

سلامتی، خودمختاری و تنوع در زمینه میل جنسی

اطلاعات و مشاوره
برای پناه جویان و مهاجرین



این بروشور توسط مرکز کمک رسانی ایدز (ایدز هیلفه) در ایالت نیدرزاکسن تهیه شده است.

مراکز کمک رسانی ایدز در مورد موضوعات زیر، به طور ناشناس و رایگان اطلاعات و مشاوره در اختیار قرار می دهند:

- سلامت در زمینه میل جنسی
- تست اچ آی وی و سایر عفونت ها و بیماری های آمیزشی (STI)
- درمان اچ آی وی و سایر عفونت ها و بیماری های آمیزشی
- زندگی با اچ آی وی
- خودمختاری در زمینه میل جنسی
- سبک های متنوع زندگی
- محافظت در برابر تبعیض

در صورت تماس و صحبت با ما، نیازی نیست نام خود را بگویید. ما موظف به حفظ اسرار (حریم خصوصی) شما هستیم و اطلاعات شخصی شما را به اشخاص، مؤسسات یا ادارات دیگر منتقل نمی کنیم. کلیه مراکز کمک رسانی ایدز، سازمان های غیردولتی می باشند و ادارات دولتی نیستند.

مراکز کمک رسانی ایدز در منطقه خود و بسیاری اطلاعات مفید دیگر را در اینجا ملاحظه کنید

www.niedersachsen.aidshilfe.de/migration



Verantwortlich im Sinne des Presserechts:

Aidshilfe Niedersachsen Landesverband e.V.
Schuhstraße 4, 30159 Hannover
Telefon: 0511 13 22 12 00
E-Mail: info@niedersachsen.aidshilfe.de
Projektkoordination: Simone Kamin (simone.kamin@goettingen.aidshilfe.de),
Marja Rathert (info@interkulturellegesundheit.de)
Konzept und Text: Simone Kamin, Ellen Kiebacher und der Facharbeitskreis
Flucht und Migration der niedersächsischen Aidshilfen
Übersetzung: Laura Heidrich/Lebenshilfe Celle (deutsche Einfache Sprache),
Eliza Kalderon (Bulgarisch), Yasmine Khaled-Jaiser (Arabisch), Henriette Kilger
(Englisch), Cristina Müller (Rumänisch), Mathilde Pelé (Französisch), Beatriz
Quintanero Raposo (Spanisch), Mercede Salehpour (Farsi)
Layout und Satz: Birgit Sobiech, www.schlichtundbuendig.de
Fotos Innenteil: © AdobeStock.com
3. überarbeitete Auflage 2022
Dieses Faltblatt gehört zur Kampagne „Gesundheit, Selbstbestimmung und
Vielfalt in der Sexualität“. Es gibt dieses Faltblatt und weitere Faltblätter in
verschiedenen Sprachen. Hier finden Sie alle Informationen:
www.niedersachsen.aidshilfe.de

Gefördert durch:



Niedersächsisches Ministerium
für Soziales, Gesundheit
und Gleichstellung

Gefördert durch die



مرکز کمک رسانی ایدز در نزدیکی شما

Die Aidshilfe in Ihrer Nähe

سایر امکانات

Weitere Angebote

اداره سلامت و بهداشت در نزدیکی شما

Das Gesundheitsamt in Ihrer Nähe



سلامت در زمینه میل جنسی

- هنگام آمیزش جنسی، کاندوم (کاندومی که روی آلت جنسی کشیده می شود) و کاندوم *زنانه (که وارد اندام جنسی می شود) در برابر اچ آی وی/ایدز محافظت می کند و خطر ابتلا به سایر عفونت ها و بیماری های آمیزشی (STIs) را کاهش می دهد. کاندوم و کاندوم *زنانه از حاملگی ناخواسته نیز محافظت می کند.

www.niedersachsen.aidshilfe.de/migration

- اگر می خواهید بدانید آیا به اچ آی وی یا سایر عفونت ها و بیماری های آمیزشی مبتلا شده اید، می توانید تست اچ آی وی را انجام دهید. انجام تست اچ آی وی به صورت ناشناس در بسیاری از مراکز کمک رسانی ایدز و ادارات سلامت و بهداشت امکان پذیر است. در مرکز کمک رسانی ایدز منطقه خود، مطلع می شوید که در نزدیکی محل سکونت شما، کجا امکان انجام تست اچ آی وی یا سایر عفونت ها و بیماری های آمیزشی وجود دارد.
- اگر سؤالی در مورد اچ آی وی یا سایر عفونت ها و بیماری های آمیزشی دارید، به یکی از مراکز کمک رسانی ایدز مراجعه کنید تا مشاوره رایگان و محرمانه در مورد راه های سرایت، امکانات محافظت، انجام تست یا درمان در اختیارتان قرار داده شود. نیازی نیست نام خود را اعلام کنید.
- هیچ کس در زندگی روزمره، اچ آی وی نمی گیرد. اچ آی وی در درجه اول از طریق سکس واژنی و سکس مقعدی بدون محافظت، منتقل می شود. بهترین وضعیت آن است که ابتلا به اچ آی وی، زود تشخیص داده شود تا معالجه مبتلایان خیلی زود شروع شود. در این صورت کسانی که اچ آی وی به آنان سرایت کرده است، می توانند مثل افرادی که مبتلا به اچ آی وی نیستند، خوب زندگی کنند. **داروهای اچ آی وی** امکان زندگی خوب و طولانی را فراهم می کند. کسانی که اچ آی وی به آنان سرایت کرده است، باید تمام مدت عمرشان، هر روز داروی اچ آی وی مصرف کنند. این امر در آلمان امکان پذیر است. به این دلیل ممکن است ابتلا به اچ آی وی در آلمان احتمالاً به عنوان **دلیل پنهانگی یا مانعی برای اخراج** باشد. اگر در این مورد سؤالاتی دارید، به یکی از مراکز کمک رسانی ایدز مراجعه کنید.

