

MILCHBÜEHLI

DIE FALSCHSEXUELLE ZEITSCHRIFT DER MILCHJUGEND

#44 | JUNI.2023 | SOLIDARITÄTSPREIS 2.- | ABBONNEMENT 20.- IM JAHR | MILCHJUGEND.CH/ABO

Milchbüechli #44

INHALT

Queere Musiktipp	4
Kikis Kunst	5
Wait what, ich kann Sport?	6
Ig wür sege, i liebe di	7
Schwarze Sterne	8
DIY BookNook	9
Milchuni 2023	10
Queerer Comic Corner	11
Hasst du dich lieb?	12
Review - Hänsel und Greta	13
Memes	14
Die queere Seele ist eine fließende	15
Inserate	16
Liebesbrief ans Milchbüechli	17
Exklusive Inklusiv	18

Günstige Freizeitangebote	20
Guten Morgen	21
Hilfeecke	22
Dr.Gay	23
Jugendgruppen	24
Kalender	25
Menschen aus dem Milchbüechli stellen sich vor	26
Hier findest du das Milchbüechli	27

*Du hast das Milchbüechli abonniert und bist umgezogen oder hast deinen Namen angepasst? Kein Problem! Ändere hier deine Angaben:
milchjugend.ch/adresse
milchjugend.ch/name*

Milchjugend. Falschsexuelle Welten

Wir sind die Jugendorganisation für lesbische, schwule, bi, trans und asexuelle Jugendliche und für alle dazwischen und ausserhalb.

Für alle Jugendliche, die sich eigene Welten gestalten wollen, in denen wir uns frei fühlen und ausprobieren können.

milchjugend.ch
f [milchjugend](https://www.facebook.com/milchjugend)
© [@milchjugend](https://www.instagram.com/milchjugend)

Mitarbeit an

dieser Ausgabe

Heftorganisation:

Janice Allamand, Jill Nestel

Textredaktion:

Anna Meier, Anna Püntener, Kathrin Cornu, Moira Lansdell, Sophie Odermatt

Bildredaktion:

Tay Zehnder

Layout

Mischael Escher, Carmen Illi, Anouk Bucher, Ferdi Filli

Korrektorat:

Carmen Illi, Kathrin

Cornu, Mel Kunz,

Momo Schraner,

Sophie Odermatt

Titelbild

Fotograf_in:

Carmen Illi(sie/keine), Student*in Visuelle Kommunikation aus Basel

Abgebildet:

Ana(sie)

Impressum

Milchbüechli Falschsexuelle Zeitschrift der Milchjugend

milchjugend.ch

[redaktion@](mailto:redaktion@milchjugend.ch)

milchjugend.ch

ISSN 2296-3251

Heft Nr. 44

Juni 2023

Herausgeber_in

Milchjugend. Falschsexuelle Welten CH-8000 Zürich info@milchjugend.ch

Auflage 5000

Druck Merkur

Zeitungsdruck AG, Langenthal

Nächste Ausgabe:

September 2023

EDITORIAL

Text von Sophie Odermatt
(Sie), 2003, Studentin
Sprachwissenschaften
aus Stans



Happy Pride Month liebe Queers!

Der farbigste Monat des Jahres ist zurück und er weht dir direkt ein neues Milchbüechli in deinen Briefkasten. Das Milchbüechli-Team hielt Anfang des Jahres eine grosse Sitzung, wo viele Neuerungen besprochen wurden und auch einige neue Menschen ihren Weg zum Milchbüechli fanden. Deshalb betritt mit dieser Ausgabe ein neues Format das Heft: Menschen aus dem Milchbüechli stellen sich vor!

**ÜBRIGENS FREUT SICH DAS MILCHBÜECHLI IMMER ÜBER ZUWACHS.
EGAL OB DU GERNE SCHREIBST, REDIGIERST, ORGANISIERST, ZEICH-
NEST ODER FOTOGRAFIERST, DU UND DEINE IDEEN SIND BEI UNS
HERZLICH WILLKOMMEN.**

Ausserdem haben wir für fleissige Leseratten gleich mehrere spannende Buchempfehlungen zusammengestellt. Falls dir Bilder mehr sagen als Worte, wirst du von den queeren Memes und der Collage von der Milchuni begeistert sein. Für Lyrikfans wurden den schönsten queeren Gedichten drei ganze Seiten gewidmet und wenn du irgendwann nicht mehr weiterlesen magst, kannst du dich gerne an einem neuen, kostenlosen Hobby versuchen.

Wir wünschen viel Freude und spannende Gedanken beim Lesen, Nachbasteln, Pride geniessen und Queerness erleben.

Bis bald!

Eure Redaktion

Queere Musiktipps

Illustrationen von
I.K. (they/she)



Hör mal rein!

Weil mensch nie genug queere Musik hat und weil es queere Artists in den unterschiedlichsten Genres gibt, findet ihr hier unsere Top 10 queeren Songs – fünf laute, wütende und fünf ruhigere, damit ihr für alle Stimmungen bestens gerüstet seid.

Sad Songs

The Village (von Wrabel)

Stephen Wrabel ist ein schwuler amerikanischer Sänger, der seinen Einfluss nutzt, um sich für die Rechte der LGBTQIA+-Community einzusetzen. So ist "The Village" ein Song über die Akzeptanz von trans Personen, welchen Wrabel als Reaktion auf Donald Trumps Einschränkung von deren Rechten geschrieben hat.

if i was gay (von Andreas Wijk)

In "if I was gay" erzählt Andreas seine persönliche Geschichte, in der es unter anderem um Zweifel und die Angst vor dem Coming-Out und negativen Reaktionen darauf geht. Davon gab es in seinem Umfeld einige, wenn mensch sich aber etwas mit ihm befasst, findet mensch heraus, dass seine Geschichte doch ein Happy End hat.

HIM (von Sam Smith)

Diese_r nonbinäre Musiker_in ist wahrscheinlich den meisten von euch ein Begriff. Sams Musik ist aber einfach zu gut, um hier nicht erwähnt zu werden. "HIM" handelt vom Queersein und von religiösen Vorurteilen, aber auch von der Hoffnung, diese überwinden zu können.

Loves You Like I Couldn't Do (von Duncan Laurence)

Dieser Song vom bisexuellen Sänger Duncan Laurence aus den Niederlanden handelt von vergangener Liebe und davon, trotz allem nur das Beste für die andere Person zu wollen.

this is what it's like to be gay (von Rosendale)

Wie der Titel bereits verrät, geht es in diesem Song um die Frage, wie es ist schwul zu sein. Rosendale zeigt mit dem Text auf, welche Stigmas und Diskriminierungserfahrungen auch heute noch mit dem Queersein einhergehen. Er singt aber auch über die Zuversicht, dass sich dies in Zukunft ändern wird.



Rage Songs

Trans Agenda Dynastie (von Kerosin95)

Kem Kolleritsch ist eine nonbinäre Person aus Österreich. Kem spielt Schlagzeug, singt und rappt. Kem setzt sich in den Medien, vor allem im Journalismus, dafür ein, dass korrekte Sprache verwendet wird. Für Kem Kolleritsch werden immer wieder die falschen Pronomen in Artikeln verwendet, obwohl sich Kem laut dagegen wehrt.

Queere Tiere (von Sokee)

Sookee ist eine deutsche Rapperin, die sich gegen Homo-feindlichkeit und Sexismus im Hip-Hop stark macht. Der Song queere Tiere ist laut Sookee eine „Replik auf den konservativen Quatsch“. Sie erklärt, dass es auch im Tierreich sehr viele Queers gibt. Der Refrain ist aus der Sicht einer konservativen Person geschrieben und ist eine Anlehnung an eine Rede von Angela Merkel.

QUELLA DI PRIMA (von ARIETE)

ARIETE ist eine italienische Singer-Songwriterin. Seit 2019 veröffentlichte sie diverse EPs und Alben, oft zusammen mit anderen italienischen Künstler_innen. In ihrer Musik thematisiert sie ihre Bisexualität und setzt sich auf ihren sozialen Medien und Konzerten für die Rechte von Queers ein. Im Lied „Quella di prima“ setzt sich ARIETE mit einer schwierigen Liebe auseinander.

FLÜSSIG (von AQUA TOFANA)

Aqua Tofana ist eigentlich der Name eines Giftes, mit dem sich ab dem 16. Jahrhundert Frauen von ihren Ehemännern befreit haben. Aus musikalischer Sicht ist es eine Schweizer Hip-Hop Band, die sich gegen die sexistische Rapszene wehrt. Mit bewusst nettem und glitzerndem Aussehen präsentiert AQUA TOFANA vulgäre Texte und erobert sich Begriffe zurück.

chline Bueb (von Alwa Alibi)

Alwa Alibi ist eine berner Rapperin. Gemeinsam mit Simo Saster produziert sie Songs über Gleichgültigkeit und wie sie mit dem Untergang umgehen kann. Alwa Alibi hat unter ihrem vorherigen Künstler_innennamen bereits drei Alben veröffentlicht: "9i Tram", „Kaputt ga mit Stil“ und "Nikotin Koffein Kaviar". Unter dem Namen Alwa Alibi hat sie das Album "Vo müede Fische und stüue Ching" veröffentlicht.



Text von **Nour Elio** (Keine/Er), 2003, Gymnasiast*in und **Kathrin Cornu** (Sie), 2000, Praktikantin soziokulturelle Animation



KIKIS KUNST

Mit einer Freundin gehe ich ins Labor5 in Zürich, wo jeden dritten Sonntag im Monat die Kunstmesse «Kunst im Labor» statt-findet. Dort treffen wir Kiki, eine queere Künstlerin und sprechen mit ihr über ihre Kunst, Therapie und Queersein.

Kikis Kunst findest du auf Insta: @jk22art

Kiki ist wie ihre Kunst: quirlig, fröhlich, aber auch tiefgründig und nicht gescheut, sich mit schwierigen Themen auseinanderzusetzen. Kiki bezeichnet sich selbst als «Spätzünderin». Mit Ende 30 outet sie sich und beginnt, ihre queere Identität zu erkunden. Früher tanzte sie, aber mit den queeren Erfahrungen und dem ersten Liebeskummer kommt der Wunsch, etwas mit den Händen zu kreieren. «Ich hab' Zeitschriften auseinandergerissen und begonnen, Collagen zu machen.» Und das macht sie bis heute.

Ein Kunstwerk, das sie besonders mag, heisst «IN OUR BUBBLE». Im Bild zu sehen sind zwei Frauen, eine cis und eine trans Frau. Sie sind umgeben von einer Seifenblase. Inspiriert ist es von Kikis erster queerer Beziehung: Sie fühlt sich sofort sehr sicher in ihrer neuen «Bubble». Umso herber ist die Enttäuschung der Realität, denn plötzlich ist Kiki mit ablehnenden Stimmen von aussen konfrontiert. «Wollen wir händchenhalten oder nicht? Küssen wir uns in der Öffentlichkeit? Das waren Entscheidungen, die wir treffen mussten.» Im Bild geht es um Verletzlichkeit, Kraft, Traurigkeit, Liebe, Alleinsein und Unterstützung. Und wie all das gleichzeitig existieren kann.

Momentan macht Kiki die Ausbildung zur Kunsttherapeutin und arbeitet derzeit oft mit Kindern zusammen. «Die Farben, die Linienführung, alles ist ein Ausdruck davon, wie es

einer Person gerade geht. Aber es ist auch immer individuell: rot steht ja klassischerweise für Wut, aber es kann für jede_n andere Bedeutungen haben.» Ihre eigene Kunst hat auch etwas



therapeutisches für Kiki, denn Inspiration zieht sie aus persönlichen Erfahrungen, queer-feministischen und anderen politischen Themen. Bewusst spielt sie mit dem Kontrast zwischen farbenfroher Ästhetik und ernsten, teilweise düsteren Themen.

So zum Beispiel im Bild «Selflove»: Sind es zwei Frauen, die sich küssen? Ja, zum Beispiel. Aber Kiki erklärt weiter: «Hier habe ich mich mit meinen dunklen Seiten auseinandergesetzt.» Seiten von sich, die mensch am liebsten nicht wahrhaben will. Aber sie sind trotzdem Teil von der eigenen Persönlichkeit. Diese dunklen Seiten zu akzeptieren ist Teil einer gesunden Beziehung mit sich selbst. «Es ist nicht immer alles in rosa Wolken gehüllt.» Und das ist auch gut so.

