

كل شيء يجب أن تعرفه عن إفصاحك
عن ميولك الجنسية





لديها

لم تفصح عن ميولها
كمثلية الميول الجنسي
حتى الآن

تحب
الرياضة

تحب فريق كرة السلة
لل سيدات طيور الثلج
USC فرايبورغ

مرحباً،

من الجميل أن تفتحوا هذا الكتيب. في هذا الكتيب جمعنا لكم كل شيء ذو علاقة بالإفصاح عن ميولكم الجنسي. يمكنكم أن تتفصخوا على نطاق واسع ، وتروا بأن شجاعتكم قد أتت بنتيجة ، وسوف تكتشفون بأن توجهاتكم الجنسية طبيعية وهويتكم الجنسية ليست ثنائية الأبعاد فقط !

نتمنى لكم وقت ممتع بالقراءة و من الممكن أن نرى بعضنا البعض في إحدى لقاءات المجموعة الشبابية أو في أخرى !

مجلسكم الإستشاري الشبابي:

جيني و فيليسييتاس و فلو و كاتي و سارة و شتيفان و يولي

المجلس الإستشاري الشبابي في ما يخص منشور الإفصاح عن الميول الجنسي: قدمنا أفكار مهمة في هذا المنشور و أعطينا الموافقة بالنهاية. LSBTTIQ نحن نتكون من أحرف كثيرة من طيف وراعيها أيضاً أن لا يُنسَ شيء.

«أنا مختلف نوعاً ما عن الآخرين»



هل تشعرين بأنك مثل ييرين؟
أنت تذهبين إلى السينما مع صديقاتك لتشاهدن لشاهدين فلماً ما، وكل الفتيات يفتنن بالممثل الجذاب، عداك أنت، إنك تشعرين بالافتتان تجاه الممثلة وتجدينها جذابة.



تقول ييرين: «هل أنا مختلفة؟ نوعاً ما نعم ونوعاً ما أبداً.»

مرحباً،

إنه لمن الجميل أن يقع هذا المنشور بين يديك. إنه مهم لك في حال كنت تسأل نفسك «من أنا؟»

«هل أنا ذكر أم أنثى أم شيء ما آخر؟»
«من أحب؟» «هل أنا فعلاً مغاير الجنس، أم مثلي الجنس أم ثنائي الميول الجنسية؟ وماذا يعني هذا كله؟»

نرغب بأن نعطيك بعضاً من المعلومات التي قد تساعدك خلال طريقك لاكتشاف ذاتك، ونتمنى لك الكثير من المتعة بالقراءة.

«نحن» شبكة LSBTTIQ (مثليو ومثليات الجنس وثنائيو الميول الجنسية والمتحولين الجنسيين واللاجنسيين والمختنئين وأحرار الجنس) في ولاية بادن فورتمبيرغ. من خلال هذه الشبكة تعرّف الكثير من الناس على بعضهم واستطاع مثليو ومثليات الجنس وثنائيو الميول الجنسية واللاجنسيين والمختنئين وأحرار الجنس العيش بحرية.

من الواضح أننا نشعر بأننا مختلفون عن الجميع. إن المجتمع الذي نعيش فيه يملك الكثير من المعتقدات التي نواجهها عندما نعيش ضمنه. على سبيل المثال، هنالك التصور السائد بأن الصبيان يجب أن يقعدوا دوماً بغرام الفتيات والعكس صحيح، وأن هنالك دائماً إما ذكراً أو أنثى، ولكل دور محدد.

هذه المعتقدات لاتقال علينا ولكن معظم الناس يؤمنون بها ويعتبرونها من المسلمات.

هل سبق لك أن طرحت السؤال: «ما هو حقاً الطبيعي وما هو المختلف؟»
عندها فإن هذا البروشور مناسب لك تماماً. تستطيع أن تمتلك الشجاعة لتتخذ موقفاً تجاه مشاعرك، وستشعر بالمفاجأة عندما تكتشف كم هو لمن الطبيعي أن تكون مختلفاً، لأن الناس بالواقع مختلفووووووون جداً!

