

## Abendprogramm 1998

April

|        |   |
|--------|---|
| 03.04. | <b>Weibliche Bewegung und Bewegungstraining</b><br><br>Übungen: Wie bewegt sich eine Frau? Wie geht sie? Wie steht sie? Wie sitzt sie?<br><br>mit Monika (Ballettlehrerin) / Moderation: Marion                                     |
| 10.04. | <b>Karfreitag: kein Treffen im Raum 310</b>   |
| 17.04. | <b>Mobbing am Arbeitsplatz</b><br><br>Wie verhindere ich Mobbing? Wie kann ich mich wehren? Wie erkenne ich, daß sich Mobbing anbahnt?<br><br>Infos und Moderation: Alexandra   |
| 24.04. | <b>Transsexualität im/und Ausland, Erlebnisse und Erfahrungen.</b><br><br>Welche Probleme gibt es für Transidenten im europäischen Ausland? Welche europäischen Städte sind für Transidenten interessant?<br><br>Moderation: Marion |

Mai

|        |  |
|--------|--|
| 01.05. | <b>Maifeiertag: kein Treffen im Raum 310</b>   |
| 08.05. | <b>Transsexualität und Religion</b> Diskussion und Erfahrungsaustausch<br><br>Läßt sich Transsexualität und Religion vereinbaren? Verurteilt die Bibel Transsexualität? Wie sind entsprechende Texte zu interpretieren? Wie können sich Betroffene bei religiöser Verurteilung verhalten?<br><br>Erwartet werden Betroffene und Fachleute.<br><br>Moderation: Sophie   |
| 15.05. | <b>Die Operation und die Situation nach der Operation (MzF)</b> (nicht für die Öffentlichkeit)<br><br>Vor der OP: Kommt für mich eine Operation in Frage ? Welche Erwartungen verknüpfe ich mit der Operation und wo sind die Grenzen des Möglichen ? Wie soll man mit Berichten von Mitbetroffenen umgehen ? Wie kann ich sicher sein, für sich den richtigen Operateur zu finden ? Welche Pflege ist nach der OP nötig.<br><br>Nach der OP: Was ändert sich nach der OP? Wie sehe ich mein Leben langfristig (nach 10 Jahren usw.)?<br><br>Betroffene berichten über ihre Erfahrungen; |

|        |  |
|--------|--|
|        | Diskussion und Infos; Moderation: Sabrina  |
| 22.05. | <p><b>Informationsabend für Menschen am Beginn</b></p> <p>Wie erkenne ich meinen Weg im Rahmen meiner Möglichkeiten? Wie vermeide ich es, andere zu kopieren? Wie vermeide ich generelle Fehler?</p> <p>Moderation: Helma</p>                            |
| 29.05. | <p><b>Die Bedeutung der OP unter verschiedenen sozialen Bedingungen</b></p> <p>Hat die soziale Situation oder die Geschlechtsorientierung Einfluß auf die Entscheidung zur geschlechtsangleichenden OP?</p> <p>Info und Diskussion Moderation: Dario</p> |

## Juni

|        |   |
|--------|---|
| 05.06  | <p><b>Barthaarentfernung mit LPIR</b></p> <p>Vorstellung der LPIR - Methode. Gast: Leiter des Enthaarungsstudios Hairless aus Erkelenz. Themen: Was ist LPIR? Wodurch unterscheidet es sich von anderen Methoden? Wie wirkt LPIR? Wie wird behandelt?</p> <p>Moderation: Sophie</p>   |
| 12.06. | <p><b>Selbstwahrnehmung</b></p> <p>Wie nehmen mich andere wahr? Wie glaube ich, daß andere mich sehen bzw. empfinden? Wie nehme ich meine Umwelt wahr?</p> <p>Übungen und Diskussion Moderation: Helma</p>  |
| 19.06. | <p><b>Weibliches Sprechen</b></p> <p>Übungen zur Sprachmelodie; Atemtechnik des weiblichen Sprechens</p> <p>Wie wird mein Sprechen von anderen wahrgenommen?</p> <p>Leitung und Moderation: Marion</p>  |
| 26.06. | <p><b>Coming Out – Wie?</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wie bereite ich ein Coming Out vor?</li> <li>• Wie empfinden die Angesprochenen das Coming Out?</li> <li>• Wie verhalte ich mich bei einem unfreiwilligen Coming Out?</li> </ul> <p>Infos, Diskussion, Erfahrungsaustausch</p> <p>Moderation: Sophie</p> |

