lazító masszázásra is, - kiváló szakemberek
állnak rendelkezésükre.*

*A szexuális kommunikációt intimtornával, az alakformálást, fogyasztást pedig a hatékony
időkihasználás végett megjelenés kommunikációs
tanácsadással párosítjuk.*

Intimtorna : 3500ft/alkalom

Fogyasztás, alakformálás : 3500ft/ alkalom

Gyógymasszázs:4500ft/alkalom

Thai olajos láb masszázs:4500ft/alkalom

Thai olajos test masszázs: 6500ft /90 perc

**Visszatérő vendégeinknek, bérleteseinknek jelentős kedvezményt adunk, - áraink
jellemzően irányáruk, a végső ár: az igénybe vett szolgáltatások számának a függvénye,
-azaz személyre szabott kedvezményes csomagárat ajánlunk fel Nektek.**



Üdvözlettel:

Dr. Szőőr Anna

pszichológus-jogász

Telefon: +36-20-230-73-47

www.szooranna.hu



Üzleti tréning (egyéni és csoportos tanácsadás)

Célja:

A jelenlegi súlyos gazdasági válsághelyzetben az üzleti hatékonyság növelése
A magyar marketing, PR és eladási technikák
A hagyományos vállalkozói gondolkodástól a korszerű rendszerekig
Az üzleti, szakmai és emberi siker, mint elérhető vágyalom
A válság, mint az újrakezdés lehetősége
Szabadon választott témák előre egyeztetve

Gyakorlat:

A meggyőzés és a befolyásolás technikái az üzleti életben
Sémamentes kommunikáció hagyományos elemekkel
Az árulkodó testbeszéd
A vonzalom, mint a befolyásolás eszközének helyes értelmezése
Egyéb szituációs játékok az üzleti tevékenységgel kapcsolatban

Munkahelyi kommunikáció (egyéni és csoportos tanácsadás)

Kommunikáció és viselkedéskultúra képzés:
A tréning célja a leendő munkavállalók, valamint dolgozók kommunikációs készségének, viselkedés kultúrájának javítása a munkába állásakor és a munkahelyen. Az eredményes munkavégzés előfeltétele az alkalmasság, amely az önéletrajzzal és az első interjúval kiszűrhető. Fontos, hogy a bemutatkozásnál a leendő munkavállaló jó benyomást keltsen, ugyanakkor ez az első élmény ne vezesse félre a munkáltatót. A hiteles forrás megfelelő „csomagolását” segíti elő a jól megfogalmazott önéletrajz, az első interjú és a megjelenés

Elmélet:

Az álláskeresés lélektana különös tekintettel a mai válsághelyzetre
Életrajz írás több nyelven, az ország szokásainak megfelelően
Megjelenés kommunikáció, verbális és nonverbális kommunikáció az első interjú alkalmával
A csalódottság, illetve az öröm „lekezelése” a helyes döntéshozatal végett
A sikeres pályakezdés és a pályamódosítás
A könnyű beilleszkedés, az első konfliktushelyzetek elkerülése
A kiégési effektus elkerülése.

Gyakorlat:

Életrajzírási egyénileg és közösen
Első interjú szituációs játék.
Helyzetgyakorlatok az elméleti képzés bármely témájához igazodva igény szerint.

Megjelenés kommunikáció (egyéni és csoportos tanácsadás)

A tréning célja, hogy a nők harmóniában, jól érezzék magukat, valamint felébredjen bennük az igény, hogy a külsejüket és a lelküket folyamatosan összhangba hozzák. A képzés elméleti és gyakorlati jellegű.

Elmélet:

A testképtől az énképig.
Vonzalom elméletek: hasonlóság „az ellentétek vonzzák egymást” csereelméleti, valamint interakciós.
A személyérzékelés pontossága: a „teljesség” elve, azaz aki szép, az jó, kedves is, stb.
A meggyőző én: meggyőzősi, befolyásolási technikák.
Szépség a „külső-belső” által, image teremtés.
Stílustanácsadás

Gyakorlat:

A vendég a tréning előtt leírja és egy zárt borítékba helyezi el azt, hogy hogyan érzi, milyennek látja akkor és ott magát. (Ezt a leírást a képzés után előveszi és összehasonlítja az akkori hangulatával). Rövid bemutatkozás, max. 2 percben. A nők ezután elmondják, hogy min szeretnének változtatni a külsejükkel, lelkükkel, illetve a körülményeikkel kapcsolatban.

