

## Abendprogramm 2002

Januar

04.01.	<b>Erfahrungsaustausch unter Betroffenen</b>  Kein Thema vorgegeben  Moderation: Airin
11.01.	<b>Über die Hintergründe der aktuellen Weltpolitik - und was sie mit uns zu tun haben</b> Vortrag mit anschließender Diskussion  Ein unkonventioneller Blick auf die Machtverhältnisse in unserer Welt, wie sie Einfluß auf unser innerstes Empfinden nehmen und wie ihnen die Spaltung der Menschen in Männer und Frauen dient.  Moderation: Airin
18.01.	<b>Atemarbeit</b> Vortrag mit Übungen  Wie man durch Atmen auf natürliche Weise einen besseren Bezug zu sich selbst, seinem Körper und seinen Gefühlen bekommen kann. Mit praktischer Demonstration und kleinen, gemeinsamen Übungen.  Moderation: Airin
25.01.	<b>Transsexualität und Spiritualität</b> Vortrag mit anschließender Diskussion  Über die grundsätzliche Erfahrung, von der die Religionen berichten, und wie sich Transsexualität aus dieser Perspektive darstellt. Mit etwas Glück haben wir an diesem Abend eine Frau zu Gast, die auf ganz besondere Weise verwirklicht hat, was ein Mensch durch geistige Entwicklung erreichen kann.  Moderation: Airin

Februar

01.02.	<b>Erfahrungsaustausch unter Betroffenen</b>  Kein Thema vorgegeben  Ohne Moderation
08.02.	<b>Kinder in TS Familien</b> Erfahrungsbericht mit gleichzeitiger Diskussion  Wie gehen Kinder mit dem Thema TS in der eigenen Familie um? Constanze lebt heute in einer Familie mit zwei Müttern und wird uns erzählen, wie der Alltag der Kinder durch den Wechsel beeinflusst wurde.  Moderation: Constanze
15.02.	<b>Betroffene und Partner</b> Erfahrungsaustausch

	<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? Zum anderen gibt es Verbindungen, die erst in der neuen Geschlechtsrolle entstanden sind. Wie sind die Erfahrungen? Ein Abend für Betroffene, deren Partner und Angehörige.</p> <p>Moderation: Monika</p>
22.02.	<p><b>Das erste Mal in der neuen Rolle</b> Erfahrungsaustausch, Berichte</p> <p>Wer kann sich wohl nicht mehr an die ersten Male seines öffentlichen Auftritts erinnern? Wohl jeder! Wir werden uns heute die Geschichten in die Erinnerung zurückrufen.</p> <p>Moderation: Dinah</p>

März

01.03.	<p><b>ACHTUNG: Muß leider ausfallen!</b></p>
08.03.	<p><b>TI stellen sich vor</b> Erfahrungsbericht mit gleichzeitiger Diskussion</p> <p>Heute: Claudia erzählt aus ihrem Leben. Ihr Leben legt die Frage nahe, wie weit die Suche nach Bestätigung als Frau sinnvoll ist. Falls Zeit verbleibt, unterhalten wir uns über aktuelle bzw. akute Themen.</p> <p>Moderation: Claudia / Sophie</p> <p>Nach dem Gruppenabend: Miniflohmarkt</p>
15.03.	<p><b>Coming Out, einmal anders</b> Erfahrungsaustausch</p> <p>Nach einiger Zeit des Weges ist man oft soweit, daß die Mitmenschen schon sehr genau hinsehen müssen, um die Vergangenheit ablesen zu können. Dann taucht ein Coming Out - Problem der anderen Art auf: wann sage ich es und wann sage ich es nicht?</p> <p>Moderation: Sophie</p>
22.03.	<p><b>Lebensplanung, Mini-Seminar</b> Seminar</p> <p>Ein erfülltes und glückliches Leben trotz Probleme - wer wünscht sich das nicht? Soweit dies in zwei Stunden möglich ist, sollen anhand einiger Leitsätze Denkanstöße vermittelt werden.</p> <p>Moderation: Sophie</p>
29.03.	<p><b>Nadelepilation</b> Erfahrungsaustausch und Demonstration</p> <p>Zur Entfernung der lästigen Gesichtsbehaarung kommt kaum jemand an der Nadelepilation vorbei. Petra Manco bietet heute die Möglichkeit, diese Methode am eigenen Gesicht kennen zu lernen. Sie arbeitet bereits seit vielen Jahren als Kosmetikerin und Elektrologistin</p>

und verfügt über Erfahrung insbesondere in der Zusammenarbeit mit Transidenten.

Moderation: Petra Manco / Sophie

## April

05.04. **Erfahrungsaustausch unter Betroffenen** (nur für Transidenten)

Kein Thema vorgegeben, mit anschließendem Miniflohmarkt

Gleichzeitig: Treff der Partnerinnen im Bistro.

