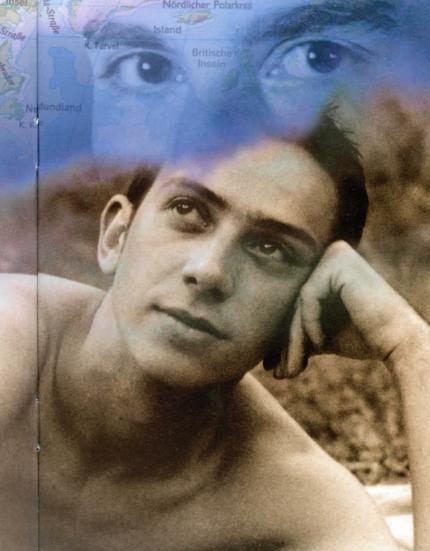


Vancouver-I

Nichts auf dieser Welt ist sicherndsonalles verändert sich ständig. Ich weiß nicht, was in zehn Jahren ist, ich will es auch gar nicht wissen. Ich entdecke das Leben jeden Tag neu, und es ist spannend. Ich liebe die Offenheit, den Spaß, die Möglichkeiten. Natürlich ist das Leben auch verunsichernd und manchmal echt hart. aber ich weiß, dass ich viele Chancen habe, das Beste daraus zu machen.

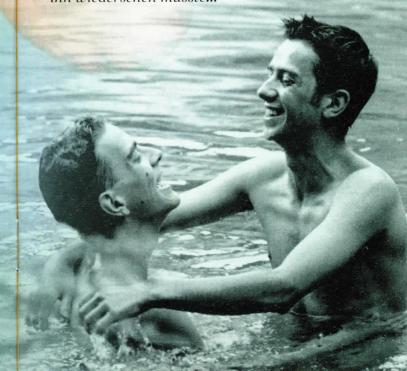
Ich kann viele Wege gehen auf der Suche nach dem Glück - was immer das sein mag. Für mich gehört auf jeden Fall ein Partner dazu, der mich liebt und den ich liebe. Und im Moment bin ich gerade ziemlich verknallt. Es ist total schön mit ihm, und ich merke: Wie wir das hinkriegen mit der Liebe, dem Sex, der Beziehung, das liegt (auch) in meiner Hand...

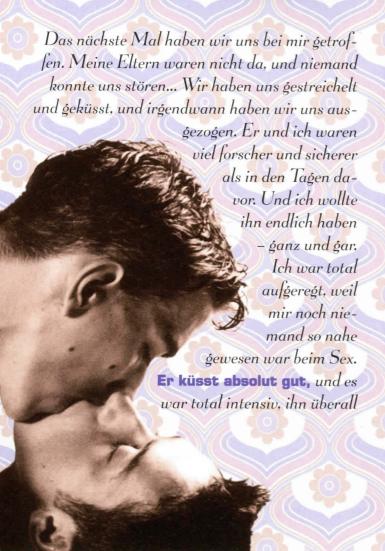


Kennen gelernt hab ich ihn auf einer Party bei Freunden. Ziemlich gemischt; einige von meinen neuen Freunden aus der Szene waren da, aber auch alte Schulfreunde. Ich hab grad so in der Runde gestanden und mich unterhalten, als mein bester Freund mit ihm ankam und uns vorstellte - mit Augenzwinkern... Na ja, wir haben ein wenig Smalltalk gehalten und sind übers Essen hergefallen, und dann haben wir getanzt. War schon interessant, wie er tanzt – ganz eigen, aber schön. Zum Schluss haben wir noch Adressen ausgetauscht und uns für den nächsten Tag im Regenbogencafé verabredet. War ein echt tolles Gespräch; er hat 'ne Menge über sich erzählt, über sein Comingout, die Familie und so. Wir haben uns dann wieder verabredet, fürs Wochenende; erst wollten wir was essen gehen und dann in die Party im Schwulen- und Lesbenzentrum. Aber um ehrlich zu sein - ich hab's echt nicht ausgehalten, ihn eine Woche gar nicht zu sehen. Also hab' ich einfach angerufen, und wir haben uns dann schon am Mittwoch getroffen. WOW, das war ein Abend, echt genial! Zum Abschied hab ich ihn - mit ein bisschen Herzklopfen - umarmt, und wir haben uns geküsst. Na ja - noch nicht so richtig, aber es war schön. Als ich dann im Bett lag, musste ich immer an ihn denken. Er hat total schöne Augen und einen süßen Mund. Und erst der Hintern, und die Hände... Huiuiuhh!

