



*imit*

ERICOMPILC

BI+ IST VIELFÄLTIG. BI+ IST SICHTBAR.

# Bi+ ist BICONIC

Bi, pan, omni, poly, queer und viel mehr: Bi+ umfasst viele Identitäten, Lebensrealitäten und Geschichten. Und trotzdem: Bi+ Menschen werden noch immer übersehen oder mit Vorurteilen konfrontiert oder ihre Identität wird infrage gestellt.

**BICONIC** macht Bi+ Vielfalt sichtbar und schafft Raum für Erfahrungen, Perspektiven und Selbstbestimmung. Denn Bi+ zu sein, ist nicht nur eine Phase, keine Unentschlossenheit und kein „Dazwischen“.



BICONIC – Eine Bi+ Kampagne von **IWWIT**  
in Zusammenarbeit mit der Fachstelle Bi+  
von BiBerlin e.V. und in Kooperation mit  
BiPride und BiNe – Bisexuelles Netzwerk e.V.



VISIBLE BEYOND BINARIES

# **Bi+ ist ein Spektrum**



## BEGRIFFE



### **Queer**

Queer ist ein offener Sammelbegriff für Menschen, deren sexuelle Orientierung oder Geschlechtsidentität von gesellschaftlichen Normen abweicht. Queer wird auch als Selbstbezeichnung genutzt, um eine Identität außerhalb einer heterosexuellen, binären gesellschaftlichen Norm zu beschreiben oder um zu vermeiden, sich mit einem spezifischen Label zu benennen.



### **Bisexualität**

Menschen, die bisexuell sind, fühlen sich zu mehr als einem Geschlecht hingezogen. Dabei können Anziehung und Beziehungen ganz unterschiedlich aussehen.



### **Pansexualität**

Pansexuelle Menschen können sich unabhängig vom Geschlecht zu anderen Menschen hingezogen fühlen. Für sie steht oft die Person im Mittelpunkt.



## BEGRIFFE



### **Omnisexualität**

Omnisexuelle Menschen fühlen sich zu allen Geschlechtern hingezogen. Für sie spielt das Geschlecht eine Rolle, ohne dass dadurch Menschen ausgeschlossen werden.



### **Polyamorie**

Polyamorie beschreibt das einvernehmliche Führen mehrerer romantischer Beziehungen gleichzeitig – mit Offenheit und gegenseitigem Einverständnis.



### **Genderfluid**

Genderfluide Menschen erleben ihre Geschlechtsidentität als veränderlich. Sie kann sich im Laufe der Zeit oder je nach Situation verändern.



### **Kein Label oder mehrere Label**

Menschen können sich auch entscheiden, ihre sexuelle und/oder geschlechtliche Identität nicht mit einem Begriff zu definieren. Genauso können Menschen mehrere Begriffe für sich passend finden.





TONI

**„Es gibt nicht den einen Weg, Bi+ zu sein. Es gibt nicht den einen Weg, queer zu sein. Die eigene Identität ist nun mal etwas Individuelles. Du bist valide, egal wie fest deine Identität ist. Du verdienst, dass Leute dir glauben, dass du am besten weißt, wie du dich verstehst. Die Bisexualität ist immer für alle offen, die Fluidität zulassen und erkunden wollen.“**

Weiterlesen



## GESCHICHTLICHER KONTEXT



### Bi+ gab es schon immer

Bi+ Menschen gab es zu allen Zeiten. Ihre Geschichten wurden jedoch oft übersehen oder auch aktiv unsichtbar gemacht.



### Sichtbarkeit wächst

Seit den 1970er-Jahren setzt sich die Bi+ Community für mehr Sichtbarkeit und Gleichberechtigung ein. So war zum Beispiel die bisexuelle Aktivistin Brenda Howard maßgeblich am ersten Pride March 1970 – ein Jahr nach den Stonewall-Aufständen – beteiligt und gilt als „Mother of Pride“.



### Bi+ Flagge

Die Bi+ Flagge entstand 1998: **Pink**, **Lila** und **Blau** stehen für die Vielfalt von Bi+ Identitäten.



### Celebrate Bisexuality Day

Seit 1999 wird jedes Jahr am 23. September weltweit der Bi+ Visibility Day gefeiert.