In einer Reihe von Collagen erkundet Kiki gender expression (auf Deutsch: Geschlechtsausdruck) und hinterfragt auf verspielte Art und Weise: «Was ist 'feminin'? Was ist 'maskulin'? Und wie können wir darüber hinweg denken?»

Was ich von Kiki mitnehme: ganz viel Inspiration für eigene Kunst und die wertvolle Erkenntnis, dass auch Queers einer anderen Generation unapologetically (auf Deutsch: unentschuldig) in der Welt existieren und thrive (auf Deutsch: blühen).

Und eine Nachricht, die Kiki jungen, queeren Künstler_innen mitgeben will? «Mach's für dich. Nicht für externe Bestätigung. Bleib bei dir, schau, dass es dir gefällt.»



Jill (Sie), 1998
jill.nestel@
milchju-
gend.ch
@jill_done

Insta-QR



WAIT WHAT, ICH KANN SPORT?

Lange dachte ich, das Gym sei nur ein Ort für cis-heteronormative Menschen, aber es kann auch ein wunderbarer queerer Ort sein – mensch muss sich ihn einfach erobern.

Das Gym war für mich lange der Inbegriff toxischer Cis-Heteronormativität, in der Geschlechterrollen klar sind, Frauen dünn und Männer stark zu sein haben und keine Menschen ausserhalb dieser Binarität existieren durften. **Ich dachte, dass das Gym ein Ort ist, wo sich alles um Äusserlichkeiten, Körperkult und ungesundes Essverhalten dreht.** Lange habe ich mich von praktisch allem Sport abgegrenzt, ich fühlte mich nie besonders wohl damit oder mit dem dazugehörigen Kult.

Aber es kam der Tag, an dem ich mir eingestehen musste, dass ich Sport brauchte. Eine Knieverletzung machte einen Muskelaufbau nötig und so meldete ich mich im Gym an. Nicht alleine, sondern mit einem queeren Freund zusammen, das half schon mal. Das Gym an sich war überfordernd. Alle wussten, was sie machen, es hatte sehr viele Maschinen, die ich nicht kannte, die Garderobe war gross und einschüchternd. Aber ich habe mich trotzdem überwunden. Ein Einführungstraining half, das gemeinsame Hingehen ebenfalls und so lebte ich mich allmählich ein. Und eines Tages kam der Punkt, an dem ich realisierte, dass ich nach dem Training mehr Energie hatte als vorher, dass ich stärker wurde und mich auf das nächste Training freute. Ich merkte, dass ich das Gym mochte.

Das Gym, habe ich gelernt, ist nicht der Ort toxischer Cis-Heteronormativität, für den ich es zuerst hielt. Ja, es gibt darin immer wieder Dinge, die schwierig sind, zum Beispiel „Motivationsprüche“, die so tun, als wäre der einzige Sinn von Sport, gesellschaftlichen Schönheitsvorstellungen zu entsprechen.



Aber das Gym ist auch ein Ort, wo queere Menschen anzutreffen sind, wo mensch sich gegenseitig hilft und motiviert.

Und das Gym tut körperlich echt gut. Muskeln aufzubauen ist zwar anstrengend und mühsam, aber nach einer Zeit wird es besser. Es wird zu einem Alltagsausgleich und das Schönste daran ist: Mensch spürt, wie mensch stärker wird und mehr Energie hat. Manchmal bin ich fast wütend, wie gut Sport tut – und dass ich mir das so lange vorenthalten habe. Ich habe mir nicht zugetraut, Sport machen zu können oder mich wohlzufühlen in einem Gym.

Es ist deswegen an der Zeit, dass wir uns die Gyms erobern, auch wenn das nicht immer ganz leicht ist. Am besten geht mensch nicht alleine, sondern zu zweit mit Freund_innen, überlegt sich Strategien und bleibt kritisch gegenüber normativen Vorstellungen von Körpern. Denn das Gym ist ein Ort, der zu gut sein kann, als das mensch ihn der Cis-Heteronormativität überlassen sollte!



Text von **Anna Püntener** (Sie), 1998, Studentin aus Basel

Illustration von **Ferdi Filli** (Er), 1996, Bündner Zeichner

Instagram: @nerdifant



Ig wür säge, i liebe di

Die viel zu heisse Bettflasche verbrennt mir die Haut.
Das Ricola in meinem Mund stösst gegen meine Zähne.

Nach einer Weile so tun, als ob ich schlafe
auf dem harten Sofa im letzten Licht der Abendsonne
wünsche ich mir eine Umarmung.

Wenn ich meine Augen langsam wieder öffne und sage:

„Ich liebe dich“, spräche ich Bernddeutsch
Oder Englisch. Something like:

I love to be queer.

I love to be soft and tough at the same time.

I love to be here and to be me, with you, maybe...

Oder öppis wie „what is your gayest dream?“

Mine is to have a baby with someone and
When they're pregnant I'd hug their belly.

Dann lägen wir hier in der Abendsonne auf dem Sofa
du in meinen Armen und ich liesse meine Finger
über den wachsenden Bauch wandern.

Die Bettflasche erinnert mich an das Kind

Ich lutsche am Ricola und denke an Sex
Darf ig? Ja!

Runden ziehen über Nippel, Muttermale, Klitoris

Weiche, feuchte Zungen auf Lippen

Vulva auf Vulva und unsere Fingerkuppen

Kennen die Wege unserer Körper in Dunkeln

Lecken uns gegenseitig das Nass vom Leibe

Cuz you got to stay hydrated

How to spot a lesbian?

Mach ein Peace Zeichen und ich zeigs dir...

The nails got to be short, you know, like very short..

Ein Lächeln huscht über mein Gesicht

mit den geschlossenen Augen und ich denke:

I don't think I am falling for them,
but I really really like them.

Like, a lot. Does love feel like falling?

Denn dann fiel ich gerade tief.

Doch es ist weich.

Gedicht von Cielis Yanic (Keine/iel)

Illustration von Mischa (Keine), 1999,

Web: mischaundra.ch

SCHWARZE STERNE

Die Geschichte von Katy und Kurt – ein Buch über Liebe und die Herausforderungen, die sie mit sich bringt.

Content Note: sexualisierte Gewalt

Schwarze Sterne von Reto Baer folgt dem Protagonisten Kurt, der sich trotz seiner Überzeugung, Liebe wäre nichts für ihn, in die Fotografin Katy verliebt. Erst will sie nichts davon wissen, da sie nicht bereit ist, Kurt anzuvertrauen, dass sie intergeschlechtlich ist. Doch mit der Zeit entwickelt sich zwischen den beiden trotzdem eine Liebesbeziehung. Das Buch folgt diesem Prozess und setzt sich damit auseinander, was es sowohl für Kurt als auch für Katy bedeutet, sich auf jemenschen ganz einzulassen.

Im Buch findet sich mehr als ein Charakter aus der LGBTQIA+-Community und das Thema Intergeschlechtlichkeit wird, soweit ich das als dya* Frau beurteilen kann, informativ und realitätsnah dargestellt. Der Autor hat für diese Teile mit Expert_innen zum Thema zusammengearbeitet, was für mich immer ein grosser Pluspunkt ist. Schön finde ich auch, dass Kurt nicht ein einziges Mal daran zu zweifeln scheint, dass Katy eine Frau ist – unabhängig von ihren Chromosomen oder Geschlechtsmerkmalen. Katy macht einen sehr reifen Eindruck und stellt sich den diversen Herausforderungen, die im Laufe des Buches aufkommen, mit viel Bedacht, wodurch auch Kurt einiges dazulernt.

Reto Baer schreckt nicht davor zurück, auch schwierige Themen zu behandeln: So geht es unter anderem um den Tod der eigenen Eltern und die Frage, was sexualisierte Gewalt mit dem Opfer, aber auch mit dessen Umfeld, macht. Beides Gegebenheiten, für die mensch oft nicht einfach (die richtigen) Worte findet. Diese Aufhebung von Tabus hat mir sehr gefallen.

Auch die Art, wie der Autor die Erzählung der Gegenwart mit Ausschnitten der Vergangenheit über Kurts erste Liebe verknüpft, hat mich angesprochen. Sie hat noch mehr Abwechslung in die Geschichte gebracht und machte das Ganze somit kurzweiliger.

Text von Kathrin Cornu (Sie), 2000, Praktikantin soziokulturelle Animation



Was ich an Schwarze Sterne hingegen nicht so gemocht habe, sind die teils klischeehaften Vorstellungen von Frauen. So ist Kurt beispielsweise überzeugt, dass seine Partnerin kleiner sein muss als er – meiner Meinung nach nun wirklich schon lange überholt. Dies macht Kurts Akzeptanz von Katys Intergeschlechtlichkeit auch etwas unglaublicher: Wenn er so festgefahrene Vorstellungen von einer Beziehung und von Frauen im Allgemeinen hat, würde es ihm wahrscheinlich in der Realität einiges schwerer fallen, Katy so zu akzeptieren und anzunehmen, wie sie ist. Ein weiterer Punkt, der mich als Frau wirklich gestört hat, ist die Vorstellung, dass Frauen grundsätzlich erobert werden wollen und der Mann nur hartnäckig genug sein muss. Kurt ist nicht nur davon überzeugt, er hat damit auch Erfolg – sogar gleich zweimal. Dabei wird übergangen, dass „Nein“ in den allermeisten Fällen genau das heisst: „Nein, ich will das nicht“ und dass dies auf jeden Fall respektiert werden muss.

Alles in allem ist Schwarze Sterne eine interessante Liebesgeschichte, in der es auch darum geht, was passiert, wenn die (teils harte) Realität auf romantische Vorstellungen trifft. Kurt und Katys Beziehung ist nicht einfach, aber genau das macht es spannend. Wenn dich diese Prämisse interessiert und du gerne etwas lesen würdest, bei dem Intergeschlechtlichkeit ganz offen thematisiert wird, kann ich das Buch empfehlen.

**dya = dyadisch, Menschen, deren Körper in eine eindeutige medizinische Norm von männlich oder weiblich passen. Menschen, die also nicht intergeschlechtlich sind.*

Quelle: queer-lexikon.net

DIY BOOK NOOK

Für alle, die ihre eigene kleine Welt gestalten wollen.

Anleitung

1. Grundgerüst

Als erstes müssen wir fünf Stücke des dicken Kartons ausmessen und zuschneiden, damit wir zwei Seitenwände, den Buchschnitt (die Vorderseite), den Boden und die Decke haben.

Als nächstes kleben wir die Stücke wie auf dem Bild zusammen.



Masse

Ich habe hier die Masse von einem größeren Buch benutzt, du darfst auch gerne andere Masse nehmen.

Grundgerüst:

2 x Seitenwände: 15 x 23 cm

Buchschnitt (mit Buchschnitt sind die drei Seiten des Buches gemeint, an denen das Buch geöffnet wird): 11 x 23 cm

Boden und Decke: 14,5 x 11 cm

Bucheinband:

Buchdeckel: 15,5 x 25 cm

Buchrücken: 11 x 25 cm

2. Bucheinband

(Dieser Schritt kann übersprungen werden)

Wie bei Schritt eins müssen wir erst die Karton-Stücke ausmessen, um die zwei Buchdeckel und den Buchrücken zu bekommen.

Für die Buchdeckel brauchen wir den Graukarton 3mm, für den Buchrücken den Graukarton 1mm.

Wenn wir das haben, werden die Buchdeckel wie auf dem Bild mit dem Papier und dem Bastelleim eingebunden.

Wenn alles trocken ist, verbinden wir die Buchdeckel und den Buchrücken mit dem Gewebeklebeband.

Jetzt kleben wir den Bucheinband mit dem Holzleim an das Grundgerüst.

3. Dekoration

Für die Dekoration kannst du machen und benutzen, was du willst.

Du kannst dich natürlich auch gerne von meinem Book Nook inspirieren lassen.

