

HARLEKIN

DIE KONTAKTLADENZEITUNG

(NO) GENDER

**Ausgabe November
02/24**



Caritas
Kontaktladen und Streetwork im Drogenbereich

mitwirkung

Liebe Besucher*innen des Kontaktladens!

Wenn du dich am Harlekin beteiligen möchtest, kannst du deine Texte und/oder Bilder bei uns abgeben oder diese anonym in den **HARLEKIN-Briefkasten** werfen. Du kannst sie aber gerne auch per E-Mail an **streetwork@caritas-steiermark.at** senden.

Wenn du nichts schreiben möchtest, aber trotzdem etwas zu sagen hast, wende dich an eine*n Streetworker*in. Du kannst z. B. auch ein Interview mit dir führen lassen.

Außerdem kann ein*e jede*r, die*der gerne möchte, an den Redaktionssitzungen teilnehmen. Frag dazu bei Magdalena, Sophie, Lukas oder Katja nach den Terminen. Wir freuen uns über deine Beteiligung!

Dein Harlekin-Redaktionsteam

impresum

Herausgeberin:

Caritas Kontaktladen & Streetwork im Drogenbereich

Orpheumgasse 8/I, 8020 Graz

0316/ 772238 / Fax: 0316/ 772238-19

streetwork@caritas-steiermark.at

Facebook: www.facebook.com/kontaktladengraz

Instagram: [triptalksgraz](https://www.instagram.com/triptalksgraz)

Der HARLEKIN ist ein Medium von Kontaktladen und Streetwork im Drogenbereich der Caritas der Diözese Graz Seckau. Er erscheint alle sechs Monate in Form einer Zeitung. Er ist eine Zeitschrift, die mit Beteiligung von Besucher*innen von Kontaktladen und Streetwork im Drogenbereich gestaltet wird.

Abo, Redaktion & Layout: Kontaktladen & Streetwork
streetwork@caritas-steiermark.at

Illustrationen: Dev Dutta, Flaticon

Titelfoto: Pawel Czerwinski auf Unsplash

Beiträge | Mitarbeiter*innen von Kontaktladen und

Streetwork im Drogenbereich: Kathrin Eberhard,

Julia Fink, Dominik Schratzer, Katja Körndl, Tina Halbeisen,

Lukas Marlovits, Liselotte Fürbock, Sophie Svoboda

Beiträge | extern: Rosalila PantherInnen, Jörg Böckem

inhalt

aufgepudelt die körndl schreibt	S.3
nachbetrachtet & angekündigt was passiert ist & was passieren wird	S.4
vorgestellt rosalila pantherInnen	S.6
nachgeforscht gender gap	S.8
selbstgestaltet beiträge von besucher*innen	S.12
ingeplant lgbtqia+ events	S.14
selbstgestaltet beiträge von besucher*innen	S.16
aufgepasst chemsex	S.20
nachgeforscht ghb & gbl	S.22
kontaktgeladen diskriminierung	S.24
nachgelesen abwesende freunde von jörg böckem	S.25
ausprobiert fit mit tina, weihnachtszeit in graz	S.26
nachgedacht denksport der ausgabe	S.27
ausgeblickt termine november 2024 - april 2025	S.28

De depperten Viecher!

Der Sommer neigt sich – während der Entstehung unseres brandneuen Harlekins – gerade dem Ende zu und wir möchten nun kurz mal festhalten, was uns die letzten Monate so richtig auf die Nerven gegangen ist:

Relativ lästig, aber zumindest mit Ablaufdatum, gleicht die gesamte Stadt einem Schilderwald aus Wahlplakaten, um uns einerseits daran zu erinnern, unsere politischen Vertreter*innen zu wählen und andererseits natürlich auch, um uns für die jeweiligen Themen zu gewinnen, die uns eine bessere Zukunft versprechen. Zumindest dort, wo die millionenverschluckenden Plakatwände und Aufsteller nicht von den zahlreichen Stürmen weggeweht oder Überflutungen weggeschwemmt wurden.

Mindestens gleich lästig, aber zeitlich mit Sicherheit nicht begrenzt ist das noch relativ neue Auftreten der Eichennetzwanzen inmitten unserer schönen Stadt. „De depperten Viecher hab'n wir a no braucht!“, hört man weite Teile der Bevölkerung wild um sich schlagend fluchen. Natürliche Feinde gibt es noch nicht und die amerikanischen Wanzen fühlen sich bei uns so wohl, dass sie binnen weniger Jahre zum Massenphänomen geworden sind. Die sind mir aber auch immer noch lieber als die strahlende Tarantel, die sich aktuell in unseren Breitengraden heimisch macht.



Zurück zur besseren Zukunft sollten wir uns langsam überlegen, ob es reicht, (linke) Parteien und Netzwerke wie „fridays for future“ zu belächeln und auf „Klimakleber*innen“ zu reduzieren, während wir die heißesten Sommer seit der Messgeschichte durchschwitzen und die Schäden durch Wetterextreme in Österreich auf eine Milliarde Euro pro Jahr gestiegen sind. Weltweit sieht die Bilanz wesentlich düsterer aus. Bis 2050 erwarten wir 200 Millionen Menschen, die aufgrund der Klimaveränderungen gezwungen sind, ihre Heimat zu verlassen, weil ihnen die Lebensgrundlage durch steigenden Meeresspiegel, Extremwetterereignisse und Dürren entzogen wird.

Wo bleibt der Skandal?

Fehlt es an Bewusstsein, weil wir in Mitteleuropa noch zu wenig betroffen sind? Muss man politischen Entscheidungsträger*innen unterstellen, dass ihnen wirtschaftliche Interessen und die individuelle Freiheit des Einzelnen wichtiger sind, als künftigen Generationen ein Überleben zu sichern? Ist der Klimawandel ein zu langfristiges Problem, das nicht die Dringlichkeit erhält, die es benötigt? Verschließen wir unsere Augen, weil wir uns als Individuum machtlos fühlen?

Eigentlich könnte das dem Pudel alles wurscht sein, weil Hunde ohnedies kürzer auf dieser Welt verweilen und er es schon überleben wird. Vielleicht ist er auch ein deppertes Viech, das wieder mal maßlos mit dem „Aufpudeln“ übertreibt. Es ist ihm aber nicht wurscht, weil es nach wie vor noch immer eine beträchtliche Anzahl an Menschen gibt, die den Klimawandel gänzlich leugnen. Für diese außerordentlich ignorante Personengruppe hat der deutsche Regisseur Marc-Uwe Kling eine erwähnenswerte Antwort parat:

„Ja, wir könnten jetzt was gegen den Klimawandel tun, aber wenn wir dann in 50 Jahren feststellen würden, dass sich alle Wissenschaftler doch vertan haben und es gar keine Klimaerwärmung gibt, dann hätten wir völlig ohne Grund dafür gesorgt, dass man selbst in den Städten die Luft wieder atmen kann, dass die Flüsse nicht mehr giftig sind, dass Autos weder Krach machen noch stinken und dass wir nicht mehr abhängig sind von Diktatoren und deren Ölvorkommen. Da würden wir uns schön ärgern.“

nachbetrachtet & angekündigt

Gedenktag

Am 21. Juli 2024 fand erneut der internationale Gedenktag für verstorbene Drogengebraucher*innen statt, ins Leben gerufen von einer Mutter, die ihren Sohn durch eine Überdosis verlor. Weltweit wird dieser Tag genutzt, um auf den richtigen Umgang mit Suchterkrankungen aufmerksam zu machen.

Dieses Jahr lag der Fokus besonders auf unseren Besucherinnen. Eine Woche lang konnten sie im Kontaktladen Wünsche, Gedanken oder Grüße aufschreiben und als Schmetterlinge "fliegen" lassen. Viele nutzten die Gelegenheit, um verstorbenen Angehörigen und Freund*innen zu gedenken. Unser Seelsorger Dominik hat sowohl Mitarbeiter*innen, als auch Besucher*innen dabei unterstützt, ihrer Trauer Raum zu geben. Danke an alle, die da waren!



25 Jahr Feier

Wir feiern 25 Jahre! Seit einem Vierteljahrhundert betreibt die Caritas den Kontaktladen und Streetwork im Drogenbereich. Zuvor waren andere Träger tätig, die wichtige Pionierarbeit leisteten. Seit den bescheidenen Anfängen in einem kleinen Raum hat sich das Angebot stark weiterentwickelt.

Zu diesem Anlass luden wir unsere Besucher*innen zu einem Grillfest ein. Bei Würstchen, Grillkäse, Erdäpfelsalat, Kuchen und Red Bull herrschte eine fröhliche Stimmung. Vielen Dank an alle, die dabei waren – und auf die nächsten 25 Jahre! Ein besonderer Dank geht an unsere Sponsorinnen und Partner*innen, die das Fest möglich gemacht haben.



Bis bald!

Ende August haben wir uns von **Tina** als Sozialarbeiterin verabschiedet. Ihre unverkennbar freundliche Art und sowohl ihr fundiertes Wissen im psychosozialen Bereich, als auch ihre Kompetenz in medizinischen Belangen haben den Kontaktladen ungemein bereichert. Vielen Dank für deine Arbeit und schön, dass du da warst!

Seit über vier Jahren war unsere Ärztin **Dr.ⁱⁿ Julia Krumphuber** hauptsächlich Freitag im Ärztinnenkammerl anzutreffen. In vertraulicher Atmosphäre wurden Wunden versorgt und medizinische Einzelheiten besprochen. Im Oktober hat sie eine Praxis außerhalb von Graz übernommen und wird dort als Allgemeinmedizinerin tätig sein. Wir bedanken uns für deine ruhige Art und die wertvolle Arbeit für unsere Besucher*innen – aber auch für uns.

Herzlich willkommen zurück!

Ende August bzw. Anfang September haben wir zwei bekannte Gesichter zurückbekommen. Unsere Sozialarbeiterinnen **Kathrin und Magdalena** befanden sich beide in Karenz und bereichern jetzt wieder den Kontaktladen. Schön, dass ihr wieder da seid!

Personal

Seit dem Sommer unterstützen Raul als Zivildienstler und Nicole als Kollegin in Ausbildung das Team. Mit Oktober ist Lorenz als Zivildienstler dabei. Herzlich willkommen!

Hallo! :) Mein Name ist **Nicole** und ich studiere Soziale Arbeit in Graz. Im Zuge meines Studiums darf ich im



Kontaktladen mein Langzeitpraktikum absolvieren. In meiner Freizeit verbringe ich gerne Zeit mit meiner Familie sowie meinen Freund*innen oder in der Natur. Um einen guten Ausgleich zu haben gehe ich gerne spazieren oder schwimmen. Außerdem bin ich sehr tierfreundlich und verwöhne meine Haustiere daher gerne mit Streicheleinheiten. Ich freue mich sehr, noch bis Ende November viele Erfahrungen im Kontaktladen sammeln zu können!