### Bis heute

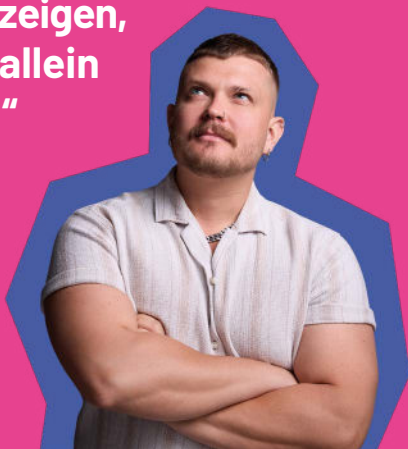
Bi+ Menschen erleben noch immer Vorurteile und werden häufig nicht ernst genommen. Mehr Sichtbarkeit und Akzeptanz hilft, Klischees abzubauen.



THILO

**„Mit 14 Jahren schnappte ich den Begriff bisexuell auf. Ich weiß leider nicht mehr woher. Da hatte ich mein Label gefunden: Ich fand es damals und finde es noch heute einfach klasse, mich selbstbewusst so zu bezeichnen. Deshalb verstehe ich seit jeher, dass Label für viele Menschen eine Befreiung bedeuten und gleichzeitig zeigen, dass man nicht allein auf der Welt ist.“**

Weiterlesen



## SAFER SEX ...



### Kondom

Kondome schützen effektiv vor HIV und senken das Risiko für Syphilis, Tripper, und andere sexuell übertragbare Infektionen. Das ist wohl die bekannteste Safer-Sex-Methode.



### Schutz durch Therapie

Wer HIV hat und erfolgreich behandelt wird (regelmäßig HIV-Medikamente einnimmt), kann das Virus nicht mehr weitergeben – das ist „U = U“ („undetectable = untransmittable“).



### PrEP

PrEP steht für Prä-Expositions-Prophylaxe – eine vorbeugende HIV-Medikation. HIV-negative Menschen nehmen HIV-Medikamente ein, um sich vor einer Ansteckung mit HIV zu schützen.

## ... & CO.



### PEP

PEP steht für Post-Expositions-Prophylaxe und ist die Notfall-„Pille danach“ gegen HIV. Wenn du ein Risiko hattest – zum Beispiel durch ein geplatzttes Kondom oder Kontakt mit HIV-positivem Blut – kann PEP eine Infektion verhindern. Aber: Sie wirkt nur, wenn du schnell handelst, am besten innerhalb von 2 Stunden, spätestens nach 48 Stunden.



### Testen

Testen auf HIV oder andere sexuell übertragbare Infektionen (STIs) ist sinnvoll, wenn du ungeschützten Sex hattest, häufig wechselnde Sexpartner\*innen hast, Symptome bemerkst oder regelmäßig Vorsorge machen willst.



FRANK

**„Wie bi bin ich? Bin ich womöglich eher poly- oder gar schon pansexuell? Unter welchem begrifflichen Schirm fühle ich mich am wohlsten? Gibt es jemals ein Zurück oder kann sich meine Sexualität noch woandershin entwickeln? Irgendwann war mir klar, dass das Geschlecht keinen Einfluss darauf hat, ob ich jemanden attraktiv finde. Yeah!“**

Weiterlesen





**ENERGY**

**BEFORE**

**LABELS**

UND JETZT DU:

# Fühl dein eigenes +



Bi+ kann sich für jede Person anders anfühlen. Es gibt kein Richtig oder Falsch und keinen Test, den du bestehen musst. Nimm dir den Raum, herauszufinden, was sich für dich gut und richtig anfühlt.

**Du willst mehr wissen? Scan den QR-Code und entdecke mehr rund um Bi+.**

1. Auflage, September 2026

Bestellnummer: 171442

(BICONIC 2026)

Texte von: Carolin Reiß, Fachstelle Bi+, BiBerlin e.V.,  
Antonio Sarcevic, Thilo Wetzel & Frank Freund

Redaktion: Chris Wörner-Gaa, Jeff Mannes,  
Jonathan Gregory, Levent Bektas & Nadin Wildt

Alle Fotos von Sven Serkis

Die Zitate stammen nicht von den abgebildeten Personen.

Grafiken & Layout: Katharina Fisch & Sophia Hein  
[www.sausbraus-design.de](http://www.sausbraus-design.de)

Druck: X-PRESS Grafik & Druck GmbH, Nunsdorfer Ring 13,  
12277 Berlin

Herausgeberin

© Deutsche Aidshilfe e.V.

Wilhelmstraße 138

D-10963 Berlin

[www.aidshilfe.de](http://www.aidshilfe.de)

[www.iwwit.de](http://www.iwwit.de)



**BiNe**  
Bisexuelles Netzwerk e.V.