DAS BRAUCHST DU DAZU:

Werkzeug:

- Bleistift
- Teppichmesser
- Schere
- Massstab
- Evtl. Schneidematte
- Evtl. Modellier-Werkzeug

Für das Grundgerüst:

- Dicken Karton
- Holzleim

Bucheinband/Zusatzmaterial:

- Graukarton (1mm und 3mm)
- Gewebeklebeband/Duct-Tape
- Papier deiner Wahl zum Einbinden
- Bastelleim

Dekoration:

kaufen oder selber machen, wie und was du willst

Text von Aisha Rudolf (Sie), 1999, aus Dietikon, arbeitet mit Tieren
Svenja121@hotmail.com

Möglich aber nicht nötig:

- Falls du das Grundgerüst für das Modell nicht aus Karton machen willst, kannst du auch eine Kiste aus Sperrholz machen.
- Ich habe in meinem Modell LED-Streifen benutzt, aber du darfst natürlich auch etwas anderes nehmen oder es komplett weglassen.
- Falls du willst, kannst du mit Modelliermasse den Boden wie einen Steinboden aussehen lassen.

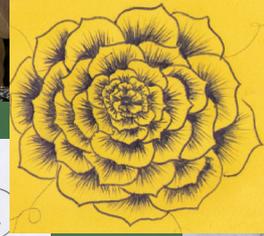
Collage erstellt von Anouk (they/them), 1998 aus Luzern



Cosmic+ (Ba./Jella)



Kartell Culturez



NOVA ♀ THEY/TRAM SHE / HER

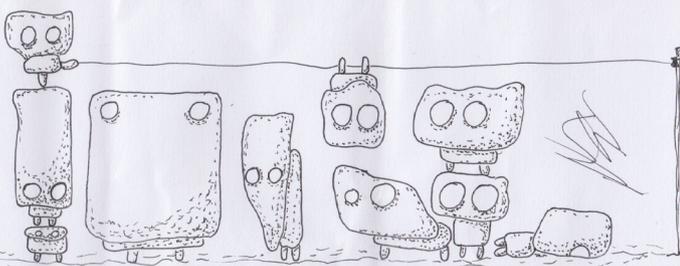
JAY ♀ THEY/THEM HE / HIM



Milch-Uni 2023



Vom 28. bis 30. April trafen sich rund 60 junge Queers in Engelberg für ein intensives aber sehr lehrreiches Wochenende. Wir haben euch hier einige Impressionen zusammengestellt.



QUEERER

COMIC- Corner.



Queer Chameleon & Friends

Dieser Comicband ist eine Sammlung des „Queer Chameleon“-Webcomics, gezeichnet von der britisch-australischen Illustratorin Ameer Wilson. In den einzelnen Comics werden queere Alltagssituationen mithilfe von niedlichen Chamäleons dargestellt, welche in den jeweiligen Farben ihrer queeren Fahnen gefärbt sind. Dabei wird spielerisch und unterhaltsam über queere Themen aufgeklärt und eine hoffnungsvolle, stärkende Botschaft vermittelt. Bisher leider nur in englischer Sprache. Das Buch ist auch digital als E-Comic verfügbar.

Den Webcomic findet ihr auf Instagram (@queeerchameleon).

Ameer Wilson - Queer Chameleon & Friends, 136 Seiten, Ebury Press (2023), ISBN 978-1-76134-017-8

The Out Side: Trans & Nonbinary Comics

Dieser über Crowdfunding finanzierte Comicband enthält 18 individuelle Comic-Geschichten von nonbinären und trans Künstler_innen aus dem ganzen englischsprachigen Raum. Diese Geschichten beinhalten sehr persönliche, autobiographische Erfahrungen und stechen durch ihre starke Vielfalt an Erzähl- und Zeichenstilen hervor.

Der Comic erschien 2021 exklusiv im Rahmen des Crowdfundings. Restexemplare sind nach wie vor im Onlineshop von The Kao erhältlich.

Im Herbst 2023 erscheint das Buch, gemäss den Autor_innen, auch im regulären Handel in einer erweiterten Version mit zehn zusätzlichen Künstler_innen.

The Out Side: Trans & Nonbinary Comics, 112 Seiten, The Kao Studios (2021), ISBN 978-0-578-34340-2

Super Late Bloomer (2018) / My Life in Transition (2021)

Die amerikanische Künstlerin Julia Kaye (Insta: @upandoutcomic) führt seit 2016 in Form von kurzen Comics Tagebuch. In diesen Comics erzählt sie von ihren Gefühlen und Erfahrungen in ihrem Alltag als trans Frau. Selbstreflektierend und ermutigend schildert sie dabei sehr persönliche Geschichten. 2018 erschienen diese Comics im Buch „Super Late Bloomer“, 2021 erschien die Fortsetzung „My Life in Transition“.

Beide Bücher sind in Online-Buchhandlungen erhältlich und finden sich auch in der Bibliothek des Regenbogenhauses in Zürich. In englischer Sprache.

Julia Kaye - Super Late Bloomer, 158 Seiten, Andrews McMeel Publishing (2018), ISBN 978-1-4494-8962-5

Julia Kaye - My Life in Transition, 167 Seiten, Andrews McMeel Publishing (2021), ISBN 978-1-5248-6046-2

Text und Illustration von
Ferdí Filli (Er), 1996,
Bündner Zeichner
Instagram: @nerdifant



Hasst du dich lieb?

Eine queere Findungsgeschichte

TW: Erwähnung von Queerfeindlichkeit

Spieglein, Spieglein an der Wand
Wer ist das Hässlichste im ganzen Land?
Im Denken nicht normal, der Schädel hohl
Im ganzen Körper fühl' ich mich nicht wohl
Nicht wert eines Lebens, schau was ich bin
Oh lieber Gott, so raff' mich dahin

Spieglein, Spieglein an der Wand
Was ich bin, ist mir nicht bekannt
Ich bin anders, das wurd' mir bewusst
Zuerst nur als Druck, als Gefühl in der Brust
Ich konnt' es nicht glauben. Wieso muss ich so sein?
Eine Schande für viele ein abartiges Schwein.



Text von Gabriel Elia Zaugg (Er/Keine), 2002, Student aus Bern, Instagram: @gabrielxelia

Illustration von Nour Elio(Er/Keine), 2003

Spieglein, Spieglein an der Wand
Mein Kopf, den steck' ich in den Sand
Damit verschwindet, was ich nicht will
Die anderen reden, doch ich bin still
Denn niemensch darf wissen, was in mir steckt
Vielleicht wird das "normal" in mir erweckt
Spieglein, Spieglein an der Wand
Mein Leben nehm' ich jetzt fest in die Hand
Will finden, was ich wirklich fühl'
In meinem Kopf nur ein Gewühl
Will tun und lassen, nach was mir ist
Meines Lebens eigener Komponist

Spieglein, Spieglein an der Wand
Ich traute mich endlich und ich fand
Hinter all dem Hass ganz am Rand
Eine Welt so bunt, so akzeptant
Mein Kopf im Himmel, mein Herz entführt
Hat nie zuvor solche Freud' verspürt

Spieglein, Spieglein an der Wand,
Ich hab' mich selbst nicht mehr erkannt
Ich seh' 'nen Menschen, gross und stark
Niemals perfekt und doch autark
Der jeden Tag dafür kämpft, sich zu sein
Der steht für des Schwachen Rechte ein

Spieglein, Spieglein an der Wand,
Es ist ein Feuer in mir entbrannt
Ich blicke auf mich, damals klein und verloren
Darüber steh' ich heute, wie neu geboren
Aus all den Wunden wurden Narben
Frei strahle ich in allen Farben

REVIEW

HÄNSEL UND GRETA AND THE BIG BAD WITCH

Text von Nour Elio (Keine/Er),
hier abgebildet, 2003, Gymnasiast*in und Su (Keine/Er),
2004, Gymnasiast*in
Illustration von Wayan Feder-
spiel(Er), 2002, aus Zürich,
Instagram: @bra.tanium



Hänsel und Greta ist ein Theaterstück, das in den Vidmaarhallen von den Bühnen Bern inszeniert und aufgeführt wurde. Kim de l'Horizon hat dieses Stück geschrieben und Ruth Mensah ist die Regisseurin. Es handelt von der Klimakrise, auch wenn diese im ganzen Stück nicht explizit erwähnt wird.

Hänsel und Greta spazieren über die Theaterbühne in den Wald. Wobei nicht ganz, denn einen Wald wie im Märchen gibt es nicht mehr. Er ist inzwischen eine Monokultur, um Vitalin anzubauen, eine Pflanze, von der sich alle Menschen ernähren können. Die beiden Kinder möchten die Welt retten und treffen auf ihrem Weg auf die Hexe «big bad witch», die ihnen ihre Unterstützung anbietet. Hänsel und Greta möchten die Komplexität der Welt und des Klimawandels verstehen, doch es ist sehr kompliziert. Da gibt es die Flechten, Pilze, Bakterien und viele weitere Lebewesen, die alle miteinander zusammenhängen.

Greta möchte systematisch die Welt verstehen, wird jedoch permanent von der Flechte und den anderen Lebewesen unterbrochen, die irgendeine Weisheit von sich geben, ein Lied performen, oder auch einfach twerken wollen. Greta bringt das zuweilen an ihre Grenzen.

«Hänsel und Greta» ist der erste Teil eines siebenteiligen Stücks von Kim de l'Horizon, das Kim als «post-humanistisches Theater» bezeichnet. Grundlage der Geschichte ist das Märchen Hänsel und Gretel, doch die Geschichte geht ganz anders. Im Stück heisst Gretel Greta und die Figur scheint eine überspitzte Darstellung von Greta Thunberg darzustellen. Auch die «big bad witch» ist weder wirklich eine Hexe, noch ist sie böse.

Sämtliche Personen und Lebewesen werden von vier Schauspieler_innen dargestellt. Lucia Kotikova spielt Greta, Viet Anh Alexander Tran verkörpert unter anderem Hänsel, Genet Zegay spielt die Hexe und Julius Engelbach alles andere: also die Flechten, Pilze, ein Rabe und weitere Figuren. Die Schauspieler_innen schlüpfen im Minutentakt in völlig verschiedene emotionale Zustände und Figuren. Dabei geben sie ihre Gesangs-, Tanz- und Instrumentenkünste zum Besten.

Es ist ein grosser, bunter, lauter und auch äusserst verwirrender Haufen, der versucht in 13 Übungen die Welt zu retten. Das Theaterstück ist sehenswert, wenn auch einiges an Durchblick vom Publikum gefordert wird. Kim de l'Horizon hat auf sehr unterhaltsame und kreative Weise die verzweifelnden Zustände unserer Welt beschrieben.

Das Theaterstück erfordert gute Deutschkenntnisse, denn alle Charaktere erzählen ihre Gedanken auf sehr lyrische Art und Weise. Das Zusammenspiel zwischen Menschen, Tieren, Pilzen und weiteren Lebewesen ist in diesem Stück gelungen, denn Kim de l'Horizon und die Regisseurin Mensah heben verschiedene Gegensätze mittels Bilder und Dialogen auf. So ist das Stück zwar in der Thematik sehr ernst, doch eben diese Ernsthaftigkeit wird mit absurden Tanzeinlagen immer wieder unterbrochen. Wir haben diesem absolut komischen Stück 1.5 Stunden lang extrem fasziniert zugeschaut und können sicherlich sagen, viel dazugelernt und noch mehr gelacht zu haben.

Die queere Seele ist eine fließende

Über Kim de l'Horizons Erfolgsroman und die Kraft einer kompromisslos queeren Perspektive.

Dieses Buch hat nicht nur in der Schweiz grosse Wellen geschlagen. Das Blutbuch der nichtbinären Autorenperson Kim de l'Horizon wurde international ausgezeichnet und erzählt unter anderem davon, wie es ist, als queerer Mensch in der Schweiz aufzuwachsen. Aber auch von so vielem mehr.