Hi, mein Name ist **Raul** und ich absolviere derzeit meinen Zivildienst im Kontaktladen. Fußball ist meine Leidenschaft und ich bin zusätzlich als Schiedsrichter im Fußball tätig.



Nach dem Abschluss meines Dienstes werde ich eine Ausbildung im Bereich Mechatronik beginnen. Mittlerweile bin ich seit vier Monaten hier tätig und schätze das freundliche Team sehr. Besonders Sohrab ist mir als guter Freund ans Herz gewachsen.

Hallo, ich bin der **Lorenz**! Ich habe gerade die Matura abgeschlossen und mich für den Zivildienst entschieden, da ich



das Gefühl habe, so den Menschen etwas zurück zu geben und etwas Sinnvolles zu tun. Ursprünglich bin ich auf diese Stelle gestoßen, weil mich das Kochen interessiert, geblieben bin ich aber für den Drehfußballtisch :) Ich freue mich auf die Herausforderungen im Kontaktladen und auf spannende neun Monate mit euch!

Freizeitaktionen

Das schöne Wetter im Sommer ermöglichte es uns einige Freizeitaktionen im Freien zu machen. Zuvor übten wir uns jedoch noch im Mai in der Halle von Haydu-Bogensport im Bogenschießen. Im Juni ging's dann endlich nach draußen und wir betrachteten die Stadt Graz von der Mur aus, indem wir mit einem Floß über den Fluss fuhren. Im Juli konnten wir dann die Sonne beim Minigolf genießen. Im August suchten wir Abkühlung in den Baumkronen und besuchten einen Hochseilgarten. Im Oktober luden Liselotte und Chris zu einem Filmeabend ins Kino ein. Falls ihr Ideen für weitere Aktionen habt, macht uns einfach Vorschläge!



Freizeitaktionen Termine (November-April)

- ✓ **November: Kegeln**
- ✓ **Dezember: Weihnachtsaktion**
- ✓ **Jänner: Eisstockschießen**
- ✓ **Februar: Eishockey- oder Basketballspiel besuchen**
- ✓ **März: Bogenschießen**
- ✓ **April: Escape Room**

Die genauen Termine und Uhrzeiten erfährst du zeitnah im Kontaktladen oder auf unserer Facebookseite.

Weihnachtsfeier

Die allseits beliebte Kontaktladen-Weihnachtsfeier wird heuer am **23.12.2024** stattfinden. Euch erwartet ein kostenloses Festtagsessen in Weihnachtsatmosphäre. Was es genau gibt, wird noch nicht verraten! Für alle Besucher*innen gibt es außerdem ein kleines Geschenk. Am besten gleich im Kalender notieren!

RosaLila PantherInnen

Kontakt

Annenstraße 26, 8020 Graz

Mail: info@homo.at

Tel.: 0316 / 36 66 01

Bürozeiten

Montag 10:00 – 13:00

Dienstag 10:00 – 13:00

Mittwoch 10:00 – 13:00

Donnerstag 14:00 – 17:00

Freitag 10:00 – 13:00

Beratung

Mail: beratung@homo.at

Telefon: 0316 / 36 66 01

Persönliche Beratungstermine
sind auf Anfrage außerhalb
der Öffnungszeiten möglich!

Chatzeiten

MO, DI, FR: 13:00 - 15:00

DO: 9:00 - 14:00

An vielen Tagen sind wir auch
außerhalb dieser Kernzeiten
für dich im Chat erreichbar.



Die RosaLila PantherInnen sind seit 1991 Anlaufstelle für LGBTIQ*-Themen in der Steiermark. Seit Mai 2023 betreiben die RosaLila PantherInnen zusätzlich das Community Center. „feel free“ als zweiten Standort in der Grazer Annenstraße. Das Community Center wurde schon in der letzten Ausgabe vorgestellt.

In diesem Artikel soll vor allem das Beratungsangebot der RosaLila PantherInnen beleuchtet werden.

Im Community Center „feel free“ steht ein eigener Beratungsraum für persönliche Gespräche zur Verfügung. In einem wertfreien und geschützten Rahmen kann über psychische Belastungen gesprochen werden, können Stärken gefördert, Ressourcen aktiviert und Handlungsmöglichkeiten erweitert werden. Das „feel free“ dient als „sicherer Raum“ für LGBTIQ*-Personen und bietet Sichtbarkeit für die queere Community. Das Community Center fungiert als Treffpunkt sowie Begegnungsort. Es ist eine Kombination aus Freizeitzentrum und Beratungsstelle.

Die meisten Themenbereiche, die in den Beratungen behandelt werden, sind: Trans*, Coming Out, Eltern, Gleichstellung, Beziehungen, Familie und Diskriminierung.

Das Beratungsangebot basiert auf professioneller psychosozialer Beratung und einem semiprofessionellen Peer-Prinzip. Ein Beratungsgespräch kann durch eine Online-Anfrage, durch E-Mail, telefonisch oder auch persönlich im Büro in der Annenstraße ausgemacht werden. Durch den niederschweligen Zugang des Beratungsangebotes (anonym, flexibel und kostenlos) kann die Terminvergabe für das Erstgespräch gut an die Situation der Klient*innen angepasst werden. Das Erstgespräch wird von einem bzw. einer Sozialarbeiter*in durchgeführt. Es werden personenbezogene Daten (Alter, Geschlechtsidentität, Wohnort etc.) für statistische Zwecke erhoben. Hierbei ist wichtig zu erwähnen, dass die Daten anonymisiert werden und immer das präferierte Geschlecht/Pronomen erfragt werden. Bei den Erstberatungen werden die verschiedenen Bedürfnisse unserer Klient*innen herausgefiltert und an interne Beratungsmöglichkeiten sowie an Gruppenangebote weiterverwiesen. Der Fokus in den Erstberatungen liegt darauf, dass den Menschen aktiv zugehört wird und sie so angenommen werden, wie sie sind. Viele Menschen

benötigen auch einfach fundierte Informationen zu den Themen trans*, Gender, Sexualität, Regenbogenfamilien und dem Zugang zum Gesundheitsnetz.

Nach den Erstabklärungen können Klient*innen intern weitervermittelt werden. Bei den RosaLila PantherInnen kann eine weiterführende Betreuung in Form von psychotherapeutischer Beratung, durch eine klinisch-psychologische Diagnostik oder durch Peer-Gespräche angeboten werden.

Die Themen in der Beratung drehen sich meist rund um die eigene Identität und Sexualität. LGBTIQ* Menschen sind eine Risikogruppe für viele psychische Belastungen und Erkrankungen. Eine Beratung, die einen sicheren Rahmen bietet, ist essentiell, damit sich die betroffenen Personen wohlfühlen und sich auf Hilfestellungen einlassen können.

In den letzten Jahren erlebt das Beratungsteam der PantherInnen einen starken Anstieg der Nachfrage nach psychologischen Beratungen. Ein besonderer Aspekt des Angebotes ist die Expertise von Mag.a Eva Lercher, die klinische- und Gesundheitspsychologin, die über umfassende Erfahrung im queeren Themenbereich verfügt, insbesondere in den Bereichen trans*, Sexualität und Regenbogenfamilien.

Zusätzlich zum professionellen Beratungssetting wird Peer-Beratung auf ehrenamtlicher Ebene angeboten. Hier ist es so, dass die Berater*innen neben der fachlichen Qualifikation auch ihre eigene Lebenserfahrung einbringen, die sie als offen schwul, lesbisch, bisexuell und/oder trans* lebende Menschen gewonnen haben. Hier wird auch auf die unterschiedlichen Ansprüche der Klient*innen geachtet. Oftmals reicht bei den Beratungsgesprächen die Unterstützung in Form von Kontaktvermittlung, sodass soziale Kontakte geknüpft werden können. Andere benötigen kostenlose Informationen zu rechtlichen, gesundheitlichen oder gesellschaftlichen Fragen. Hier spielt vor allem der persönliche Erfahrungsaustausch eine große Rolle. Die Peer-Berater*innen sind ehrenamtlich tätig und arbeiten zeitlich flexibel im Verein.

Jedes Beratungsgespräch ist auf Wunsch anonym und stets kostenlos. Jeder Person wird mit Respekt, Offenheit und Wertschätzung begegnet. Alle Gespräche werden natürlich vertraulich behandelt.

Gender Gaps

**Geschlechtslücken?
Also Unterschiede zwischen
den Geschlechtern. Gibt es das
überhaupt noch? Sind nicht eh
alle gleichberechtigt, vor allem
in Österreich? Der folgende Ar-
tikel soll Antworten auf diese
Fragen geben.**

Image by vector_corp on Freepik

Geschlechtsidentitäten

Um einmal den Begriff „Geschlecht“ näher zu definieren, soll folgendes festgehalten werden: Es gibt hierbei verschiedene Ebenen die zu berücksichtigen sind, nämlich Geschlechtsmerkmale, Geschlechtsidentität und Geschlechterrollen. Geschlechtsmerkmale wie z. B. Penis, Vagina, Regelblutung oder Körperbehaarung haben nicht zwingend etwas mit der Geschlechtsidentität einer Person zu tun.

cis

Mit cis ist gemeint, dass die Geschlechtsidentität mit dem bei der Geburt zugewiesenen Geschlecht übereinstimmt. Also wenn einer Person bei der Geburt das Geschlecht „weiblich“ zugeordnet wurde und sie sich ein Leben lang als Frau identifizieren kann, ist sie cis.

trans

Menschen mit einer trans*geschlechtlichen Identität fühlen sich nicht (oder nicht gänzlich) dem bei der Geburt zu-

gewiesenen Geschlecht zugehörig. Beispielsweise kann es sein, dass jemand mit männlichen Geschlechtsmerkmalen geboren wird, sich aber als Frau identifiziert.

intergeschlechtlichkeit

Das betrifft ca. 1,7 % der Bevölkerung und versteht eine Variation von Geschlechtsmerkmalen, die nicht in das binäre Geschlechtssystem hineinpassen und deswegen in weiterer Folge als krankhaft angesehen werden, obwohl die betroffenen Personen oftmals kerngesund sind.

nicht-binär

Nicht-binäre Menschen identifizieren sich nicht als „nur Frau“ oder „nur Mann“. Damit kann gemeint sein, sich als beides wohlzufühlen oder mit keinem der beiden Geschlechter.

agender

Manche Personen lehnen „Geschlecht“ als Konzept ab und definieren sich dementsprechend auch nicht. Dies wird als „agender“ bezeichnet.

