

VERANSTALTUNGEN & WORKSHOPS

Die Beratungsstelle für schwule, bisexuelle und queere Männer führt Veranstaltungen und Workshops zu unterschiedlichen Themenbereichen durch und orientiert sich dabei an aktuellen gesellschaftlichen Fragen und den Bedürfnissen unserer Nutzer*innen.

GRUPPEN

Im mhc kommen verschiedene angeleitete Gruppen, Selbsthilfeangebote und externe Gruppen zusammen.

Wir informieren gerne dazu und vermitteln auf Wunsch den Kontakt.

Weitere Informationen zu den Angeboten sind auf unserer Website zu finden.

🇬🇧 PSYCHOSOCIAL COUNSELLING 🇬🇧

Our counselling services are aimed at gay, bisexual, trans*, non-heterosexual men and non-binary people, as well as their relatives and friends, on all issues relating to gender identity and sexual orientation. We see ourselves as psychosocial counsellors during and after difficult situations and offer counselling on topics such as current life crises, questions about sexual orientation and gender identity, coming out, self-acceptance, same-sex lifestyles, and many other topics.

The counselling team has experience with LGBT*IQ life issues and works in a therapeutic setting. We are bound by confidentiality and protect the anonymity of our clients and users.

TERMINE / KONTAKT

Montag – Donnerstag 14:00 – 18:00 Uhr
Montag und Mittwoch 14:00 – 20:00 Uhr
Termine nur nach Vereinbarung

Tel.: 040 279 00 69
E-Mail: schwulenberatung@mhc-hamburg.de
www.mhc-hamburg.de

Der Zugang zu Beratungsräumen ist nicht barrierefrei. Auf Anfrage kann ein barrierearmer Zugang ermöglicht werden. Bei Gruppenbesuchen bitte Barrierefreiheit erfragen.

SPENDEN / UNTERSTÜTZUNG

mhc e.V.
IBAN: DE 13 3702 0500 0007 4947 00
BIC: BFSWDE33XXX

Das Beratungsangebot ist spendenbasiert und wird darüber abgesichert. Unsere Arbeit kann finanziell durch Spenden, eine (Förder-) Mitgliedschaft oder eine ehrenamtliche Mitarbeit unterstützt werden. Wir würden uns freuen, wenn Sie die Arbeit der Beratungsstelle für schwule, bisexuelle und queere Männer mit einer Spende via Überweisung oder QR Code unterstützen. Spenden sind steuerlich absetzbar, wir stellen auf Anfrage gerne eine Spendenbescheinigung aus.

Unterstützen Sie das mhc dauerhaft und werden Sie Mitglied im mhc e.V.

Mitgliedsanträge liegen im mhc aus oder können von der Homepage heruntergeladen werden



SO FINDEN SIE UNS

Borgweg 8
22303 Hamburg
U3, Metrobus 6 und Bus 179 bis Borgweg (Stadtpark)



Gefördert durch die
Behörde für Wissenschaft,
Forschung, Gleichstellung
und Bezirke



www.mhc-hh.de
schwulenberatung@mhc-hamburg.de

mhc

beratung
schwule-bi-
queere männer

vertraulich
fachlich
individuell



Das Magnus-Hirschfeld-Centrum (mhc) ist Hamburgs LSBT*IQ Zentrum für Beratung, Kultur, Jugend und Treffpunkt für die queere Community und setzt sich als gemeinnütziger Verein für die Emanzipation, Akzeptanz und Gleichstellung von queeren Menschen ein.

Die Beratungsstelle für lesbische, schwule, bisexuelle, trans*, inter und queere Menschen arbeitet eng vernetzt mit den anderen Projekten im Haus, z.B. Koordination Migrations- & Fluchtarbeit LSBT*IQ, Jugend- und Elternarbeit, Queere Vernetzung und „Soorum“, dem Aufklärungsprojekt an Schulen.

mhc – BERATUNG

Das spezifische Beratungsangebot richtet sich an schwule, bisexuelle, trans* und nicht-heterosexuelle Männer & nichtbinäre Menschen, deren Angehörige und Freund*innen zu allen Fragestellungen rund um das Thema geschlechtliche Identität und sexuelle Orientierung.

Wir verstehen uns als psychosoziale Begleiter*innen, während und nach schwierigen Situationen. Wir unterstützen darin, Perspektiven individuell und persönlich im Gespräch zu entwickeln. Im Fokus der Beratung steht dabei die Selbstbestimmung und Selbstermächtigung der Nutzenden.