أنا لست لوحدي

من المهم، عندما تلاحظ بأنك مختلف، أن تسمح لنفسك بأن تشعر هكذا. أنت رائع تماماً كما أنت.
اكتشف و أطلق العنان لنفسك واعرف ما الذي يجعلك سعيداً خلال طريقك.
عندما تأخذ مشاعرك على محمل الجد، عندها ستعلم تماماً مالذي تريده حقاً.

أو هل تشعر بأنك مثل توم؟
لاتشعر بشيء إطلاقاً تجاه الطالبة
الجدابة الجديدة في الصف ولكنك
تشعر بدقات قلبك عندما تسير
جنباً الى جنب مع صديقك.

يقول توم: « هل أنا مثلي
الجنس؟ نعم! »

أو هل تشعر بأنك مثل ستيفان؟
والداك يرون فيك صيباً ناجحاً، ولكنك في داخلك تعرف بأن ذلك غير صحيح
وتشعر بأنك مختلف؟

يقول ستيفان:

« أشعر بأعماقني بأنني فتاة، وأرغب بأن أدعى ستيفاني »

أو هل تشعرين مثل ليان؟
تشعر بأنك لا ذكر ولا أنثى .

تقول ليان: « أحيانا أقول بأنني لاجنسية. هذا يعني
بأنني لا أشعر بأنني امرأة أو رجل وإنما هويتي الجنسية
حيادية »

يقول سان: « في البداية لم أمتلك الشجاعة لأذهب إلى المجموعة، وبعدها شعرت بحرية مطلقة بأن أخوض الكثير من التجارب، وأن هنالك أشخاصاً مثلي، وأنهم رائعين أيضاً»



يجب أن تعلم بأن مثليي ومثليات الجنس وثنائيي الميول الجنسية واللاجسيين والمخنثين كانوا موجودين دائماً في كل الأزمان وموجودين في الوقت الحالي بكل مكان، وكانوا ولا يزالون موجودين في كل بلد وفي كل دين وفي كل ثقافة وفي كل قرية ومدينة... ببساطة، في كل مكان.
كن متأكداً تماماً بأنك لست وحيداً في هذا العالم.

العنوان الثالث: ما هو حقاً الإفصاح عن الميول الجنسية (Coming Out)؟

ربما سمعت من قبل بمصطلح «الإفصاح عن الميول الجنسية» أو (Coming out)، إنه يعني الإفصاح لنفسك وللعلن من أنت حقيقةً. الإفصاح عن ميولك الجنسية هو جزء مهم من طريقك لتكون أنت كما أنت.

ما يساعدك حقاً هو أن تجد أشخاصاً يفهمونك. معهم تستطيع أن تشعر بأنك طبيعي تماماً وأنه طبيعي أن تكون مثلي الجنس أو تكوئي مثلية الجنس. وإنه لمن المفرح جداً أن تعيش بحرية مطلقة كمتحول جنسي أو لاجسي. مع الأصدقاء والصديقات الذين يقفون بجانبك تستطيع أن تخوض المحن ولا تشعر بالوحدة.



من الممكن أن يشعرك إحساسك بالوعي الذاتي بالخوف. لا توجد قاعدة عامة عن كيفية سير عملية «إفصاحك عن ميولك الجنسية». خذ وقتك. أية طريقة تفعلها هي الصحيحة. أنت الذي يقرر متى وكيف سيكون الوقت المثالي لتفعل ذلك.

الإفصاح عن الميول الجنسية الشخصي والعلني:

الإفصاح عن الميول الجنسي الشخصي يعني بأن تكتشف حقاً من أنت سواءً كنت مثلي أو مثلية الجنس أو ثنائي الميول الجنسية أو متحولاً جنسياً أو لاجنسي أو خنثى وماذا يعني ذلك لك.

الإفصاح عن الميول الجنسي العلني هو أن تفصح عن ذلك للناس، إنه من حقل أن تقرر ألا تقول ذلك لبعض الناس ضمن مواقف معينة.

