

**GEMEINSAM**

**GEGEN**

**DISKRIMINIERUNG**



**Handlungsempfehlungen gegen Diskriminierung und Anlaufstellenübersicht für Bayern**



**LASST UNS MITEINANDER SPRECHEN! DENN DISKRIMINIERUNG VERSCHWINDET NICHT, WENN WIR SCHWEIGEN.**



Ein Projekt von Füreinander in Oberfranken und der Fachstelle Demokratie und Partizipation am Bayerischen Bündnis für Toleranz



Verantwortliche:  
Fachstelle Demokratie und Partizipation am Bayerischen Bündnis für Toleranz  
Markgrafenstraße 34 • 95632 Bad Alexandersbad • fio@ebz-alexandersbad.de  
Illustration & Design Lena Wenz • www.lenawenz.de

**BERATUNGSSTELLEN**

**ÜBERKOMMUNAL BIS JANUAR 2026**  
Beratungsangebot mit merkmalsübergreifendem Beratungsansatz für alle Menschen in Bayern

M.U.T – Beratung gegen Diskriminierung - Mittel- und Unterfranken

Mobile Antidiskriminierungsberatung in Bayern (AGABY & BJR) - Oberpfalz, Niederbayern, Oberbayern, Schwaben

Füreinander in Oberfranken – Antidiskriminierungsberatung (FiO) - Oberfranken

**BERATUNGSSTELLEN MIT KOMMUNALER ZUSTÄNDIGKEIT**

Beratungsangebot nur für Menschen in den genannten Kommunen

Antidiskriminierungsstelle - Stadt Erlangen

Antidiskriminierungsstelle - Stadt Ingolstadt

Antidiskriminierungsstelle - Stadt Nürnberg

Antidiskriminierungsstelle - Stadt Würzburg

Before München - Stadt München

Kommunale und zivilgesellschaftliche Beratungsstelle - Stadt Regensburg

Zentrale Antidiskriminierungsstelle (ZADS) - Stadt Augsburg

**BERATUNGSSTELLEN MIT ANGRENZENDEM BERATUNG- UND MELDEANGEBOT**

B.U.D - Beratung- Unterstützung- Dokumentation für Betroffene rechter Gewalt - Bayernweit



**ANLAUFSTELLEN**

**FÜR BAYERN**



**ZIELGRUPPENSPEZIFISCHE & COMMUNITYBASIERTE STELLEN**  
Beratungsangebot für Betroffene der jeweiligen Community

Antidiskriminierungsberatung Verband Dt. Sinti und Roma, LV Bayern - Bayernweit

Strong! LGBTIQ Fachstelle gegen Diskriminierung und Gewalt - Bayernweit

Weact: Rassismus entgegenreten & diskriminierungsfreie Gesellschaft mitgestalten - München & Augsburg

**MELDESTELLEN**

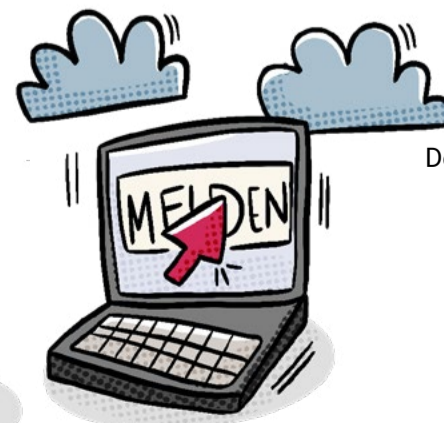
ohne Beratungsangebot

iReport (Claim - Allianz gegen Islam- und Muslimfeindlichkeit) - Bundesweit

Melde- und Informationsstelle Antiziganismus (MIA) Bayern - Bayernweit

Recherche- und Informationsstelle Antisemitismus (RIAS) Bayern - Bayernweit

Respect! Meldestelle gegen Hetze im Netz - online



Beratungsstellen Deutschlandweit finden





**ZEUG\*INNEN  
ODER ZUHÖRER\*INNEN**

- Zuhören und ernst nehmen: Lass die Person ausreden und zeige echtes Interesse. Akzeptiere die Erfahrung.
- Nicht anzweifeln oder bagatellisieren: Stelle die Diskriminierung nicht in Frage („War das wirklich so?“ oder „Das war bestimmt nicht so gemeint“ vermeiden).
- Nach Bedürfnissen fragen: „Was brauchst du jetzt? Wie kann ich dich unterstützen?“
- Solidarität zeigen: Positioniere dich klar gegen diskriminierendes Verhalten.
- Gespräch anregen: Mach das Thema sichtbar – Diskriminierung darf kein Tabu sein.



**BETROFFENE**

- Hol dir Unterstützung von Personen, denen du vertraust.
- Informiere deine\*n Vorgesetzte\*n oder die verantwortliche Person über den Vorfall.
- Wende dich an eine Antidiskriminierungsberatung und informiere dich über deine Rechte und Handlungsoptionen.
- Dokumentiere den Vorfall, wenn möglich (Zeit, Ort, Beteiligte).
- Bleib nicht allein – Diskriminierung betrifft viele, Unterstützung ist wichtig.



**INSTITUTIONEN, BETRIEBE  
& ORGANISATIONEN**

- Unabhängige AGG-Stelle einrichten und im Unternehmen bekannt machen – als sichere, professionelle Anlaufstelle für alle Mitarbeitenden.
- Regelmäßige Fortbildungen zum Thema Diskriminierung durchführen – zur Sensibilisierung und Prävention.
- Führungskräfte gezielt schulen, damit sie diskriminierungskritisch handeln, Vorfälle erkennen und professionell reagieren können.
- Klare Meldewege und Schutzkonzepte etablieren, um Betroffene zu schützen und strukturelle Diskriminierung zu verhindern.
- Kommunikation fördern: Schaffe Raum für Gespräche, Reflexion und Feedback.



**MACHT VIELFALT  
SICHTBAR UND ERLEBBAR**



**HANDLUNGS  
EMPFEHLUNGEN**

**GEGEN**

**DISKRIMINIERUNG**



**SCHÜTZT MENSCHENWÜRDE  
UND MENSCHENRECHTE**

**SICH GEGEN DISKRIMINIERUNG EINZUSETZEN FÖRDERT RESPEKT,  
GERECHTIGKEIT & GLEICHBERECHTIGUNG FÜR EIN GESTÄRKTES  
MITEINANDER**

**STÄRKT ZUSAMMENHALT UND  
VERTRAUEN IN DER GESELLSCHAFT**

**BELEBT DEMOKRATIE UND  
GEGENSEITIGE VERANTWORTUNG**

**SCHAFFT EIN KLIMA DER  
GEGENSEITIGEN WERTSCHÄTZUNG  
UND SICHERHEIT**



**EINE DISKRIMINIERUNGSFREIE KULTUR IST  
KEIN „NICE-TO-HAVE“, SONDERN DIE GRUNDLAGE FÜR  
EIN RESPEKTVOLLES UND GUTES ZUSAMMENLEBEN.**

Weiterführende Infos  
bei Diskriminierung