کلیه مراکز کمک رسانی ایدز را در اینجا ملاحظه کنید:

www.niedersachsen.aidshilfe.de/migration



صحبت در باره میل جنسی، همیشه آسان نیست اما اکثراً بسیار مفید است.

- شکل های بسیار متنوعی برای تجربه میل جنسی و لذت جنسی با یکدیگر وجود دارد. همه انسان ها، یک نوع سکس مشخص را دوست ندارند. همه کارهایی که دو طرف خوششان بیاید و با میل خودشان بخواهند انجام دهند، مجاز است. در آلمان در این زمینه قوانینی وجود دارد که باید مورد توجه قرار بگیرد. (ستون بعدی تحت عنوان «خودمختاری» را ملاحظه کنید).
- با شریک ها* (پارترهای) خود در مورد خواسته ها و مرزهای خود صحبت کنید. اگر شخصی چیزی را نخواهد، طرف دیگر باید خود را با این مسئله تطبیق دهد.
- اطلاعات مفید در مورد میل جنسی، بدن و احساسات را در www.zanzu.de به زبان های متعدد ملاحظه کنید.



خودمختاری در زمینه میل جنسی

انسان ها در آلمان حق دارند خودشان تعیین کنند که ...

- ... آیا می خواهند تجربه جنسی داشته باشند و اگر می خواهند، با چه کسی، چگونه و چند بار.
- ... می خواهند ازدواج کنند یا نه و اگر می خواهند با چه کسی.
- ... می خواهند بچه دار شوند یا نه.

هیچ کس حق ندارد شما یا شخص دیگری را **مجبور به انجام کارهای جنسی** کند. این مسئله شامل حال همه انسانها است. هیچ کس از اعضای خانواده، همسر، شریک زندگی (پارتر) یا آشنایان هم حق ندارد شما را مجبور به این کار کند. **میل جنسی همیشه باید به صورت خودمختار باشد. بنابراین هر انسانی اجازه دارد همیشه خودش در باره بدنش تصمیم بگیرد.**

در آلمان کودکان و نوجوانان به طور ویژه مورد محافظت قرار دارند. افراد بزرگسال (بالای ۱۸ سال) و نوجوانان (۱۴ تا ۱۷ ساله) اجازه ندارند با کودکان (زیر ۱۴ سال) اعمال جنسی انجام دهند. در صورت انجام چنین کاری، مرتکب جرم شده اند که قابل مجازات است. سایر قوانین مربوط به حفاظت از کودکان و نوجوانان را در www.zanzu.de ملاحظه کنید. پدر و مادر اجازه ندارند با فرزندان شان سکس داشته باشند، خواهر و برادرها هم مجاز نیستند با یکدیگر سکس داشته باشند.

خشونت جنسی و سوءاستفاده جنسی ممنوعیت قانونی دارد و قابل مجازات است. در صورتیکه مورد خشونت جنسی قرار گرفتید با شخص مورد اعتماد خود صحبت یا به یکی از مراکز مشاوره مراجعه کنید. نشانی تماس را در مرکز کمک رسانی ایدز منطقه خود دریافت کنید.

کلیه مراکز کمک رسانی ایدز را در اینجا ملاحظه کنید:

www.niedersachsen.aidshilfe.de/migration



سبک های متنوع زندگی

در آلمان کسی به خاطر جنسیت و هویت جنسیتی یا گرایش جنسی خود مورد تعقیب یا مجازات قرار نمی گیرد. مطابق قانون آلمان نباید کسی به دلیل همجنس گرایی، دوجنس گرایی، تراجنسی (ترانس جندری) یا بیناجنسی، مورد تبعیض قرار گیرد.

رابطه میان دو همجنس، قانونی است: مرد اجازه دارد به مرد دیگری عشق بورزد و شریک (پارتر) او باشد. زن مجاز است به زن دیگری عشق بورزد و شریک (پارتر) او باشد. زوج های هم جنس می توانند در صورت تمایل ازدواج کنند.

به خاطر گرایش جنسی یا هویت جنسیتی تان...

... کسی اجازه حمله لفظی یا فیزیکی به شما را ندارد. لطفاً در صورتی که این مسئله اتفاق افتاد، بلافاصله به یکی از مراکز مشاوره یا کمک رسانی ایدز مراجعه کنید تا مورد حمایت قرار گیرید.

... و در صورتی که به این دلیل در کشورتان مورد تعقیب قرار گرفته باشید، ممکن است در آلمان تحت شرایطی این مسئله به عنوان دلیل پناهندگی پذیرفته شود.

اطلاعات مفید در این زمینه به زبان های متعدد را در اینجا ملاحظه کنید: www.queer-refugees.de

در بسیاری از شهرها امکانات مشاوره، محفل و محل ملاقات یا محل برگزاری مراسم وجود دارد.

مرکز کمک رسانی ایدز منطقه، شما را با کمال میل راهنمایی می کند.

کلیه مراکز کمک رسانی ایدز را در این جا ملاحظه کنید:

www.niedersachsen.aidshilfe.de/migration

