



## Hinweis

Die folgende Befragung thematisiert Diskriminierungserfahrungen. Die Beschäftigung mit diesem Thema kann belastend sein.

Bitte achten Sie gut auf sich, Ihre Kraft und Ihre Grenzen.

Sie können die Befragung jederzeit unterbrechen oder auch ohne Begründung beenden.

In einer akuten Krisensituation können Sie sich an die telefonische Seelsorge wenden:  
<https://www.telefonseelsorge.de>. Das Angebot ist über alle gängigen Kommunikationswege 24 Stunden am Tag zugänglich.

Wenn Sie einen möglichen Fall von Diskriminierung einordnen oder eine erste rechtliche Einschätzung erhalten möchten, können Sie den Diskriminierungsscheck der Antidiskriminierungsstelle des Bundes nutzen. Dort finden Sie außerdem mögliche Schritte zur Unterstützung:  
<https://www.antidiskriminierungsstelle.de/DE/wir-beraten-sie/diskriminierungs-check/diskriminierungs-check-node.html>

Für rechtliche Fragen und eine rechtliche Erstberatung steht Ihnen zusätzlich das Beratungsteam der Antidiskriminierungsstelle des Bundes zur Verfügung:  
<https://www.antidiskriminierungsstelle.de/DE/wir-beraten-sie/wir-beraten-sie-node.html>

Unterstützung und Beratung in Ihrer Nähe bieten Antidiskriminierungsberatungsstellen. Das Angebot ist kostenlos und vertraulich. Eine Stelle in Ihrer Nähe finden Sie hier:  
<https://fachstelle.antidiskriminierung.org/beratungsstellen/>