تقول آني: « إن الإفصاح عن ميولي الجنسية الشخصي قد طال أكثر من سنتين، بعدها جعلته علنياً في المدرسة. في البداية اعتقدت أن أكون مثلية الجنسي منتمة لعائلة كاثوليكية في قرية أمراً غير ممكن الحدوث، ولكن تبين لي العكس تماماً! »

يقول توم: « والدتي كانت سعيدة جداً عندما امتلكت الشجاعة لأقول لها ذلك. لقد شعرت هي ولوقت طويل بأنني غير سعيد ولكن بعدها عرفت هي السبب الحقيقي، وهي تشعر بالسعادة لأنني بحال أفضل »

يشعر الكثير من مثليي ومثليات الجنس بعد الإفصاح عن الميول الجنسية بسعادة عارمة عندما يتصل بهم محبوبهم، تحمر وجنات ثنائيي الميول الجنسية عندما يقف حبيبهم أمام الباب، الفتاة المتحولة جنسياً تسعد عندما تسمع للمرة الأولى كم تبدو هي رائعة بملابسها الجديدة التي تعبر عن نفسها كما هي.

يقول جوشوا: « إن إفصاحي عن ميولي الجنسية أمام عائلتي وأصدقائي أشعرتني بأني أقوى، أشعر بأنني أستطيع أن أتخذ قراراتي وأكون أكثر وعياً لذاتي »

مهندسة صوت



الهوية الجنسية أكثر من ذلك بكثير

الهوية الجنسية ليست فقط ما يحدده جسدك. إنها أكثر من ذلك بكثير، وإن هنالك العديد من الفرص أمامك لتعيش هويتك الجنسية وتكتشف ذاتك. لا يحق لأحد أن يملّي عليك أن تعيش كصبي أو بنت أو بين ذلك، أو يملّي عليك ما يجب أن ترتديه أو حتى كيف أن تتصرف. جرب بنفسك، أي الملابس تعجبك؟ مالذي تحب أن تفعله؟ أي نوع من الموسيقى تستهويك؟ مالذي يؤثر بك؟

لكن ماذا عندما لا تتناسب هويتك الجنسية مع جسدك؟ في الواقع، إن الطريق ليس سهلاً أمام المتحولين جنسياً أو اللانجنسين، ولكن إذا كنت كذلك، فالنتيجة تستحق الخوض في مصاعبه.

تقول نيكول: « أيضاً لقد لاحظ أصدقائي أنني أكثر سعادة عندما استطعت أن أعيش هويتي الجنسية»

عندما تتخذ القرار لإجراء عملية تصحيح الجنس، تبدأ عملية التحول الجنسي، من خلالها يبدأ جسدك بالتغير (سواءً نتيجةً للهرمونات أو الأدوية الأخرى)، وتبدأ عملية تغيير الإسم والجنس في السجلات الرسمية.

تقول سيلينا: « لازلت أنتظر، خالتي تعرف بذلك، وحالياً إن ذلك كافٍ بالنسبة لي. إنني أستطيع التكلم معها عن أي شيء»

الفتيات اللواتي يحببن الموضة والأزياء

تعتبر نفسها لا جنسية

لديها مدونة للموضة خاصة بها

تكون مع الفتاة المجدة بالدراسة والمحبة لإصلاح الإلكترونيات سوياً

تستطيع أن تقلم الأظافر وتحل واجبات الرياضيات في عشرين دقيقة!

الطماق هو في الحقيقة بنطال



كونك لا ذكراً ولا أنثى هو أيضاً هوية جنسية:

المختنون كانوا ولا يزالون في الوقت الحاضر يخضعون للعديد من العلاجات الدوائية من أجل تحديد جنسهم. الختنية تعني أن تكون الأعضاء الجنسية غير واضحة أو مبهمه.