Gender Gap bedeutet wörtlich übersetzt „Gender Lücke“ und steht für das Phänomen, dass nicht alle Geschlechter gleichberechtigt sind. Am häufigsten hört man es im Zusammenhang mit der Bezahlung von Männern* und Frauen*, nämlich als sogenanntes „Gender Pay Gap“. Das World Economic Forum (Weltwirtschaftsforum) veröffentlicht jedes Jahr einen Global Gender Gap Report, wo anhand mehrerer Faktoren analysiert wird, ob und wenn ja, in welchem Ausmaß, Frauen und Männer in den jeweiligen Ländern gleichberechtigt sind oder nicht. Hierbei geht es vor allem um wirtschaftliche Teilhabe und Chance, Bildungsabschluss, Gesundheit und Überleben und politisches Empowerment. Österreich war im Jahr 2023 auf Platz 47 von 164.

Angelehnt an diesen Bericht werden nun Unterschiede beim Einkommen, der Pflege- bzw. Sorgearbeit, Gesundheit, in der Politik und bei der Erhebung von Daten erläutert.

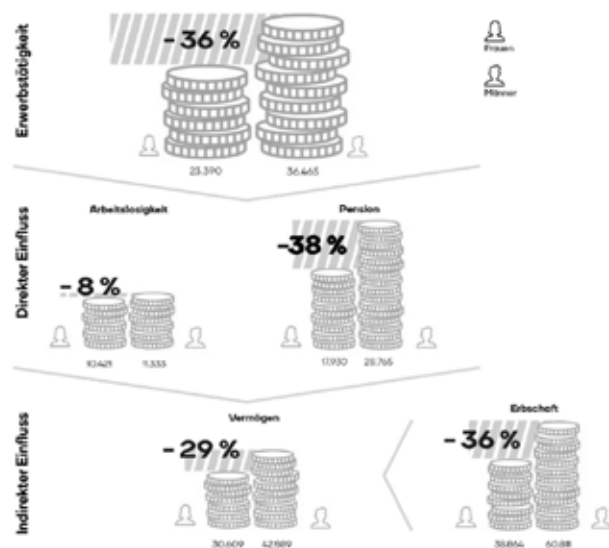
Gender Pay Gap bedeutet Lohnunterschied zwischen Männern und Frauen. Österreich liegt hierbei über dem EU-Durchschnitt. Das bedeutet, dass in Österreich Frauen durchschnittlich weniger verdienen als Männer. Faktoren wie Beruf, Arbeitszeit, Dauer des Dienstverhältnisses können hierbei einen negativen Effekt haben. Viele Frauen in Österreich haben eine Teilzeit-Beschäftigung, da sie einen großen Teil der Sorgearbeit übernehmen. Weiters sind Frauen nach wie vor in den sogenannten MINT-Berufen (Mathematik, Informatik, Naturwissenschaften und Technik) unterbesetzt und arbeiten häufiger im Niedriglohnsektor als Männer. Es ist auch bekannt, dass arbeitslose Frauen eher nach Arbeit suchen, für die sie überqualifiziert sind, als Männer.

Das Gender Time Gap, welches die kürzeren Arbeitszeiten von Frauen umfasst, ist mitverantwortlich für den Fakt, dass Frauen schlechtere Chancen auf den beruflichen Aufstieg und gleichzeitig ein höheres Gehalt haben. Führungspositionen werden selten mit einer 20-Stunden-Woche ausgeschrieben.

Aus dem Gender Pay Gap resultieren zwei weitere Gender Gaps. Zum einen das **Gender Pension Gap**, wobei Frauen durchschnittlich ca. 30 % weniger Pension als Männer bekommen und zum anderen das **Gender Lifetime Earnings Gap**, also die „Lebenseinkommenslücke“. Ein Beispiel hierzu: eine Person die 28 Beitragsjahre (also pensionsversiche-

rungspflichtig gearbeitet) hat, bekommt bis zu 1,2 Millionen € weniger am Ende des Lebens zusammen als eine Person, die 42 Beitragsjahre gesammelt hat. Dieser Unterschied wird nicht nur durch Teil- oder Vollzeitbeschäftigung, sondern auch durch den Bildungsgrad (je höher, desto mehr Lebenseinkommen) und die Arbeitsbranche (z. B. bringt Technikbranche mehr Geld als Gastronomie) beeinflusst. Kurz angemerkt gibt es neben dem Gender Pay Gap auch das Migration Pay Gap, bei dem die Sachlage so ist, dass Menschen mit Migrationshintergrund im Durchschnitt weniger verdienen als Menschen ohne Migrationshintergrund. Einer der großen Gründe hierfür ist, dass zugezogene Menschen öfter auf „Niedrig-Lohn-Jobs“ angewiesen sind und für weniger Geld arbeiten müssen, um überhaupt eine Anstellung zu bekommen.

Gender Pay Gap: Frauen verlieren überall



Quelle: Statistik Austria; Eigene Berechnungen, AMS, HFCS
Anmerkungen: Erwerbstätig: Unselbstständig beschäftigt; Einkünfte aus unselbstständiger Beschäftigung und gesetzlichen Pensionen brutto, jährlich (Median, 2020); Leistungen aus der Arbeitslosenversicherung netto, jährlich (Median, 2020); Vermögen: Nettovermögen aller Männer und Frauen über 16 (Median, 2017); Erbe: Frauen und Männer in Singlehaushalten, die eine Erbschaft oder Schenkung erhalten haben (Median, 2017)

MOMENTUM
INSTITUT

Gender Gaps

Gender Care Gap

Hierbei geht es um die Sorgearbeit, also sich um die Kinder kümmern, die Angehörigen pflegen, den Haushalt aufrechterhalten und so weiter und so fort. Diese Arbeiten werden in Österreich zum Großteil von Frauen abgedeckt. Um genau zu sein, leisten hier Frauen 71 % der Arbeit (durchschnittlich drei Stunden und 48 Minuten jeden Tag) während Männer 29 % (zwei Stunden und 14 Minuten) der Sorgearbeit übernehmen. Bezahlt wird dieser Haufen an Arbeit gar nicht. Wenn aufgrund dieser Arbeit eine Frau dann „nur“ in einer Teilzeitbeschäftigung oder gar in keiner bezahlten Beschäftigung ist, führt dies zu einer finanziellen Abhängigkeit von dem*der Partner*in der*die in Vollzeit erwerbstätig ist. Ausreichende Kinderbetreuungsplätze, bessere Angebote zur Pflege von Angehörigen und eine Reform der (Väter-)Karenz könnten hier zu einer Verbesserung beitragen.

Gender Health Gap

Beim Gender Health Gap geht es darum, dass Frauen oft länger mit einem schlechten Gesundheitszustand leben als Männer, Fehldiagnosen erhalten oder erst gar nicht behandelt werden. Zurückzuführen ist das darauf, dass die medizinische Forschung mehr zu männlichen Körpern geforscht hat und weitaus weniger Daten zu Erkrankungen bei Frauen vorhanden sind. Darüber hinaus wurde bzw. wird relativ betrachtet mehr Geld in die Gesundheit von Männern investiert. So kommt es zu Verzögerungen bei Diagnosen und Behandlungen von Erkrankungen bei Frauen, falschen Medikamentendosierungen und im schlimmsten Fall zu Todesfällen, die verhindert werden hätten können. Auch die globale Wirtschaft würde davon profitieren, wenn diese Gesundheitsversorgungslücke geschlossen wird, da die betroffenen Frauen in einem schlechten Gesundheitszustand nicht die volle Arbeitskraft nutzen können.

Gender Data Gap

Wenn Daten erhoben werden um wirtschaftliche, soziale, gesellschaftliche, organisatorische, medizinische

oder infrastrukturelle Entscheidungen zu treffen, werden zum Großteil die Daten von (weißen) Männern gesammelt. Dies führt dazu, dass Frauen in Datensammlungen unterrepräsentiert sind und folglich die Entscheidungen zugunsten der Männer geschehen. Ein Beispiel hierfür ist die Temperatur in Büros: anhand von männlichen Daten wird der Thermostat in einem Büro auf eine bestimmte Temperatur eingestellt. Dadurch hat es die optimale Temperatur für Männer und somit auch für deren kognitive Leistung. Unberücksichtigt ist hierbei jedoch, dass Frauen eine andere „Betriebstemperatur“ bräuchten, um die optimalen Arbeitsbedingungen zu haben.

Exkurs zum Thema illegalisierte Substanzen:

Gleich wie bei Medikamenten, werden die meisten Studien zur Wirkung und den Langzeitfolgen von illegalisierten Substanzen unter Berücksichtigung biologisch männlicher Drogengebrauchender durchgeführt. Der Einfluss biologisch weiblicher Geschlechtshormone auf die Wirkung von Substanzen wird bei solchen Studien folglich nicht miteinbezogen.

Einige Studien deuten darauf hin, dass die Hormone Östrogen wie auch Testosteron die Ausschüttung von Dopamin im Gehirn fördern: Je höher der Hormonspiegel von Östrogen und Testosteron, desto sensibler reagiert das Gehirn auf die belohnende Wirkung von Substanzen.

Digital Gender Gap

Hierbei geht es um die digitalen Kompetenzen von Frauen und Männern. Das sind Fähigkeiten wie: Texte und Präsentationen auf dem Computer erstellen, Dateien übertragen, Inhalte auf sozialen Netzwerken teilen oder auch die Fähigkeit Programmieren zu können, gemeint. Frauen haben statistisch gesehen weniger digitale Kompetenzen als Männer. Prinzipiell hängt dies auch vom Alter der jeweiligen Person ab und ob die Person einer Erwerbstätigkeit in Vollzeit oder Teilzeit nachgeht. Eine Frau in Teilzeitbeschäftigung hat nämlich potenziell eine

geringere digitale Kompetenz als eine Frau in einer Vollzeitbeschäftigung. Prinzipiell lässt sich auch sagen, dass Mädchen bzw. Frauen ihre digitalen Kompetenzen, bei Vorliegen einer gleich hohen Fähigkeit, schlechter einschätzen als Burschen bzw. Männer.