Das Kind

Im Berndeutschen sind Frauen sächliche Wörter. Sie sind «s Vreneli», «s Anneli», «s Mueti». Sie werden aufgrund ihres Geschlechts zu Objekten herabgesetzt. Dem «Kind» – wie Kim de l'Horizon sich zum Anfang des Buches selbst bezeichnet – jagt das vor allem Angst ein. Es fürchtet sich vor diesem grossen Monster namens Geschlecht. Fühlt sich von den binären «Kindergartenzweierreihen», die die Sprachkultur ihm aufdrückt, eingeengt und eingesperrt. Das Kind weiss, dass es schon bald selbst ein Geschlecht haben wird. Dass es ein Mann oder, wie die Frauen, ein Objekt sein wird. Dass es sich bald für eines entscheiden muss.

Das Kind lernt früh, dass der eigene Körper einem nicht selbst gehört. Dass er gegen einen arbeitet und mensch ihn entweder vergessen oder gegen ihn ankämpfen muss. Es weiss, dass Körper immer irgendwie geschlechtlich sind, niemals einfach da sind. Dass Geschlecht wüst und hartnäckig an ihnen klebt wie alter Kaugummi. Dass der eigene Körper nur für diejenigen ein Zuhause darstellt, die all das noch nicht begreifen mussten.

Kims Antwort darauf ist ein Leben und eine Körpergestalt als Flüssigkeit. Kim weigert sich, auf starren, zweigeteilten Gleisen zu fahren und einem Schicksal zu folgen, das nicht für Kim bestimmt sein kann. Weil es sich schlicht falsch anfühlt. Weil Kim weiss, dass es einen anderen Weg geben muss.

Dazwischenräume

Die einzige Möglichkeit, den eigenen Platz in dieser Struktur zu finden, ist, etwas Neues zu erschaffen. Aus dem Körper einen Fluss zu machen, der die Schranken bricht. Ein Element, das nicht ins System passt. Das die Fugen sprengt.

Kim hatte immer schon Spass am Verkleiden – Gestaltenwandeln durch Kleidung und Make-Up – und später auch am Schreiben. Das Schreiben schaufelt versteckte, vergangene Schichten der Erinnerung frei und erschafft eine eigene, neue Welt. Unberührt und formbar wie Knete. Und in diese Welt flüchtet sich Kim, findet im Schreiben einen Ausweg, erschafft sich eine eigene Sprache und mit der Sprache einen Raum. Einen Dazwischenraum, weil es im Bestehenden keinen Platz mehr gab. Entdeckt Dazwischen als ein Zuhause, wie es Kims Körper nie sein durfte.

Queerness ist ein fließendes Element

Queer-Sein bedeutet, im Dazwischen zu sein. Immer entstehend, fortwachsend, ein stets werdendes Wesen. «Der Weg muss im Gehen entstehen», heisst es im Blutbuch. Denn die Wege, die mensch im Leben gehen muss, sind nicht für jede_n schon vorgepflastert. Wir müssen Steine wegräumen, bevor sich uns ein neuer Weg eröffnet. Aber schlussendlich werden wir selbst entscheiden, wo die Reise hinführt. Werden die fehlenden Wege selber in unsere Welt malen. Die Geschichten selber schreiben. Das Jetzt in ein Morgen verwandeln, das auch uns ein Zuhause bieten wird. All denjenigen ein Zuhause bieten wird, denen es der eigene Körper nie konnte.

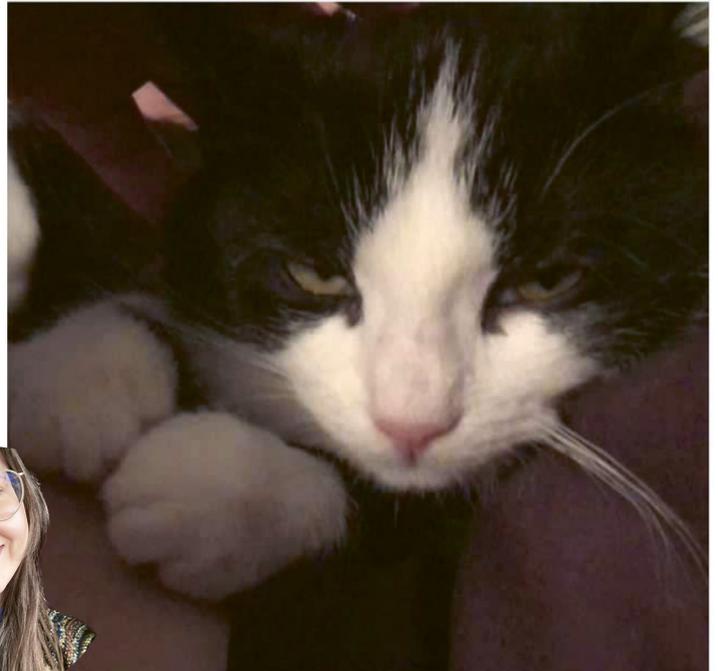
In einer Welt, die heterosexuell und cisgeschlechtlich erbaut wurde, hat Queerness das Potenzial, ein Sturm zu sein. Ein Regen, ein Fluss, ein Tsunami. Hat die Kraft, dieses verrostete System aus seinen Fugen zu reissen. Gerüste der Gesellschaft in einem Sturm zu begraben, wenn sie nicht jede_n einzelne_n von uns mittragen.



Text von Sophie Odermatt (Sie), 2003, Studentin Sprachwissenschaften aus Stans



Wenn du dech vorstellsch und gfragt wersch:
"Hää also besch du als Maa oder Frau uf d Welt cho??!"



Jill (Sie), 1998
jill.nestel@
milchju-
gend.ch
@jill_done



Alyona
(Sie), 1997
aus Blel

WILLST DU EIN WOCHENENDE LANG QUEERNESS FEIERN?

DANN KOMM ANS LILA. QUEER FESTIVAL!

Vom 13. -15. September ist es auch dieses Jahr wieder so weit. Am lila. wird queere Kultur in allen Formen gefeiert: Gesang und Tanz, Drags-hows und Performances, Lesungen, Workshops und mehr. Die Rote Fabrik wird am lila. zum queeren Mikrokosmos. Entdecke Künstler_innen aus aller Welt und die Vielfalt der queeren Community. Lerne Neues in einer vielfältigen Reihe an Workshops, lebe dich kreativ aus und genieße ein queeres Wochenende. Das lila. wird von Freiwilligen auf die Beine gestellt, ist also von Queers für Queers. Das lila. soll einen Raum für queere Kunst ermöglichen und queeren Menschen eine Pause von dem heteronormativen Alltag bieten. Das ist unsere Art, die Welt auf den Kopf zu stellen. Bei uns werden Identität, Sexualität, Liebe, Körper, Identität und Freundschaft neu interpretiert. Ein Wochenende mit deiner Community und grenzenloser Kultur.



lila. QUEER FESTIVAL

15. - 17. SEPT 2023
ROTE FABRIK
ZÜRICH



DAS LGBTIQ+ PANEL GEHT IN DIE 5. RUNDE!

Worum geht es? Es handelt sich um eine Umfrage, die seit 2019 jährlich durchgeführt wird. Die Studie untersucht die Situation von LGBTIQ+ Personen in der Schweiz. Im Jahr 2023 liegt der Fokus auf Erfahrungen im Gesundheitssystem, mit Institutionen wie der Polizei und dem Militär, sowie auf Erfahrungen mit der erleichterten Änderung von Namen und Geschlechtseintrag.

Warum ist das wichtig? Bisher gibt es sehr wenig Studien, die die Erfahrungen und das Wohlbefinden von Queers über mehrere Jahre erfassen. Indem diese Erfahrungen gesammelt werden, kann untersucht werden, welche Massnahmen wirkungsvoll sind und weiter benötigt werden, um das Wohlbefinden von LGBTIQ+ Personen weiter zu fördern.

Deshalb: Mach bei der Studie mit und hilf, die Situation von queeren Personen in der Schweiz besser zu verstehen und stetig zu verbessern!



Liebes Milchbüechli,

Text von Anna Püntener (Sie), 1998,
Studentin aus Basel



Es war Liebe auf den ersten Blick. Eine etwas scheue Liebe, aber eine heftige nichtsdestotrotz. Du lagst auf einem Tischchen im Schulhaus, in dem ich Musikunterricht hatte. Ich war früher da und hab dich verstohlen vom Tisch genommen und durchgeblättert. Ich war siebzehn, weitgehend ungeoutet und hatte keinen Anschluss an die queere Community. Aber ich habe dich gefunden – oder du mich. Du hast mir mit deinen Texten das Tor geöffnet zu einer queeren Welt, einer queeren Community. Aber nicht nur das – in der Agenda auf der Rückseite fand ich den Hinweis auf eine queere Party, die Molke, von der ich ohne dich nie erfahren hätte. Ich ging an diese Molke und lernte Menschen kennen, mit denen ich bis heute befreundet bin.

Liebes Milchbüechli, dank dir bin ich mutiger geworden, habe eine queere Familie, queere Freund_innenschaften und queere Liebschaften gefunden, nach denen ich mich zuvor so lange gesehnt hatte. Zur nächsten Ausgabe hatte ich dich schon abonniert und fieberte auf jedes neue Heft hin. Ich liebte deine Texte, deine Illustrationen und Fotografien und ich wollte Teil von dir werden. Schon ein halbes Jahr, nachdem ich dich zum ersten Mal gesehen hatte, war ich an meiner ersten grossen Redaktionssitzung und schrieb meinen ersten Text für dich. Ich war wahnsinnig stolz, dazuzugehören, etwas schreiben zu dürfen, das dann so viele queere Menschen lesen. Ich hatte in dir einen Ort gefunden, wo ich über Queerness in unglaublich vielen Facetten nachdenken und lernen durfte.

Liebes Milchbüechli, vor vier Jahren habe ich etwas gemacht, was ich mir mit siebzehn nicht hätte erträumen können – ich wurde Teil der Textredaktion. Ich schrieb von da an nicht nur Texte, ich las auch die Artikel anderer Autor_innen gegen, gab ihnen Feedback und half bei der Organisation mit. Die vier Jahre waren manchmal turbulent und chaotisch aber vor allem wunderschön. Ich durfte mit vielen wunderbaren Menschen zusammenarbeiten, in der Redaktion und auch mit Autor_innen, die Texte schrieben, die mich alle zum Queer-Sein gehörenden Emotionen fühlen liessen: verliebtheit, Aufgehobenheit, Wut, Kampflust, Träumereien, Reflexionslust. Die Arbeit am Milchbüechli hat mich unglaublich stolz auf unsere starke und begabte Community gemacht – und unglaublich glücklich.

Liebes Milchbüechli, vielleicht ahnst du es. Das ist ein Liebesbrief, aber auch – ein Stück weit – ein Abschiedsbrief. Ich bin jetzt fünf- undzwanzig und gehe eine Weile ins Ausland. Es ist Zeit für mich, einer neuen Generation Platz zu machen, die neue Ideen, Visionen und Projekte haben wird. Ich freue mich darauf, zu sehen, wie du dich weiterentwickeln und verändern wirst und ich werde dich für immer lieben.

Deine
Anna

PS: Ich schulde dir vermutlich auch noch einen Dank. Als ich dich das erste Mal las, sah ich in dir ein Bild einer Person, in die ich mich gleich ein bisschen verliebte. Diese Person ist heute meine Freundin.

Deswegen nochmals: Danke – für alles!

Illustration
von Ferdi
Filli (Er),
1996,
Bündner
Zeichner
Instagram:
@nerdifant



**DENKEN UND HANDELN WIR
TATSÄCHLICH SO INKLUSIV, WIE
WIR GERNE MÖCHTEN?**



Juni. Es ist wieder Pride-Month. Die schönste Zeit des Jahres für viele Queers. Eine Zeit, die für Zusammenhalt und das Feiern des Andersseins steht. Eine Zeit, in der aber leider oft auch Differenzen innerhalb der Community sichtbar werden. Schnell wird dann verurteilt, wenn jemand etwas anders sieht. Schnell werden nur die eigene Meinung und Wahrnehmung als „richtig“ gesehen, ohne dem Gegenüber überhaupt zugehört zu haben. Und schnell werden selbst andere Queers aufgrund unserer eigenen Stereotypen verurteilt. Deshalb stellt sich die Frage: Wie inklusiv sind wir? Und wie inklusiv sollen und wollen wir überhaupt sein?

