



Was bedeuten die Buchstaben?

L

Lesbisch

Frauen, die sich romantisch oder sexuell zu anderen Frauen hingezogen fühlen.

G

Gay/Schwul

Männer, die sich romantisch oder sexuell zu anderen Männern hingezogen fühlen.

B

Bisexuell

Personen, die sich romantisch oder sexuell zu Personen mehrerer Geschlechter hingezogen fühlen.

T

Transgender

Personen, deren Geschlechtsidentität nicht mit dem Geschlecht übereinstimmt, das ihnen bei der Geburt zugewiesen wurde.

Q

Queer

Menschen, die sich außerhalb der Heteronormativität verorten.

or Questioning

Questioning bezieht sich auf Personen, die noch dabei sind, ihre sexuelle oder geschlechtliche Identität zu erkunden.

I

Intersexuell

Personen, die körperlich Merkmale aufweisen, die sich nicht eindeutig einem Geschlecht zuordnen lassen.

A

Asexuell

Personen, die keine sexuelle Anziehung zu anderen Personen empfinden.

+

Plus

Platzhalter für weitere Geschlechtsidentitäten.



Hilfe und Kontakt

Beratungsstellen

www.andersroom.de

Telefon: +49 271 53 297

www.kcm-muenster.de

Telefon: +49 251 66 56 86

www.lebedo.de

Telefon: +49 231 98 22 14 40

www.lebenslust-beratungsstelle.de

Telefon: +49 208 19 446

www.rosastrippe.de

Telefon: +49 234 19 446

www.rubicon-koeln.de

Telefon: +49 22127 66 99 90

Weitere Infos sind im Intranet zu finden.

Spenden



www.100mensch.de



www.lsvd.de

Für eine bunte Gemeinschaft.

Vielfalt macht uns stark.



LGBTQIA+

Erklärt



Du bist nicht allein.



Du bist nicht allein.



LGBTQIA+ sind ein Teil unserer Gesellschaft. Deshalb ist es wichtig, dass wir uns mit ihnen auseinandersetzen. Indem man sich informiert und versteht, was LGBTQIA+ bedeutet, kann man dazu beitragen, Vorurteile und Stereotypen abzubauen und die Akzeptanz von Vielfalt und Unterschieden zu fördern.



Sei Ally!
Allies sind Verbündete, die sich aktiv für Diversity & Inclusion einsetzen, indem sie sich solidarisieren und für LGBTQIA+ einsetzen. Jeder Ally trägt zu einem kulturellen Wandel bei.



- Dos**
- ✓ Respektiere bei Fragen/Kommentaren IMMER den persönlichen Abstand.
 - ✓ Verwende die von ihnen gewünschten Pronomen, Namen und Bezeichnungen.
 - ✓ Behandle sie so, wie du es bei jedem anderen Menschen auch tun würdest - mit Respekt und Würde.
 - ✓ Akzeptiere ihre sexuelle oder geschlechtliche Identität.
 - ✓ Stehe für sie ein und unterstütze ihre Rechte und Gleichstellung in der Gesellschaft.
 - ✓ Respektiere ihre Privatsphäre und ihre Entscheidungen.



- Don'ts**
- ✗ Es als eine Phase abstempeln.
 - ✗ Nach dem Deadname fragen.
 - ✗ Erwarte von ihnen, dass sie ihre sexuelle oder geschlechtliche Identität erklären oder rechtfertigen.
 - ✗ Stereotypisierung der LGBTQIA+ Personen.
 - ✗ Die Herausforderungen und Diskriminierung von LGBTQIA+ leugnen.
 - ✗ Jemanden ungefragt outen.
 - ✗ Kommentiere nicht das Aussehen einer Person, die Identität/die Sexualität, die Rolle einer Person in der Beziehung – denn du weißt nie, was die Person durchlebt hat und welche Konflikte/traumatischen Erfahrungen dieser Kommentar wiedererweckt. Denn gut gesagt, ist nicht gut gemeint!

Wie man am besten reagiert, wenn jemand sich outet?

Wenn jemand sich dir gegenüber outet, kann das für diese Person ein sehr emotionaler und nervenaufreibender Moment sein.

- ♥ Zeige Empathie und Verständnis. Lass die Person wissen, dass du für sie da bist und sie unterstützt.
- ♥ Respektiere ihre Privatsphäre: Wenn jemand sich dir gegenüber outet, bedeutet das nicht automatisch, dass er oder sie bereit ist, das mit anderen zu teilen. Respektiere ihre Entscheidung, wer es wissen soll und wer nicht.
- ♥ Vermeide abfällige Bemerkungen oder Vorurteile, die die Identität der queeren Person herabsetzen oder diskriminieren.
- ♥ Frage, welche Pronomen oder Bezeichnungen die Person bevorzugt, und verwende sie entsprechend.
- ♥ Informiere dich und frage nach: Wenn du nicht vertraut bist mit der LGBTQIA+ Community oder ihren Erfahrungen, informiere dich darüber und frage die Person, ob sie bereit ist, ihre Erfahrungen und Bedürfnisse mit dir zu teilen.
- ♥ Bedanke dich für das Vertrauen: Zeige der Person, dass du ihr Vertrauen schätzt und dass du für sie da bist, wenn sie dich braucht.
- ♥ Vermeide es, Ratschläge zu geben oder voreilige Schlüsse zu ziehen. Lasse die Person selbst entscheiden, wie sie mit ihrer Identität umgehen möchte.



Ein Deadname ist der Geburtsname einer Person, der nicht mehr verwendet wird, nachdem sie ihre geschlechtliche Identität geändert hat.

