

Allyship, ein Handbuch

Denkanstöße,
um queere
Communities
zu unterstützen &
verbündet
zu handeln

Vogel**ball** &  act
aware

„Unsere Überzeugung

Uns ist es wichtig, dass wir alle einen möglichst sicheren VOGELBALL zusammen feiern und uns alle wohl fühlen können.

Wir wollen einen Raum schaffen, in dem sich Menschen aller (Geschlechts)identitäten entfalten können und sich in ihren Bedürfnissen gesehen und unterstützt fühlen.

Wir glauben daran, dass wir mit gutem Beispiel vorangehen können, indem wir allen Beteiligten die Möglichkeit geben, zu lernen, zu reflektieren und mitzugestalten.

Wir hoffen, dass jede Person – egal ob Artists, Mitarbeiter*in oder Besucher*in – die gemeinsame gute Zeit mit in ihren Alltag nimmt, um auch dort Wertschätzung und Solidarität zu erfahren und zu geben.

Dieses Handbuch
Initiativen und Akteur*innen haben wir
hier festgehalten, damit du dich auf
weiterführenden Seiten tiefergehend
informieren kannst.

In Zusammenarbeit mit Act Aware sind die
folgenden Impulse entstanden. Sie helfen dir
dabei aktiv zu werden, um queere Commu-
nities zu unterstützen und verbündet zu han-
deln.

Initiativen und Akteur*innen haben wir
verlinkt, damit du dich auf weiterführenden
Seiten tiefergehend informieren kannst.

Zwischendurch kannst du die Reflexions-
fragen für dich selbst beantworten.

Allyship hat viele Dimensionen.

Einige von ihnen

entdeckst du auf den
folgenden Seiten.



ACT
LISTEN

EARN

YOU CAN MAKE A DIFFERENCE

SUPPORT

HAVE A TALK

INTERVENE

PRIVILEGE

Wie wirst du aktiv?

Du kannst ein Ally sein,
indem du hinschaust & aktiv handelst
– im Sinne der betroffenen Personen.

~~Act~~

~~A~~ L L Y P S T H J D

Allyship bedeutet sich zu verbünden,
aktiv zu werden & von Diskriminierung
Betroffene zu unterstützen.
– Act Aware

Identitäten im
queeren Spektrum
sind unter anderem:

L	Lesbian
G	Gay
B	Bisexual
T	Trans
Q	Queer
I	Inter
A	Asexual

+

Alternativ zur Abkürzung
LGBTQIA+ kann auch das
Wort »Queer« verwendet werden.

ALYPSYNP

Listen

Du kannst ein Ally sein,
indem du Menschen zuhörst,
die von Diskriminierung betroffen sind.

Folge ihnen auf den sozialen
Medien und supporte durch
Likes und Shares ihrer Inhalte.

Wie zeigst du, dass du zuhörst?

Trans Personen sind Menschen,
die sich nicht mit dem Geschlecht
identifizieren, das ihnen bei der Geburt
zugewiesen wurde.

– Queer Lexikon

@therealmenorah
erzählt, in welchen
Lebensbereichen
es Veränderung
braucht.

@linus_giese
hat ein Buch darüber
geschrieben wie es ist,
trans zu sein.

@queer_topia
klärt über
Transfeindlichkeit
mit Videos, Übungen
& Workshops auf.

ALLYSHIP learn

Du kannst ein Ally sein,
indem du dich über
Diskriminierung informierst.

Was hast du als Letztes dazugelernt?

Als Ally bist du eine:
verbündet handelnde Person
– Act Aware

Diskriminierung zu verstehen ist der erste
Schritt für Veränderung.

In dieser Arte Doku
erfährst du mehr
über die Lebensrealität
der Community weltweit:

»LGBTIQ: Ein Überblick
über die Diskriminierung«

ALL YESHIP

You can make
a difference

Du kannst ein Ally sein,
indem du queeren Menschen Raum
gibst und dich und deine Perspektive
im Hintergrund hältst.

Versuche, ihre Perspektive und
ihre Emotionen nicht in Frage zu stellen.

Wann hast du dich das letzte Mal mit
deiner Perspektive zurückgenommen?

Der Begriff Ally kommt aus dem Englischen
und bedeutet direkt übersetzt
so viel wie »Verbündete*r«.

Damit sind Menschen gemeint,
die ihre Privilegien nutzen,
um sich marginalisierten Gruppen
gegenüber solidarisch zu zeigen
und diese zu unterstützen
– nach einer Definition der
Awareness Akademie

So sehen die LGBTQIA+ Flaggen aus,
auch Pride Flags genannt.