Zum Glück waren wir für den nächsten Tag wieder verabredet, da hab ich ihn mit zum Strand geschleppt. Er hat dauernd versucht, mich unter Wasser zu drücken - aber da hatte er sich geschnitten! An diesem Tag hat er mehr Wasser geschluckt als je zuvor! Na ja, und dann lagen wir auf der Decke zusammen und haben uns immer wieder "rein zufällig" berührt. Das machte mich schon ziemlich nervös... Irgendwann lehnte er sich leicht an mich, und wir blieben eine ganze Weile so liegen. Und dann streichelte er ganz unschuldig meine Haare und ich seine Schulter. Auf jeden Fall hatte ich ziemlich bald das Gefühl, ich kann nicht anders: Ich muss ihn küssen.

Zu Hause musste ich erst mal richtig durchatmen. Alles kam mir plötzlich so unwirklich vor. Ich meine, er und die Situation und alles. Gleichzeitig hätte ich echt erst mal losschreien können vor Glück und Freude und – ach, es war echt verrückt. Dabei wollte ich nach der Trennung von meinem Freund eigentlich erst mal meine Ruhe haben, die ganzen Verletzungen verdauen – wieder zu mir kommen. Aber plötzlich war mir das irgendwie egal – ich meine: ein Risiko, verletzt zu werden, ist immer dabei, und vielleicht würde es ja diesmal anders laufen? Außerdem sagten mir die **Schmetterlinge im Bauch** sowieso, dass ich ihn wiedersehen musste...





zu spüren, seine Hände, seinen Mund und seine Haare und - na ja, halt alles. Wir hatten viel zu lachen - also eher er, weil er schnell raus hatte. wo ich kitzelig bin... Und dann das lange Kuscheln danach wunderschön! So langsam habe ich mich gefragt, was das jetzt eigentlich war; ich meine, ab wann ist man zusammen?

Du gehst immer wieder aufs neue ganz verschiedene Formen von Beziehungen ein: flüchtige Bekanntschaften, Flirts, nette Abenteuer, die große Liebe, enge Freundschaften und vieles mehr... Die Frage ist: Was willst du? Was will dein Partner? Was sind deine Erwartungen, Ängste und Hoffnungen, was seine? Wie viel Nähe willst du, wie viel Distanz brauchst du?

Beziehungen können sehr vielseitig sein, und jeder hat seine eigenen Vorstellungen, Erwartungen, Ängste und Sehnsüchte. Was sind deine? Das haben wir junge Schwule gefragt und zusammengetragen, was ihnen zum Stichwort "Beziehungen" so eingefallen ist:

feste Beziehung

Sicherheit, Vertrauen und Geborgenheit sich fallen lassen und Kraft tanken Verlustängste haben zu hohe Erwartungen an den anderen Angst, nicht gut genug für den anderen zu sein sich gegenseitig akzeptieren Bereitschaft, auf den anderen zuzugehen, sich zu ändern

ausschließliche Beziehung

Traumpartner er und kein anderer er gibt dir alles, was du brauchst was er dir nicht gibt, brauchst du auch nicht große Liebe Vertrauen, sich fallen lassen, Geborgenheit goldener Käfig, sich selbst verlieren, Freunde verlieren...



geschlossene Beziehung

Sex nur mit dem Partner, ansonsten hat jeder seine Freiheiten Genüge ich ihm? Genügt er mir? Sex = Liebe was Besonderes Ehrlichkeit ist wichtig Vertrauen Sagt er mir alles?

offene Beziehung

Sex, mit wem man will peder kann bleiben, wie er ist viel Offenheit Freiheit genießen sich mitteilen Sicherheit empfinden Verlustangst Eifersucht Kann ich ihm nicht alles geben?





Affäre schön, jemanden kennen zu lernen spannend intensiv hohe Erwartungen Wie ist er, was wird werden?

Seitensprung/One-Night-Stand

Cruising/Klappe/Sexparty/Sauna/überall Zufall geile Sache Leidenschaft pur keine emotionale Bindung reine Lust Spaß an der Sache anonym spannend irgendwie einsam abspritzen und weg rein körperlich...