Ezután tükör elé áll egyenként mindenki (természetesen önkéntes alapon) és előre meghatározott ideig beszél magáról. Nem irányítjuk, szabad az elmondás, így jutunk el a testképéhez és ezen keresztül az énképéhez.

A hallgatók figyelik a kommunikációt és együtt, „Ahá” élménnyel rávilágítunk azokra a pontokra, amelyeknél elakadást feltételezünk, azaz a vendég megerősítést vár tőlünk.

A megerősítés közösen történik. Szituációs játék igény szerint.

Női eredményesség (egyéni és csoportos tanácsadás)

Célja:

A nőiség és a női szerepvállalás közösen megalkotott, helyes értelmezése, mert csak ezáltal lehetünk sikeresek.
Célcsoport: minden nő, aki fejleszteni szeretné a nőiséget vagy választ vár a női szerepekkel kapcsolatos kérdéseire.

Elmélet:

A személyre szabott testkép, énkép. A „teljességnek” való megfelelés és annak veszélyei, az ideális nő.
Megjelenésünk a „külső-belsőnk” által, megjelenés kommunikáció és stílustanácsadás.

Vonzalom elméletek: hasonlósági, ellentétek vonzására épülő, csereelméleti és interakciós. Az egészséges nőiség, személyiségtípusok és női szerepek. Változó világ, növekvő elvárások a nőkkel szemben, stressz és konfliktus kezelés.
Igény szerinti témafelvetés, akár spontán jelleggel is.

Gyakorlat:

Tükör előtti saját testkép és stílus elemzés. A nőiség fogalmának közös meghatározása a képzés elején, majd a végén. Az énkép és a nőiség egyéni értelmezései. A saját személyiségtípus elemzése. Párkapcsolati szituációs játék, hogy empátiát gyakoroljunk a férfiakkal szemben. Játékok a képzés során kialakult spontán kérdésfelvetéseknek megfelelően.

Szexuális kommunikáció (egyéni és csoportos tanácsadás)

Elmélet:

Szexuális szerepek az emberi játszmákban
A szexuális szerepváltozások dinamikája
Vonzalom elméletek közül (hasonlóságra, ellentétekre épülő, interakciós, csereelméleti) - a csereelmélet az egyetlen stabil út
Az önbizalom megeremtése a sikeres szexualitás végett
A személyiség típusok és a szexualitás összefüggései
A szexuális kapcsolatok típusai

Gyakorlat:

Szituációs játékok: Ismerkedés különböző neműek közt, különböző helyszíneken, körülményekben (disco, társaság, munkahely, hirdetés)
Szexuális konfliktus helyzetek elemzése sajátélmény alapján
Szexuális önismereti gyakorlat, „milyen vagyok én?”
Játékok, beszélgetések igény szerint



SZERBIA

Szerbiát a görög időkben a trákok lakták. Az első állam ezen a területen a Római Birodalom volt, amelynek több provinciája is osztozott az ország mai területén: Moesia az ország keleti részén, Dalmácia az ország keleti és középső vidékein, Pannonia a Duna és Száva közötti területeken, Dacia pedig a Temesköz vidékén terült el. Az ország mai lakosai, a szerbek a 7. század második felében foglalták el a területet, valószínűleg bizánci hívásra. Ekkor még laza törzsszövetségben, transzhumáló pásztorkodókként együtt éltek a vlachokkal (a románok feltételezett őseivel). A bolgárok 986-ban meghódították ezt a területet, ám az ekkor megerősödő Bizánci Birodalom 1018-ban megszüntette a Nyugati-Bolgár Fejedelemséget, ezzel Szerbia területe bizánci fennhatóság alá került. Dušan István a középkori Szerbia legnevesebb uralkodója

A szerb törzseket Nemanja István (Stefan Nemanja) nagyzsupán egyesítette, létrehozva 1190-ben a Szerb Fejedelemséget, amely 1217-ben Szerb Királyság néven függetlenedett Bizánctól, és megkezdődött Szerbia virágkora. A Nemanjićok 1166-1371-ig voltak Szerbia uralkodói. Az ország legnagyobb kiterjedését Dušan István (1331–1355) alatt érte el, amikor is Szerbia fennhatósága egészen az Égei-tengerig elért, illetve Albánia és Görögország északi része is hozzátartozott.