Progress Flag



Trans Pride Flag



Non Binary Flag

Du kannst ein Ally sein,
indem du queere Communities
unterstützt.

Wie engagierst du dich?

Schaffe Sichtbarkeit
für ihre Themen,
spende oder engagiere
dich ehrenamtlich.

Support

ALLYSHIP

Der Begriff »Queer« beruht auf den Grundannahmen, dass Identitäten nicht starr, sondern veränderbar sind und dass Sexualität und Geschlecht nicht binär (zweigeteilt) sind.

– Awareness Akademie

Viele Initiativen, die die queere Community unterstützen, arbeiten ehrenamtlich.

Deine Solidarität kannst du zeigen, indem du Zeit oder Geld spendest.

Das geht z.B. bei den Spendenkampagnen von Betterplace.

ALLYSHIP

Have a Talk

Du kannst ein Ally sein,
indem du mit deinen
Freund*innen sprichst &
sie für die Themen der
queeren Community
sensibilisierst.

Wann sprichst du über
Queersein und Queerfeindlichkeit?

Nichtbinär ist ein Geschlecht.
Als nichtbinär können sich Menschen
bezeichnen, die nicht (oder nicht zu 100%)
Mann oder Frau sind.
Stattdessen ist ihr Geschlecht beispiels-
weise beides gleichzeitig,
zwischen männlich und weiblich,
oder weder männlich noch weiblich.
– Queer Lexikon

Sichtbarkeit, Anerkennung und
Unterstützung beginnt schon bei
der Sprache.

Stelle dich mit deinen Pronomen
vor und sprich Personen mit den
Pronomen an, die sie für sich
gewählt haben.

they/them

ecs

sie/ihr

hen

er/ihm

oder andere oder auch gar keine Pronomen

ALLYPSTIP

Intervene

Du kannst ein Ally sein,
indem du eingreifst,
wenn du Diskriminierung oder
Grenzüberschreitung beobachtest – auch
wenn sie von deinem Umfeld ausgeht.

Hast du schon einmal interveniert?

Was du tun kannst,
wenn du Queerfeindlichkeit beobachtest
– die 5 D's:

1. Direct: eingreifen
2. Delegate: um Unterstützung bitten
3. Delay: danach Support anbieten
4. Distract: ablenken, um zu deeskalieren
5. Document: Wichtiges notieren

Es ist wichtig, nicht wegzuhören, sondern einzugreifen, wenn Diskriminierung passiert.
Darüber spricht Aljosha Mattardi
in dem Podcast »Queerfeindlichkeit und
toxische Männlichkeit«

ALLYPSTP

Du kannst ein Ally sein,
indem du dich mit deinen
Privilegien auseinandersetzt.

Privilege

Wie privilegiert bist du?

»Cis« ist das Gegenstück zu »Trans«.
Cis wird benutzt, um auszudrücken, dass
eine Person das Geschlecht hat,
welches ihr bei der Geburt aufgrund der
Genitalien zugewiesen wurde.

– Queer Lexikon

Manchmal machen die eigenen Privilegien
die Erfahrungen von marginalisierten
Personen unsichtbar.

Checke deine Privilegien, die du hast,
wenn du cis bist.

Danke

Wir möchten ein großes Danke
an alle Aktivist*innen und Initiativen
aussprechen, die ihr Wissen
zur Verfügung stellen.

Feedback

Euer Feedback ist sehr wertvoll für uns.
Habt ihr Anmerkungen oder Fragen,
meldet euch gern über unsere
Social Media Kanäle oder per Mail.

Umsetzung

April 2024

Vogelball

[instagram.com/vogelball](https://www.instagram.com/vogelball)

Gestaltung: Lea Smilla Schütze



KOPF&STEINE

act
aware

[instagram.com/act.aware](https://www.instagram.com/act.aware)

[www.linkedin.com/
company/actawareev](https://www.linkedin.com/company/actawareev)

info@act-aware.net

Quellen

Queerlexikon
@queerlexikon
queer-lexikon.net

Menorah Tea
@therealmenorah

Linus Giese
@linus_giese
ichbinslinus.de

Queertopia
@queer_topia
www.queertopia.de

Arte / arte.tv
Mit offenen Karten
LGBTIQ:
Ein Überblick über
die Diskriminierung

Awareness Akademie
@awarenessakademie
awareness-akademie.de

Aljosha Muttardi
@aljosha_
Podcast:
Queerfeindlichkeit &
Toxische Männlichkeit