Educational Gender Gap

Auf der Bildungsebene sieht die Lage in Österreich etwas anders aus als in den restlichen Bereichen wo Geschlechtsunterschiede bestehen. Während Männer bei Lehrabschlüssen vor den Frauen liegen (2021, 39,5 % zu 25,6 %), haben 21,6 % der Frauen und 17,5 % der Männer einen akademischen Abschluss. Spannenderweise besteht der Gender Pay Gap, obwohl in einem akademischen Beruf von einem höheren Grundgehalt als bei einem Beruf mit Lehrabschluss ausgegangen werden kann. Mädchen haben in Schulen durchschnittlich bessere Noten als Burschen, wofür es keine wirklich starken Gründe gibt. Ein Teil davon kann womöglich mit Geschlechtsstereotypen zusammenhängen, wie zum Beispiel damit, dass Mädchen bessere Sprachkompetenzen entwickeln und gewissenhafter arbeiten, während Burschen mehr Sport betreiben und von der Gesellschaft gelehrt bekommen, dass man als Mann auch mit weniger Anstrengung mehr erreichen kann als eine Frau.

Political Gender Gap

Frauen sind weltweit betrachtet, aber auch in der österreichischen Politik, unterbesetzt. Im österreichischen Parlament sind mit Stand 2023 56 % der Abgeordneten Männer und nur 44 % Frauen. Dies hat sich seit 2013 (33 % Frauen) zwar gebessert, war aber auch schon höher (53 %, 2020). Die Gemeinden werden nur zu 10,5 % von einer Bürgermeisterin geführt.

Fun bzw. eigentlich Sad Fact: im Jahr 2023 gab es zum ersten Mal mehr weibliche Bürgermeisterinnen als Bürgermeister die Franz oder Hans heißen.

Es gab in Österreich noch nie eine Bundespräsidentin und nur einmal eine weibliche Bundeskanzlerin, nämlich in

der Übergangsregierung 2019. Zurückgeführt kann diese geschlechtsspezifische Niederlage unter anderem auf das Gender Care Gap werden. Wenn Frauen weiterhin die Wahl zwischen Familie oder Beruf treffen müssen, wird sich daran nicht viel verändern.

So und jetzt? Wie kann sich da etwas ändern?

Alles in allem lässt sich gut erkennen, dass viele Unterschiede zwischen den Geschlechtern Hand in Hand gehen: Wenn das Gender Care Gap nicht mit mehr öffentlichen Kinderbetreuungsplätzen und einer Reformation der (Väter-)Karenz verringert wird, ist der Rattenschwanz dessen ein geringerer Verdienst in der Erwerbstätigkeit, keine politische Sichtbarkeit und im Endeffekt eine magere Pension. Darüber hinaus sollten Mädchen mehr Förderung im Hinblick auf technische Berufe und Burschen mehr Förderung in der Schule erhalten. Im Hinblick darauf, dass Frauen teilweise mit der gleichen Qualifikation eine geringere Chance auf Führungspositionen haben, sollte vielleicht auch ein differenzierter Blick auf das hochemotionale Thema „Frauenquote“ folgen.

* in diesem Artikel werden „Mann“ und „Frau“ ohne Gender-Sternchen geschrieben, da davon auszugehen ist, dass sich die erwähnten Studien und daraus resultierenden Zahlen auf Cis-Männer und Cis-Frauen beziehen.

Quellen:

- Rosalilapantherinnen (diverse Broschüren und Website)
- SiO 02/20 S. 24ff
- Frauen in politischen Entscheidungspositionen in Österreich 2023, Bundeskanzleramt 2023
- Gender gap report 2023 (https://www3.weforum.org/docs/WEF_GGGR_2023.pdf)
- <https://www.bundeskanzleramt.gv.at/agenda/frauen-und-gleichstellung/gleichstellung-am-arbeitsmarkt/einkommen-und-der-gender-pay-gap.html>
- <https://www.momentum-institut.at/news/weltfrauentag-2024-maedchen-leisten-mehr-fuer-familie-und-haushalt-als-buben/>
- https://www3.weforum.org/docs/WEF_Closing_the_Women%E2%80%99s_Health_Gap_2024.pdf
- <https://www.wu.ac.at/forschung/forschungsportal/news/details-news/detail/gender-data-gap-warum-frauen-immer-noch-benachteiligt-werden-1>
- https://initiated21.de/uploads/03_Studien-Publikationen/Digital-Gender-Gap/d21_digitalgendergap.pdf
- https://www.wifo.ac.at/wp-content/uploads/upload-7963/s_2023_lebenseinkommen_frauen_70679_.pdf
- <https://www.statistik.at/statistiken/bevoelkerung-und-soziales/gender-statistiken/bildung>
- <https://www.bpb.de/themen/bildung/dossier-bildung/315992/bildungsungleichheiten-zwischen-den-geschlechtern/>

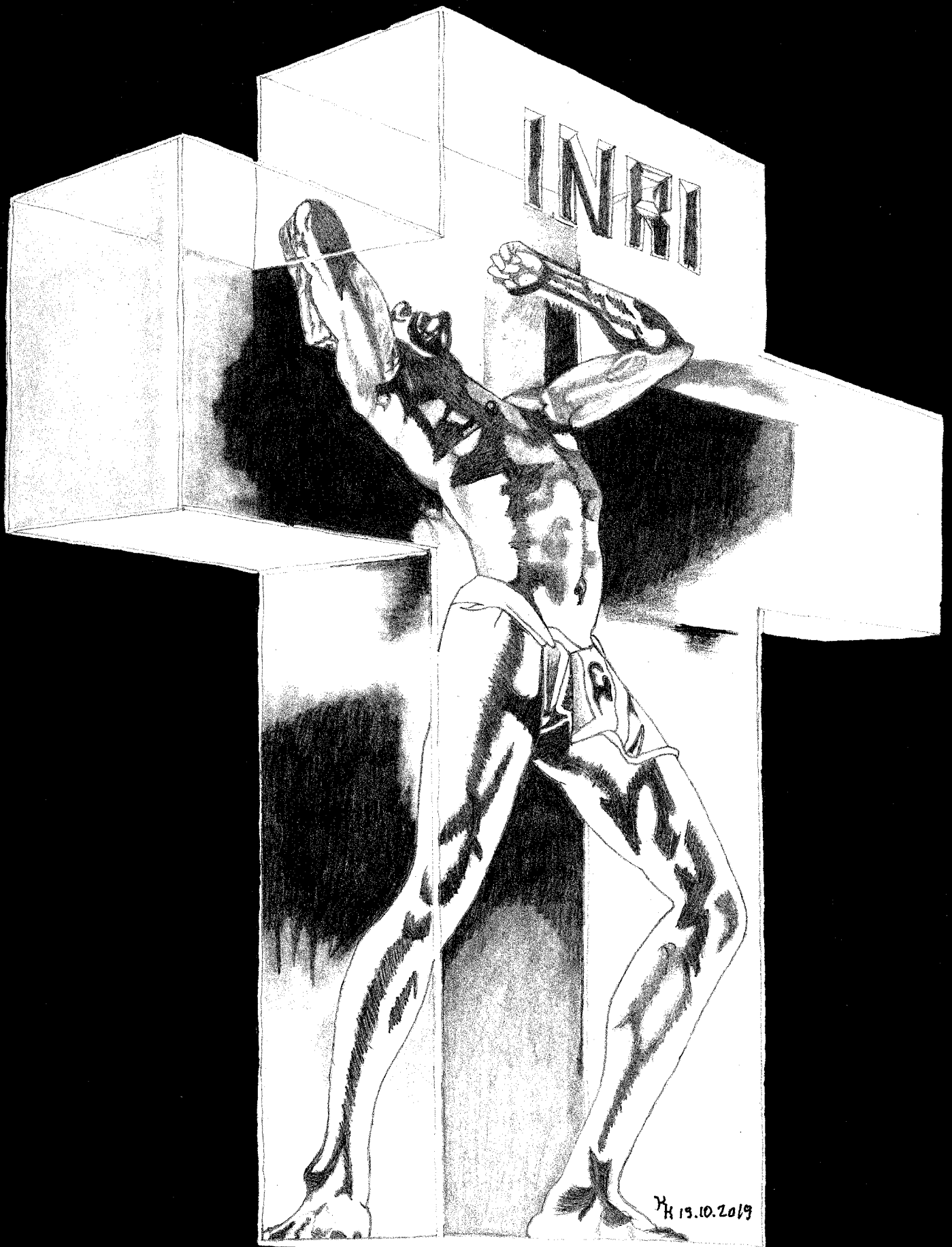


Bild von w

Wir erinnern uns an die
verstorbenen Besucher*innen der letzten sechs Monate

Mustafa

Harald

Jacqueline

Markus

Patrick

Dominik

Jede*r Verstorbene hat eine eigene Seite in unserem Gedenkbuch, das im Kontaktladen aufliegt.
Dort könnt ihr Gedanken, Nachrichten oder Fotos hinterlassen
und euch gemeinsam erinnern.

LGBTQIA+ Events

November 24	03.	Trans Parent Day: An diesem Tag wird die Beziehung zwischen Transpersonen und ihren Eltern und/oder Kindern gefeiert.
	08.	Intersex Day of Remembrance: Dieser Tag steht im Zeichen des Gedenkens an inter* Personen und soll auf deren Personen aufmerksam machen.
	13. - 19.	Trans Awareness Week: Diese Woche steht im Zeichen der Rechte von Transpersonen
	20.	Transgender Day of Remembrance: Ein Gedenktag, an dem allen Menschen gedacht wird, die aus transphoben Gründen getötet wurden.
Dezember 24	23.	Tuntenball Drag Race 18:00 – 22:00 Uhr, Theater am Lend, Wiener Straße 58A
	01.	Welt AIDS Tag: Dieser Tag soll über HIV bzw. AIDS aufklären, Diskriminierung gegenüber Erkrankten abbauen und die Solidarität fördern.
	10.	Tag der Menschenrechte: Ein Gedenktag für die Verabschiedung der Allgemeinen Erklärung der Menschenrechte am 10. Dezember 1948. Hier wird unter anderem festgehalten, dass alle Menschen ein Recht auf ein Leben frei von Diskriminierung haben.
	10.	HPV Infoabend mit der AIDS-Hilfe 18:00 – 20:00 Uhr, Feel free, Annenstraße 27
Februar 25	14.	PhiloCafe: Von Lust und Lassen: Wie viel Kompromiss brauchen wir? Treffen von philosophisch Interessierten für Diskussion und Denkanregungen. Ab 19:00, Feel free, Annenstraße 27
	ganzer Monat	Queer History Month: Der Monat erinnert an die reichhaltige Geschichte der queeren Community und deren Mitglieder, die oft vergessen oder unsichtbar gemacht wird.
März 25	22.	Tuntenball 2025: Das Thema ist noch nicht bekannt. Sichert euch rechtzeitig eure Tickets!
	01.	Zero Discrimination Day: Dieser Tag dient der Gleichstellung vor dem Gesetz und macht auf die Umsetzung in allen Mitgliedsländern der Vereinten Nationen aufmerksam.
	08.	Internationaler feministischer Kampftag (Weltfrauentag): Protesttag um weltweit auf Frauen*rechte, Gender Gaps und Diskriminierung aufmerksam zu machen. Auch in Graz sind Demonstrationen geplant.
	24. - 30.	LGBT Health Awareness Week: Diese Woche soll Aufmerksamkeit auf die Gesundheit von queeren Menschen lenken, die ein viel höheres Risiko für körperliche und psychische Erkrankungen als hetero und cis Menschen bzw. mehr Diskriminierung im medizinischen und psychologischen Sektor erfahren.
April 25	31.	Transgender Day of Visibility: Dieser Tag steht für die Würdigung und Sichtbarkeit aller Transpersonen.
	06.	International Asexuality Day: An diesem Tag werden alle asexuellen Personen gefeiert.
	26.	Lesbian Visibility Day: Dieser Tag soll der lesbischen Sichtbarkeit dienen und lesbische Vorbilder, Kultur und Vielfalt feiern.