## Juli

|        |  |
|--------|--|
| 03.07. | <b>Schminkkurs Übungen und Gespräch (öffentlich)</b><br>Grundlagen und Demonstration von Schminktechniken<br>Moderation: Andrea  |
| 10.07. | <b>gegengeschlechtliche Hormonbehandlung</b> (nur für ernsthaft Interessierte)<br>Grundlagen, Wirkungen und Nebenwirkungen - <u>Konzepteinsicht</u><br>Moderation: Claudia (Vortrag und Diskussion)  |
| 17.07. | <b>Sexuelle Phantasien</b> Diskussion, Aussprache (nur für Betroffene)<br>Wagen wir es, über unsere Vorstellungen zu sprechen? Was wünschen wir uns? Ist dazu eine OP notwendig?<br>Moderation: Airin  |
| 24.07. | <b>FzM und ihr Verhältnis zu "biologischen" Männern</b> Diskussion, Erfahrungsaustausch (öffentlich, jedoch in erster Linie für FzM)<br>Wie gehen Männer, die als solche geboren und sozialisiert wurden, mit Männern um, die als Mädchen geboren wurden und evtl. eine weibliche Sozialisation erlebt haben? Wo gibt es Konflikte? Wie kann damit umgegangen werden? Wer hatte gute Erfahrungen?<br>Moderation: Dario |
| 31.07. | <b>Rechtliche und kassenspezifische Abläufe</b> Info und Diskussion (öffentlich)<br>Wie beginne ich meinen Weg? Welche Fehler muß ich vermeiden?<br>Moderation: Helma  |

## August

|        |  |
|--------|--|
| 07.08. | <b>Abend für Transvestiten und Fetischisten</b> ( jede/r, die/der Lust hat )<br>Jeder, der Spaß am Verkleiden und an der Selbstdarstellung hat, ist eingeladen. Wir sprechen über unsere Beweggründe und über Möglichkeiten, unsere Bedürfnisse auszuleben.<br>Moderation: Marion                                    |
| 14.08. | <b>Betroffene und ihre Partner</b> Erfahrungsaustausch und Diskussion (Betroffene und Partner und Eltern von Betroffenen)<br>Welche Probleme treten zwischen Partner auf, von denen ein Teil betroffen ist? Muß die Situation in einer Krise enden? Muß die Partnerschaft zerbrechen? Wenn ja, was waren die Gründe? |

|        |  |
|--------|--|
|        | Moderation: Sophie   |
| 21.08. | <p><b>Körpersprache im Alltag Gespräch und Übungen</b> (öffentlich)</p> <p>Was verraten unsere Körperhaltung und unsere Bewegungen über uns und andere? Wie können wir lernen, sie bewußt einzusetzen?</p> <p>Moderation: Sophie</p> |
| 28.08. | <p><b>Begriffsklärung</b> Diskussion (öffentlich)</p> <p>Transsexualität, Transidentität, Transvestitismus, Transsexuellismus, Fetischismus, .....</p> <p>Moderation: Sophie, Marion, Dario</p>                                      |

## September

|        |  |
|--------|--|
| 04.09. | <p><b>Bewegungstraining mit Videoaufzeichnung</b> Diskussion, Übungen (jeder, der mitmacht, kann kommen)</p> <p>Erkennt man an den Bewegungsabläufen das Geburtsgeschlecht? Was ist typisch? Was kann wie verändert werden? Mit Hilfe einer Videoanlage kann man seine Fehler selbst begutachten.</p> <p>Moderation: Marion</p>          |
| 11.09. | <p><b>Weiblichen Transvestitismus - gibt es ihn?</b> Diskussion (öffentlich)</p> <p>Männer in Frauenkleidung fallen auf. Aber gibt es auch Frauen, deren Ziel nicht die Geschlechtsanpassung ist, sondern nur der männliche Habitus und die männliche Kleidung?</p> <p>Moderation: Dario</p>   |
| 18.09. | <p><b>Wir stehen am Anfang</b> Infos, Diskussion, Erfahrungsaustausch (Betroffene)</p> <p>"Ich habe mich entschlossen, zu meiner Transidentität zu stehen." "Bin ich alleine auf der Welt mit meinem Problem?" (natürlich nicht). Diese Gedanken werden besprochen. Wie kann ich mit Selbstzweifel umgehen?</p> <p>Moderation: Helma</p> |
| 25.09. | <p><b>Typberatung</b> Infos und Diskussion (öffentlich)</p> <p>Kleide ich mich so, wie es meinem Typ entspricht? Welche Körpereigenschaften können betont werden, welche Körperteile sollten besser kaschiert werden?</p> <p>Moderation: Marion</p>  |