تقول جول: « إنني فخورة بهويتي الجنسية، لأنني لا أدرج تحت مسمى ذكر أو أنثى»

فتى الهيبستر

هو مرح ومتهج ككلمة مثلي الجنس

يحب النكت المضحكة

يعتبر نفسه مثلي الجنس و جنسي

يريد أن يصبح نباتي ولكن لا يستطيع أن يقاوم الكيك بالجين

نباتي



ألعاب الفيديو للأولاد

لا يخرج من البيت من دون القبعة العسكرية

تعرف للتو على فتى إهو وهو حتماً مهتم

يصف نفسه شاب لا جنسي

يحب الموسيقى وألعاب الفيديو



عندما تريد أن تغير اسمك، ماذا تظن؟ أي الأسماء يناسبك؟ ربما والديك لديهم فكرة جيدة؟

عندما تجد الاسم المناسب، قل للجميع كيف تفضل أن تدعى وأن تتم مخاطبتك، ودعهم يأخذون وقتهم لإعتياد عليه.

إنه لمن المهم جداً أن تقرر متى وكيف وأي طريق تسير فيه. عندما تحتاج معلومة أو نصيحة اتجه إلى الآخرين الذين مروا بنفس التجربة مسبقاً.

التمييز والتحيز:

ربما تشعر بالامتناع أو أنك مستثنى خارجاً ضمن المدرسة أو النادي أو حتى بين أصدقائك. إنه شعور مؤلم حقاً. كل ما يجعلك تشعر بالألم ليس جيداً. عندما تخوض تجربة عنف ضدك، اطلب المساعدة. إنه لمن المهم جداً عندما لاتعرف الما الذي يتوجب عليك فعله لمواجهة هذا التمييز والتعصب ألا تسكت عما يحصل لك. ثق بشخص ما واطلب المساعدة.

أحياناً تشعر بالوحدة التامة تجاه تلك المشاكل، لكن هنالك اناس آخرين قد مروا بنفس التجربة واستطاعوا أن يجدوا طريقاً لتفاديها. وإن هنالك أناس يعتبرونك مهم جداً بالنسبة لهم، تحدث معهم عن مشاكلك.

يقول لوكا: « أن تطلب الدعم من الآخرين لايعني أنك ضعيف، بل على العكس، هذا دليل على قوتك»

أيضاً من المهم أن تطلب المساعدة من أشخاص مختصين. الإستشارة مجانية وسرية، هذا يعني أن اسمك وقصتك لن يعرفها شخص آخر أبداً. فقط تشجع.

ماذا تفعل عندما تشعر بالضغط النفسي؟

فتى الإيمو

أحياناً لا يتفاعل الآخرون جيداً تجاه إفصاحك عن ميولك الجنسية، ربما لأنهم لم يتوقعوا ذلك منك، أو أنه من الصعب بالنسبة لهم تقبل نمط حياتك. البعض يحتاجون وقتاً ليتفهموا ذلك، كن صبوراً معهم ولا تستسلم.

اسعى نحو الأشخاص الذين يتقبلونك أنت كما أنت واعرف من هم الأشخاص الذين يمكنك أن تثق بهم فعلاً. يمكنك أن تجد هؤلاء الأشخاص في كل مكان، ليس فقط في مجموعات ال LSBTTIQ، وإمّا أيضاً ضمن عائلتك أو أصدقائك أو نادي الرياضة.



الفتاة المجددة بالدراسة والمحبة لإصلاح الإلكترونيات

نحن أكثر من ذلك

نحن لسنا فقط مثليو ومثليات الجنس وثنائيو الميول الجنسية والمتحولون الجنسيون واللاجنسيون والمختثون وأحرار الجنس، نحن أصحاب بشرة مختلفة، نختلف بالمعتقدات، نتكلم في المنزل العديد من اللغات، لدينا الكثير أو القليل من النقود، كبار أو صغار، نحيفون أو بدينون، مرضى أو أصحاء، لدينا تعليم مختلف وتجارب عديدة.

تكون مع الفتاة
اللاتي تحب الموضة
والأزياء

تعتبر نفسها
مثلية الجنس

الجنس -
أنثى

أفصحت عن ميولها
الجنسية لدى عائلتها. في
الشيء كان أمر غريب بعض
الشيء ولكن بعدها أصبح
على مايرام تماماً.