Grazer Regenbogen Chor

Egal ob Anfänger*in oder Profi, einfach mitsingen!

Findet jeden Sonntag im Lendpavillon, Volksgartenstraße 11 von 19:00 bis 20:30 Uhr statt.



The FAGtory Club: queeres Clubbing im Safer Space. Feiert gemeinsam Offenheit, Diversität und Freiheit. Im Mittelpunkt steht das Tanzen und die Musik, das Ziel ist es jedoch, die Sichtbarkeit von LGBTIQ+ Personen zu fördern und Barrieren abzubauen und eine respektvolle Atmosphäre beim Feiern zu schaffen. Die Party findet in der Postgarage (Dreihackengasse 42) an folgenden Samstagen statt: 23.11.24, 04.01.25, 01.02.25, 15.03.25, 05.04.25. Jeweils ab 23:00 Uhr. Tickets unter www.fagtory.at



Transgender Selbsthilfegruppe Graz

In einem geschützten Rahmen können Transgender-Personen ihre Sorgen und Ängste ansprechen. Der Gruppenabend bietet aber auch die Möglichkeit zum Gedankenaustausch über Alltägliches, um neue Freundschaften zu knüpfen oder einfach um zu spüren, dass man nicht alleine ist. Alle Transgender-Personen sind eingeladen, einfach unverbindlich vorbei zu kommen. Auch Angehörige sind herzlich willkommen. Findet jeden zweiten Sonntag im Monat von 17 bis 20 Uhr in der Lauzilgasse 25 statt.



Gruppentreffen Homosexuelle und Glaube

Die Themen des jeweiligen Abends werden kurz vorher bekannt gegeben. Findet jeden zweiten und vierten Montag im Monat von 19:30 bis 22 Uhr im feel free (Annenstraße 27) statt.



Trans* Expert*innen Cafe

Hier wird sich primär über trans* und damit zusammenhängende Themen wie soziale, rechtliche sowie medizinische Transition ausgetauscht. Doch vor allem ist es die Möglichkeit sich mit fachkundigen Personen auszutauschen und Fragen zu stellen. Daher sind neben trans* Personen auch Angehörige, Mediator*innen sowie all jene willkommen, die sich mit diesem Thema – vielleicht erstmals – befassen. Die Treffen finden jeden ersten Dienstag im Monat von 17:30 bis 19:30 Uhr im feel free (Annenstraße 27) statt.



Offener RLP Abend

Hier bietet sich die Gelegenheit, Kontakte zur Community sowie zu den RosaLila PantherInnen zu knüpfen und neue Menschen kennenzulernen. An diesen Abenden wird über aktuelle Themen und Entwicklungen gesprochen. Dabei bietet sich die Möglichkeit Einblick in die Arbeit der RosaLila PantherInnen zu gewinnen oder gleich aktiv mitzuwirken. Findet jeden dritten Montag im Monat von 18 bis 19:30 Uhr im feel free (Annenstraße 27) statt.



Queeres Pubquiz

In gemütlicher und unterhaltsamer Atmosphäre könnt ihr euer queeres Wissen auf die Probe stellen. Kommt im Team und stellt euch der Herausforderung – oder komm alleine und knüpfe neue Kontakte. Findet einmal im Monat an unterschiedlichen Tagen im feel free (Annenstraße 27) statt. Wann genau, findet ihr im RLP Kalender.



- Quellen:
- <https://www.express.de/panorama/lgbtqi-kalender-das-sind-die-feiertage-der-queer-community-572712>
- <https://queer-lexikon.net/queerer-kalender/>
- <https://www.homo.at/angebote/service/kalender/>
- <https://www.graztourismus.at/de/sightseeing-kultur/graz-entdecken/graz-fuer-lgbt>

Intravenöser Drogenkonsum in der Öffentlichkeit und in öffentlichen Verkehrsmitteln!

Voreingenommenheit-Schubladendenken-Fremdschämen:

Spritzen in der Öffentlichkeit und Drogenkonsum in öffentlichen Verkehrsmitteln

Ich weiß nicht, was manche User*innen nicht gneiß, aber dass Aufklärungsbedarf von Nöten ist, ist offensichtlich und klar. Alleine die Respektlosigkeit ist eine Frechheit sondergleichen. Dabei ist die Stadt Graz, bzw. sind die Personen, die dafür verantwortlich sind, eh voll tolerant und verständnisvoll. Das merkt man daran, dass in jedem öffentlichen WC Spritzenbehälter aufgestellt sind.

Aber jetzt muss ich als USER selbst etwas sagen! HEE Leute geht's noch? Unlängst sitze ich – am Tag noch dazu – im Bus, haut sich diese Weichbirne zwei Sitze vor mir etwas rein!!! IV, also intravenös! Vor allen Leuten und Kindern etc. Und dann, neben Hardcore-Drogenkonsum in aller Öffentlichkeit, lässt jeder Knallkopf seinen Dreck auch noch liegen!!! HEEE, Leute, echt!!! SOO GEHT ES NICHT!!! Und dann wunderts euch, wenns behandelt werdets wie die Letzten.

Und was genauso schlimm ist, ist, dass alle – eigentlich der Großteil von uns – mit rein in diesen Topf geworfen werden. Mich wundert das nicht! Denn woher sollen das normale und nicht Drogensüchtige wissen?! Sie sehen ja nur genau so ein Bild oder besser gesagt, das Bild, sobald sie einen DRAUFEN sehen!!

Ich glaube nicht, dass ich nach diesen Zeilen noch tiefer darauf eingehen muss. Aber ein Appell von USER zu USER*IN! Bitte räumt euren Dreck weg und gebt es ordnungsgemäß ab und des Weiteren: benehmt euch in der Öffentlichkeit. So!!!

Lg Swifty

Konsum Ja, Gefährdung Nein!

Aus gegebenem Anlass richten wir uns mit einem Appell zur aktuellen Situation in einigen öffentlichen WC-Anlagen im Grazer Stadtgebiet an euch.

Wir haben für intravenösen Substanzkonsum großes Verständnis und bedauern es, dass viele Menschen aus Mangel an Alternativen auf öffentlichen WC-Anlagen konsumieren müssen.

Kein Verständnis habe wir jedoch dafür, wenn offen herumliegenden Konsumutensilien andere Menschen, die die öffentlichen Toiletten aufsuchen oder reinigen müssen gefährden.

Abgesehen von der akuten Gefährdung Anderer, stellen hier einige wenige Konsument*innen eine ganze Gruppe Menschen in ein schlechtes Licht.

Wir bitten um solidarisches und rücksichtsvolles Verhalten gegenüber ALLEN Mitmenschen.

Für die Entsorgung von gebrauchten Konsumutensilien gibt es in fast allen öffentlichen WC's Spritzenabwurfbehälter und das Angebot des kostenlosen Spritzenaustausches im Kontaktladen.

Unsere Öffnungszeiten sind:

Montag, Dienstag, Donnerstag:
08:30 - 11:30 Uhr und 12:00 - 15:00

Mittwoch:
15:00 - 18:00 Uhr

Freitag:
08:30 - 09:30 Uhr und 10:00 - 13:00

Das Kontaktladen-Team



Bild von David Donnelly



Kreative Köpfe gesucht

Für die Harlekin-Rubrik „selbstgestaltet“ freuen wir uns über eure Beiträge! Malt, zeichnet, schreibt, dichtet was immer euch einfällt.

Redaktionsschluss für die Ausgabe Mai 2025
ist der 01. April 2025.

Ihr könnt eure Beiträge aber selbstverständlich immer abgeben. Entweder bei den Streetworker*innen oder im Briefkasten neben der Infotheke.

Der Harlekin ist eine Zeitung von euch, mit uns - für euch!

Chemsex

Chemsex bezeichnet die Kombination von chemischen Substanzen (sogenannten "Chems", speziell Crystall Meth, Mephedron und/oder GHB/GBL) und sexuellen Aktivitäten bei MSM (Männer*, die Sex mit Männern* haben). Seinen Ursprung hat Chemsex in der Schwulenszene Londons. Auch in der Steiermark ist der Substanzkonsum im Zusammenhang mit sexuellen Praktiken ein relevantes Thema.



Wenn du planst, an einem Chemsex-Treffen (oder privaten „Chill“) teilzunehmen bzw. allgemein Sex unter Substanzeinfluss zu erleben, gibt es einige wichtige Tipps und Überlegungen, die dir helfen können, sicherer und bewusster damit umzugehen:

- Achte auf deine Grenzen: Nutze den Chemsex-Check von „Checkpoint Berlin“, um deine persönlichen Grenzen zu erkennen und sichtbar zu machen. Den Chemsex-Check findest du unter www.checkpoint-blm.de zum selber ausdrucken.
- Safe Space: Stelle sicher, dass du dich in einem sicheren Umfeld befindest, in dem mindestens eine Person dabei ist, der du dich anvertrauen kannst.
- Substanzwahl, Dosierung, Konsumform: Entscheide im Voraus, welche Substanzen du in welcher Dosierung und Konsumform konsumieren möchtest. Informiere dich gründlich über die Substanzen.
- Kostenlose Tests und Utensilien: Lass alle Substanzen vorab kostenlos bei triptalks in Graz testen und nutze die dort verfügbaren kostenlosen Safer-Use-Utensilien (z. B. Snief-Röhrchen, Leerkapseln, Spritzen, Folien).
- Wechselwirkungen beachten: Informiere dich über mögliche Wechselwirkungen zwischen verschiedenen Substanzen. Nutze dafür Internetseiten wie „Combi Checker“ oder „Know Your Stuff NZ“.
- Zeitmanagement und Vorbereitung: Plane ein, wann du wieder deinen Verpflichtungen nachkommen musst, inklusive der Erholungszeit (Comedown). Stelle einen Wecker und bereite deine Wohnung vor dem Weggehen gemütlich vor (frisch bezogenes Bett, Vorrat an Lebensmitteln, Lieblingsunterhaltung, Fruchtsäfte etc.).