## Oktober

|        |   |
|--------|---|
| 02.10. | <b>Wege aus dem Chaos</b> Tipps und Diskussion (öffentlich) |
|--------|---|

|        |   |
|--------|---|
|        | <p>Viele Betroffene haben das Problem, daß in ihr Leben Desorganisation Einzug gehalten hat. Dies äußert sich z.B. in sachlicher und terminlicher Unordnung, im Chaos im Haushalt, in der täglichen Arbeit oder in zwischenmenschlichen Beziehungen. Der Abend gibt Anregungen und zeigt Wege auf, wie die Situation erfolgreich verändert werden kann. Gast: Ulrike, anonyme Messies, Köln</p> <p>Moderation: Sophie</p> |
| 09.10. | <p><b>Erfahrungsaustausch unter Betroffenen (MzF)</b></p> <p>Kein Thema vorgegeben</p> <p>Moderation: Alexandra</p>   |
| 16.10. | <p><b>Transidenten stellen sich der Öffentlichkeit</b> Erfahrungsberichte (öffentlich)</p> <p>Eingeladen sind einerseits Transidenten, die die Öffentlichkeit nicht scheuen und bereit sind, aus ihrem Leben zu erzählen und andererseits alle, die ihre Berührungängste abbauen möchten oder das Leben von Transidenten kennenlernen möchten (keine Presse)</p> <p>Moderation: Sophie</p>                                |
| 23.10. | <p><b>Erfahrungsaustausch unter Betroffenen (Betroffene)</b></p> <p>Themen: Hormone, Haarentfernung. Wir wollen unsere eigenen Erfahrungen diskutieren, um die unterschiedlichen Erfolge kennenzulernen.</p> <p>Moderation: Marion</p>  |
| 30.10. | <p><b>Unsere Gruppe</b> Info und Diskussion (öffentlich)</p> <p>Jeder, der Interesse an der Gruppe hat, sollte anwesend sein. Wir wollen die letzten Monate analysieren und uns Gedanken über die Zukunft machen.</p> <p>Moderation: Alexandra</p>  |

## November

|        |  |
|--------|--|
| 06.11. | <p><b>Moderatorentaining</b> Info und Diskussion (öffentlich)</p> <p>Jede/ Jeder, der Interesse am Moderieren einer Gruppe hat, ist eingeladen. Welche Fehler sollten vermieden werden? Welche gruppenspezifischen Vorgänge müssen beachtet werden? Dieser Themenabend wird nur einmal pro Jahr angeboten.</p> <p>Moderation: Marion</p> |
| 13.11. | <p><b>Flohmarkt</b> (öffentlich)</p> <p>Wer hat Kleidung und sonstige Utensilien aus dem früheren oder jetzigen Leben, die er kostenlos oder zu Flohmarktpreisen weggeben möchte? Wer hat Lust am Tauschen oder</p>  |

|        |  |
|--------|--|
|        | <p>möchte seine Garderobe erweitern? Alle sind eingeladen. Den üblichen Beitrag zahlen nur diejenigen, die Sachen mitbringen. Bitte spätestens bis zum 1. November anmelden, damit der zur Verfügung stehende Platz eingeteilt werden kann.</p> <p>Organisation: Sophie</p>  |
| 20.11. | <p><b>Erfahrungsaustausch unter Betroffenen (FzM)</b></p> <p>Kein Thema vorgegeben</p> <p>Moderation: Dario</p>  |
| 27.11. | <p><b>Betroffene und ihre Partner</b> Erfahrungsaustausch und Diskussion (Betroffene und Partner und Eltern von Betroffenen)</p> <p>Welche Probleme treten zwischen Partner auf, von denen ein Teil betroffen ist? Muß die Situation in einer Krise enden? Muß die Partnerschaft zerbrechen? Wenn ja, was waren die Gründe?</p> <p>Moderation: Dario</p> |

## Dezember

|        |  |
|--------|--|
| 04.12. | <p><b>Wir stehen am Anfang</b> Infos, Diskussion, Erfahrungsaustausch (Betroffene)</p> <p>Alle, die Informationen zum Umgang mit Ärzten, Psychologen, Krankenkassen und sich selbst wünschen, sind eingeladen.</p> <p>Moderation: Helma</p>          |
| 11.12. | <p><b>Transsexualität im Arbeitsleben</b> Infos und Diskussion (öffentlich)</p> <p>Wie kommt man in die Situation des Mobbing? Welche Rechte hat der Betroffene? Wie outet man sich am besten am Arbeitsplatz?</p> <p>Moderation: Alexandra</p>      |
| 18.12. | <p><b>OP - Verfahren nach da Verio</b> Infos, Diskussion, Erfahrungsaustausch (FzM)</p> <p>Vorgeführt wird ein Video, das die wesentliche Abläufe der geschlechtsangleichen OP bei Frau zu Mann - Transsexuellen zeigt.</p> <p>Moderation: Dario</p> |
| 25.12. | <p><b>Kein Treffen</b></p>   |