



*Play friendly.  
Play proud.*

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



*out-sport.eu*

**SEI  
UNA/UN  
ATLETA  
LGBTI?**

*Allie ha un po' di ottimi consigli  
arcobaleno per farti allenare e  
giocare con orgoglio e in tutta  
tranquillità.*

# RAINBOW TIPS 4 LGBT ATHLETES

scopri di più su [out-sport.eu](http://out-sport.eu)

1

*FARE COMING OUT È SEMPRE UN TUO DIRITTO, NELLA VITA COME NELLO SPORT.*

*EVITA DI FARE BATTUTE OMOFOBE O SESSISTE PER SEMBRARE "COME IL RESTO DELLA SQUADRA"*

2

3

*A CHI METTE IN DUBBIO LE TUE POSSIBILITÀ COME ATLETA, RICORDA QUANTE CAMPIONESSE E CAMPIONI LGBTI ESISTONO AL MONDO. QUANDO SERVE, METTI IN CAMPO UN PO' DI PUÒ VINCERE OGNI IMBARAZZO.*

*QUANDO SERVE, METTI IN CAMPO UN PO' DI SANA IRONIA. PUÒ VINCERE OGNI IMBARAZZO.*

4



*Play friendly.  
Play proud.*

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



*out-sport.eu*

**ALLENI  
UNA  
SQUADRA?**

*Allie ha un po' di ottimi consigli  
arcobaleno per farti allenare e  
giocare con orgoglio e in tutta  
tranquillità.*

# RAINBOW TIPS 4 LGBT TRAINERS

scopri di più su [out-sport.eu](http://out-sport.eu)

1

*NON DIRE MAI "GIOCHI COME UNA DONNA".  
NEANCHE A UNA DONNA.*

2

*EVITA DI FARE BATTUTE OMOFOBE O SESSISTE PER  
SEMBRARE "COME IL RESTO DELLA SQUADRA"*

3

*RICORDA CHE L'OMOFOBIA E IL SESSISMO NON  
SONO MAI "SOLO UNA BATTUTA".*

4

*NON CONSIGLIARE MAI A UN'ALLIEVA O A UN  
ALLIEVO DI NASCONDERSI (A MENO CHE NON STIA  
GIOCANDO A NASCONDINO!)*



*Play friendly.  
Play proud.*

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



*out-sport.eu*

**GIOCHI  
IN UNA  
SQUADRA?**

*Allie ha un po' di ottimi consigli  
arcobaleno per farti allenare e  
giocare con orgoglio e in tutta  
tranquillità.*

# RAINBOW TIPS 4 LGBT TEAMS

scopri di più su [out-sport.eu](http://out-sport.eu)

1

*EVITA OGNI INSULTO OMOFOBO O SESSISTA:  
FALLO PER TE. BATTI I TUOI PREGIUDIZI.*

2

*SE FARE SPORT CON UNA PERSONA LGBTI TI FA  
STRANO, NON FAR VINCERE L'IMBARAZZO.  
LAVORACI SU. CERCA UN DIALOGO.*

3

*SE UNA PERSONA LGBTI VUOLE SCHERZARE  
O NO SUL TEMA, NON LO DECIDI TU.*

4

*DI FRONTE A UN ATTACCO OMOFOBO O SESSISTA,  
NON RESTARE A GUARDARE.*