Du hast es gut!

Wir alle gehören irgendwo zu mindestens einer Minderheit. Und wir alle stossen deswegen öfter oder weniger oft auf kleine oder grössere Probleme. Auch wenn in vielen Bereichen privilegiert, so kann mensch trotzdem in gewissen Aspekten diskriminiert sein oder werden. Und jede Art von Diskriminierung ist gleichermaßen nicht in Ordnung und ist immer eine Diskriminierung zu viel. Damit meine ich nicht, dass Mehrfachdiskriminierung keine Rolle spielt. Im Gegenteil. Ihr sollte unbedingt eine grössere Bedeutung zugemessen werden. Wie beispielsweise sexistische und queerfeindliche Diskriminierung bei queeren Frauen zusammenspielen können, ist nicht nur zu wenig erforscht, sondern auch zu wenig beachtet.

Wir sollten Diskriminierungserfahrungen aber trotzdem nicht gegeneinander ausspielen. Diskriminierung ist etwas, das je nach Charakter, Laune, den persönlichen Lebensumständen oder unserem Bewusstsein ihr gegenüber ganz anders wahrgenommen werden kann. Was für die eine Person vielleicht nur knapp als Diskriminierung wahrgenommen wird, ist für eine andere Thema unzähliger Therapiestunden. Ich muss deine Diskriminierung nicht nachfühlen können, um sie als valide anzuerkennen. Sie muss auch nicht bewusst oder beabsichtigt passieren, um Diskriminierung zu sein.

Viele queere Menschen kämpfen tagtäglich um ihre eigenen Rechte, für ihre Akzeptanz und häufig gegen die immergleichen Stereotypen und Widersacher_innen. Um als benachteiligte Community zu überleben, müssen wir deshalb unbedingt versuchen, Mehrfachdiskriminierung zu erkennen und die am stärksten davon Betroffenen explizit nach ihren individuellen Bedürfnissen aufzufangen und zu unterstützen, ohne unsere Diskriminierungserfahrungen zu werten oder gegeneinander auszuspielen.

„Think outside the box“

Schwarz oder weiss? Gut oder schlecht? Mann oder Frau? Unser Gehirn verbringt den Grossteil des Tages damit, alles, was es wahrnimmt, zu kategorisieren. Es steckt alles ständig in Boxen. Diese braucht es als Vereinfachungen einer sehr komplexen Umwelt. Und das ist auch gut so. Um die riesige Menge an Daten zu

verarbeiten, denen es alltäglich begegnet, braucht es ein effizientes System. Wichtig ist nur: Dieses System ist weder perfekt noch fehlerfrei. Denn oft wird es der tatsächlichen Komplexität der Dinge nicht gerecht. Das ist auch nicht weiter schlimm, denn mit bewusster Steuerung können wir, wenn nötig, dieses „Boxensystem“ verlassen. Das Einzige, was es dazu braucht, ist zu begreifen, dass unser Gehirn die meiste Zeit mit vereinfachten Modellen arbeitet, und diesen nicht einfach unüberlegt zu vertrauen.

Wir tun das auch mit uns selbst. Haben wir zum Beispiel in einer unserer Findungsphasen ein neues Label für uns entdeckt, so beginnen wir uns mit jedermenschen mit demselben Label zu vergleichen. Kaum der letzten Box entkommen, bauen wir uns unsere nächste mit einer Checkliste von zu erfüllenden Kriterien. So funktioniert unser Gehirn. Davon dürfen wir uns aber nicht einschränken lassen, denn niemensch kann und muss jemals komplett in eine Box passen. Nicht einmal wir selbst.

Das Popper'sche Paradoxon

Wie inklusiv, wie tolerant müssen, beziehungsweise dürfen, wir denn überhaupt sein? Der berühmte österreichisch-britische Philosoph Karl Popper beschrieb im 20. Jahrhundert erstmals das Phänomen, welches heute als Toleranzparadoxon bekannt ist. Es besagt, dass das Maximum an Toleranz an dem Punkt erreicht sei, an dem Intoleranz konsequent nicht geduldet werde. Denn das Dulden von Intoleranz führe sonst dazu, dass intolerante Menschen an die Macht kämen, welche dann die Toleranz wieder einschränkten.

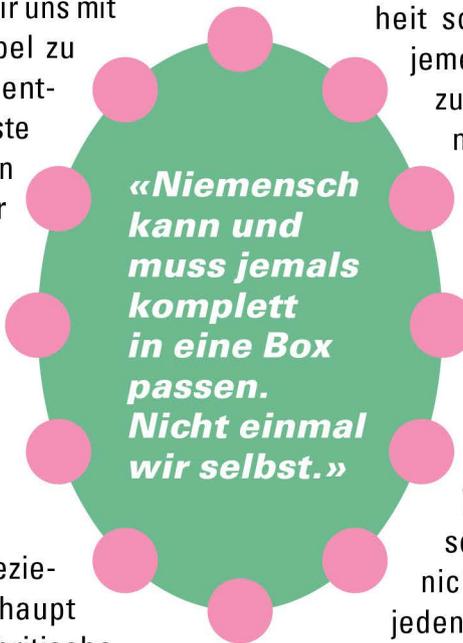
So simpel und einfach anzuwenden, wie sich dies anhört, ist es leider doch nicht. Das Paradoxon hat nämlich ein grosses Problem: Wo ist der Übergang zwischen tatsächlicher Intoleranz und Intoleranz gegenüber Intoleranz? Die Linie ist eine sehr feine. Und leider auch nicht für alle am gleichen Ort. Schauen wir uns ein Beispiel an: Eine von der Gesellschaft als cis Mann gelesene non-binäre Person besucht eine FLINTA*-Veranstaltung, weil sie sich dort am wohlsten fühlt. Für andere Personen könnte sie einen schlimmen Trigger darstellen. In einem Schutzraum, in den sie

normalerweise gehen, um ebendiesen zu entfliehen. Darf diese Person deshalb nun von der Veranstaltung weggewiesen werden? Wie würdet ihr entscheiden? Und wie viele von euch hätten die Person, ohne zweimal nachzudenken, als cis Mann wahrgenommen und wären nur aufgrund dessen von Intoleranz ihrerseits ausgegangen?

Alles inklusive?

Statt einander immer gleich (öffentlich) zu kritisieren, sollten wir versuchen, die Beweggründe des Gegenübers nachvollziehen zu können. Gerade innerhalb einer als Ganzes bereits diskriminierten Minderheit sollten wir umso vorsichtiger sein, jedermenschen unüberlegt an den Pranger zu stellen. Wenn ich verlange, dass niemand Annahmen zu meiner Sexualität oder Geschlechtsidentität macht, so muss ich selbst auch jedem Menschen ohne solche Annahmen begegnen. Leider ist es oft einfacher, von allen zu verlangen, mitgedacht zu werden, als alle anderen tatsächlich selbst mitzudenken. Dies heisst zwar nicht, dass ich nicht das verlangen darf, ja sogar sollte. Aber mensch darf von anderen nicht mehr erwarten, als mensch selbst jeden Tag umzusetzen versucht.

Denn inklusiv zu denken, bedeutet aus dem eigenen Schubladendenken (ja, wir alle denken in Schubladen, einfach nicht alle in den gleichen) auszubrechen. Jeden Tag zu versuchen, sich in möglichst viele verschiedene Perspektiven einzufühlen. Und ja, das ist anfangs schwer und anstrengend. Denn wir lernen in unserer Gesellschaft von klein auf, Minderheiten nicht mitzudenken. Das geht uns allen so. Und nein, als einzelne Individuen können wir auch nichts dafür. Aber mensch kann lernen, sein Denken zu öffnen. Und ja, jedermensch sollte es wenigstens versuchen. Denn es fühlt sich so gut an, weniger Menschen zu vergessen.



Gabriel Elia Zaugg (Er/keine)
2002, Student aus Bern
instagram: @gabrielxelia

Freizeitangebote

♥ Geocaching

Geocaching ist eine moderne Schatzsuche, die auf der ganzen Welt gespielt wird. Dabei sucht mensch mithilfe eines GPS-Geräts oder einer Smartphone-App nach versteckten Behältern, den sogenannten „Caches“ (Französisch: la cache = das Versteck). Diese können überall versteckt sein, von einem nahegelegenen Stadtpark bis hin zu einem abgelegenen Waldgebiet.

Die Caches enthalten ab und zu kleine Geschenke oder Notizen von anderen geocachenden Personen, die zuvor den Cache gefunden haben. Geocaching ist eine tolle Möglichkeit, die Natur zu erkunden und neue Orte zu entdecken, auf die mensch sonst vielleicht nie gestossen wäre. Die Geocaching App kann kostenlos auf Google Play oder im App Store heruntergeladen werden.

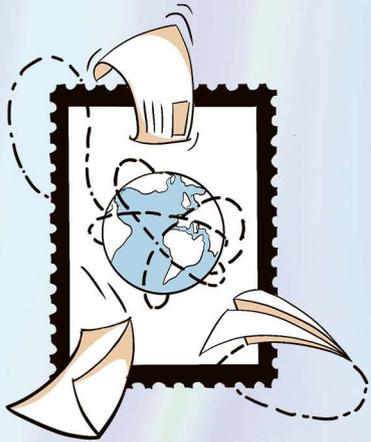


Illustrationen
I.K. (they/she)

♥ Postcrossing

Postcrossing ist eine Aktivität, bei der mensch Postkarten an Leute auf der ganzen Welt verschicken kann und im Gegenzug Postkarten von Anderen erhält. Nach der Anmeldung auf der Webseite von Postcrossing, bekommt mensch eine Adresse einer teilnehmenden Person zugewiesen und sendet dann dieser eine Postkarte. Wenn mensch die

Postkarte erhält, bestätigt mensch dies auf der Webseite und im Gegenzug erhältst du eine Postkarte von einer anderen teilnehmenden Person. Auf diese Weise können Menschen aus der ganzen Welt in Kontakt treten, neuen Kulturen begegnen und ihre Postkartensammlung erweitern. Unter postcrossing.com kann mensch sich kostenlos anmelden. Die Website ist in englischer Sprache.



♥ Fototrips

Bei einem Fototrip geht es darum, die Schönheit und Vielfalt des Orts einzufangen und in Bildern festzuhalten. Fototrips sind eine kreative Möglichkeit, um die Städte in deiner Nähe besser kennenzulernen und sie aus diversen Blickwinkeln und Perspektiven zu betrachten. Ob es ein professioneller Fotoapparat oder dein Handy ist, spielt dabei keine Rolle. Allein oder mit deinen Besties, kannst du ein Treffen mit etwas Abenteuer verbinden und neue Eindrücke sammeln.

Sowohl Geocaching, als auch Postcrossing und Fototrips sind Aktivitäten, die viel Spass machen können (alleine oder in einer Gruppe) und eine Menge an Abenteuern bieten. Egal ob mensch lieber draussen in der Natur unterwegs ist oder lieber gemütlich zu Hause Postkarten schreibt – alle drei Aktivitäten sind definitiv einen Versuch wert.

In Gegensteuer zu den heutzutage oft teuren Freizeitangeboten, hier drei günstige.



Alyona
(Sie),
1997 aus
Blel



Guten Morgen

Dies ist ein Gedicht über Zustände, mach es zu dem, was es für dich ist. Denn manchmal ist es nicht so wichtig, was es für die Person bedeutet, die es geschrieben hat. Manchmal geht es nur um dich.