Welche Chems werden konsumiert?

Zu den häufig verwendeten illegalen Substanzen zählen Mephedron, "Monkey Dust", Crystal Meth ("Tina"), GHB/GBL, MDMA und Ketamin. Diese Substanzen erhöhen oft die Enthemmung und Intensität sexueller Erlebnisse, können jedoch gleichzeitig den Orgasmus unterdrücken. Es ist wichtig, während des „Chills“ zu akzeptieren, wenn du nicht zum Höhepunkt kommst.

Da einige dieser Substanzen das Schmerzempfinden mindern, ist es besonders wichtig, auf Safer-Sex-Praktiken zu achten. Informationen dazu findest du beispielsweise bei der „Aids-Hilfe Steiermark“ oder bei „Sexgesund“.

Ein sicheres Umfeld, definierte Grenzen sowie die Beachtung von Safer Sex und Safer Use, sind entscheidend, um die psychische und körperliche Gesundheit zu schützen. Die Substanzen kurz erklärt:

Mephedron (4-MMC)

Mephedron ist ein synthetisches Cathinon, das stimulierende, euphorisierende und empathogene Effekte hervorruft. Allerdings wird neben 4-MMC auch 3-MMC und 2-MMC auf dem Schwarzmarkt angeboten, die bei gleicher Dosierung unterschiedlich wirken können. Deshalb ist es wichtig, Substanzen vorab durch Drug Checking testen zu lassen.

Wissenswert: Beim oralen Konsum von Mephedron (z. B. in Leerkapseln) ist der Drang nachzulegen am geringsten. Da der Wirkungseintritt verzögert erfolgt, sollte nicht zu früh nachdosiert werden. Kostenlose Leerkapseln erhältst du bei uns!

Monkey Dust

Dabei handelt es sich meist um MDPV (Methylendioxypropyroleron), die als rauchbare Variante von Mephedron gilt. MDPV wirkt schon in sehr geringen Dosen, was das Risiko einer Überdosierung erhöht. Besonders beim Rauchen oder Sniefen tritt ein starker Drang zum Nachlegen auf. Der orale Konsum (z. B. in Leerkapseln) ist daher risikoärmer. Häufige Nebenwirkungen sind Angst und Paranoia, wobei Nachwirkungen, die als sehr unangenehm beschrieben werden, noch bis zu 48 Stunden anhalten können. Da oft auch andere Substanzen als Monkey Dust gehandelt werden, ist es wichtig deine Substanz beim Drug Checking testen zu lassen.

Crystal Meth

Crystal Meth, auch „Tina“ genannt, ist Methamphetamin in kristalliner Form. Die Wirkung setzt schneller ein, dauert länger (6-30 Stunden) und hat deswegen auch ein höheres Suchtpotenzial. Methamphetamin unterdrückt Müdigkeit, Hunger und Schmerzen, während es Selbstvertrauen und Risikobereitschaft erhöht, was zu gefährlichem Verhalten und körperlichen Zusammenbrüchen führen kann. Crystal Meth verursacht weniger Warnzeichen als andere Amphetamine (wie etwa Herzrasen), erreicht aber dennoch sehr schnell eine hohe Konzentration

im Körper, eine vorsichtige Dosierung ist entscheidend.

GHB / GBL / Liquid Ecstasy

GHB (Gamma-Hydroxybuttersäure) ist meist eine farblose Flüssigkeit, die auf dem Schwarzmarkt in kleinen Flaschen verkauft wird. GBL (Gamma-Butyrolacton), das um ein Vielfaches potenter ist als GHB, ist ein starkes Lösungsmittel und wird im Körper zu GHB umgewandelt. Das Wirkspektrum reicht von Euphorie, Entspannung, Enthemmung, Wahrnehmungsintensivierung, Rededrang (Laberflash), leichtem Schwindel über Schläfrigkeit, bis hin zu tiefem (komaähnlichem) Schlaf, Bewusstlosigkeit, epileptischen Anfällen oder der völligen Atemdepression. Mehr Informationen zu GHB und GBL findest du auf Seite 22-23.

Nach dem „Chill“:

Wenn die Wirkung der Substanzen nachlässt, braucht dein Körper ausreichend Erholung um sich wieder regenerieren zu können.

- Achte darauf, dass du viel Schlaf bekommst.
- Nimm Vitamine & Nährstoffe zu dir, auch wenn du noch keinen Appetit verspürst. Nüsse & Bananen können hier gute Dienste leisten! Dein Körper sollte unbedingt gut hydriert bleiben (z. B. mit leckeren Fruchtsäften).
- Achte auf Konsumpausen von mindestens vier bis sechs Wochen, um das Botenstoff-Gleichgewicht im Gehirn wieder aufbauen zu können (und so einer Gewöhnung entgegenzuwirken).
- Überlege dir, wie dir Sex nach dem Chill auch ohne Chems weiterhin Spaß machen kann, um chemfreie positive Erfahrungen zu sammeln und zu erhalten!
- Sprich über deine Erfahrungen mit Vertrauenspersonen oder wende dich an spezialisierte Einrichtungen, wenn dir etwas am Herzen liegt!

Ansprechpersonen in Graz

- Aidshilfe Steiermark / QUEER Sexgesundheit
- Courage Graz
- RosaLila PantherInnen

Quellen:

- ChemSex : triptalks
- GHB & GBL: Infos & Tipps zur Risikoreduktion (sidekicks.berlin)
- Chemsex Netzwerk
- CombiChecker (combi-checker.ch)
- More drugs do not mean more fun - Know Your Stuff NZ
- Chemsex: Hintergrund und Hilfe | Deutsche Aidshilfe
- Was ist Chemsex? | Chemsex Netzwerk
- Mephedron / 4-MMC : triptalks
- Chemsex-Check - Checkpoint BLN (checkpoint-bln.de)
- Was ist Chemsex? | Chemsex Netzwerk

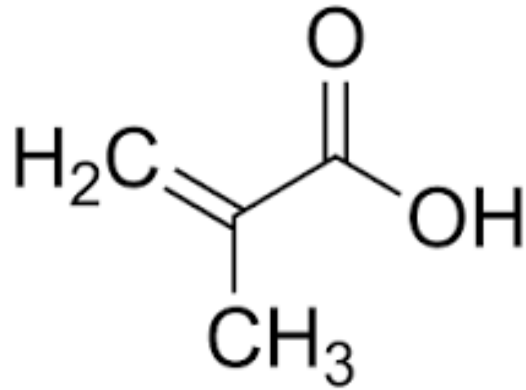
GHB & GBL

GHB und GBL sind Substanzen, die im Körper ähnlich wirken. Sie werden auch „G“ (englisch ausgesprochen), Gina, Liquid Ecstasy oder K.O. - Tropfen genannt. Diese Substanzen kommen meist als farblose, geruchsneutrale Flüssigkeiten vor.

- ① GHB (Gammahydroxybuttersäure) ist ein körpereigener Botenstoff, der unter anderem auch in der Medizin genutzt wird. GHB schmeckt salzig bitter. Probiere GHB niemals pur, es ist ätzend!
- ② GBL (Gamma-Butyro-1,4-Lacton) ist eine ätzende Flüssigkeit, die als Lösungs- oder Reinigungsmittel genutzt wird. GBL schmeckt chemisch und wird im Körper schnell zu GHB umgewandelt. GBL ist um ein vielfaches potenter als GHB. Es wirkt schneller, intensiver und kürzer als GHB.
- ③ Eine dritte Variante, die weniger weit verbreitet ist, nennt sich BDO (oder 1,4 BD). Die Industriechemikalie wird im Körper ebenfalls zu GHB umgewandelt und wirkt zeitlich länger als GHB.

Wie wird G eingenommen?

WG ist ätzend und muss stark verdünnt eingenommen werden! Die Substanz wird meistens in einer kleinen Flasche aufbewahrt und mit einer Pipette oder Spritze (ohne Nadel) auf den Milliliter dosiert. Die Konsumeinheit wird mit einer antialkoholischen Flüssigkeit im Verhältnis 1:100 verdünnt und auf einmal hinuntergeschluckt. Als Alternative kann die Dosis auch in ein antialkoholisches Getränk geschüttet werden, dass dann über einen Zeitraum ausgetrunken wird und die Wirkung nach und nach einsetzt. Eine Konsumeinheit liegt bei circa 0,8 – 1,2 Milliliter GBL bzw. 1-2 Milliliter GHB. Niedriger dosiert wird z. B. bei geringem Körpergewicht, auf leeren Magen oder bei körperlicher Erschöpfung. Höher dosieren Menschen, die bereits eine Toleranz für G entwickelt haben. Wenn G mehrfach hintereinander konsumiert wird, ist die Uhrzeit jeder Dosis zu dokumentieren. Ein Mindestabstand muss strikt eingehalten werden. Ist der Abstand kürzer als die gesamte Wirkungsdauer der Substanz (2-3 Stunden), muss weniger als die Anfangsdosis nachgelegt werden, um eine Überdosis zu verhindern. Achtung: Sehr hohe Dosen haben eine längere Wirkungsdauer.



Eine verlässliche Dosierung ist bei illegal hergestelltem G oft nicht möglich, da die genaue Konzentration der Substanz nicht vorliegt. Um zumindest herauszufinden, ob es sich bei deiner gekauften Substanz wirklich um G handelt, kannst du eine kleine Probe der Substanz zum Drug Checking in den Kontaktladen bringen.

Wie fühlt sich G an?

WGrundsätzlich kann sich die Wirkung einer Substanz von Person zu Person, je nach äußeren Umständen, Konsumform, genauer Zusammensetzung der Droge, Dosis und weiteren Faktoren sehr unterscheiden. G wirkt stimmungsaufhellend, angstlösend, macht kontaktfreudig und gesprächig und intensiviert Sinneswahrnehmungen. Anfangs wirkt es aufputschend, bei fortschreitendem Gebrauch und höherer Dosis einschläfernd. Es wirkt auch sexuell erregend und enthemmend. Andere Menschen werden als attraktiver wahrgenommen. Aus diesen Gründen ist G in der Chemsex-Szene stark verbreitet.

