



Sexualität – Was sind unsere Rechte?

In Leichter Sprache



Sexualität gehört zum Leben von allen Menschen

Sexualität ist zum Beispiel:

- Streicheln
- Sich selbst streicheln
- Sich liebevoll anschauen
- Kuscheln
- Küssen
- Miteinander schlafen

Sexualität ist für jeden Menschen anders.

Für Kinder ist Sexualität anders als
für Erwachsene.

Für Frauen ist Sexualität anders als für Männer.

Sexualität hat vor allem mit schönen Gefühlen
zu tun.

Mit Lust und Freude.

Mit Zärtlichkeit und Liebe.

Sexualität und Gesetze

Im Gesetz steht:

Alle Menschen haben die gleichen Rechte.

Auch bei der Sexualität.

- Egal, ob wir Männer oder Frauen sind.
- Egal, ob wir einen Mann oder eine Frau lieben.
- Egal, welche Hautfarbe wir haben.
- Egal, ob wir eine Behinderung haben
oder **nicht**.

Im Gesetz steht:

- 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

Alle Menschen haben das Recht, über ihre Sexualität selbst zu bestimmen.

Wir entscheiden zum Beispiel:

- Was wir tun möchten, wenn wir zusammen sind.
- Mit wem wir zärtlich sein möchten.
- Ob wir miteinander schlafen möchten.



Wissen hilft

Es ist gut, wenn wir unsere Gefühle kennen.

Und es ist gut, wenn wir unsere Wünsche kennen.

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.

Hier kann man nachfragen

Es gibt Beratungs-Stellen,
die sich mit Sexualität und Rechten auskennen.

Da kann man hingehen und Fragen stellen.

Wenn man mehr über Sexualität wissen möchte.

Wir können bei pro familia anrufen.

Wir fragen, wo eine Beratungs-Stelle in der Nähe ist.

Die Telefon-Nummer ist: **069 – 26 95 77 90.**

Wir können auch eine E-Mail schicken.

Die Adresse ist: **info@profamilia.de.**

Bei pro familia bekommt man auch diese
Broschüren in Leichter Sprache:

- Verhütung
- Liebe und Sexualität



Hier können wir nachschauen:

Im Internet kann man viel in
Leichter Sprache lesen.

Auch über Sexualität und Liebe.

- www.lebenshilfe.de
- www.menschzuerst.de
- www.mixedpickles-ev.de
- [www.wildwasserwuerzburg.de/
einfache-sprache.html](http://www.wildwasserwuerzburg.de/einfache-sprache.html)
- www.leben-mit-handicaps.de/sprache.htm





Impressum: © 2013, 2. überarbeitete Auflage 2016, 30.000 – 60.000

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

Redaktion: Claudia Camp

Dieser Text wurde geprüft vom Büro für Leichte Sprache
der Hannoversche Werkstätten gem GmbH.

Gefördert von der Bundeszentrale für
gesundheitliche Aufklärung (BZgA)

Ihre nächste Beratungsstelle

Stempel der Beratungsstelle