*Guten Morgen
Blicke wie ein Kaktus
Unter der Haut sind Igel
Ein Gefühl von zu lange gekochten Nudeln
Ich laufe als wäre ich rot*

*Ich muss unter der Tür durch
Wäre ich ein Käfer würde es gehn
Ein Bär hat meinen Kaugummi geklaut
Er zerkaut auch Bettkanten*

*Mit der Lunge vor der Heizung
Atme ich Sand ein
Die Hand aus dem Flugzeug halten
Wie fühlen sich Wolken an*

*Ich weiss ich sollte nicht fliegen
Ich wäre ein Papagei
Es rennt der Affe
Er schreit. laut.*

*Wenn ich aufgeregt bin
Ich muss mich bewegen
Tanzen kann ich nicht
Pinguine teilweise schon*

*Aber mein linkes Bein tanzt
Es hat Geburtstag und feiert
Ach nein, das war letzte Woche
Was war mein Geschenk*

*Mein Kissen im Müll
Das Monster unter dem Bett
Ich habe es getreten
Morgen nochmal alles von vorne*

Text von Nour Elio
(Keine/Er), 2003, Gym-
nasiast*in aus Bern



Illustration von
einer anonymen
Person, gezeichnet
an der Milchbar Bern



LGBT+ Helpline

Wurdest du Opfer von homo- oder transphober Gewalt? Dann melde den Vorfall bei der LGBT+ Helpline. Du kannst dich auch telefonisch, per E-Mail oder persönlich beraten lassen.

Die LGBT+ Helpline gibt dir auch Auskunft bei Fragen rund um Falschsexualität, Gender, Coming-Out und Safer Sex.

www.lgbt-helpline.ch

hello@lgbt-helpline.ch

0800 133 133 (kostenlos)

► Beratung: Montag bis Donnerstag, 19 – 21 Uhr

www.147.ch

Das Telefon 147 ist 24h erreichbar und hilft dir, wenn du nicht mehr weiter weisst. 147 ist kostenlos und vertraulich. Über Telefon, Chat, SMS-Nachricht oder E-Mail.



www.opferhilfe-schweiz.ch

Wurdest du beschimpft? Hast du Gewalt zu Hause oder im öffentlichen Raum erlebt? Wurdest du sexuell belästigt? Die Opferhilfe unterstützt dich, unter anderem durch Deckung der Therapiekosten.

Informationen Beratungen Kontakte

Im Milchbüchli-Kalender findest du die Daten aller Treffs und Events für junge Falschsexuelle. Falls du unsicher bist oder Fragen hast, kannst du vorbeigehen und dich mit anderen jungen Menschen austauschen – du bist nicht alleine!

Auf der Website Dr. Gay findest du Infos zu Sex für schwulen, bisexuellen & queeren Männern. Dort kannst du auch anonym Fragen stellen.

www.drgay.ch

du-bist-du bietet Beratungen per E-Mail und persönliche Treffen in der ganzen Deutschschweiz an: anonym, kostenlos und unkompliziert!
www.du-bist-du.ch



Die Checkpoints bieten dir medizinische, psychologische und präventive Dienstleistungen an, in Zürich, Bern, Basel, Genf, Luzern und Waadt: www.mycheckpoint.ch

SAFER SEX

www.aids.ch

Sex macht Spass. Sex verbindet. Sex gehört zum Leben. Und beim Sex kannst du dich mit sexuell übertragbaren Viren und Bakterien infizieren. Es ist gut, wenn du dich informierst und weisst, wie du dich schützen kannst.



Bei Geschlechtsverkehr immer mit Präservativ oder Femidom.



Mit dem **Safer-Sex-Check** erfährst du, wie du dich vor HIV und anderen sexuell übertragbaren Infektionen (STI) schützen kannst – mit Tipps, die auf deine persönliche Sexualität zugeschnitten sind.
safersexcheck.lovelife.ch

Auf der Website der Aids-Hilfe Schweiz findest du weitere Infos zu Safer Sex und Beratungs- und Teststellen in deiner Nähe. Dort wirst du gerne beraten, anonym und kostenlos!
www.aids.ch



Impfen gegen Hepatitis & HPV

Beim Sex kannst du dich mit Hepatitis und HPV anstecken. Das Gute dabei: du kannst dich mit einer Impfung schützen. Wir empfehlen die Impfung gegen Hepatitis A/B und gegen HPV. Mehr dazu auf drgay.ch/impfen

Schützen vor HIV

Mit dem passenden Verhalten kannst du einer HIV-Infektion beim Sex vorbeugen. Es gibt verschiedene Möglichkeiten, wie du dich vor HIV schützen kannst:

- Kondom beim Anal- und Vaginalsex – erfahre mehr auf drgay.ch/kondom
- PrEP – erfahre mehr auf drgay.ch/prep
- Schutz durch Therapie (undetectable) – erfahre mehr auf drgay.ch/undetectable

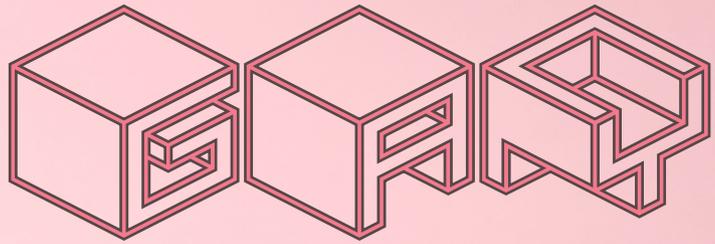
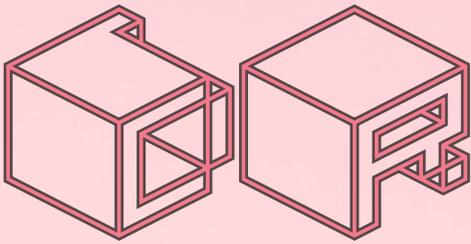
Bei einem Notfall gibt es die PEP: das ist eine medizinische Notfall-Behandlung, um eine HIV-Ansteckung maximal 48 Stunden nach einer Risikosituation zu verhindern. Erfahre mehr auf drgay.ch/pep

Testen auf STI

Regelmässiges Testen auf die wichtigsten STI (sexuell übertragbare Infektionen) schafft Klarheit. Wir empfehlen das regelmässige Testen auf HIV, Syphilis, Tripper und Chlamydien – auch ohne Symptome. Die Häufigkeit hängt davon ab, wie viel Sex du mit wechselnden Partner_innen hast.

- Wer Sex hat: einmal pro Jahr zum Test
- Wer Sex mit etwa zehn Partnern im Jahr hat: alle sechs Monate
- Wer Sex mit mehr als zwanzig Partnern im Jahr hat: alle drei Monate

Weitere Testempfehlungen und Informationen dazu findest du auf drgay.ch/testen



schick deine frage an redaktion@milchjugend.ch und dr. gay antwortet darauf

Lieber Dr. Gay

Ich bin positiv auf Tripper getestet worden und habe jetzt Medikamente erhalten. Gemäss meiner Ärztin braucht es keinen Nachttest, wenn die Symptome verschwunden sind. Im Internet finde ich aber andere, widersprüchliche Informationen. Was meinst du dazu? Nico, 23

Hallo Nico

Wenn die Symptome durch die Behandlung verschwinden, ist das ein Zeichen, dass die Antibiotika wirken. Bei einer Therapie mit Antibiotika ist es wichtig, dass du die Medikamente bis ganz zum Schluss nimmst, das heisst bis alle verschriebenen Medikamente aufgebraucht sind. Breche die Behandlung nicht eigenmächtig ab. Auch dann nicht, wenn du dich bereits wieder gesund fühlst. Ansonsten hat deine Ärztin recht. Wenn die Therapie abgeschlossen ist und du keine Symptome mehr hast, ist ein weiterer Test nicht nötig und auch nicht üblich. Zu deinen eigenen Recherchen: es ist eine Eigenart des Internets, dass es oft unterschiedliche, widersprüchliche und manchmal schlicht falsche Informationen enthält. Halte dich am besten an die Anweisungen deiner Ärztin und frage bei ihr nach, wenn Unklarheiten bestehen.

Alles Gute, Dr. Gay

Lieber Dr. Gay

Ich höre sehr viel von PrEP, aber auch von PEP ist immer wieder mal die Rede. Es ist etwas verwirrend. Ist es das gleiche? Und falls nicht, was ist genau der Unterschied? Silvan, 21

Hallo Silvan

PEP steht kurz für Post-Expositionsprophylaxe. Das ist eine Notfallbehandlung NACH einem möglichen HIV-Risiko, die eine Infektion mit HIV verhindern kann, also «post». Die Therapie besteht aus drei Wirkstoffen und dauert 28 Tage. Damit sie wirkt, muss sie nach einem HIV-Risiko so schnell wie möglich begonnen werden. Je früher, desto besser die Erfolgschancen. 48 Stunden nach dem Risiko hat die PEP keine Wirkung mehr. Im Notfall ist es darum wichtig, sofort bei einer Notfallstelle eines Spitals anzurufen, egal ob Wochenende ist und egal um welche Uhrzeit. Die Kosten für die PEP werden von der Krankenkasse übernommen (abzüglich Franchise und Selbstbehalt). PrEP hingegen steht für Prä-Expositionsprophylaxe und ist eine Behandlung mit zwei Wirkstoffen, welches präventiv VOR einem möglichen HIV-Risiko begonnen wird, also «prä». Damit PrEP wirkt, muss unbedingt ein gewisses Einnahmeschema eingehalten werden. Die Kosten für die PrEP werden nicht von der Krankenkasse übernommen. Sowohl PEP wie auch PrEP sollten von einer Ärztin oder einem Arzt begleitet werden.

Nochmal zusammengefasst: PEP ist eine Notfallbehandlung nach einem möglichen HIV-Risiko, PrEP ist eine Vorbeugungsmassnahme, um eine HIV-Infektion zu verhindern. PrEP gilt wie das Kondom als Safer Sex. Detaillierte Informationen zu PEP, PrEP und vielen weiteren Themen findest du auf drgay.ch.



BASEL

ANYWAY

Neue Leute kennenlernen, Freundschaften knüpfen, Erfahrungen austauschen, ungezwungene Gespräche führen und einfach gemeinsam Spass haben. Auch vertrauliche Gespräche sind jederzeit möglich. Für alle Anderssexuellen. **JEDEN 2. DO / 19.30 UHR / JUGENDHAUS NEUBAD, BASEL / anyway-basel.ch**

BERN

QUEER STUDENTS

Student_in, in oder um Bern wohnhaft und queer? Dann schau bei einem unserer Treffen vorbei! Das nächste Datum findest du auf unsere Website oder auf Facebook. Wir freuen uns auf dich! **JEDEN 1. DIENSTAG IM MONAT / 19.30 UHR / COMEBACK BAR, BERN / queerstudents.ch**

KUNTERBUNT

Das Treffen ist offen für Jugendliche, die sich als LGBTQ bezeichnen und/oder respektvoll gegenüber LGBTQ-Menschen sind. Wir spielen Spiele, schauen Filme, tauschen Erfahrungen aus und führen Diskussionen. **EINMAL MONATLICH / 17.30 – 20.30 UHR / VILLA STUCKI & 18.30 – 21.30 UHR / PUNKT 12 / kunterbunt-bern.ch**

BROMELIA

Parties, Konzerte und gemeinsame Abendessen von und für queere Menschen. <https://www.instagram.com/bromelia.be/>

FRIBOURG

LAGO

Die LGBT-Organisation der Universität Fribourg. **MEISTENS 1x IM MONAT lagofribourg.ch**

GRAUBÜNDEN

QUEERER JUGENDTREFF

treff•LGBT+ Chur, Goldgasse 4, 7000 Chur, OG 2, leider kein Lift, www.treff.lgbt
MITTWOCHS 18 – 21 UHR, FREITAGS 18 – 22 UHR, SAMSTAGS 16 – 22 UHR

LUZERN

QUEER UNITY

Wir sind eine Gruppe für LGBT+ Studierende an der Uni Luzern im Anfangsstadium. facebook.com/queerunityluzern

SCHWYZ

QUEERPUZZLES

Eine Jugendgruppe für Homo-, Bi- und Pansexuelle, Asexuelle, Transgender und Intersexuelle bis 26 in Schwyz. Zusätzlich zum Treff machen wir Aktionen oder gehen zusammen an die Pride. **JEDEN 2. SA IM MONAT / 19 UHR / TRUBE BUDE, SCHWYZ / queerpuzzles.ch**

MYTHENGAY

Der queere Treffpunkt in Schwyz. Wir sind Homo-, Bi- und Transpersonen jeden Alters und treffen uns **IMMER 1. SO IM MONAT / 19 UHR / HIRSCHEN-PUB SCHWYZ**, zum essen, trinken und quatschen. mythengay.ch

