



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Eidgenössisches Büro für die Gleichstellung
von Menschen mit Behinderungen EBGB

Berner Gesundheit
Santé bernoise



Befragung zum Thema «Sexualität selbstbestimmt leben» in Leichter Sprache

1 Die Befragung

Es hat eine Befragung gegeben.

Die Befragung wurde von der **Berner Gesundheit** durchgeführt.

Die Berner Gesundheit setzt sich für die Gesundheit von Menschen ein.

Das Thema der Befragung war:

Sexualität von jungen Menschen mit Beeinträchtigung.

2 Was ist Sexualität?

Sexualität hat viel mit Gefühlen zu tun.

Vor allem mit schönen Gefühlen.

Sexualität hat auch mit dem Körper zu tun.

Mit sexueller Lust und Freude, Zärtlichkeit, Vertrauen und Liebe.

Jeder Mensch hat das Recht auf seine eigene Sexualität.

Sexualität ist für jeden Menschen anders.

Sie wird von jedem Menschen anders gelebt.

3 Wer hat bei der Befragung mitgemacht?

Junge Menschen mit einer Beeinträchtigung.

Sie haben eine kognitive, psychische oder körperliche Beeinträchtigung.

Oder sie haben mehrere Beeinträchtigungen.

Sie sind zwischen 12 und 25 Jahre alt.

Sie haben über ihre eigene Sexualität gesprochen.

Über ihre Wünsche und Erfahrungen.

Wer hat auch noch mitgemacht?

- Eltern und andere Verwandte,
- Betreuerinnen und Betreuer,
- Fachpersonen.

Die befragten Menschen waren vor allem aus dem Kanton Bern.

4 Was ist bei der Befragung herausgekommen?

- Sexualität ist ein wichtiges Thema.
- Liebe und Freundschaft auch.
- Viele junge Menschen wünschen sich eine Freundin oder einen Freund.

Sie überlegen sich:

Wie lerne ich jemanden kennen?

Wie kann ich das Internet dafür brauchen?

Was wünsche ich mir in einer Liebesbeziehung?

Wie möchte ich Sexualität leben?

5 Wo gibt es Grenzen?

Grenzen waren ein wichtiges Thema bei der Befragung.

Jeder Mensch hat Grenzen.

Diese müssen respektiert werden.

Bei der Sexualität ist das besonders wichtig.

Zum Beispiel:

Jemanden küssen.

Das geht nur, wenn die andere Person das auch möchte.

Über Grenzen reden hilft:

So weißt du besser, was du willst und was du nicht willst.

Und du verstehst die Grenzen von den anderen besser.

6 Was ist für dich wichtig?

Hast du auch Fragen zu Sexualität?

Dann stelle deine Fragen.

Zum Beispiel deiner Betreuerin oder deinem Betreuer.

Oder deinen Eltern.

Oder einer Fachperson.

Du darfst über Sexualität sprechen.

Du musst aber nicht.

Das entscheidest du.

Und die anderen müssen es respektieren.

7 Wie geht es nach der Befragung weiter?

Die Befragung hat gezeigt:

Es braucht noch mehr Informationen.

Die befragten Menschen mit Beeinträchtigung wünschen sich das.

Sie wollen mehr wissen über Sexualität.

Die Berner Gesundheit hat jetzt ein Ziel:

Material mit Informationen erarbeiten.

Zum Beispiel:

Flyer in Schulen oder Wohn•Heimen.

Oder Informationen im Internet.

8 Hast du Fragen dazu?

Dann ruf Patrick Kollöffel an:

031 370 70 94

Oder schreib ihm eine E-Mail:

patrick.kolloeffel@beges.ch