Azonban az 1389-es rigómezei csata után a középkori szerb állam, különböző tartományurak vezetése alatt, török vazallus területekre bomlott. 1402-ben létrejött a szerb despoták állama, amely a Magyar Királyság és az Oszmán Birodalom állandó nyomásának volt kitéve. 1459-ben Szendrő eleste után Szerbia egész területe végleg török fennhatóság alá került. A szerb despotai cím Magyarországon élt tovább egészen 1537-ig.

Az 1699-es karlócai béke során Magyarország visszakapta a török által meghódított területeit. Ezen területek rendkívül gyéren lakottak voltak, így sok szerb a magas török adóktól menekülve északra, azaz Magyarországra vándorolt. Részben ekkor népesült be szerbekkel a Délvidék, illetve északabbra a Duna menti területek. Ráckeve, Szentendre tipikusan ilyen város, valamint Szeged környékén Deszk, Újszentiván, Magyaresanád.

1804. február 14-én Đorđe Petrović (avagy Karadorđe) vezetésével felkelés tört ki a janicsár hatalom és a vallási elnyomás ellen. A felkelés egész Šumadijára (mai Közép-Szerbia) kiterjedt. Harcukat Oroszország anyagilag és katonailag is támogatta – 1807 júniusában orosz-szerb szövetséget kötöttek –, de a későbbi orosz-török harcok befejezésekor ezt Oroszország beszüntette. 1813 októberében elesett Belgrád, decemberre összeomlott a felkelés, vezetői Ausztriába menekültek. A megtorlások miatt 1815 áprilisában Takovóból újabb felkelés indult ki Miloš Obrenović vezetésével, gyors sikerekkel. Orosz nyomásra az Oszmán birodalomnak el kellett ismernie Szerbia széles autonómiáját (fennhatóság fejében), és Obrenović főkenézi méltóságát utódlási joggal. Az 1826-os akkermani orosz-török szerződésel Szerbia hűbéres fejedelemség lett, amit a drinápolyi béke (1829), majd a szultán (1830) megerősített. A Porta lekötöttségét kihasználva 1833-ban annektálta az első felkelés során elfoglalt, de akkor nem csatolt hat nahijét, amit szultán orosz nyomásra elismert.

1878-ban sikerült teljesen függetlenednie, amikor is a törököket Koszovó és a Novi Pazari szandzsák kivételével az egész országból sikerült kiszorítani. Az első Balkán-háború során (1913-ban) Szerbia megszerezte mai területét (a Vajdaságot leszámítva) és Macedónia területét.

A boszniai szerb nemzetiségű Gavrilo Princip által elkövetett sarajevói merénylet adta a közvetlen okot az I. világháború kirobbantására. Az Osztrák–Magyar Monarchia által megtámadott Szerbia végül az Antant segítségével a nyertesek között szerepelt az I. világháborúban, ezért Szerbia, Bosznia-Hercegovina, Horvátország és az Ausztria területétől elcsatolt Szlovénia (addigi nevén Krajna) egyesüléséből létrejövő Szerb-Horvát-Szlovén Királyság a trianoni békekonferencián a Magyarországtól elcsatolt Délvidéket is megkapta. Az itt kialakított a Vajdaság területén jelentős német, magyar és egyéb nemzetiségű lakosság került kisebbségi sorba. Az ország déli tartományát, Koszovót ugyanakkor albán többség lakta. Az egységes állam 1929-ben a Jugoszlávia (jugoszláv = „délsláv”) nevet vette fel. A II. világháborúban az állam megszűnt és Szerbia a Harmadik Birodalom illetve a Magyar Királyság (Bácska) megszállása alá került.



A megszállt területeken a német és a magyar megszállók számos kegyetlenkedést követtek el a szerb lakosság ellen[forrás?], a zsidó lakosságot pedig koncentrációs táborokba hurcolták.

(Lásd: Újvidéki vérengzés, 1942).

A horvát usztrasák a szerbek ellen valóságos népiirtást folytattak. (lásd: Ante Pavelić) Egyes adatok szerint 1941-1945 között kb. 700.000 szerb civilt mészároltak le.