Das Beratungsteam hat Erfahrung mit LSBT*IQ Lebensthemen und arbeitet in einem therapeutischen Setting. Die Beratenden unterliegen der Schweigepflicht und wahren die Anonymität der Klient*innen und Nutzenden.

PSYCHOSOZIALE BERATUNG

Wir unterstützen in allen Lebenssituationen und beraten zu Themen wie:

- aktuelle Krisensituationen
- Fragen zu sexueller Orientierung und geschlechtlicher Identität
- interkulturelle Fragen von queeren Migrant*innen, Zugewanderten und Geflüchteten
- Fragen zum Coming-Out, zu Selbstakzeptanz und zu gleichgeschlechtlichen Lebensweisen
- Beziehungsthemen, wie Freund*innenschaft, Partner*innenschaft und Familie
- Suche nach sozialen Kontakten
- Diskriminierungs- und Gewalterfahrungen
- Verweis an Therapeut*innen oder ins Hamburger Hilfesystem

KÖRPERLICHE & SEELISCHE GESUNDHEIT

Wir unterstützen bei Aspekten des körperlichen, psychischen und sozialen Wohlbefindens, z.B.:

- Fragen zu Safer Sex, STI's und Testmöglichkeiten, sowie dem Umgang mit Testergebnissen
- Fragen zu Sexualität und/oder Verweis an Ärzt*innen
- bei Therapie- und Psychiatrieerfahrung

GLEICHBEHANDLUNG VON QUEEREN LEBENSWEISEN

Der gesellschaftliche Abbau von homo-, queer- und trans*negativen Vorurteilen, Einstellungen und Sichtweisen ist ein mühsamer Prozess.

Wir beraten fachlich zu:

- Fragen sexueller Vielfalt und Gleichbehandlung
- Umgang und Abbau von Mehrfachdiskriminierung
- Vermittlung von weiterführenden Hilfen

MIGRATION UND FLUCHT

Seit 2015 bieten wir LSBT*IQ Personen mit Flucht- & Migrationsgeschichte psychosoziale Beratung und Unterstützung zu den Themen Diskriminierung, Gewalt, sichere Unterkünfte und Asylfragen an. Die Beratenden greifen intersektionale Perspektiven mit Blick auf das Zusammenwirken von Mehrfachdiskriminierungen in den Beratungsgesprächen sensibel auf. Zudem findet zweimal im Monat ein offener Treff für LSBT*IQ Geflüchtete, der „Mah Diwan“, statt.

GEWALT & DISKRIMINIERUNG

Mit Hilfe eines Onlinemeldebogens erfassen wir in Kooperation mit anderen queeren Einrichtungen Gewaltvorfälle gegen LSBT*IQ in Hamburg. Dieser Fragebogen bietet die Möglichkeit, erlebte Vorfälle anonym zu melden und dadurch zur Sichtbarmachung vorurteilsmotivierter Diskriminierung und Gewalt beizutragen. Es ist wichtig Gewaltvorfälle und Diskriminierung zu melden, da sich damit erst Handlungsbedarfe ermitteln lassen.

Der **Gewaltmeldebogen** steht unter www.mhc-hamburg.de zur Verfügung.

Bei Wunsch vermitteln wir an die Ansprechpersonen für LSBT*IQ der Polizei Hamburg und die Beratungsstelle bei Diskriminierung wegen des Geschlechts, der Geschlechteridentität oder der sexuellen Orientierung.

RECHTLICHE FRAGEN

Die Beratungsstelle bietet eine kostenfreie Rechtsberatung an. Grundlegende Rechtsfragen rund um das queere Leben werden ehrenamtlich durch einen externen Rechtsanwalt beantwortet. Bei Diskriminierung und Angriffen aufgrund der sexuellen Orientierung/Identität werden Ersteinschätzungen zu weiterem Vorgehen abgegeben.

INFORMATIONSMITTLUNG

Auf der Suche nach einem*r mit queeren Lebensweisen vertrauten Ärzt*in, Therapeut*in, Anwält*in oder Selbsthilfe? Auf der Suche nach neuen Kontakten? Aus unserem Infopool vermitteln wir Kenntnisse aus der queeren Szene und Infrastruktur in Hamburg.