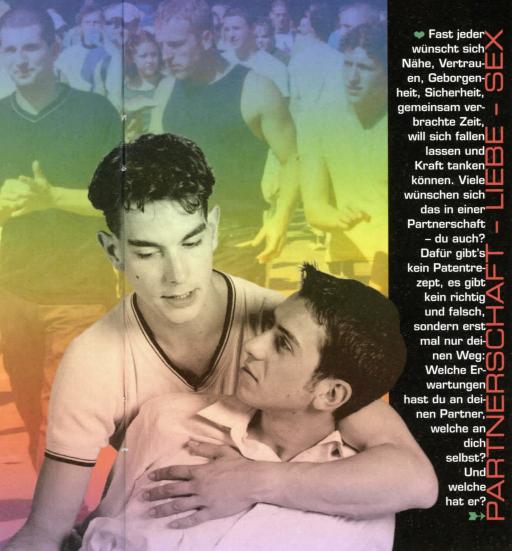
Dreier-Beziehung
(oder mehr...)
erfüllend papannend chaotisch papannend kompliziert...

Prostitution

Stricher/Callboy und Freier man bekommt, was man will (Geld oder Sex) klare Sache, reines Geschäft manchmal verwirrend incht immer leicht, Geschäft und Gefühl zu trennen

Wir haben viel geredet in den nächsten Tagen. Über uns, über das, was wir wollen, und so. Ich meine, nicht dass man das alles gleich abklären kann, aber wir hatten einfach Lust, über uns zu reden. Über die Beziehungen, die wir hatten. Und über das, was uns genervt hat und was wir uns wünschen. Na ja, zum Beispiel hatte ich gleich gesagt, dass ich mir auf Dauer nur eine "offene Beziehung" vorstellen kann. Das hat ihn ziemlich geschockt, denn bisher hatte er nur "geschlossene Beziehungen".

Wir haben viel drüber geredet, und er hat kapiert, warum ich so denke, und ich hab erkannt, dass er es echt nicht ertragen würde. Ich will ihm ja auch nicht weh tun, und er will gleichzeitig auch, dass ich glücklich bin. Gar nicht so einfach...



- Soll und kann dir dein Partner alles geben, und muss er das können? Willst du eher offen die Situation erleben oder alles Unangenehme lieber nicht sehen? Was für eine Beziehung willst du haben?
- Für viele bedeutet Beziehung, vom Partner so akzeptiert zu werden, wie man ist, und ihn so zu akzeptieren, wie er ist. Das kann aber auch zum Stillstand führen, jede Kritik "abwürgen". Und außerdem verändert man sich ja auch, bleibt nicht so, wie man jetzt ist. Partnerschaft sollte also auch heißen, den anderen auf der Suche nach seinem Weg zu unterstützen und sich gemeinsam weiterzuentwickeln. Dafür muss man manchmal über den eigenen Schatten springen, Fehler eingestehen und auf den anderen zugehen, sicher. Das kann aber auch sehr gut tun, wenn man nicht immer "stark" sein muss, sondern auch mal "schwach" sein darf.
- Aber so schön das ist, das gemeinsame Erleben, das Miteinander, dieses Wir jeder bleibt doch immer auch für sich, mal mehr, mal weniger. Alleinesein ist manchmal auch erholsam und wichtig. Auch beim Sex: ihn alleine zu erleben kann ebenso ein Bedürfnis sein, wie Sex mit dem Partner zu erleben.
- Wenn du mit jemandem zusammen bist und viel Sicherheit und Vertrauen da ist, kann es völlig o.k. sein, wenn ihr mit anderen Männern Sex habt. Der Gedanke an einen anderen, unbekannten Körper kann spannend sein. Mit der Gewissheit, dass der Partner einen wirklich liebt. Und mit Offenheit und Ehrlichkeit.
- Es kann aber auch schwer für dich sein, wenn du merkst, dass du auch noch andere Männer attraktiv findest. Oder



dass dein Partner die Sexualität nicht mehr nur mit dir teilt. Wo bleibt da das Besondere? Und was ist eigentlich das Besondere? Der SEX oder die LIEBE?