Szerbiában a német megszállók ellen elsőként Draža Mihailović vezetésével

a királyhoz hű szerb csetnikek kezdték meg a harcot. Valamivel később Josip Broz Tito marsall vezetésével nagyszabású partizánmozgalom bontakozott ki a német csapatok ellen.

A háború után a partizánok tömeges népiirtást követtek el a német és magyar polgári lakosság ellen.

(Lásd: Délvidéki vérengzések)

1945-ben újra egyesültek a délszláv területek. Az új alkotmány elfogadásával Jugoszlávia „népi demokrácia” lett, de 1948-ban sikerült szakítania a sztálinista Szovjetunió által vezérelt szocialista blokkal.

1961-től kezdve Tito marsall vezetésével Jugoszlávia nyugatias jellegű állammá vált, amely egészen a legutóbbi délszláv háború kitöréséig (1991) a térségben viszonylag fejlett államnak számított.

A délszláv háború során, 1992-re a korábbi szocialista Jugoszlávia felbomlott, a tagköztársaságokból független államok jöttek létre. Jugoszlávia, Bosznia-Hercegovina, Macedónia, Horvátország és Szlovénia teljesen önállóan működtek tovább.

Horvátországhoz és Bosznia-Hercegovinahoz hasonlóan Jugoszlávia is menedéket nyújtott a délszláv háborús bűnösöknek, ezért nemzetközi helyzete a 90-es évek során fokozatosan romlott, amit az országot sújtó gazdasági válság is tetézett. Végül, 1999-ben, a koszovói etnikai tisztogatásokat követően a NATO légi csapásokat mért az országra. 2000 októberében a Slobodan Milošević vezette rezsim megbukott. Slobodan Milošević-et mint háborús bűnöst letartóztatták, és kiadták Hágának. Milošević 2006-ban cellájában keringési elégtelenségben elhunyt. Jugoszláviában jelentős demokratikus átalakulás zajlott. Politikai életében azonban továbbra is kísértének a múlt árnyai. Erre példa Zoran Đinđić, volt miniszterelnök meggyilkolása. Az utóbbi száz év során Szerbia határai többször és jelentősen változtak, és számos államalakulatnak volt a tagja: Szerb-Horvát-Szlovén Királyság 1918-1941-ig, 1941 és 1944 között német megszállás alatt, 1945 és 1992 között Szerbia újra Jugoszlávia része (egyike a délszláv államot alkotó hat köztársaságnak a két autonóm tartománnyal, a Vajdasággal és Koszovóval együtt).

1992 és 2003 között Szerbia és Montenegró közösen alkotta a Jugoszláv Szövetségi Köztársaságot. A 2003. február 4-én létrejött megegyezés alapján ez az államalakulat Szerbia és Montenegró néven államszövetséggé alakult.

2006. május 21-én Montenegró lakosai megszavazták az elszakadást az államszövetségtől, Montenegró pedig június 3-án hivatalosan is kikiáltotta függetlenségét, ezáltal az államszövetség felbomlott. A nagyobb rész Szerbia Köztársaság néven létezik tovább. 2008. február 17-én kiáltották ki Koszovó függetlenségét.

“Koszovó a mai naptól büszke, független és szabad” - jelentette ki Hashim Thaci koszovói miniszterelnök vasárnap a priština parlamenti rendkívüli ülésén. Szerbia visszautasítja a függetlenségét.

Jelenleg (2008. október 09.) 50 ország ismerte el Koszovót.



NYÁRI SZERELMI HOROSZKÓP

Kíváncsi vagy arra, hogy ki lesz az ideális pár számodra 2010-ben? Vagy tudni szeretnéd, hogy milyen szerencsekövek segíthetnek abban, hogy álmaid valóra váljanak? Szerelmi horoszkópunkból minden kérdésedre választ kaphatsz!

Kos:

Ideális párod 2010-ben: Az Oroszlán – különösen tavasz végéig hálózhat be ez a szelíd fenevad. Adj rá alkalmat, hogy újra meg újra elcsábítson, neki lételeme a hódítás! Szeret büszke lenni a barátnőjére, ezért bárhova mentek is, legyél szívdöglesztő – a szabadidőruhákat mellette felejtse el, hacsak nem sportolni visz. Így kényeztesd: gyengéden karmold végig a hátát. Biztos nem fog morogni érte, legfeljebb csak dorombolni...