دائماً على
الهاتف الذي
كثيراً على
اليوتيوب

تحب
التكنولوجيا



تقول بيرون: « أنا لست
متحررة الجنس فقط، أنا
امرأة ذات لون ومسلمة....
في ألمانيا يقود ذلك لعدم
تفهم يفوق وصفه.... هل
تشعر بذلك أيضاً؟»

التمييز موجود دائماً في المجتمعات

يتعرض الكثير من الناس بسبب حقيقة من يكونون لأنواع

مختلفة من التحيز والتعصب والتمييز .

من الممكن أن يحصل ذلك لشباب أسود البشرة في لقاء مع بعض
الشباب، بأن يتم إلقاء نكت عنصرية حول الأشخاص سود البشرة.

وأيضاً يمكن أن لاتستطيع صديقتك ذات البشرة البيضاء وذات
الميول الجنسية الثنائية أن تذهب للقاء الأصدقاء بسبب عدم

وجود رامة لكرسيها المتحرك!



نحن ننتمي جميعاً لبعضنا:

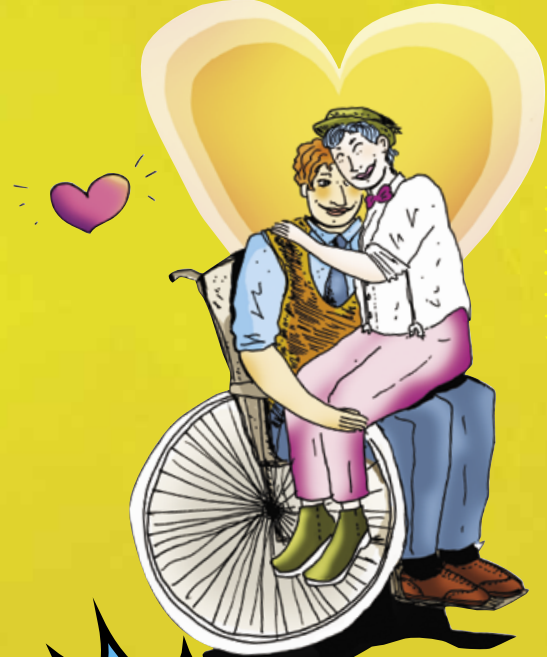
صحيح أننا لانتمائل بالمظهر، أو بهويتنا الجنسية، ونعيش بشكل مختلف تماماً عن بعضنا، لكن لدينا جميعاً الحقوق نفسها كبشر ونفس الحقوق بأن نعيش دون تمييز أو تحيز أو تعصب تجاهنا. من أجل ذلك يتوجب علينا جميعاً من أجل جعل الدعوة مفتوحة دائماً للجميع للمشاركة ضمن مجتمعنا LSBTTIQ أو نوادينا أو الحفلات والتجمعات.

خاتمة:

لقد كان ذلك كثيراً من المعلومات، أليس كذلك؟

نتمنى أن يكون ذلك جيداً نوعاً ما بالنسبة لك. في المرة القادمة التي تذهب فيها إلى السينما خذ معك اثنين من أصدقائك من مجموعة LSBTTIQ. في حال عدم وجود مجموعة LSBTTIQ في منطقتك، أنشئ مجموعة جديدة. في الإنترنت ستتعرف بالتأكيد على أشخاص مثلك ويفهمونك، وهم يبحثون أيضاً عن أصدقاء أو صديقات. إن كونك في مجموعة هو أفضل دائماً من كونك وحيداً.

نتمنى لك وقتاً ممتعاً والكثير من اللحظات السعيدة.



التوجه الجنسي | التوجه الجنسي يحدد من تجده جذاباً أو تقع في حبه. هذا يعني أن تكون مغاير الجنس أو مثلي أو مثلية الجنس أو ثنائي الميول الجنسية أو من أحرار الجنس.

الهوية الجنسية | الهوية الجنسية تعني الطبيعة الجنسية التي تشعر بها، سواء ذكراً أم أنثى أو ما بين ذلك.