Und was tust du, wenn mit einem anderen was gewesen ist? Wenn du Angst hast, dem Menschen weh zu tun, den du doch liebst? Sagst du's ihm, trotz der Angst, er könnte einfach gehen? Oder schweigst du einfach oder lebst mit einfach seinem wennte einfach seine der lebst mit einem wennte einem wente der lebst mit einem wennte einem wente der lebst mit einem wente einem wente der lebst mit einem wente einem wente der lebst mit einem wente einem wen wente einem wente einem wente einem wente einem wente einem wen

ner Lüge? Und wenn er was merkt?
Was ist dir Offenheit und Ehrlichkeit
wert? Und dann ist da auch noch das
Thema Verantwortung. Zum Beispiel,
was HIV angeht. Viele Infektionen finden nämlich innerhalb einer Beziehung
statt, in der die Partner keinen Safer
Sex machen. Zum Beispiel, weil man einen Seitensprung lieber verschweigt.
Wer also nicht drüber reden will, kann
ja mit dem Partner von vornherein
Safer Sex vereinbaren.



Hier bin ich. Da bist du.

Du gefällst mir. Ich schaue dich an.

Alles andere verschwindet.

Du wirkst auf mich. Ich glaube, dass

wir zusammen was erleben können.

Ich kann mich irren. Das kann weh tun.

Es wird spannend. Der Puls steigt.

Du gehst mir nicht mehr aus dem Sinn.

Ich möchte aus zweimal "Ich" ein "Wir" machen.

Wer bist DU?
Was geht in dir vor?
Wie kann ich das feststellen?
Wer bin ICH?
Wer möchte ich für dich sein?
Was zeige ich dir von mir?
Wovor habe ich Angst?
Und du?

Fühlen -- Sprechen

Mit Worten werden wir konkreter.
Wir reden uns an.
Wir nennen unsere Namen.
Wir streicheln uns mit Komplimenten
oder tun uns weh.

Manchmal merke ich nicht, dass ich dir mit meinen Worten weh tue, weil sie direkt nach innen gehen.

Ich merke es nur dann, wenn du es zeigst und wenn es zu spät ist.

Wir sprechen mal mehr,
mal weniger.
Schön ist, wenn es passt;
wenn sich zeigt,
dass Wünsche
übereinstimmen
und Vertrauen entsteht.
Aber es passt nicht immer.

Ich will über Sex mit dir reden. Aber wie? Wie kann ich dir zeigen, was ich will?
Woher kann ich wissen, was du willst?
Sagen oder Zeigen?

Ich finde meinen Weg.

Hast du LUST?

Mit unseren Bewegungen können wir uns annehmen oder ablehnen. Weich sein oder hart.

Mit unserem Atem können wir hauchen, zischen, lachen, seufzen und keuchen.

Mit unserer Zunge sind wir uns besonders nahe.

Mit unserer Stimme können wir schnurren, stöhnen und schreien.

Der Sex mit ihm ist inzwischen absolut genial.
Am Anfang hatte ich ja schon leichte Probleme.
Ich war immer so außeregt und konnte mich
dann nicht richtig reinfallen lassen. Das hatte ich
vorher noch nie, aber ich war auch noch nie sooo
verliebt. Na ja, mittlerweile kennen wir uns schon
ziemlich gut, und ich hab keine Angst mehr, dass



ich nicht gut genug bin. Und ich will nicht mehr alles auf einmal... Toll ist, dass er genauso gerne experimen tiert wie ich. Wir machen einfach, worauf wir Lust haben, und lassen uns dabei alle Zeit der Welt. Das wird nie langweilig. Letztens hatten wir sogar mitten im Wald Sex. Er hat mir die Augen verbunden und mich durch den Wald geführt. Irgendwann hat er mir dann ganz langsam die Hose runtergezogen und mir einen geblasen. Wow, das war geil! Nachher war ich nur froh, dass kein Mensch vorbeigekommen ist, aber in dem Moment wäre mir das echt egal gewesen.

Beim Sex gibt's wohl nichts, was es nicht gibt. Von zart bis hart, allein, zu zweit, zu dritt oder mit noch mehr Leuten, im Bett oder auf dem Küchentisch, lange und ausdauernd oder kurz und heftig... Der Phantasie sind kaum Grenzen gesetzt, dem, was man daraus macht, auch nicht - solange nichts gegen den Willen eines Partners geschieht.

Im Folgenden haben wir zusammengetragen, was unsern Gesprächspartnern zum Thema Sex so eingefallen ist, ergänzt um einige wichtige Hinweise dazu, welche "Risiken und Nebenwirkungen" es gibt und wie man das Risiko senken kann.