Piros betűs napok a szerelemben: március 17., április 14., május 11., november 18.

Szerencseköveid az évben: türkiz a magabiztosságért, lápisz lazuli az összeszedettségért.

Bika:

Ideális párod 2010-ben: A Mérleg – igazi úriember, aki kora ősszel kopogtat az ajtódon. Élvezet a társaságában lenni, hát még társaságba vinni! Ha birtokolni akarsz, felhúzza a nyúlcipőt, és hosszú hónapokig rágódik az eseten, ezért mindig biztosítsd neki a kellő szabadságot, és soha ne rendezz féltékenységi jelenetet. Így kényeztesd: imádj, ha a fenekét simogatják – ne neved, ez komolyan így van! Szereti a finom, puha anyagok érintését, a stílusos környezetet. Gyertyafénnyel és selyem ágyneművel várd.

Piros betűs napok a szerelemben: április 16., május 13., június 8., október 8.

Szerencseköveid az évben: ametiszt a döntésképeség és az intuíció fokozására és borostyán a határozottságért.

Ikrek

Ideális párod 2010-ben: A Bika – bár a jegye alapján nem ő a tökéletes társ számodra, ezzel a nyugodt, szemrevaló sráccal meglepően jól kijöhetnek – talán mert az ellentétek vonzzák egymást? Sok dologra megtaníthat téged.

Kezdeményezni valószínűleg te fogsz, pusztán türelmetlenségből, de lehet, hogy csak a flörtstratégiáidat akarsz próbálgatni rajta. Így kényeztesd: a közös spagettifőzés tuti recept. Főleg ha a desszertet egymás testéről fogyasztjátok...

Piros betűs napok a szerelemben: május 16., július 10., augusztus 5., november 24.

Szerencseköveid az évben: heliotróp a koncentrációért, tigriszem a harmóniáért.

Rák

Ideális párod 2010-ben: A Szűz – születésnapod környékén nyílnak rá a szemed a jegy egy finom lelkű szülöttjére: ha a kommunikációs nehézségeket leküzditek az ismerkedésnél, gyengéd és romantikus szerelem veheti kezdetét köztetek. Mivel nem egykönnyen fejezi ki magát, a kapcsolat hátulütője lehet, hogy gyakran félreértitek egymást, amit hajlamos lehetsz túllihegni. Így kényeztesd: egy csöppnyi kiszolgáltatottság vagy alávetettség fűszere nála az erotikának.

Piros betűs napok a szerelemben: június 14., július 11., augusztus 8., december 23.

Szerencseköveid az évben: amazonit a szorongások ellen, rodonit a kiegyensúlyozottságért.

Oroszlán:

Ideális párod 2010-ben: A Vízöntő – az év elején, a zordon fagyok uralma alatt keríthet hatalmába ez a vérbeli bohóc doktor, kinek társaságában mindig süt a nap. Lecke lesz a számodra: ideális esetben rengeteg dolgot tanulhatsz tőle, ugyanakkor a kötöttségeket egyáltalán nem tűri, és a gyakori számonkérésekre felszívódással reagálhat. Így kényeztesd: imádj, ha a hajaddal csiklandozod a bőrét. Odavan a különleges csókokért és puszikért, a spontán kialakult erotikáért.

Piros betűs napok a szerelemben: április 23., június 16., november 2., december 6.

Szerencseköveid 2010-ben: peridot a türelemért, jáde a kifejezőképességért.

Szűz

Ideális párod 2010-ben: A Rák – legvalószínűbb, hogy a Rák havában találtok egymásra. Ha kezdeményez, el ne riaszd cinikus megjegyzésekkel, mert azonnal elbűjík. Ha teret adsz neki, lenyűgözhet szeretetteljes, érzékeny



lénye. Egy Rák kevés emberhez tud igazán kötődni: örülj neki, ha VIP leszel nála, mert kedvesének mindig igyekszik meghitt hangulatot teremteni. Igazán elemében otthon van. Így kényeztesd: bújj a mellkasához, csiklandozd a hajjával.

Piros betűs napok a szerelemben: június 18., július 15., július 26., december 27.
Szerencseköveid az évben: aventurin a méregtelenítésért, rózsakvarc a negatív hozzáállás ellen.

