

Coming out

Du bist dir nicht sicher, ob du vielleicht lesbisch oder schwul bist? Du suchst jemanden, die oder der dir beim Coming out helfen kann? Deine Eltern verstehen dich nicht? Du suchst Kontakt zu anderen Lesben oder Schwulen?

Hier findest du Informationen und Kontakte:

www.lambda-online.de
Jugendnetzwerk Lambda

Gefördert vom

Ministerium für Familie, Kinder,
Jugend, Kultur und Sport
des Landes Nordrhein-Westfalen



Weitere Kontakte

www.netzwerk-courage.de

together-virtuell.de

Treffpunkte & Aktionen für junge LSBT* im Ruhrgebiet & am Niederrhein

www.gerne-anders.de

NRW-Fachberatungsstelle „gerne anders!“
macht sexuelle & geschlechtliche Vielfalt
zum Thema der Jugendarbeit

www.schlau.nrw

Bildung & Aufklärung zu sexueller und
geschlechtlicher Vielfalt von jungen Men-
schen für junge Menschen

www.schule-der-vielfalt.de

www.wildwasser.de

Beratungsstellen für Betroffene von
sexualisierter Gewalt



COURAGE 1X1

**GEGEN
SEXISMUS**

Sexistische Grenzverletzungen ...

und Übergriffe sind Handlungen oder auch Äußerungen, die die persönlichen Grenzen von Menschen verletzen oder Menschen aufgrund ihres Geschlechts oder ihrer sexuellen Orientierung diskriminieren. Wo diese anfangen, bestimmen die Betroffenen selbst!

Sexistische Grenzverletzungen können sein ...

unerwünschter Körperkontakt; andauernde Blicke; anzügliche Bemerkungen über Aussehen, Figur oder Kleidung; Ausnutzen von Machtverhältnissen in der Schule, im Betrieb oder auch in Beziehungen; sexistische Witze oder Sprüche; häusliche Gewalt; usw....

Deshalb:

Handelt sofort, entschlossen und direkt! In diesem Flyer findet ihr einige Tipps dafür ...

Was tun?

... wenn andere betroffen sind:

Greift sofort ein, aber bleibt ruhig! Wendet euch zuerst an die Person, die belästigt wird, und unterstützt sie.

... wenn du selbst betroffen bist:

Sprich Personen in deiner Nähe direkt und persönlich an. Sprich laut und nimm sie in die Verantwortung!

... wenn du alleine bist:

Nimm dir den Raum, der dir zusteht! Mache Lärm oder hole dein Handy raus und rufe jemanden an.

In der Schule

Sprich mit deinen Mitschüler_innen. Wende dich an die Schüler_innenvertretung, Vertrauenslehrer_in oder Schulsozialarbeiter_in.

Auf der Party

Schaffe dir z.B. einen Bereich, wo du entspannt tanzen kannst. Achte auf deine und die Grenzen anderer.

Hole dir Unterstützung an der Theke und verlange, dass Personen, die dich belästigen, rausgeschmissen werden.

... und danach:

Rede darüber mit deinen Freund_innen! Tausche dich mit ihnen z.B. über Strategien aus, was ihr gemeinsam in solchen Situationen tun könnt.