SCHAFFHAUSEN

ANDERSH

ANDERSH ist ein Ort für lesbische, schwule, bi, trans und asexuelle Jugendliche sowie für alle dazwischen und ausserhalb. Für Jugendliche, die nicht ganz in die Norm passen, neue Freund_innen finden und gute Gespräche führen wollen. **IMMER AM LETZTEN DO DES MONATS / 19 UHR / KULTURCAFÉ B45, SCHAFFHAUSEN / andersh.ch**

ST. GALLEN

OTHERSIDE

Folg uns auf Instagram unter [otherside.lgbtq](https://www.instagram.com/otherside.lgbtq), damit Du auf dem Laufenden bleibst. Bei Fragen: otherside.lgbtq@gmail.com. **JEDEN 2. DI / 20 UHR / «LA BUENA ONDA» BAR / LÄMMLISBRUNNENSTR. 51, ST. GALLEN / otherside-lgbtq.ch**

OFFENER QUEER TREFF

Jugendzentrum Obere Mühle, Wil
Jugendarbeitwil.ch
JEDEN 1. UND 3. DI / 19 – 21 UHR / 12 BIS 17 JAHRE / AUCH FÜR ALLIES

UNIGAY

Unigay ist ein 1998 gegründeter Verein der Uni St. Gallen und versteht sich als Sprachrohr, sowie Anlaufstelle & Gesprächsplattform für homo-, bi- und transsexuelle Studierende der Uni. unigay.ch

QUEERER JUGENDTREFF

Buchs, Kt. St. Gallen, treff•LGBT+ Buchs, Churerstrasse 12, 9470 Buchs, OG 1, mit Lift www.treff.lgbt
FREITAGS 18 – 22 UHR + JD. 1. SAMSTAG IM MONAT 16 – 22 UHR

ZUG

QUEER ZUG

Wir treffen uns jeweils am zweiten Donnerstag im Monat und verweilen gemütlich bei Gesprächen, Spielen, Kochevents etc. Wenn wir Lust haben, gehts auch schon mal weiter in eine gem liche Bar oder ein schmuckes Restaurant. Komm doch mal bei uns vorbei, wir freuen uns auf Dich. **AM 2. DO IM MONAT / 18.30 UHR / DILEMMA / ALPENSTRASSE 13, ZUG / queerzug.ch**

PRISMA

Lesbisch, Schwul, Bi, Trans* oder sonst 08/16? Dann bist du hier richtig. PRISMA ist eine Jugendgruppe, welche jugendlichen 08/16ern Möglichkeiten zum Kennenlernen und Austauschen schaffen soll. Natürlich sorgen wir für Snacks. jaz-zug.ch

ZÜRICH

QUEERTREFF

Der Queertreff ist ein Angebot des Jugendtreffs Kreis 4 und richtet sich an LGBTQIA+ und questioning Jugendliche (13-18 jährig). Jugendliche können kommen und gehen wie sie wollen. Meistens unternehmen wir etwas, wie zum Beispiel: Spiele spielen, etwas backen, einen Film schauen oder einfach nur ein bisschen quatschen. **Jeden Samstag Nachmittag, 14.00 – 18.00 jugi4.h**

POLIUNIQUE

Die Vereine L-Punkt und z&h haben fusioniert, um ein einziger, inklusiver Studierendenverein für alle zu sein. Bei uns sind alle willkommen, die andere

LGBTQIA+ Menschen suchen, egal ob geoutet oder nicht. Wir veranstalten eine Vielzahl verschiedener Events.

polyunique.ch

SCHWEIZWEIT

TGNS-JUGENDGRUPPE

Junge Transmenschen bis 27 Jahre sind zu einem Austausch im geschützten Rahmen eingeladen. **ALLE ZWEI MONATE / IN EINER GRÖßEREN STADT / tgns.ch**

ASEXUELLES SPEKTRUM SCHWEIZ

Für Menschen, die asexuell, aromantisch oder auf dem a-Spektrum sind. In den Monaten mit ungeraden Zahlen treffen wir uns jeweils **AM DRITTEN SA DES MONATS** zum brunchen, Filme schauen, plaudern, und in den Monaten mit geraden Zahlen sind wir **JEDEN DRITTEN DI** in der **MILCHBAR IN BADEN** anzutreffen. Du kannst gerne über unsere Website mit uns Kontakt aufnehmen: arocce.ch

QUEERS

UNITE

QUEERS

UNITE

QUEERS

UNITE

QUEERS

UNITE

BIST DU MITGLIED ODER LEITER*IN EINER QUEEREN JUGEND- ODER STUDIGRUPPE? ODER WÜRDEST DU GERN EINE GRÜNDEN? DANN MELDE DICH: INFO@MILCHJUGEND.CH

JUNI

- 01 JUNI**
ANYWAY BASEL
 anyway-basel.ch
Jugendhaus Neubad, Basel
- 02 JUNI**
DISCO RIBELLE
 frauenraum.ch
Queerfeministischer Raum Bern
- 03 JUNI**
BACK4MORE
 instagram.com/back4moreparty/
Heimat, Basel
- 04&25 JUNI**
QUEERUP RADIO
 queerupradio.ch
Radio RaBe & online
- 06&13&20&27 JUNI**
 **MILCHBAR BADEN**
 milchjugend.ch/kalender
Werkk Kulturlokal, Baden
- 07 JUNI**
QUEER EAT AND MEET
 habqueerbern.ch/queereatandmeet/
Villa Bernau, Bern
- 08&22 JUNI**
 **MILCHBAR ZÜRICH**
 milchjugend.ch/kalender
Dynamo, Zürich
- 10 JUNI**
PRIDE LICHTENSTEIN
 flay.li/pride
Lichtenstein
- PRIDE GENÈVE**
 instagram.com/genevapride2023
Genf
-  **MILCHBÜECHLI
 LESUNG UND
 AUSSTELLUNG**
 milchjugend.ch/kalender
Regenbogenhaus, Zürich
- 11 JUNI**
BAROMETER
 frauenraum.ch
Queerfeministischer Raum Bern
- 14 JUNI**
**QUEERFEMINISTISCHER
 STREIKTAG**
 feministischerstreik.ch
- 13&27&28 JUNI**
UNCUT FILME BERN
 bern.lgbt/uncut
Kino Rex, Bern
- 16-17 JUNI**
ZÜRICH PRIDE
 zurichpridefestival.ch
Zürich

- 21 JUNI**
 **MILCHBAR BERN
 JUBILAUM!**
 milchjugend.ch/kalender
Queerfeministischer Raum, Bern

**LESBEN LITERATUR:
 KOSCHKA LINKERHAND
 UND AZADIYA H.**
 comedyhaus.ch
Albisriederstrasse 16, Zürich

**3GANG UND TRANS-INTER-
 STAMMTISCH**
 habqueerbern.ch/queereatandmeet/
Villa Bernau, Bern

- 24 JUNI**
**ANTI-KAPITALISTISCHER
 CSD ZÜRICH**
 csd-zurich.ch
Zürich

- 25 JUNI**
TINQ CAFE BASEL
 Basel, Carambolage, Erlenstrasse 34

JULI

- 01 JULI**
PRIDE BASEL
 baselticketbunt.ch
Basel

POWER RAVERS
 heimatbasel.ch
Heimat, Basel

- 02&09&16&23&30 JULI**
QUEERUP RADIO
 queerupradio.ch
Radio RaBe & online

- 04&11&18&25 JULI**
 **MILCHBAR BADEN**
 milchjugend.ch/kalender
Werkk Kulturlokal, Baden

- 05 JULI**
QUEER EAT AND MEET
 habqueerbern.ch/queereatandmeet/
Villa Bernau, Bern

-  **MILCHBÜECHLI
 OFFENE
 BILDREDAKTIONS-
 SITZUNG**
 milchjugend.ch/kalender
Olten, Tannwaldstrasse 62

- 06&20 JULI**
 **MILCHBAR ZÜRICH**
 milchjugend.ch/kalender
Dynamo, Zürich

- 08-09 JULI**
TORTENESSEN
 tortenessen.ch
Bern

- 11 JULI**
UNCUT FILME BERN
 bern.lgbt/uncut
Kino Rex, Bern

- 26-29 JULI**
EUROGAMES
 eurogames2023.ch
Bern

- 29 JULI**
PRIDE BERN
 bernpride.ch
Bern

AUGUST

- 01&08&15&22&29 AUGUST**

-  **MILCHBAR BADEN**
 milchjugend.ch/kalender
Werkk Kulturlokal, Baden

- 03 AUGUST**
 **MILCHBAR ZÜRICH**
 milchjugend.ch/kalender
Regenbogenhaus, Zürich

- 05 AUGUST**
BACK4MORE
 instagram.com/back4moreparty/
Heimat, Basel

- 09 AUGUST**
QUEER EAT AND MEET
 habqueerbern.ch/queereatandmeet/
Villa Bernau, Bern

- 12 AUGUST**
ST.GALLEN PRIDE
 stgallenpride.ch
St.Gallen

- 16 AUGUST**
**3GANG UND TRANS-INTER-
 STAMMTISCH**
 habqueerbern.ch/queereatandmeet/
Villa Bernau, Bern

- 26 AUGUST**
PRIDE ZENTRALSCHWEIZ
 pride-zentralschweiz.lgbt
Luzern

- 30 AUGUST**
 **OFFENE
 MILCHBÜECHLI-
 SITZUNG**
 milchjugend.ch/kalender
Olten, Tannwaldstrasse 62

REGELMÄSSIG

- JEDEN 17. IM MONAT**
HELDI*NN*E*NBAR
 streikhaus.ch
Sihlquai 115, Zürich

- JEDEN MITTWOCH**
HELDENBAR
 heldenbar.ch
Provitreff, Zürich

- JUGENDTREFFS**
SIEHE SEITE 24

Menschen aus dem Milchbüechli stellen sich vor!



Ich bin Sophie, 19 Jahre alt und benutze die Pronomen sie/ihr. Dass ich bisexuell bin, wusste ich schon mit zwölf. Um mich damit wirklich wohlfühlen, brauchte ich aber noch ein paar Jahre. In der Zentralschweiz, wo ich aufgewachsen bin, bekam ich oft das Gefühl, meine Sexualität würde nicht akzeptiert werden. Deshalb ist es mir heute so wichtig, jungen Queers zu zeigen, dass sie nicht allein sind und dass sie eine Community finden können, egal wo sie sind.

Mittlerweile wohne und studiere ich in Bern. Ich habe mich für Sprachwissenschaften entschieden, da Bücher, Texte, Worte und Gespräche schon immer einen besonderen Zauber auf mich auswirkten. In meiner Freizeit lese ich viel, häkle, tobe mich an sonstigen kreativen Projekten aus, oder bin eben damit beschäftigt dem Milchbüechli den letzten Schliff zu verleihen. Als Teil der Textredaktion bin ich dafür verantwortlich Texte zu planen, Schreibende bei ihren Texten zu unterstützen und ihnen konstruktive Rückmeldungen zu geben. Mir gefällt an dieser Arbeit besonders, den ganzen Entstehungsprozess - vom Brainstorming bis zum fertigen Heft - mitzuverfolgen und meine eigene Perspektive bei so einem coolen queeren Projekt mit einzubringen.



Ich bin Carmen (sie/keine), bin 22 Jahre alt und komme aus Baden, momentan verwende ich die Labels lesbisch und non-binär. Seit August 2022 arbeite ich im Layout-Team des Milchbüechlis mit – das passt auch zu meinem Studium der visuellen Kommunikation. Ich finde es wichtig, queere Thematiken allen Menschen zugänglich zu machen und freue mich, Teil davon sein zu dürfen. In meiner Freizeit lese ich gerne gesellschaftskritische Bücher, gehe an Konzerte und versuche den Kapitalismus lange genug abzuwehren, um Zeit für die tollen Menschen in meinem Leben zu finden und ihnen zuzuhören. Das finde ich auch so wichtig am Milchbüechli: das Sich-Zuhören, das Einnehmen von anderen Perspektiven und das Teilen von gemeinsamer Freude. Weil ich lieber zeichne als fotografiere, hier eine Skizze von mir!