Mérleg

Ideális párod 2010-ben: A Nyilas – barátaid jóvoltából csípheted meg ezt a remek partit. Szinte a kezdetektől a barátság és a szerelem határmezsgyéjén jártok: ha rögtön összejöttök, kapcsolatotokban mindvégig barátként is viselkedik. Ha először lesz a haverod, nehezen vagy egyáltalán nem akarja feladni ezt a státuszt, mert félti a barátságokat. Segíts neki dönteni!

Így kényeztesd: vizuális alkat, ezért egy erotikus film nagyon fel tudja lelkesíteni. Nyugodt szívvel menj bele a játékaiba, tudja, mit csinál!

Piros betűs napok a szerelemben: május 15., augusztus 14., szeptember 10., november 13.
Szerencseköveid az évben: akvamarin az immunrendszer erősítéséért, hegyikristály az általános gyógyításért.

Skorpió:

Ideális párod 2010-ben: A Halak – az első negyedév befutója lehet egy művészelkű Halak. Azonnal meglátod benne a fantáziát, de nehezen tudod kibontani személyiségét. Ha viszont sikerül kinyitnod lelkének kapuját, akár örökre szívébe zár – sokkal szerelmesebb lehet beléd, mint te belé. Vigyázz a sérülékeny lelkére! Így kényeztesd: akármivel, ami személyre szóló és emlékezetes.

Piros betűs napok a szerelemben: március 6., július 21., szeptember 12., október 9.
Szerencseköveid az évben: rózsaszín turmalin az önbecsülésért és kezdeményezésért, krizopráz a gondtalanságért.

Nyilas

Ideális párod 2010-ben: A Kos – az első félév nagy „fogása” lehet ez a csupa tűz, csupa szív fickó. Hogy ki kezdeményez, az nem kérdés, hiszen vérében van a flört! Már rögtön az első találkozásnál elkezdnek pattogni a szikrák, és nem kizárt, hogy igen rövid út vezet az ágyáig. Ha sikerül továbblépnetek, ideális társadnak bizonyul: mindig képes lesz megnevettetni, imádja a humorodat, ráadásul semmi szín alatt nem telepszik rád. Így kényeztesd: simítsd végig a szemöldökét a halántéka felé haladva, közben nézz mélyen a szemébe. Látni fogod, ahogy felgyúl benne a láng.

Piros betűs napok a szerelemben: április 4., augusztus 18., november 8., december 7.
Szerencseköveid az évben: gránát a szenvedélyért, jaspis az érzékenységért.

Bak

Ideális párod 2010-ben: egy másik Bak – az első negyedévben biztonságot keresel a zűrzavarban, és az ő csontos vállán megpihenve leled meg. Lassan kibontakozó, ám később annál érzékibb kapcsolatod lehet vele. A szerelem neki nem tréfadolog, mint ahogy neked sem: hűséges és kitartó társ, de lesznek vele nehéz napjaid, mint ahogyan magaddal is. Így kényeztesd: az egyen- és formaruhák elgyengítik – nagy hancúr lehet belőle, ha beveted a military stílust!

Piros betűs napok a szerelemben: január 14., augusztus 22., október 15., december 29.
Szerencseköveid az évben: apatit az aggodalom csökkentésére, citrit a bőséért és a lelki nyugaloméért.

Vízöntő

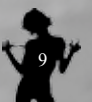
Ideális párod 2010-ben: Az Ikrek – valószínűleg már az év elején megismeresz egy Ikrek jegyű srácot. Vérlázítóan komolytalannak ítéled meg, még magadhoz képest is, talán fiatalabb is lesz nálad (lélekben egészen biztosan). Flörtté vagy együttjárássá talán csak nyáron fejlődik a dolog, de az is lehet, hogy kapcsolatod megmarad plátói szinten; mindenesetre üdítő kikötő lesz az életedben – akár hosszú távon is. Így kényeztesd: sátorban szeressétek egymást egy kalandtúrát követően vagy egy nyári fesztiválon! Ne felejtsetek el megnézni a napkeltét.

Piros betűs napok a szerelemben: február 2., május 6., augusztus 23., november 13.
Szerencseköveid az évben: tűzachát az életerőért, obszidián az önismeretért.