Moderation: Sophie

12.04. **Videoabend** Videovorführung mit Möglichkeit zur Diskussion

Heute steht u.a. zur Auswahl:

- Die letzte Sendung Mona
- Lisa zum Thema Transidentität
- Eine Talkshow aus dem Jahre 1992

Moderation: Sophie

19.04. **Theorien zu männlich/weiblich** Vortrag und Diskussion

"Warum Männer nicht zuhören und Frauen nicht einparken können" Vorstellung und Diskussion zum neuerschienenen Buch

Moderation: Sophie

26.04. **Geschichte der TS** 1 Std. Vortrag, danach Diskussion

Zur Geschichte der Transsexualität und der Androgynen:

Die Faszination für das nur scheinbare Niemandsland zwischen Mann und Frau ist so alt wie die menschliche Kultur. Seit der Antike berichten zahlreiche Mythen von Göttern und Menschen, die zweigeschlechtlich sind, ihr Geschlecht wechseln oder zeitweise in die Rolle des anderen Geschlechts schlüpfen und oft eine bedeutende Funktion in der jeweiligen Gesellschaft innehatten.

Moderation: Airin

## Mai

03.05. **Einander kennenlernen**

Heute haben wir die Möglichkeit, in Ruhe persönliche Gespräche zu führen, mit anschließendem Miniflohmarkt.

Gleichzeitig: Treff der Partnerinnen im Bistro.

	Ohne Moderation
10.05.	<p><b>Wirkungsweise von Hormonen</b> Vortrag mit Präsentation&lt;</p> <p>Östrogene und andere weibliche Hormone gibt es in vielen Variationen. Wie wirken unsere und gegengeschlechtliche Hormone auf den Körper? Mit welchen unerwünschten Nebenwirkungen ist bei der Verabreichung zu rechnen? Krankheiten, die die Therapie beeinflussen können. Monika hat viele Informationen zum Thema zusammengetragen.</p> <p>Moderation: Monika</p>
17.05.	<p><b>Dosierung von Hormonen</b> Diskussion</p> <p>Dosierung, was kann erreicht werden? Welche Veränderungen sind zu erwarten, was ist realistisch? Welche Rolle spielen Genetik und Alter? Wie verarbeite ich Enttäuschungen, wenn sich die gewünschten Änderungen nicht einstellen. Außerdem wollen wir uns über unsere eigenen Erfahrungen unterhalten.</p> <p>Moderation: Monika</p>
24.05.	<p><b>Unsere Gruppe</b> Diskussion</p> <p>Welche neuen Projekte gibt es in der Gruppe? Welche Ideen liegen an? Gibt es Themen, die wir künftig einbeziehen sollen. Heute besteht die Möglichkeit, über alles zu sprechen, was die Kultur und Organisation von TXKoeln angeht.</p> <p>Moderation: Monika</p>
31.05.	<p><b>Die OP</b> (nur für Transidenten)</p> <p>Vortrag mit Präsentation, Diskussion und Erfahrungsaustausch Erfahrungsaustausch und Infos Betroffene berichten über ihre eigenen Erfahrungen. Welche OP - Methoden gibt es? Was ist möglich? Welche Komplikationen gibt es? Wie gehe ich vor, wenn ich eine OP anstrebe?</p> <p>Moderation: Monika</p>

## Juni

07.06.	<p><b>Erfahrungsaustausch unter Betroffenen</b></p> <p>Kein Thema vorgegeben, mit anschließendem Miniflohmarkt.</p> <p>Gleichzeitig: Treff der Partnerinnen im Bistro.</p> <p>Moderation: Russell</p>
14.06.	<p><b>Schminken für Anfängerinnen</b> Demonstation</p> <p>Grundlagen des Schminkens: Abdeckschminken, Konturen, die Wirkung Licht und Schatten im Gesicht.</p>

	Moderation: Melanie
21.06.	<b>Schminken für Fortgeschritte</b> Demonstration Dekorative Kosmetik: Augen und Lippen, Typberatung. Moderation: Melanie
28.06.	<b>Sommerfete</b> Für Snacks ist gesorgt. Getränke bitte selbst mitbringen. (Heute kein Kostenbeitrag.) Organisation: Dinah