Sophie Odermatt (Sie), 2003, aus Stans
Studentin Sprachwissenschaften
und **Carmen (Keine/Sie)**, 2001, aus Baden
@karmenskunst

HIER FINDEST DU DAS MILCHJUGENDLICH

Katholische Kirche
Stadt Luzern, kathluzern.ch

Kaufhaus Zum Glück Aarau
kaufhauszumglueck.ch

Infoladen Rabia Winterthur

InTeam Basel
inteam-basel.ch

Lust und Frust Fachstelle für Sexualpädagogik und Beratung
lustundfrust.ch

S & X Sexuelle Gesundheit
Zentralschweiz Luzern
sundx.ch

Sexualpädagogik, Berner Gesundheit
bernergesundheits.ch/
sexualpaedagogik

Stiftung Kinderdorf Pestalozzi Trogen, pestalozzi.ch

roundabout Schweiz c/o Blaues Kreuz Schweiz
roundabout-network.org

BUCHHANDLUNGEN

queerbooks.ch
by Buchhandlung Weyermann
Bern

BARS

Pride Bar Olten
pridebar.ch

Treibhaus Luzern
treibhausluzern.ch

Gemeinschaftszentren Zürich
Loogarten, Riesbach, Witikon,
Affoltern, Bachwiesen und
Grünau
gz-zh.ch

AIDS-HILFE

Aids- und Sexualberatung
St. Gallen
ahsga.ch

Checkpoint Zürich
checkpoint-zh.ch

Checkpoint Bern
checkpoint-be.ch

Checkpoint Basel
checkpoint-bs.ch

Aidshilfe beider Basel
ahbb.ch

Aids-Hilfe Graubünden
aidshilfe-gr.ch

Zürcher Aids-Hilfe
zah.ch

Hiv-Aidsseelsorge,
Katholische Kirche im Kanton
Zürich

JUGENDARBEIT

DIE OASE, der Jugendtreff, Allschwil

Offene Jugendarbeit Illnau-Effretikon
jugi-effi.ch

Jugendarbeit Eglisee
www.eglisee.ch

ROKJA Regionale offene Kinder- und Jugendarbeit Sensetal

3177 Laupen
www.rokja-sensetal.ch

Offene Jugendarbeit Glarus Süd
oja-gl-sued.ch

Offene Kinder- und Jugendarbeit Langnau
ok-ja.ch

Kinder- und Jugendfachstelle Lyss und Umgebung kjfs-lyss.ch

Jugendarbeit Nidau und Umgebung janu.ch

Jugendarbeit Steinhausen
steinhausen.ch

Jugendarbeit Wil
jugendarbeitwil.ch

Jugendarbeit Zuchwil
jugendarbeit-zuchwil.ch

FreizeitHaus Allschwil
freizeithaus-allschwil.ch

drehscheibe - Offene Jugendarbeit Horgen
dreh-horgen.ch

Jugendanimation Horw
horw.ch/jugend

Jugendanimation Rothenburg
jugend-rothenburg.ch

Jugendanimation Schwyz
gemeindeschwyz.ch

Jugendarbeit Affoltern am Albis, vjf.ch

Jugendarbeit Arth Goldau
arth.ch

Jugendarbeit Fällanden
vjaf.ch

Offene Kinder- und Jugendarbeit Gstaad
jugasaanen.ch

Jugendarbeit Hünenberg
jah-zg.ch

Jugendarbeit Lotten Rapperswil
jugendarbeit-lotten.ch

Jugendarbeit Nottwil
jugendarbeit-nottwil.ch

Regionale Jugendarbeit Surbtal JAST Würenlingen
jast.li

Offene Jugendarbeit Wetzikon
jugendjoker.ch

Offene Kinder- und Jugendarbeit Zofingen
ojaz.ch

Jugendarbeit Freizeitzentrum Zumikon
freizumi.ch

Offene Jugendarbeit Zürich
oja.ch

samowar Jugendberatung Bezirk Meilen
samowar.ch/meilen

Jugendbüro March Lachen
jugendbueroemarch.ch

Jugendcafé Paradiso Reinach
paradiso-reinach.jimdo.com

Jugendhaus Oase Kissnacht
jugendhaus-oase.ch

Jugendinformation tipp St. Gallen, tipp.sg.ch

Jugendinfo Winterthur
jugendinfo.win

Jugendkulturhaus Dynamo Zürich, dynamo.ch

Jugendkulturhaus Flösserplatz Aarau, floesserplatz.ch

Jugendnetz Siggenthal Nussbaumen
jugendnetz-siggenthal.ch

Jugendzentrum Dietikon
jugend-dietikon.ch

Kantonsschule Zürcher Oberland Mediathek, Wetzikon
kzo.ch

okajZürich
okaj.ch

OKJA Stäfa
okja-staefa.ch

Punkt12 Bern
punkt12.ch

Sozialpädagogische Wohngruppe Magellan, Salmsach
wg-magellan.ch

Fachstelle Kinder- und Jugendarbeit 20gi

Jump-In Rapperswil-Jona
jump-in.ch

JuSee Jugendarbeit der Seegemeinden Weggis
jusee.ch

Kinder und Jugendarbeit Wohlen
jugendarbeit-wohlen.ch

Jugendtreff Sternen Winterthur
jugisternen.ch

Jugendhaus phönix Aesch
phoen-x.net

Sekundarschule Bäumlhof Basel
sek-baeumlhof.ch

Pädagogische Hochschule Thurgau, Kreuzlingen
phtg.ch

Offene Jugendarbeit Maur
treffpunkt-maur.ch

Jugendtreff Tankraum, Lenzerheide

Jugendarbeit Landquart
landquart.ch

Jugendarbeit Kriens
jugendanimation-kriens.ch

Jugendarbeit Buochs
buochs.ch

Jugendarbeit Hitzkirchertal
jugendarbeit-hitzkirchertal.ch

Mädchenarbeit Thun
thun.ch

Fachstelle offene Jugendarbeit Sulgen Kradolf Schönenberg
kradolf-schoenenberg.ch

Jugendarbeit Sempach
sempach.ch

Offene Kinder- und Jugendarbeit Worb
jugendarbeit-worb.ch

Kinder- und Jugendfachstelle Aaretal, Münsingen
jugendfachstelle.ch

Jugendarbeit Sarnen
jugendarbeit-sarnen.ch

Jugendarbeit Stans
jugendstans.ch

Jugendarbeit Buttisholz
buttisholz.ch

Offene Jugendarbeit Kreuzlingen
oja-kreuzlingen.ch

Jugendarbeit Untervaz
untervaz.ch

Jugendarbeit Gossau
stadtgossau.ch

Jugendarbeit Richterswil
richterswil.ch

Jugendarbeit Region Schwarzenburg
jugend-schwarzenburg.ch

Jugendarbeit Evolution unteres Rontal, Root
4evolution.ch

Offene Jugendarbeit Goldach
goldach.ch

Jugendwerk Olten
jugendwerk-olten.ch

VSG Region Sulgen
vsgsulgen.ch

Kinder- und Jugendpsychiatrie Kriens, lups.ch

Jugendkulturzentrum industrie45 Zug, i45.ch

Jugendarbeit Malers
malers.ch

liebesexundsweiter Winterthur
Fachstelle für Sexualpädagogik
und Beratung,
liebesexundsweiter.ch

Offene Jugendarbeit RuGaSch Ruggell, ruggell.li

Offene Jugendarbeit Eschen / Nendeln
eschen.li

Fachstelle Jugend Schlieren
schlieren.ch

Fachbereich Gesellschaft Sursee
fachbereich-gesellschaft.ch

Jugendarbeit Wettingen
jawetti.ch

OSKJ-Ombudsstelle für Kinder und Jugendliche, Vaduz

Offene Jugendarbeit Lostorf / Oberrösgen

Gemeinde Horw, Soziale Beratungsdienste / Familie plus

SCHULEN

Gymnasium Hofwil, Bibliothek Münchenbuchsee
gymhofwil.ch

Aemtler B Zürich
stadt-zuerich.ch/schulen

Gymnasium Biel-Seeland
gymbiel-seeland.ch

SekEinsHöfe
sekeinshoeefe.ch

Kreisschule Unteres Fricktal, Schulbibliothek Engerfeld
kuf.ch

Realgymnasium Rämibühl Zürich, rgzh.ch

Gymnasium Leonhard, Mediathek, Basel
gymnasium-leonhard.ch

Kantonsschule Wiedikon, Mediathek
kwi.ch

Sek1 March Buttikon
sek1march.ch

Sekundarschule Theobald Baerwart Mediathek, Basel
sek-baeumlhof.ch

Gymnasium Liestal Mediathek, Liestal
gymliestal.ch

Bildungszentrum Gesundheit & Soziales Glarus
bzgs-gl.ch

Mediathek Berufsfachschule Winterthur
bfs-winterthur.ch

Sekundarschule Uster
sekuster.ch

Sek Befang, Sulgen
vsgsulgen.ch

Sekundarschule Feld, Zürich
schulefeld.ch

Kreisschule Untergäu, Hägendorf, ksuntergaeu.ch

Aprentas azm Mediathek, MuttENZ, apreentas.com

Schulsozialarbeit Gurmels
osgurmels.ch

Schule Hedingen
schulehedingen.ch

Bildungszentrum Zürichsee, Horgen, bzz.ch

Mit freundlicher Unterstützung von



Kanton Zürich
Fachstelle Gleichstellung

(hab) queer
bern

habs
queer basel

Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

HAZ -
QUEER
ZÜRICH

OFFSTREAM
THE ALTERNATIVE PARTY FOR GAYS, LESBIANS & FRIENDS

Raskin Apps



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Eidgenössisches Departement des Innern EDI
Bundesamt für Sozialversicherungen BSV



Lesbenorganisation Schweiz
Organisation suisse des lesbiennes
Organizzazione svizzera delle lesbiche

#PINK
CROSS
helden

NOCH NICHT HIER AUFGEFÜHRT?
WERDE UNSER_E FREUND_IN VIA
MILCHJUGEND.CH/MIBULI

Herzlichen Dank
an unsere Milchkuhe für die
grosszügige Unterstützung:

Irin Maier und Bernd Schulze zur Verth

Unterstütz' auch du uns:
milchjugend.ch/milchkuh

mach mit!

Schreib einen Text

Komm an die offene Milchbüchchlisitzung am 30. August um 19:30 in Olten, Tannwaldstrasse 62
Oder melde dich per Mail bei redaktion@milchjugend.ch

Mach Fotos und Zeichnungen

Komm an die offene Bildredaktionssitzung am 05. Juli um 20:00 in Olten, Tannwaldstrasse 62
Oder melde dich per Mail bei redaktion@milchjugend.ch

oder komm in den Telegram Chat der Bildredaktion



Hilf beim Organisieren, Gegenlesen, Layouten....

Melde dich bei redaktion@milchjugend.ch
oder komm an eine der Text- oder Bildredaktionssitzungen und sprich es an.



Für Informationen bezüglich Barrieren/ Zugänglichkeit der Sitzungsräume melde dich bei uns.

Auf Anfrage kannst du online an den Sitzungen teilnehmen. Die Reisekosten können wir dir zurückzahlen: milchjugend.ch/spesen

DAS MILCHBÜECHLI SUCHT DICH!

Arbeitest du gerne mit Texten? Schreibst du vielleicht sogar selbst gerne queere Geschichten oder Reportagen? Bist du ein Ass in Rechtschreibung und kennst die Kommaregeln sogar im Halbschlaf? Dann brauchen wir dich beim Milchbüechli! Die Mitgestaltungsmöglichkeiten sind so vielfältig wie wir selbst: Im Korrektorat liest du Texte und korrigierst sie auf Rechtschreibung, Interpunktion und Grammatik. In der Textredaktion redigierst du Texte, gibst den Autor_innen Feedback und schreibst vielleicht hin und wieder das Editorial. Das Wichtigste aber ist: Du wirst Teil des wunderbaren, queeren Milchbüechli-Teams <3 Melde dich unter redaktion@milchjugend.ch unverbindlich, wenn du Fragen hast, mal reinschnuppern möchtest oder Lust hast, mitzuwirken!

**Ideen und Feedback:
redaktion@milchjugend.ch**