Halak

Ideális párod 2010-ben: A Skorpió – titokzatos és észbontóan szexi. Legvalószínűbb, hogy tavasz és nyár fordulóján találkoztok. Rajtad áll, csak álmodozol-e róla, vagy követed az érzékeid diktálta utat. Ez a kapcsolat kezdetben a testiségről szól, és ennek mentén telik meg tartalommal: akár életre szóló kötődés is lehet belőle. Így kényeztesd: neccharisnyával vagy jól időzített sötét csipke fehérneműszettel leveszed a lábáról.

Piros betűs napok a szerelemben: február 16., július 2., szeptember 21., október 20.
Szerencseköveid az évben: szelesztit a tisztánlátásért, karneol az életszeretetért.



A NYÁR VESZÉLYEI

Szemkárosító UV-sugárzás

A napszemüveg már nem divathóbort, hanem létfontosságú, mert megvédi a szemet a Nap ultraibolya (UV) sugárzásától.

A leégés kockázata

A bőrt érő káros napsugárzás a legfontosabb oka a legveszélyesebb rosszindulatú daganattípus, a melanoma kialakulásának.

Öltözködés bőrrák ellen

Ha sok időt töltünk a szabadban, ajánlatos olyan ruhát viselnünk, amely hatékonyan védi a bőrt a Nap ultraibolya-sugárzásával szemben.

Allergia

Aktuális pollenjelentés, kockázati tényezők, szénanátha, álallergia, háziporatká, rovarcsípések, a különféle allergiatípusok bemutatása.

A parlagfű

A parlagfű pollenje júliustól augusztus végéig hatalmas mennyiségben szóródik a levegőbe. Az egyik leagresszívabb allergénünk, amely elsősorban szénanáthás, asztmás tüneteket (orrviszketést, szájpadvizsketést, tüsszögést, orrfolyást, szemviszketést, könnyezést) okoz.

Vezetés szénanáthával

A szénanáthától szenvedők életét jelentősen megnehezíthetik a vezetés közben jelentkező tünetek. A váratlanul rájuk törő, szemviszketéssel, könnyezéssel járó tüsszenetési roham alatt a beteg szinte vakon vezet.

Nyári bélfertőzések

Az emberi szervezetbe jutva számos kórokozó idézhet elő ételmérgezést. A nyári melegben az ételekben könnyen elszaporodó baktériumokkal szemben a vírusok csak élő sejtekben szaporodnak.

Védőoltások, gyógyszerek

A baktériumok, vírusok, gombák és egysejtű véglények okozta fertőző betegségek némelyike, köztük a Bibliában is megemlített gonorrhoea, egyidős az emberrel. Mások, mint az AIDS, újabb keletűek.

Vándorló betegség - a Lyme-kór

A megbetegedések 80%-a május-szeptember hónapban jelentkezik. Jellegzetes tünete a csípés helyén jelentkező vándorló bőrpír.

Pontiac-láz és légiósbetegség

A Legionella-fertőzés okozhat spontán gyógyuló influenza-szerű Pontiac-lázat, de tüdőgyulladással járó, akár halálos kimenetelű légiósbetegséget is. Elterjedésében nagy szerepet játszanak a szaunák, munkahelyi zuhanyzók, a légkondicionáló berendezések kondenzvízei.

A NAPSZÚRÁSRÓL

A napszúrást - mint neve is mutatja - tartós, hosszabb ideig történő, tűző napon való tartózkodás okozza.

Ilyenkor a napsütés melegítő hatása, a levegő felmelegedése miatt a szervezetben pozitív hőmérséklet alakul ki, mely káros folyamatokat indít el a szervezetben. Ehhez járul hozzá a fedetlen fejet érő napsütés direkt hatása, ami által a fej hőmérséklete jóval meghaladja a test hőmérsékletét. A megnövekedett hőmérséklet következménye a koponyaűri nyomás fokozódása és az agyhártya izgalma - ezen jelenségek felelősek a klasszikus tünetek megjelenéséért. A napszúrás az egészséges embereknél is előfordulhat, ám egyes alapbetegségek és kóros állapotok nagyban hajlamosítanak kialakulására. A fokozott felmelegedésre hajlamosít az idős életkor, a túlóltózás,

a folyadékpótlás nem kellő mértékű biztosítása, a fizikai megterhelés.

