



Langer Tisch 2024: Unser Fest! Our Celebration!

Seid nett zueinander / Be excellent to each other

Passt aufeinander auf / Take Care

Geht es Dir gut? Wenn du dich bedroht, belästigt oder unwohl fühlst, melde dich bei dem Rettungsdienst (112), der Polizei (110) oder dem Sicherheitspersonal.

Unser Achtsamkeitsteam trägt Westen in Lila und ist jederzeit ansprechbar. Es bietet direkte Hilfe und steht allen Besucher*innen und Mitarbeiter*innen zur Verfügung.

Nur ein klares Ja, heißt Ja! / Only a clear yes means yes!

Wir setzen auf gegenseitigen Respekt und gegenseitiges Einverständnis. Achte darauf, ob dein Gegenüber mit dir sprechen möchte und akzeptiere die Entscheidung.

Ein Rückzugs- oder Ruheort benötigt? / Do you need a safer space?

Wenn du dich bedroht oder belästigt fühlst: Wende dich an die Polizei, Feuerwehr, Rettungsdienste, Security oder das Achtsamkeitsteam. Im Rückzugsort findest du einen sicheren Platz. Hier kannst du durchatmen und bekommst Unterstützung.

Wir reagieren auf vielfältige Ansprache: Hilfe, Notruf, Notfall, Rettung, Luisa ist hier, Wo geht's nach Panama, Mayday, Code red, SOS, Signal for Help.

***Looking out for each other is the key. If you need assistance or a safe space to take a break, our Awareness Team (denoted by their purple vests) is here to help. Remember: only yes means yes.**

Seid freundlich und respektvoll zueinander / Be kind and respect each other



Wir wünschen uns einen respektvollen Umgang miteinander

Wir alle gestalten als Besucher*innen und Mitarbeiter*innen des Langen Tisches dieses Fest, bei dem sich alle willkommen und respektiert fühlen sollen. Hierfür haben wir Regeln aufgestellt:

ACHTSAMKEIT

Pass auf dich und andere auf. Alle sollen sich wohlfühlen und gemeinsam eine schöne Zeit erleben. Respektiere deine eigenen Grenzen und die der anderen. Hilf, aber bring dich nicht in Gefahr.

ALKOHOL- UND DROGENKONSUM

Bitte sei dir der Wirkung von Alkohol und weiteren Drogen bewusst. Achte auf dich und deine Mitmenschen. Konsumiere keine Substanzen in der Gegenwart von Kindern, auch wenn der Konsum legal ist (z.B. Cannabis, Alkohol). Lass dein Getränk nicht unbeobachtet.

KEINE GEWALT

Wir tolerieren keinerlei Form von Gewalt, weder verbaler noch körperlicher Art. Dies umfasst auch unerwünschtes Starren, unerwünschte und vermeintlich unbeabsichtigte Berührungen, sonstige Belästigungen oder Beleidigungen.

NACHHALTIGKEIT

Wir lieben unsere Stadt und die Umwelt. Entsorge deinen Abfall nur in Mülleimern.

Das Achtsamkeitsteam (in lila Westen) unterstützt dich neben Polizei und Rettungsdiensten, wenn es dir nicht gut geht! Sprich uns jederzeit an: Das Achtsamkeitsteam wird während des gesamten Langen Tisches eingesetzt, um auf das Wohlbefinden der Gäste zu achten. Dafür sind wir zwischen dem Berufskolleg am Haspel und dem Alten Markt präsent und stehen allen Besucher*innen und Mitarbeiter*innen zur Verfügung.



Wir wünschen uns einen respektvollen Umgang miteinander

Wir alle gestalten als Besucher*innen und Mitarbeiter*innen des Langen Tisches dieses Fest, bei dem sich alle willkommen und respektiert fühlen sollen. Hierfür haben wir Regeln aufgestellt:

MENSCHLICHE VIELFALT

Respektiere die Geschlechtsidentität und sexuelle Orientierung anderer. Zeige Respekt gegenüber anderen Sprachen oder kulturellen sowie religiösen Symbolen. Verwende keine abwertenden oder diskriminierenden Bemerkungen gegenüber Menschen mit Behinderungen oder Beeinträchtigungen.

GRENZEN

Nein heißt Nein und nur ein klares Ja heißt Ja! Achte darauf, dass es eine klare Zustimmung zu allem gibt, was du tust.

PERSPEKTIVE DER BETROFFENEN

Jeder Mensch entscheidet über seine Grenzen selbst. Wir nehmen jede Erfahrung ernst, hinterfragen diese nicht und zeigen Solidarität.

FOTOGRAFIEREN

Du darfst gern Fotos für private Zwecke machen. Achte allerdings darauf, dass andere Menschen nicht auf dem Foto erkennbar sind. Frage unbedingt vorher nach, ob es für sie in Ordnung ist, wenn sie erkennbar sind. Respektiere dabei die Privatsphäre und Grenzen anderer.

Das Achtsamkeitsteam (in lila Westen) unterstützt dich neben Polizei und Rettungsdiensten, wenn es dir nicht gut geht! Sprich uns jederzeit an: Das Achtsamkeitsteam wird während des gesamten Langen Tisches eingesetzt, um auf das Wohlbefinden der Gäste zu achten. Dafür sind wir zwischen dem Berufskolleg am Haspel und dem Alten Markt präsent und stehen allen Besucher*innen und Mitarbeiter*innen zur Verfügung.