Die Wirkung einer typischen Dosis **GBL** ist nach ca. 3-10 min spürbar, erreicht ca. 20-30 min nach Einnahme den Höhepunkt und sinkt danach über weitere 1,5-3 Stunden ab.

Die Wirkung einer typischen Dosis **GHB** ist nach ca. 10-20 min spürbar, erreicht ca. 30-60 Minuten nach Einnahme den Höhepunkt, und sinkt danach über weitere 2-4 Stunden ab.

GHB/GBL kann im Urin ca. bis zu 12 Stunden nach Einnahme nachgewiesen werden.

HARM REDUCTION AND SAFER USE SAVE LIVES!

Risiken und Nebenwirkungen

RGHB/GBL-Überdosierungen führen zu einer unerwünschten Narkose und sind wegen der Gefahr einer Atemdepression mit möglichem Atemstillstand lebensgefährlich!

Erste Anzeichen einer Überdosierung sind vor allem Krämpfe, Zucken, Schreien, sehr flache oder unregelmäßige Atmung mit Atemaussetzern, Erbrechen (und Erstickungsgefahr durch Einatmen des Erbrochenen), Schmerzunempfindlichkeit, starre Pupillen und Bewusstlosigkeit sind möglich. In diesem Fall umgehend medizinische Hilfe holen (Notruf: 144)!

Ein großes Risiko birgt der Mischkonsum:

- ⌚ G + Alkohol: lebensgefährliche Kombination! Durch den Mischkonsum werden die Aktivitäten des zentralen Nervensystems noch viel stärker verlangsamt: Ein schnell einsetzender, komaähnlicher Tiefschlaf sowie eine Atemdepression (= stark verlangsamte Atmung) bzw. ein Atemstillstand sind möglich. Die Kombination kann Übelkeit und Brechreiz hervorrufen.
- ⌚ G + Opiate/Opiode: GHB/GBL verstärkt die atemdepressive Wirkung von Opiaten/Opioiden, ein Atemstillstand ist möglich!
- ⌚ G + Benzodiazepine/Antihistaminika (Medikamente gegen Allergien): Schwere Kreislaufkomplikationen möglich! Es besteht ein erhöhtes Risiko komatöser Zustände.

Safer Use

SWenn du G trotz aller gesundheitlichen und strafrechtlichen Risiken konsumierst, solltest du folgende Punkte beachten:

- ⌚ Verdünne das GHB/GBL, bevor du es einnimmst. GBL ist eine starke Säure, die die Schleimhäute verletzen kann – vor dem Trinken muss es also stark verdünnt werden.
- ⌚ Dosiere vorsichtig! Mengenunterschiede zwischen »verträglicher« Dosis und Überdosis sehr gering! GBL niedriger dosieren als GHB.
- ⌚ Warte mindestens 2 Stunden und dosiere beim Nachlegen niedriger.
- ⌚ Nicht mit Alkohol mischen!
- ⌚ GBL niemals intravenös konsumieren – ätzt die Venen kaputt!
- ⌚ Wirkt der Konsum sexuell stimulierend, werden Risiken beim ungeschützten Verkehr eventuell nicht mehr so ernst genommen. Kondome und Lecktücher schützen vor Ansteckung mit HIV und anderen Krankheitserregern.
- ⌚ Personen mit Epilepsie, Herz- oder Nierenfunktionsstörungen sollten auf keinen Fall konsumieren!

Rechtliche Einordnung:

RGHB/GBL unterliegen dem Suchtmittelgesetz (SMG).

Quellen: sidekicks.berlin & triptalks graz

Rechtsberatung im Kontaktladen

Montag + Donnerstag
12:00 - 15:00 Uhr

Diskriminierung

Lateinisch *discriminare* = unterscheiden

Jede Form einer weniger günstigen Behandlung ist eine Benachteiligung. Dabei kommt es nicht darauf an, dass die Benachteiligung vorsätzlich oder in böswilliger Absicht geschieht. Entscheidend ist der nachteilige Effekt, der bei den Betroffenen durch die Ungleichbehandlung entsteht. Diskriminierung bedeutet somit grundsätzlich Schlechterbehandlung/Benachteiligung.

In Österreich ist die Diskriminierung aufgrund des Alters (egal welchen Alters), des Geschlechts, der sexuellen Orientierung, der ethnischen Zugehörigkeit, der Religion/Weltanschauung und/oder einer Behinderung verboten. Diese Verbote gelten insbesondere in der Arbeitswelt (z. B. bei Bewerbungen oder der Bezahlung) und beim Zugang zu Gütern bzw. Dienstleistungen (z. B. Zugang zu Geschäften, öffentlichen Schulen, öffentlicher Verkehr etc.).

Es gibt verschiedenen Arten, wie diskriminiert wird:

- **Unmittelbare Diskriminierung:** eine Person erhält einen Job nicht, da sie auf einen Rollstuhl angewiesen ist/eine andere Hautfarbe hat/bereits „zu alt“ ist etc. und eines dieser bzw. der oben genannten Merkmale ist der Grund dafür.
- **Mittelbare Diskriminierung:** Es scheint so, als ob es neutrale Vorschriften oder Kriterien gibt, die bestimmte Personen aufgrund der oben genannten Merkmale ausschließen bzw. diese benachteiligen. Sie passiert also nicht offensichtlich, sondern versteckt. So z. B. eine Stellenausschreibung für eine Gärtnerei, die Deutsch als Muttersprache verlangt. Da für eine Tätigkeit in einer Gärtnerei Sprachkenntnisse nicht so wichtig sind, soll diese Voraussetzung Personen ausschließen, die Deutsch nicht als Muttersprache sprechen.
- **Belästigung/sexuelle Belästigung:** eine Verhal-

tungsweise wird gesetzt, die die (sexuelle) Sphäre einer Person verletzt. Z. B. unangebrachte oder anstößige Kommentare, Grenzüberschreitendes Verhalten, Schaffung eines demütigenden oder feindseligen Umfelds (z. B. ständige Beleidigungen aufgrund des Geschlechts oder der sexuellen Orientierung).

- **Assoziation:** Ist man mit Personen, die ein oben genanntes Merkmal aufweisen, z. B. befreundet/verheiratet/verpartnert etc. und wird deshalb diskriminiert, ist man auch vom Diskriminierungsschutz umfasst.
- **Anstiftung zur Diskriminierung:** auch dies ist, klarerweise, nicht in Ordnung und fällt unter das Diskriminierungsverbot.

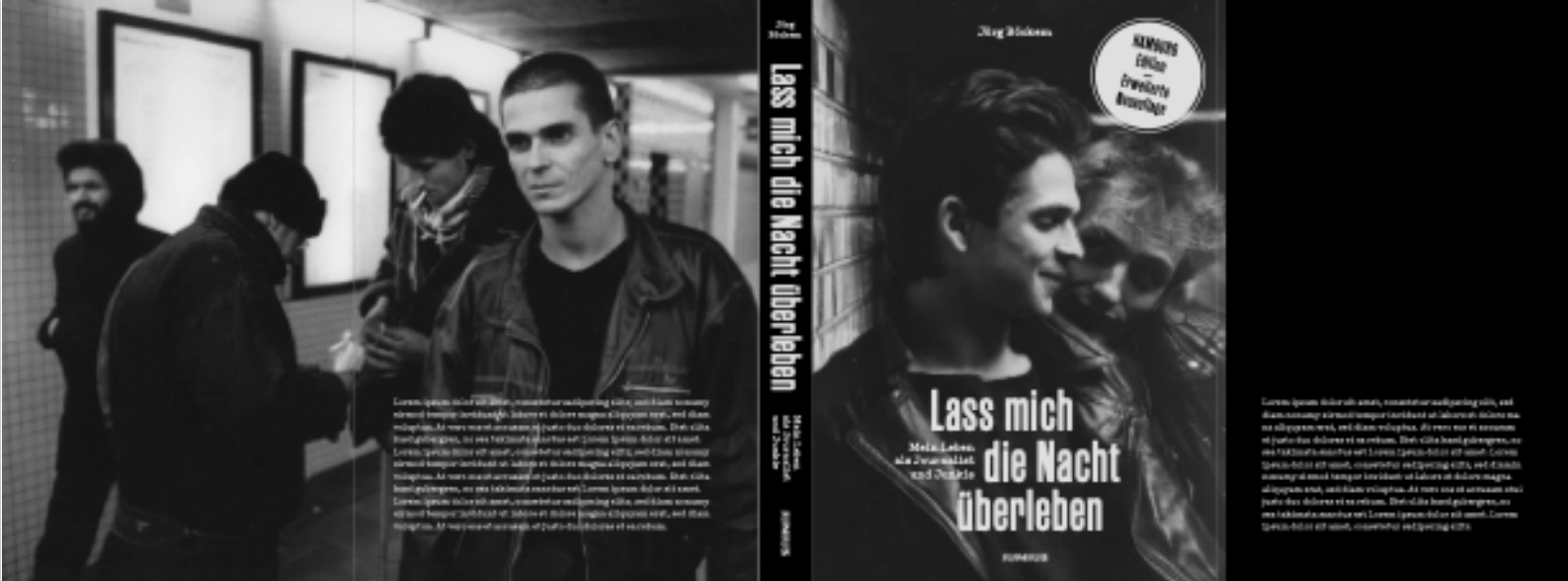
Wo aber kannst du dich hinwenden, wenn du diskriminiert wirst oder wurdest?

Da gibt es in Graz bzw. der Steiermark die **Antidiskriminierungsstelle in der Pestalozzistraße 59, erreichbar unter 0316/714-137**. Diese hat auf ihrer Homepage viele Leitfäden gegen Diskriminierungen in diversen Bereichen. Sie steht euch beratend und begleitend bei unterschiedlichsten Sachverhalten zur Seite.

Daneben gibt es die **Gleichbehandlungsanwaltschaft, in der Steiermark am Südtiroler Platz 16, 0316/720 590**. Auch dort findet ihr Beratung und Unterstützung.

Außerdem gibt es eine **österreichweite Hotline**, die euch bei Vorfällen an die richtigen Stellen weiterverweist: **0800/222 666**.

Du kannst auch gerne in den Kontaktladen kommen und dich an die Streetis oder mich (Dominik) wenden!