Wichsen (Onanie/Masturbation/sich einen runterholen)

Ob alleine, zu zweit, zu dritt oder... eine schöne Sache, wichsen kann man überall und immer, geil und heiß, den Anblick von Körper, Erregung und Lust genießen

Umarmung

Der Anfang von allem. Von zart bis stürmisch, mit verträumtem Blick, sich im Partner verkriechen, Wärme spüren, sich geborgen fühlen

Küssen/Knutschen/Beißen

Man kommt sich näher, sieht sich an, der erste Kuss, noch zögernd, vielleicht heimlich, Zeichen von Nähe, Zuneigung und Liebe oder Geilheit, Lippen und Zunge spielen miteinander und machen Lust auf mehr, auch auf andere Körperteile, Ohr, Brust, Schenkel...

Streicheln/Petting/Reiben

Den eigenen Körper und den des anderen erfahren, Berührung pur, erogene Zonen entdecken, kraulen, knuffen, sich gehen lassen, Hände und Körper genießen, einfach nur erregend

Lecken

Die Zunge über den Körper des Partners gleiten lassen, die Zunge des Partners spüren, prickelnd und feucht, Haut schmecken, intensiv und aufregend

Blasen (französisch/oral/OV/Schwanzlutschen)

Den Schwanz des Partners lecken, küssen, daran saugen, zärtlich knabbern, bis zur Ekstase verwöhnt werden, warm und feucht, spüren, wie er wächst...





Damit die Lust nicht zum Frustwird: Wichtige Hinweise zu HIV/ AIDS, Hepatitis und anderen sexuell übertragbaren Krankheiten

Gegen HIV kannst du dich mit Safer Sex schützen, gegen Hepatitis A und B mit einer Impfung. Die wichtigste Safer-Sex-Regel lautet: Kein Blut oder Sperma auf Schleimhäute, in die Augen oder in Wunden gelangen lassen. Deshalb Ficken nur mit Gummi und ausreichend fettfreiem Gleitmittel, beim Blasen raus bevor's kommt.

Kondome verringern auch das Risiko einer Ansteckung mit sexuell übertragbaren Krankheiten wie Tripper, Syphilis oder Hepatitis C (stark im Kommen!).

> Küssen ist ungefährlich, was HIV angeht (solange kein Blut im Spiel ist), du kannst dich aber mit Hepatitis anstecken – eine Impfung ist da der beste Schutz.

Beim Blasen ohne Abspritzen in den Mund

liegt ein minimales HIV-Risiko
in den Lusttropfen – in der Regel ist
die Virenkonzentration allerdings zu
gering für eine Ansteckung – oder in kleinen Verletzungen am Schwanz oder im
Mundraum, durch die es zum Austausch von
Blut oder Sperma kommen kann. Wenn du ganz
sichergehen willst, benutze ein Kondom – das senkt
auch das Risiko, dich mit Tripper oder Syphilis zu infizieren.

Beim Lecken und Fingern und bei Natursekt- und Kot-Spielen kann es zu Infektionen mit Hepatitisviren, Darmparasiten und Bakterien oder anderen Erregern kommen.

Willst du einen Dildo oder Toys (Spielzeuge) verwenden, die gerade von jemand anderem benutzt wurden, solltest du sie vorher sorgfältig mit Wasser und Seife waschen oder dem Dildo ein (neues...) Kondom überziehen.

Fisten ist mit (Einweg-)Latexhandschuhen und viel Gleitmittel sicher (Vorsicht aber bei scharfen Fingernägeln). Ficken nach dem Faustfick ist allerdings riskant, wenn fetthaltiges Gleitmittel wie Crisco verwendet wurde – das macht Gummis porös.

Bei S/M-Praktiken sollten Peitschen und andere "Instrumente" nur bei einem Partner verwendet (oder vorher jeweils gewaschen/desinfiziert) werden.

Warm, weich, erotisch, nass, spritzig

Analverkehr (AV/Ficken/Bumsen/Vögeln/griechisch) für viele die gefühlvollste und intensivste Art, Sex zu haben, im Partner sein, mit ihm verschmelzen, ihn in sich spüren, spielerisch ausprobieren, Vertrauen, Hingabe, Entspannung



Dildos (Gummischwänze)

verschiedene Größen, Grenzen austesten, alleine, zu zweit oder mit mehreren

Faustfick (FF/Fisten)

viel Zeit, viel Gefühl, ganz sacht, viel Erfahrung, viel spüren, Vertrauen, Geduld, Entspannung

