

Sexualität – was sind unsere Rechte?

In leichter Sprache



Sexualität gehört zum Leben von allen Menschen

Sexualität, das ist zum Beispiel:
kuscheln, streicheln, sich anschauen, küssen,
miteinander schlafen.

Auch sich selber streicheln gehört dazu.

Sexualität ist für jeden Menschen anders.

Für Kinder ist Sexualität anders als
für Erwachsene.

Für Frauen ist Sexualität anders als für Männer.

Sexualität hat viel mit Gefühlen zu tun.
Vor allem mit schönen Gefühlen!
Mit Lust und Freude, Zärtlichkeit und Liebe.

Sexualität und Gesetze

In Gesetzen steht etwas über unsere Rechte.

In den Gesetzen über Sexualität steht:

Alle Menschen haben die gleichen Rechte.

- Egal, ob wir Männer oder Frauen sind.
- Egal, ob wir einen Mann oder eine Frau lieben.
- Egal, ob wir eine weiße oder braune Hautfarbe haben.
- Egal, ob wir behindert oder nicht behindert sind.

In den Gesetzen steht auch, was wir nicht tun dürfen.

- Niemand darf einen anderen Menschen zum Sex zwingen.
- Niemand darf einem anderen Menschen mit Absicht beim Sex wehtun.
- Ein Erwachsener darf keinen Sex mit einem Kind haben.

Sexualität selbst bestimmen

- Mit wem möchten wir zärtlich sein oder Sex haben?
- Was möchten wir tun, wenn wir zusammen sind?
- Möchten wir miteinander schlafen oder nicht?
- Möchten wir Kinder bekommen oder nicht?



Wissen hilft

Es ist gut, wenn wir über unsere Gefühle und Wünsche Bescheid wissen.

Dann können wir sagen, was wir beim Sex mögen und was nicht.

Wir wissen dann besser, wie wir uns beim Sex verhalten können.

Und was wir tun können, wenn wir keine Kinder bekommen möchten.

Wo kann man nachfragen

Es gibt Beratungsstellen und Menschen, die sich mit Sexualität und Rechten auskennen.

Da kann man hingehen und nachfragen, wenn man mehr über Sexualität wissen möchte.

Man kann bei pro familia anrufen.

Die Telefonnummer ist: **069 – 26 95 77 90.**

Dort kann man uns sagen, ob es eine Beratungsstelle in der Nähe gibt.

Man kann auch eine E-Mail an **info@profamilia.de** schicken.



Im Internet kann man viel in leichter Sprache lesen.

Auch über Sexualität und Liebe.

Hier können wir nachschauen:

- www.lebenshilfe.de
- www.people1.de
- www.mixedpickles-ev.de
- www.wildwasserwuerzburg.de
- www.leben-mit-handicaps.de/sprache.htm





Impressum: © 2013,

pro familia Deutsche Gesellschaft für Familienplanung,
Sexualpädagogik und Sexualberatung e. V. ,

Bundesverband

Stresemannallee 3

60596 Frankfurt am Main

Telefon 069 – 26 95 77 90

www.profamilia.de

Gefördert von der Bundeszentrale für
gesundheitliche Aufklärung (BZgA)

Ihre nächste Beratungsstelle

Stempel der Beratungsstelle