مثلية الجنس | المرأة التي تشعر بالإنجذاب الجنسي تجاه امرأة أخرى.

مثلي الجنس | الرجل الذي يشعر بالإنجذاب الجنسي تجاه رجل آخر.

ثنائي الميول الجنسية | الشخص الذي يشعر بالإنجذاب الجنسي تجاه أشخاص من كلا الجنسين.

المتحول الجنسي | هو شخص يشعر بعدم انتمائه للجنس الذي ولد به.

اللاجنسي | هو الشخص الذي لايعتبر نفسه ذكراً أو أنثى ولاينتمي إلى إحدى هاتين الفئتين.

المخنث | هو الشخص الذي يملك أعضاء تناسلية مبهمة.

أحرار الجنس | هم الأشخاص الذين يحاولون تغيير تعريف ماهو طبيعي. يستخدم مصطلح أحرار الجنس للإشارة إلى مثليي ومثليات الجنس ومثليي الجنس والمتحولين جنسيا واللاجنسيين.

مغاير الجنس | هم الأشخاص الذين يشعرون بالإنجذاب الجنسي تجاه الجنس الآخر ويشكلون الأغلبية. ومع ذلك هذا لايجعلهم «طبيعيين».

سيس | هم هؤلاء الناس الذين يتناسب جنسهم مع الجنس الذي ولدو فيه

ووك (السيدة الملونة) | تأتي هذه التسمية من بوك (الناس الملونين) هي التسمية الذاتية للناس الذين يصبح لديهم خبرات في التمييز العنصري.

أسود | هي التسمية الذاتية للناس السود اللذين لديهم جذور إفريقية ويعيشون بشكل متناثر في كل أنحاء العالم. الحرف الأول من كلمة أسود يكتب بالخط العريض لأسباب سياسية.

LSBTIQ | تكون للإتجاهات الفردية في مجتمع متنوع كقوس قزح (ل) مثلية الجنس، (س) مثلي الجنس، (به) ثنائيي الميول الجنسية، (ته) اللاجنسيين، (ته) المتحول الجنسي، (ي) المخنث، (كو) أحرار الجنس. هكذا تصبح كل مجموعة واضحة، على الأقل كحرف.

على شبكة الإنترنت

- <http://www.achsoidtas.com> (موقع للتقارير الهزلية التصويرية)
- <http://www.dbna.de> (بوابة للمثليين الشباب)
- <http://www.gorizi.de> (بوابة للمثليات الشابات)

صور متحركة - بعض المختارات

- الفتاة المسترجلة Tomboy (فرنسا في عام 2011، للذين تتراوح أعمارهم بين 6 سنين وما فوق) اللانجسين
- لكن أنا رئيس المشجعين But I'm a Cheerleader (أمريكا في عام 1999، للذين تتراوح أعمارهم بين 12 سنة وما فوق) - مناسب لك!
- Itty Bitty Titty Committee (فلم كوميدي أمريكي للذين تتراوح أعمارهم بين 12 سنة وما فوق، 2007 في عام) - متطرفين فتاة مرحة جداً
- XXY (الأرجنتين في عام 2007، للذين تتراوح أعمارهم بين 12 عام وما فوق) - المخنث
- اليوم أذهب للبيت لوجدي Hoje Eu Quero Voltar Sozinho (البرازيل في عام 2014، للذين تتراوح أعمارهم بين 6 سنوات وما فوق) - الحب مثليي الجنس والعيش مع العجز
- A Jihad for Love (وثائقي حول أحرار الجنس في المجتمع الإسلامي، في عام 2007)