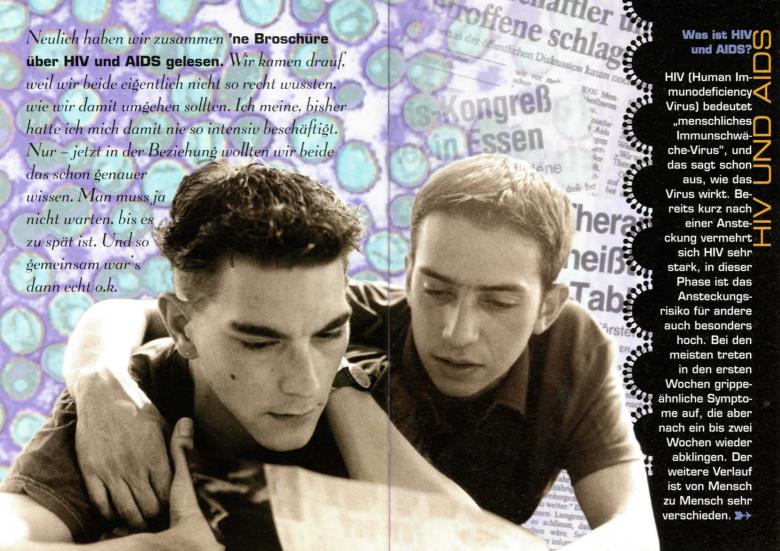
S/M-Sex

Tittentrimm (TT, Bearbeiten der Brustwarzen), Spanking (Schlagen), Bondage (Fesselspiele), Flag (Peitschen) und so weiter: Schmerz und Lust, Macht und Abhängigkeit, sexuelle Wehrlosigkeit zelebrieren, Vertrauen geben und erfahren, Grenzen setzen und beachten

Orte

Im Bett kuscheln, Outdoor-Sex, Klappe, Cruising, Park, Wald, See, im Auto, nachts am Strand, wo man will, vielleicht beobachtet werden, ein Dritter könnte dazukommen und dann...

Und was sind deine Phantasien?



Bis zum Auftreten erster Krankheitszeichen – z.B. andauernde Lymphknotenschwellungen an mehreren Stellen (Achseln, Leiste), starker Nachtschweiß und lang anhaltende Durchfälle – können Jahre vergehen. Bei fortgeschrittener Abwehrschwäche kann es dann zu "opportunistischen Infektionen" kommen (sie "nutzen" die Schwäche aus, um sich zu vermehren), zu Allergien oder zum Wachstum verschiedener Krebsarten.

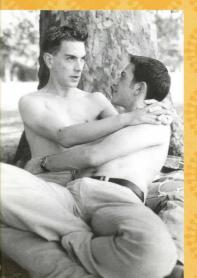
Von AIDS (Acquired Immune Deficiency Syndrome), also dem "erworbenen Immunschwäche-Syndrom", spricht man, wenn das Immunsystem stark beeinträchtigt ist und sich dadurch bestimmte Infektionskrankheiten (z.B. die PcP, eine Form der Lungenentzündung) oder Tumore (z.B. das Kaposi-Sarkom) entwickeln können.

Ist AIDS heilbar?

Es gibt nach wie vor keine Impfung gegen HIV und auch kein Heilmittel gegen AIDS. Dennoch macht die Medizin Fortschritte. Mittlerweile gibt es eine Reihe von Medikamenten gegen die Vermehrung von HIV, die den Verlauf der Infektion verzögern und die "Überlebenszeit" verlängern können. Allerdings sprechen die Medikamente nicht bei allen Personen an; außerdem haben sie zum Teil heftige Nebenwirkungen (z.B. Durchfälle, Nervenentzündungen, Fettverteilungsstörungen – eingefallene Wangen, "Stiernacken", "Proteasebauch") und können auf lange Sicht schwere Schäden verursachen (z.B. an der Leber). Und da das Virus sich unglaublich schnell verändert, kommt es auch häufig zu Resistenzen, d.h., Medikamente verlieren ihre Wirkung.

Umgang mit HIV und AIDS

HIV-positiv zu sein bedeutet, sich plötzlich mit vielen Dingen und vor allem mit sich selbst auseinander setzen zu müssen: Was ändert sich in deinem Leben? Wem sagst du's? Willst du eine Behandlung beginnen, und wenn ja, welche und wann? Wie sieht's aus mit (Safer) Sex und Part-



nerschaft? Was ist mit der Angst, andere anzustecken? Kannst du mit deinem Partner offen über deine Ängste, Gefühle und Wünsche reden?

