

Beratungsangebote

www.du-bist-du.ch
für Jugendliche von Jugendlichen

www.drgay.ch
Anonyme Internetberatung

www.transgender-network.ch
Information, Beratung, Vernetzung

www.mycheckpoint.ch
Gesundheitszentrum und Beratung

www.lgbt-helpline.ch
LesBiSchwulTrans-Beratung
0848 80 50 80

www.ahsga.ch
Sprechstunde Gendervarianz
Coming-Out-Beratung für Schwule
und Lesben

Weitere Links

www.purplemoon.ch
Netzwerk für Lesben, Schwule,
Bisexuelle

www.milchjugend.ch
Zeitschrift von und für Jugendliche

www.tschau.ch
E-Beratung und Jugendinformation

www.feel-ok.ch
Gesundheitsplattform für Jugendliche

www.queer-lake.net
Informationsplattform rund um
den Bodensee

**Eltern reagieren unter
schiedlich auf Coming-outs.
Manche reagieren gelassen,
andere brauchen mehr Zeit.**

www.fels-eltern.ch
Infos und Beratung für Eltern
von Lesben und Schwulen

Nationale Organisationen

www.pinkcross.ch
PINK CROSS – Schweizerische
Schwulenorganisation

www.los.ch
LOS – Lesbenorganisation Schweiz

www.aids.ch
AIDS-HILFE Schweiz

www.tgns.ch
Transgendernetwork Schweiz

www.147.ch
Beratung und Hilfe

Schulprojekt COMOUT

Eine schwule, lesbische und/oder
transsexuelle Person besucht eine
Schulklasse, eine Jugendgruppe
oder einen Verein. Sie berichtet aus
ihrem Leben und fördert eine per-
sönliche Auseinandersetzung mit
dem Thema Homosexualität bzw.
Geschlechtsidentität.

Informationen und Anmeldungen:
www.ahsga.ch, 071 223 68 08

Intersexualität

Etwa jedes 1000. Kind kommt mit
«uneindeutigen», körperlichen Ge-
schlechtsmerkmalen auf die Welt.
Bis heute werden diese sogenannten
«Intersexuellen» meist im Kleinkind-
alter zu «richtigen» Mädchen oder
Jungen umoperiert – ohne medizi-
nische Notwendigkeit. Ein Recht
auf ein drittes Geschlecht besteht
in der Schweiz nicht.

www.zwischengeschlecht.org

Fachstelle für Aids- und Sexualfragen St. Gallen/Appenzell

Die AHS GA bietet zum Thema
Sexuelle Gesundheit und Sexuelle
Vielfalt fachgerechte und unkompli-
zierte Beratung, Auskunft und Ver-
netzung an. Sie leitet das Schul-
projekt COMOUT und ist jeweils am
Open Air St. Gallen vor Ort.

Fragen, Beratung und Information:
info@ahsga.ch 071 223 68 08

Herausgeberin
AHS GA, 2015,
www.ahsga.ch



Teile dieser Publikation wurden mit
freundlicher Genehmigung aus der Broschüre
LGBTI von gesundheit schwyz übernommen.

Lesbisch
queer
Gay
schwul
Bisexuell
homosexuell
Transgender
Intersexuell

Die Vielfalt an sexuellen
Orientierungen und
Geschlechtsidentitäten ist
grösser als du denkst!

Mittendrin

Rund zehn Prozent aller Menschen sind lesbisch, schwul oder bisexuell. Das sind in der Schweiz mehrere Hunderttausend. Man geht davon aus, dass in der Schweiz mehr homosexuelle Menschen leben als Bauern.

Sie sind ein Teil der Gesellschaft, leben mittendrin, gehören dazu.

Marion 17 J.

Mit vierzehn war ich mir sicher, dass ich auf Frauen stehe. Bis ich offen damit umgehen kann, dauert es wohl noch eine Weile.

Was bin ich?

Menschen entscheiden nicht selber, von welchem Geschlecht sie sich angezogen fühlen, aber sie müssen es selber herausfinden.

Es gibt nicht unbedingt eine klare Grenze: hier lesbisch, hier schwul, hier bi, hier hetero. Im Leben ist vieles offen und möglich. Viele Unsicherheiten klären sich mit der Zeit, durch Gespräche, durch das Hinhören auf die eigenen Fantasien, durch Ausprobieren.

Goran 15 J.

Ich bin verwirrt. Bei einem Mädchen in der Klasse fühle ich mich verliebt. Dann gibt es einen Jungen, der super aussieht. Bei ihm fühle ich mich stark erregt. Was bin ich denn jetzt?

Coming-out

Coming-out heisst «herauskommen» – zu sich selber stehen, und das auch vor anderen! Man lebt mitten unter anderen Menschen. Was sie denken, ist wichtig. Man muss das Coming-out nicht überstürzen, man kann sich zuerst an nahestehende Personen wenden. Unsicherheit, Angst oder Bedenken können einen in dieser Zeit sehr belasten. Doch wenn man sie überwinden kann, fallen die Reaktionen in der Regel positiv aus.

Yannik 19 J.

Seit meinem Coming-out hat mein Leben erst richtig begonnen...

Transmenschen

Transsexualität ist etwas anderes als Homo- oder Bisexualität. Es geht nicht darum, wen du liebst, sondern wer du bist.

Wenn jemand merkt, dass er ein Junge ist, aber einen weiblichen Körper hat, nennt man ihn Transjunge. Bei einem Transmädchen ist es umgekehrt. Es wurde mit einem männlichen Körper geboren, ist aber eigentlich ein Mädchen. Trans* ist keine Krankheit. Es ist einfach eine Variante, die vorkommt. Niemand weiss, woher es kommt. Aber das ist auch nicht so wichtig. Wichtig ist, dass Transmenschen akzeptiert werden!

Marina 15 J.

Ich weiss nicht, wer ich bin. Einfach nur ein ungewöhnliches Mädchen oder doch ein Junge?

Gesundheit beim Sex

Sex fühlt sich gut an und ist eine positive Kraft. Es ist wichtig zu wissen, wie man sich vor Geschlechtskrankheiten und HIV/Aids schützen kann.

Safer Sex Regeln

Eindringender Geschlechtsverkehr (Penis in Scheide oder After) immer nur mit Präservativ und Gleitmittel. Aber Achtung: Gummis sind kein absoluter Schutz vor gewissen Geschlechtskrankheiten.

Oralverkehr (Blasen, Lecken): kein Sperma oder Menstruationsblut in den Mund und nicht schlucken.

Bei Jucken, Brennen und Ausfluss (Penis, Scheide, After, Mund) zum Arzt.

LGBT im Recht

Schwul, lesbisch, bisexuell oder trans* zu leben ist erlaubt und wird nicht verfolgt.

Seit dem 1. Januar 2007 können sich schwule und lesbische Liebende als Paar eintragen lassen. Das nennt man dann «eingetragene Partnerschaft». Aber eingetragene Paare dürfen in der Schweiz (noch) keine Kinder adoptieren. In einigen anderen Ländern ist das möglich.

Ach, übrigens... In der Schweiz gilt das Schutzalter 16 Jahre. Das heisst, dass Jugendliche unter 16 Jahren Sexualität leben dürfen, wenn der Altersunterschied zwischen ihnen nicht grösser als 3 Jahre ist.