و من الأفضل أن تقرأ شيء؟

- Bauer, Marion Dane (Hrsg.) (2000): Am I Blue? 14 Stories von der anderen Liebe
- باور، ماريون داي (محرر) (2000): هل أنا أزرق؟ 14 قصة عن الحب الآخر
- Witte, Tania (2012): leben nebenbei - وبت، تانيا (2012): يعيش جانباً - متنوعة وملونة
- Herrndorf, Wolfgang (2010): Tschick هرن دورف، و فولفغانغ (2010): تشيك - رواية جميلة عن مثلي الجنس
- Jenny mit O (2005): Fessel, Karen-Susan (2005): جيني مع O - رحلة للذات
- Gagarim, Yori (2014): Let them talk غاغاريم، يوري (2014): دعهم يتحدثون - بين الجنسين مجرد فكاهة
- www.lambda-bayern.de/-leadmin/dl/heft_akzepttrans_web.pdf

مع معلومات تعليمية وقانونية

غبة في مشاهدة المسلسلات؟

- شفاف (2014) Transparent
- البرتقالي هو اللون الأسود الجديد Orange Is The New Black (2013 وما بعدها).
- خدمة الشفاء (2010) Lip Service
- التبغ (2015) Becoming
- أنا أحبك ولكن ... I Luv U But (مسلسل باللغة العربية والإنكليزية)

للشباب والشابات المهتمين ب lsbtqi يوجد مجموعات كثيرة وعروض أخرى - من الممكن أيضاً في المحيط الذي تعيش فيه. وسائل الاتصال تجدها هنا على صفحتنا في الإنترنت: www.netzwerk-lsbtqi.net/jugendgruppen

جمعية الشباب التابعة لشبكة

LSBTTIQ Baden-Württemberg

www.queer-future-bw.de

LSBTTIQ ومن أصول مهاجرة؟ أكيد!

www.gladt.de

GLADT جمعية - مثليون ومثليات الميول الجنسي من تركيا

www.quarteera.de - أحرار الجنس بالروسي

www.lesmigras.de LesMigras

مثليات الميول الجنسية/ثنائيات الميول الجنسية ومثليات الميول السود والناس المتحولين

مراكز المشورى والمساعدة التخصصية في المنطقة التي تعيش فيها

يمكنك أن تجدها تحت

www.beratung-lsbtqi.net/beratung

مع نقاط الاتصال، على سبيل المثال في

z.B. in Freiburg, Karlsruhe, Mannheim,

Heidelberg, Ravensburg, Reutlingen, Stuttgart, Tübingen, Ulm.

الVLSP تقدم قائمة محدثة باستمرار عن مراكز المشورى المتخصصة في جميع أنحاء ألمانيا:

www.vlsp.de/beratung-therapie/angebote/liste

في هذا الموقع تجدون أيضاً مواضيع مثيرة للإهتمام عن الإفصاح عن الهوية الجنسية.



بصمة الناشر

نشر من قبل شبكة LSBTTIQ في بادن - فورتمبرغ
(Netzwerk LSBTTIQ Baden-Württemberg)

إتحاد فكري غير حزبي و غير مقيد لمجموعات وجمعيات ومبشرين من الناس
الذين ينتمون لمثليات الميول الجنسية، مثليي الميول الجنسية، ثنائيي الميول،
المتحول الجنسي، اللاجنسي، المخنث وأحرار الجنس.

الموقع

www.netzwerk-lsbttiq.net

البريد الإلكتروني

coming-out@netzwerk-lsbttiq.net

بدعم من: Ministerium für Soziales, Gesundheit und
Integration Baden-Württemberg

وزارة الشؤون الاجتماعية و الإدماج في بادن فورتمبرغ

منسقة المشروع: Anouk Ehreiser أنوك ايهرأيزر

الترجمة للغة العربية:

خالد ح. (uebersetzungverbindetuns@web.de) و مصطفى ي.

العنوان الأصلي:

Coming Out. Alles, was Du wissen solltest.

Hrsgg. vom Netzwerk LSBTTIQ Baden-Württemberg

3. aktualisierte Auflage - Copyright© 2022

التصميم والإنتاج: Henna Räsänen | www.hennarasanen.wordpress.com

www.tektek.de

Arabische Übersetzung der

3. aktualisierten Auflage - Copyright © 2020,

Netzwerk LSBTTIQ Baden-Württemberg,

Adlerstraße 12, 79098 Freiburg