Aber auch, wenn der Test negativ ausfällt, stellen sich Fragen: Was wäre, wenn dein Freund positiv wäre? Würde für ihn das gleiche gelten wie für dich? Würdest du ihn wirklich so akzeptieren? Hättest du Angst, dich anzustecken? Könntest du damit umgehen, dass er eventuell in ein paar Jahren stirbt? Was würde sich ändern? Was nicht? O.k., er wäre der gleiche Mensch wie

vorher, aber er trägt jetzt ein Virus in sich. Welche Auswirkungen hätte das auf euch und darauf, wie ihr miteinander umgeht? Auf euern Sex? Wie wäre es, wenn du ihn küsst? Vielleicht hättest du ein komisches Gefühl, auch wenn ihr Safer Sex macht – das Wissen über die Infektionswege allein hilft nicht immer weiter. Könntest du mit deinem Partner reden? Könnte er mit dir offen reden?

Willst du's wissen? - Der HIV-Test

Vielleicht hast du dir schon mal die Frage gestellt, ob du dich angesteckt hast. Klarheit bringt der HIV-Antikörpertest (im Volksmund auch "AIDS-Test" genannt). Aber möglicherweise ist es einfacher für dich, nicht zu wissen, ob du infiziert bist – die Entscheidung für oder gegen einen Test ist jedenfalls meistens nicht leicht. Du solltest daher auf jeden Fall vorher ein persönliches Beratungsgespräch führen, z.B. bei einer AIDS-Hilfe oder einem Gesundheitsamt in deiner Nähe. Da geht es um die Gründe, dich testen zu lassen, und darum, ob du einem positiven Test-Ergebnis (will heißen: du bist infiziert) überhaupt gewachsen wärst. Besprochen werden auch Fragen wie "Was würde das für mein Leben bedeuten?", "Könnte ich dann keinen festen Freund mehr haben?" oder "Mit wem könnte ich darüber reden?".

Gute Gründe für einen HIV-Test sind z.B.

- die ernsthafte Sorge, dich bei ungeschütztem Sex angesteckt zu haben.
- der Wunsch, mit einem festen Partner ungeschützten Sex zu machen, oder
- der Wunsch, vor einer neuen Partnerschaft "Bilanz zu ziehen" ("Bilanz"- oder "Verlobungs"-Test).

Grundsätzlich gibt es zwei Wege, eine HIV-Infektion nachzuweisen, den Antikörpertest (Nachweis der vom Körper gebildeten Abwehrstoffe gegen das Virus) und den direkten Virusnachweis.

- Der Antikörpertest kann erst etwa 12 Wochen nach der möglichen Infektion mit ausreichender Sicherheit angeben, ob eine Ansteckung erfolgte. Du musst also drei Monate mit der Ungewissheit leben.
- Der direkte Virusnachweis ist zwar schon früher möglich als der Antikörpertest, aber die Testmethode ist störanfällig, so dass es zu falsch positiven Ergebnissen kommt.

Den Antikörpertest kannst du kostenlos und anonym beim Gesundheitsamt vornehmen lassen (Adressen bekommst du bei der AIDS-Hilfe). Dir wird eine kleine Menge Blut abgenommen und untersucht, und nach ein bis zwei Wochen bekommst du in einem persönlichen Gespräch das Ergebnis mitgeteilt. Für viele ist es eine große Hilfe, wenn ein Freund, eine Freundin oder eine andere nahe stehende Person zum Test und zur Abholung des Ergebnisses mitkommt. Lautet das Ergebnis "HIV-negativ", bist du mit ziemlicher Sicherheit nicht infiziert, ist es "HIV-positiv", wurden HIV-Antikörper gefunden und du bist mit ziemlicher Sicherheit infiziert.

Beratung - Information

Gar nicht so einfach, miteinander zu reden, über sich selbst, über das Zusammenleben, über sexuelle Bedürfnisse. Und gar nicht so einfach, klare Abmachungen zu treffen – in punkto Treue, Sex außerhalb der Beziehung, Safer Sex...