Számos alapbetegség (pl. egyes pszichiátriai problémák, magas vérnyomás, generalizált érelmeszesedés) hajlamosít a napszúrás kifejlődésére, csakúgy, mint az egyéb hőértalmak esetében. Több gyógyszer is rontja a hőtoleranciát (a pszichiátriában alkalmazott antipszichotikus szerek is ilyenek).

Egyéni adottságok is befolyásolják a napszúrás kialakulására való hajlamot.

Melyek a napszúrás legjellemzőbb tünetei?

Az enyhe panaszok fejfájás, szédülés, kábultság, émelygés, hányinger esetleg formájában jelentkeznek. A beteg kerüli a fényt, szívesebben tartózkodik hűvös, elsötétített helyiségben. Súlyos esetben a testhőmérséklet hirtelen, jelentős emelkedése következik be (akár 39-40°C is lehet).

A nagyfokú fejfájás mellett a tarkó kötöttsége, merevsége alakul ki. A beteg tudata zavart lehet, eszméletét elveszítheti. Csecsemők esetében jellegzetesen visító sírás, a kutacs feszülése és elődomborodása észlelhető. A csecsemő enyhe fizikai ingerekre is erős védekező mozgásokkal reagál.

Mit tegyünk napszúrás esetén?

A legfontosabb teendő, hogy árnyékos helyre, célszerűen hűvös helyiségbe jusson a beteg. A tarkóra helyezett hideg vizes borogatás jó hatású. A beteg 30 fokos szögben megemelt felsőtesttel fekdődjön s apró kortyokban fogyasszon hűvös folyadékot - lehetőleg vizet, és sohasem alkoholtartalmú italt! Enyhe esetben otthoni, két-három napos ágynyugalom javasolt hűvös, fénytől védett, esetleg sötét szobában.

Azonban ha a tünetek nem javulnak vagy esetleg rosszabbodnak, mindenképpen kórházi kezelés szükséges. Súlyos esetben a fenti teendőkhöz túl mindenképpen a mentők vagy orvos értesítése szükséges, mivel a beteg intézeti megfigyelést igényel!

Csecsemőket minden esetben lásson orvos!

Fontos tudni! Sokan elfelejtik, hogy egy ködös, felhős napon is lehet égni. Az ultraibolya sugárzás körülbelül 90 százaléka átjut a felhőkön. Az ultraibolya sugárzás visszatükröződik a hóra, a jégre, a homokra, a vízről, így ezek is ugyanolyan súlyosan le tudják égetni a bőrt, mint a napfény.

Hogyan lehet megelőzni a napszúrást?

A napszúrás megelőzésével kapcsolatban legfontosabb, hogy fedetlen fővel ne tartózkodjunk a tűző napon! A kisgyermeket, csecsemőket soha ne tegyük ki a direkt napfényre, játék közben viseljenek fehér (de legalább világos) kalapot és gyakran kínáljuk őket folyadékkal! Erős nyári napsütés esetén soha ne tartózkodjanak hosszabb ideig az autóban, utazáskor mindenképpen rögzítsünk az ablakokra árnyékoló alkalmatosságot!



**EZ AZ ÖN
HIRDETÉSÉNEK
HELYE!**

**EZ AZ ÖN
HIRDETÉSÉNEK
HELYE!**

Sürgősségi fogamzásgátlási ambulanciák
Intim Zóna • Tel: 06-30-30-30-4565

Szűrővizsgálat

A prostituáltak részére kiadandó orvosi igazoláshoz kapcsolódó Szűrővizsgálat. A szűrővizsgálat a szexuális úton terjedő megbetegedések vizsgálatát végzi (Chlamydia, Hepatitis B, HIV, Szifilisz, Tripper). A vizsgálatok térítési díj kötelesek (mint más foglalkozás egészségügyi vizsgálatok), ára: 18.000 Ft, azaz tizennyolcezer forint és 3 hónapig érvényes.

**További információk, időpontegyeztetés:
Dr. Mlinkó Éva 06-30-97-13-781**



Az újságot kiadja a Szexmunkások Érdekvédelmi Egyesülete

Elnök: Földi Ágnes

1114 Bp. Bocskai út 17.

Webcím: www.prostitutaltak.hu

Email: info@prostitutaltak.hu • foldi.agnes@t-online.hu

Tel: 06-20-334-52-10

Grafikai munkák: Bognár György

Az újságot szerkesztette: Bodzsár Marianna