



ANTIDISKRIMINIERUNGSARBEIT
MECKLENBURG-VORPOMMERN

ANTIDISKRIMINIERUNGS BERATUNG



DE

WIRST DU BENACHTEILIGT WEGEN:

- deiner ethnischen Herkunft?
- einer Behinderung oder chronischen Krankheit?
- deiner sexuellen Orientierung?
- deiner Geschlechtsidentität?
- deiner Religion?
- deines Alters?
- deines Aussehens?
- deiner Sprache?
- anderer Eigenschaften?

Wir sind für dich da!



Wir hören dir zu.



Wir stehen auf deiner Seite.



Wir informieren dich über deine Rechte und Möglichkeiten.



Wir entwickeln gemeinsam Lösungswege.



Wir helfen dir, dich gegen Diskriminierung zur Wehr zu setzen.



Wir beraten:

- ✓ vertraulich
- ✓ kostenlos
- ✓ bei Bedarf anonym
- ✓ in deiner Nähe
- ✓ möglichst barrierefrei



ARE YOU BEING DISCRIMINATED AGAINST:

- your ethnic origin?
- a disability or chronic illness?
- your sexual orientation?
- your gender identity?
- your religion?
- your age?
- your appearance?
- your language?
- some other reason?

We are here for you!



We listen to you.



We are on your side.



We inform you about your rights and options.



We develop solutions together with you.



We help you to defend yourself against discrimination.



Our advice is:

- ✓ confidential
- ✓ free of charge
- ✓ anonymous if required
- ✓ close to where you live
- ✓ as barrier-free as possible



CZY CZUJESZ SIĘ POKRZYWDZONA/Y Z POWODU:

- swojego pochodzenia etnicznego?
- niepełnosprawności lub przewlekłej choroby?
- orientacji seksualnej?
- tożsamości płciowej?
- religii?
- wieku?
- wyglądu?
- języka?
- innych cech?

Jesteśmy tu dla Ciebie!



Wysłuchamy Cię.



Jesteśmy po Twojej stronie.



Poinformujemy Cię o Twoich prawach i możliwościach.



Wspólnie znajdujemy rozwiązania.



Pomożemy Ci obronić się przed dyskryminacją.



Udzielamy porad:

- ✓ poufnie
- ✓ w najbliższej okolicy
- ✓ bezpłatnie
- ✓ możliwie bez barier
- ✓ w razie potrzeby anonimowo



- Твоє етнічне походження?
- Інвалідність чи хронічну хворобу?
- Твою сексуальну орієнтацію?
- Твою гендерну ідентичність?
- Твою релігію?
- Твій вік?
- Твій вигляд?
- Твою мову?
- Інші особливості або риси?

Ми готові тобі допомогти!



Ми тебе вислухаємо.



Ми на твоєму боці.



Ми проінформуємо тебе про твої права та можливості.



Ми знайдемо рішення разом.



Ми допоможемо тобі захиститися від дискримінації.



Ми даємо поради:

- ✓ конфіденційно
- ✓ поблизу від тебе
- ✓ безкоштовно
- ✓ у спосіб максимально адаптований до спеціальних потреб
- ✓ за необхідності анонімно



RU

ТЫ ПОДВЕРГСЯ ДИСКРИМИНАЦИИ ИЗ-ЗА:

- Своего этнического происхождения?
- Инвалидности или хронического заболевания?
- Своей сексуальной ориентации?
- Своей гендерной идентичности?
- Своей религии?
- Своего возраста?
- Своего внешнего вида?
- Языка, на котором говоришь?
- Каких-то других особенностей?

Мы к твоим услугам!



Мы готовы тебя выслушать.



Мы на твоей стороне.



Мы рассказываем о твоих правах и возможностях.



Мы вместе находим решения.



Мы помогаем тебе защититься от дискриминации.



Мы предоставляем консультации:

- ✓ конфиденциально
- ✓ бесплатно
- ✓ при необходимости анонимно
- ✓ недалеко от тебя
- ✓ максимально доступно



آیا به دلایل ذیل دچار تبعیض می‌گردید

- اصل و نسب قومی شما؟
- یک معلولیت یا بیماری مزمن؟
- گرایش جنسی شما؟
- هویت جنسیتی شما؟
- دین شما؟
- سن شما؟
- ظاهر شما؟
- زبان شما؟
- خصلت‌های دیگر؟

ما در خدمت شما هستیم!

ما به شما گوش می‌دهیم.



ما طرف شما هستیم.



ما شما را در مورد حقوق و امکانات موجود برای شما مطلع می‌نماییم.



ما مشترکاً راه حل‌هایی را شکل می‌دهیم.



ما به شما کمک می‌کنیم تا، در برابر تبعیض از خود دفاع نمایید.



مشاوره‌ی ما








- | | | | |
|---|--------------------------------|---|---------------------|
| ✓ | در نزدیکی محل سکونت شما | ✓ | محرمانه |
| ✓ | حتی‌الامکان بدون مانع می‌باشد. | ✓ | رایگان |
| | | ✓ | در صورت نیاز ناشناس |



هل تتعرض/تتعرضين للتمييز بسبب

- أصلك العرقي؟
- إعاقة أم مرض مزمن؟
- ميولك الجنسية؟
- هويتك الجنسية؟
- دينك؟
- عمرك؟
- مظهرك الخارجي؟
- لغتك؟
- خصائص أخرى؟

نحن هنا من أجلك!

- نحن نصغي إليك. 
- نحن نقف إلى جانبك. 
- نحن نعلمك بحقوقك وإمكانياتك. 
- نحن نطور معك طرق الحلول. 
- نحن نساعدك في الدفاع عن نفسك ضد التمييز. 

نحن نقدم المشورة 

- ✓ بسرية
- ✓ مجاناً
- ✓ عند الضرورة، دون الكشف عن هويتك
- ✓ بالقرب منك
- ✓ دون عوائق قدر الإمكان





ES GIBT VIELE GRÜNDE FÜR DISKRIMINIERUNG:

- Woher Du kommst.
- Ob Du eine Behinderung oder lange Krankheit hast.
- Wen Du liebst.
- Ob Du Dich als Frau oder Mann fühlst. Oder anders.
- An was Du glaubst.
- Wie alt Du bist.
- Wie Du aussiehst.
- Wie viel Geld Du hast.
- Welche Sprache Du sprichst.
- Und viele andere Dinge.



Wenn Du diskriminiert wirst sprich mit uns.



Wir zeigen was Du tun kannst.
Und wir helfen Dir.



Wir beraten Dich

- ✓ Im Geheimen
- ✓ In deiner Nähe
- ✓ Kostenlos
- ✓ Barriere-frei





ANTIDISKRIMINIERUNGSARBEIT
MECKLENBURG-VORPOMMERN

SPRICH UNS AN!

www.antidiskriminierung-mv.de



Beratung West 

 Beratung Ost

(Beratung vor Ort, wohnortsnah oder digital)

Spieltordamm 9
19055 Schwerin
+49 (385) 39 38 69 23
west@adv-mv.de

Wilhelm-Holtz-Straße 9
17489 Greifswald
+49 (157) 32 20 85 17
ost@adv-mv.de

Gefördert von:

Stand: April 2026



Antidiskriminierungsstelle
des Bundes

Ein Projekt von:

ANTIDISKRIMINIERUNGSVERBAND
Mecklenburg-Vorpommern