Wenn ihr selbst merkt (oder andere euch darauf hinweisen), dass ihr nicht mehr weiterkommt in eurer Beziehung, könntet ihr ja überlegen, ob professionelle Unterstützung für euch in Frage kommt. Die Mitarbeiter/innen von Schwulenund Lesbenberatungsstellen können euch sicher weiterhelfen oder weitervermitteln. Die einheitliche Rufnummer der Schwulenberatung (19446) ist in vielen größeren Städten oder bundesweit mit der Vorwahl 018050 zu erreichen.

Bei Fragen zu HIV/AIDS und anderen sexuell übertragbaren Krankheiten (z.B. Hepatitis), zu Safer Sex und zum HIV-Test wendet euch am besten an eine AIDS-Hilfe oder ein Gesundheitsamt in eurer Nähe – oder an einen Arzt/eine Ärztin eures Vertrauens. Die Telefonnummern der AIDS-Hilfen findet ihr im Telefonbuch oder im Internet unter www.aidshilfe.de.

Nützliche Adressen

T Jugendnetzwerk Lambda e.V.

Bundesgeschäftsstelle Rittergut 99955 Lützensömmern Tel. 036041/4 49 83

Internet: http://lambda-online.de E-Mail: bgs@lambda-online.de

The Lesben- und Schwulenverband in Deutschland (LSVD)

Katzbachstraße 5 10965 Berlin Tel. 030/78 95 47 63 Internet: http://www.lsvd.de

To Deutsche AIDS-Hilfe e.V.

Dieffenbachstr. 33 10967 Berlin Tel. 030/69 00 87-0

Internet: http://www.aidshilfe.de

E-Mail: dah@aidshilfe.de

Gav Switchboards

In den meisten Großstädten gibt es schwule Informationsund Kontaktstellen, wo ihr alle möglichen Gruppen, Termine und Sonstiges (Partys, Filmreihen usw.) erfragen könnt. Hier eine Auswahl von Telefonnummern, bei denen ihr auch weitere Adressen bekommt:

Berlin

Mann-O-Meter: 030/2 16 80 08 Sonntagsclub e.V.: 030/4 49 75 90

Erfurt

SwiB-Zentrum: 0361/3 46 22 90

Frankfurt/Main

Gay Switchboard: 069/28 35 35

Hamburg

Hein & Fiete: 040/24 03 33

Magnus-Hirschfeld-Centrum: 040/2 78 77

Köln

Checkpoint: 0221/92 57 68 68

Sozialwerk für Lesben und Schwule: 0221/194 46

Schwul-lesbisches Jugendzentrum "anyway":

0221/510 54 96

München

Sub-Infotelefon: 089/260 30 56 (19 bis 22 Uhr)

Und zum Schluss noch was Nettes aus dem Web:

http://www.herzenslust.org/riv

"Rein ins Vergnügen" ist ein Angebot für junge Schwule, das Informationen, Tipps und Meinungen zu Liebe, Sex und dem "technischen Zubehör" (Kondome, Dildos, Toys und vieles andere) vorstellt.

Herausgeberin:

Deutsche AIDS-Hilfe e.V.
Dieffenbachstr. 33
10967 Berlin
Internet: www.aidshilfe.de

Oktober 2001 Eestellnummer: 020053

Diese Broschüre basiert auf "Es liegt in deiner Hand", herausgegeben von der AIDS-Hilfe Bonn e.V., Bonn 2000



Konzeption und Texte:

Carsten Wittorf, Bonn (Vielen Dank an Stefan, Mostafa, Olivério, Florian, Manfred, Harald, Ralf, Robin, Patrick, Matthias, Óscar, Adrian, Ralf, die Präventionsgruppe "Die Gummibärchen" aus Bonn: Dennis, Alexander, Berthold, Tobias, Francisco, Florian, Peter – ohne sie wäre diese Broschüre nicht zustande gekommen – sowie für die Beratung durch Ingo Gefeller, Martina Klünter und Stefan Timmermanns)

ledaktion:

Rainer Schilling/Holger Sweers, Berlin Bearbeitung:

Holger Sweers, Berlin

Modelle:

Tobias, Bonn; Adrian, Berlin; Alex, Berlin Fotos:

Wilfried Britz, Bonn

Gestaltung/Satz:

Carmen Janiesch, Berlin

Druck

Medialis, Berlin

Spendenkonto:

Berliner Sparkasse (BLZ 100 500 00), Konto 220 220 220

Die DAH ist als gemeinnützig und besonders förderungswürdig anerkannt, Spenden sind daher steuerlich abzugsfähig.