Abwesende Freunde

Mein Leben als Journalist und Junkie von Jörg Böckem

Zwanzig Jahre nach der Erstveröffentlichung des Buches „Lass mich die Nacht überleben“ von Jörg Böckem, erschien heuer eine umfangreich erweiterte Neuauflage – die Hamburg-Edition –, ergänzt um ausgewählte literarische und journalistische Texte und Fotos des Autors aus der Zeit des Geschehens. Er erzählt im Roman von seinem Leben als Journalist und Junkie: von Verzückung und Verzweiflung, Haft und Hepatitis, Partys und Porno-Dreh, Karriere und Koma, Abstinenz und Absturz. Wie viele andere Drogenabhängige, die im Beruf Erfolg haben und weiter funktionieren, hat er über viele Jahre ein Doppelleben mit der Sucht geführt – zerfressen von Versagensangst, Scham, Selbsthass und der ständigen Gier nach Heroin. Nachfolgend findet ihr einen – von Jörg Böckem persönlich zur Verfügung gestellten – Textauszug aus der Neuauflage.

Abwesende Freunde

Hamburg An dem Tag, an dem Artur stirbt, trennen uns ungefähr tausend Kilometer. Dennoch, so nah ist mir der Tod bisher noch nie gekommen. An einem anderen Ort, zu einer anderen Zeit, hat Artur mir mehr bedeutet als ein Bruder. Damals, in den 80er Jahren, als wir beide in einer Kleinstadt im Rheinland lebten, Drogen nahmen und uns für unsterblich hielten.

Wei Monate zuvor hat Artur mich angerufen, zum ersten Mal nach Jahren. Hat mir vom langen Krebsleiden und Tod seiner Freundin erzählt, von seinem Leben im Kleinalbertal, von Bergsteigen und Snowboard fahren. Und von seinem letzten Kokainrückfall einige Wochen zuvor, der ihn in tiefe Depression gestürzt hatte.

Artur, erfahre ich von seinem Vater, ist bei einer Klettertour aus der Wand gefallen. Sie fanden ihn erst einige Tage später leblos in einer Schlucht. Auf eine seltsame Weise bin ich erleichtert. An einer Felswand zu scheitern erscheint mir weniger tragisch, als an der Sucht zu scheitern.

Erkelenz Die Kapelle ist voller Menschen. Einige hier kenne ich, Arturs Familie, einige Freunde sind gekommen. Vorne auf dem Altar eine Urne und ein Photo von Artur, strahlend lächelnd neben einem Gipfelkreuz. Alles hier erscheint mir merkwürdig abstrakt. Ich begreife nicht, wieso. In der Urne die Asche eines meiner ältesten Freunde, ein Stück meiner Jugend verbrannt. Trotzdem fühle ich keine Trauer. Nur ein dumpfes Gefühl der Leere, eine Art innerer Taubheit. Die Urne wird zu der Grabstätte ge-

tragen. Wenige Hundert Meter von diesem Friedhof entfernt habe ich gewohnt, vor ungefähr 20 Jahren. In warmen Sommernächten saß ich oft mit Artur auf einer Bank zwischen den Gräbern, neben uns ein Six-pack Bier. Wir sahen in den Nachthimmel, tranken unser Bier in langsamen Schlucken und redeten.

An einem Abend im Herbst öffnete Artur eine Flasche Wodka und nahm einen tiefen Schluck. „Ich weiß nicht, wie ich das alles hinkriegen soll,“ sagte er und gab mir die Flasche. „Ich habe echt Angst.“ Vor einigen Wochen hatte Artur erfahren, dass seine Freundin schwanger war. Sie wollte das Kind bekommen, er wollte sie nicht damit alleine lassen. Aber eigentlich wußte er gar nicht, was er wollte. Konnte sich nicht vorstellen, für ein Kind zu sorgen. Er war 21 Jahre alt und weit davon entfernt, sich erwachsen zu fühlen. Die meiste Zeit stolperten wir zugebrogt durch die Welt.

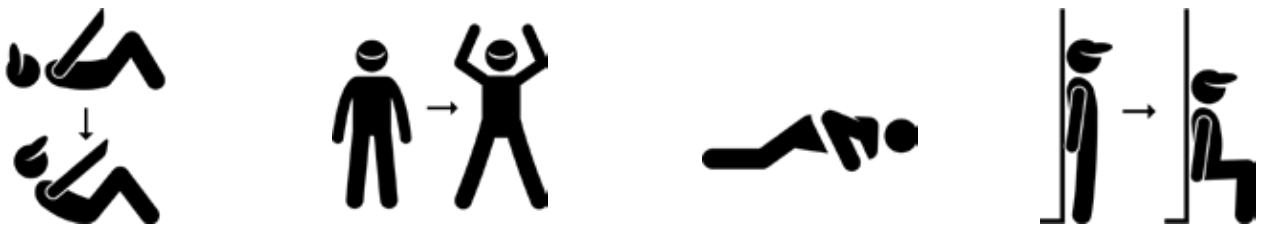
„He, du machst das schon,“ sagte ich. Was hätte ich auch sonst sagen sollen? „Und wenn du Hilfe brauchst, bin ich da.“ Ich meinte es verdammt ernst. Auch wenn ich nicht die geringste Ahnung hatte, wie diese Hilfe aussehen sollte.

Achtzehn Jahre später stehe ich an seinem Grab. Genauso hilflos wie damals. Direkt vor mir ein schlaksiger 18-jähriger in Hemd und Skaterhosen, die Haare stehen wüst von seinem Kopf ab. Der Junge weint um seinen Vater. Ein Vater, der schon zu Lebzeiten so weit weg war. Jetzt ist er unerreichbar. Der Junge zittert am ganzen Körper. Er sieht diesem anderen Jungen, der damals mit mir auf dem Friedhof saß, so ähnlich, dass es mir die Kehle zuschnürt.

Was du tun kannst, wenn du nichts tun musst

Fit mit Tina

Die kalte Jahreszeit steht vor der Tür oder anders ausgedrückt: „winter is coming“. Wenn die Tage draußen kürzer werden und die Sonne seltener scheint, kann das die Stimmung beeinflussen. Um das Beste aus dieser Zeit zu machen, gibt es hier ein paar gute Tipps, wie man die Zeit besser überbrücken kann.



Um wieder zu sich zu kommen, gibt es die Möglichkeit eine kurze Meditation auszuprobieren oder Yogaübungen zu machen. Tolle kostenlose Meditations- und Yogaübungen gibt es auf Youtube:

➡ Einfach auf Youtube: Anfänger-Yoga-Übungen eingeben und schon kommt der Kanal von Mady Morrison. Sie bietet Yogastunden und Atemübungen in verschiedenen Längen an. **Das Ganze ist kostenlos.**

Advent in Graz

Von 22.11. bis 24.12.2024 gibt es eine große Auswahl an schönen Adventmärkten in Graz. Zusätzlich eröffnet am 16.11.2024 wieder die Grazer Winterwelt direkt unter dem Schlossberg beim Landessportzentrum in der Jahngasse. Dort könnt ihr unter anderem Eislaufen, Eisstockschießen oder Eishockey spielen. Kostenlos bestaunen kann man von 30.11. bis 31.12.2024 eine rund 35 Tonnen schwere Eiskrippe mit lebensgroßen Krippenfiguren im Landhaushof. Darüber hinaus erstrahlt das Rathaus während der Adventzeit – ab der Abenddämmerung – wieder in bunten Farben, indem ein riesiger Adventkalender auf die Fassade projiziert wird. Wer die weihnachtliche Altstadt nicht zu Fuß erkunden möchte, kann den Grazer Bummelzug nehmen, der am Christkindlmarkt am Hauptplatz startet.

➡ Um ermäßigten oder kostenlosen Eintritt zu verschiedenen Veranstaltungen zu bekommen, kann man auch den Kulturpass (Hunger auf Kunst und Kultur) beantragen. Einfach beim nächsten Besuch bei den Streeties nachfragen.

Quellen:
7-Minuten-Workout: effektives und intensives Training in kurzer Zeit (fitness-kulmbach.de)
Graz im Winter entdecken | Graz Tourismus <https://www.graztourismus.at/advent/de>



Rätsel

Im zweiten Bild sind 6 Fehler versteckt.
Findest du sie?



Auf Lösung
Harry: Logo auf Haube, Milena: Knöpfe an Jacke, Lukas: Bart, Chris: Haare, Max: Kappe, Hintergrund: fehlender Buchstabe

ausgeblickt

termine november, dezember, jänner, februar, märz, april

ÖFFNUNGSZEITEN:

Montag	Streetwork		
	Journaldienst	08:30 - 11:30	
	Café-Öffnungszeit	12:00 - 15:00	Medizinische Versorgung 12:00 - 15:00 (Testung)* Rechtsberatung 12:30 - 15:00
	Drug Checking	16:00 - 19:00	
Dienstag	Journaldienst	08:30 - 11:30	
	Café Valerie	vormittags mobil	
	Café-Öffnungszeit	12:00 - 15:00	Medizinische Versorgung 12:15 - 15:00 (Testung)*
Mittwoch	Journaldienst	15:00 - 18:00	
	Streetwork		
Donnerstag	Journaldienst	08:30 - 11:30	
	Café-Öffnungszeit	12:00 - 15:00	Rechtsberatung 12:30 - 15:00
	Streetwork		
Freitag	Journaldienst	08:30 - 09:30	
	Café-Öffnungszeit	10:00 - 13:00	Medizinische Versorgung 10:00 - 12:00 (Testung)*
	Streetwork		

* Testung meint: kostenloser Hepatitis und HIV-Test ist möglich

GESCHLOSSEN AM

Freitag, 01.11.	Allerheiligen
Dienstag, 24.12.	Heiliger Abend
Mittwoch, 25.12.	Christtag
Donnerstag, 26.12.	Stefanitag
Mittwoch, 01.01.	Neujahr
Montag, 06.01.	Heilige Drei Könige
Freitag, 18.04.	Karfreitag
Montag, 21.04.	Ostermontag

ANKÜNDIGUNG:

Montag, 23.12 Weihnachtsfeier für Besucher*innen des Kontaktladens

Der nächste HARLEKIN erscheint im Mai 2025!

Liebe Harlekin-Leser*innen,

wir möchten uns für eure Treue beim Lesen und ganz besonders für die vielen positiven Rückmeldungen bedanken! Falls ihr unsere Arbeit unterstützen wollt, dann könnt ihr das mit einer freiwilligen Spende tun. Der Erlös kommt zur Gänze den Klient*innen von „Kontaktladen und Streetwork im Drogenbereich“ zugute!

Das Team von Kontaktladen und Streetwork im Drogenbereich
Empfänger*in: Caritas der Diözese Graz-Seckau
IBAN: AT40 3800 0000 0005 5111
BIC: RZSTAT2G
Verwendungszweck: Kontaktladen

HINWEIS:

Termine können sich kurzfristig ändern. Änderungen werden im Kontaktladencafé ausgehängt sowie auf facebook.com/kontaktladengraz bekannt gegeben!