## Juli

05.07.	<b>Erfahrungsaustausch unter Betroffenen</b> Kein Thema vorgegeben, mit anschließendem Miniflohmarkt Gleichzeitig: Treff der Partnerinnen in Raum 309. Moderation: Marcus / Sophie
12.07.	<b>Kinder in TS - Familien</b> Referat, Infos und Diskussion Wie reagieren Kinder, wenn sie plötzlich zwei Mütter oder zwei Väter haben? Wann und wie erzählt man es seinen Kindern. Welche Reaktionen sind zu erwarten. Wie haben Betroffene das Coming Out bei ihren Kindern vorbereitet und durchgeführt?. Wir wollen uns heute mit diesen Fragen beschäftigen, unterstützt durch durch Statistiken, Websites und Büchern. Moderation: Anna
19.07.	<b>Betroffene am Beginn</b> Vortrag und Diskussion Dieser Abend ist Betroffenen gewidmet, die den Weg in den Dschungel der Therapeuten, Gerichte und Krankenkassen beschreiten wollen. Vieles gilt es zu beachten und vieles wird oft verwechselt. Wir wollen heute besprechen, was zu welchem Zweck notwendig ist. Moderation: Monika
26.07.	<b>Logopädie, Stimmbeeinflussung</b> Infos und Übungen Ein schwer zu lösendes Problem ist besonders für MzF-TI die verräterische Stimme. Ist es erreichbar, am Telefon mit dem Wunschgeschlecht identifiziert zu werden? Muß man seine Stimme vergewaltigen? Worauf kommt es bei der Verweiblichung der Stimme wirklich an? Zu diesem Thema wird uns Frau Dr. Kneip, Diplom Logopädin, informieren. Moderation: Frau Dr. Kneip / Monika

## August

02.08.	<b>Einander kennenlernen</b>  Heute haben wir die Möglichkeit, in Ruhe persönliche Gespräche zu führen, mit anschließendem Miniflohmarkt. gleichzeitig: Treff der Partnerinnen in Raum 309.  Ohne Moderation
09.08.	<b>Ursachen des Crossdressing</b> Vortrag mit Diskussion  Von außen betrachtet scheint es so zu sein, dass alle Transidenten durch die gleichen Motivationen zu ihrem Rollenwechsel getrieben werden. Dass dies nicht der Fall ist, kann am besten jemand beurteilen, der seit langer Zeit Umgang mit Betroffenen hat - sei es im privaten Umfeld oder durch eine umfangreiche Beratungsarbeit. Das Erkennen unterschiedlicher Motivationen öffnet unterschiedliche Wege zur inneren Ausgeglichenheit. Katrin Alter wird uns zeigen, welche unterschiedlichen Motivationen Sie bei den von ihr beratenen Personen kennengelernt hat.  Moderation: Katrin
16.08.	<b>Die wunden Punkte</b> Mini - Seminar  "Meine Stimme ist zu tief. Meine Haare sind zu dünn. Alle Leute sehen mich an" Jeder Tag im Leben wird zur Qual, wenn man so wenig von sich hält. Hier liegt unser eigentlicher wunden Punkt. Allzu leicht lassen wir unsere Umgebung bestimmen, was für uns gut und richtig ist. Mit Hilfe gemeinsamer Erfahrungen wollen wir den Kern der Probleme entdecken.  Moderation: Sophie
23.08.	<b>Coming Out</b> Diskussion, Erfahrungsaustausch  Wie und wann sag ichs meinen Freunden und der Familie / Partner? Soll ich mich in meiner Arbeitsstelle outen? Welche Folgen kann das haben? Jeder von uns ist mit diesem Thema konfrontiert! Wir wollen an diesem Abend Erfahrungen austauschen aber auch Hinweise, Tipps und Ratschläge geben.  Moderation: Nikita
30.08.	<b>Kleidung und Verhalten</b> Diskussion, Erfahrungsaustausch  Ohne Hilfestellung ist es kaum möglich, das typisch weibliche Verhalten und all die Erfahrungen (z.B. über Kleidung und Schminken), die Frauen im Laufe ihres Lebens sammeln, als Mann nachzuholen. Wir wollen an diesem Abend Erfahrungen und Ratschläge austauschen, aber auch Fragen zu diesem Thema beantworten.  Moderation: Nikita

## September

06.09.	<b>Erfahrungsaustausch unter Betroffenen</b>
--------	--

	<p>Kein Thema vorgegeben, mit anschließendem Miniflohmarkt</p> <p>Gleichzeitig: Treff der Partnerinnen in Raum 309.</p> <p>Moderation: Sophie</p>
13.09.	<p><b>Videoabend</b> Videovorführung mit Möglichkeit zur Diskussion</p> <p>Wünsche für den heutigen Abend werden rechtzeitig von Sophie entgegen genommen. Es stehen wieder diverse Dokumentationen und Spielfilme zur Verfügung. Am Abend selbst wird dann wie üblich demokratisch abgestimmt.</p> <p>Moderation: Sophie</p>
20.09.	<p><b>TI stellen sich vor</b> Bericht, Interview, Diskussion</p> <p>Betroffene, die die SHGs besuchen, befinden sich meistens im Umbruch. Wie sieht das Leben nach dem Wechsel aus? Wie sind die Umstellungen zu verkraften? Die Erfahrungen von Betroffenen, die diesen Schritt schon geraume Zeit hinter sich haben, können uns eine Perspektive für die Zukunft geben. Heute wird uns Katrin Alter an ihren Erfahrungen teilhaben lassen.</p> <p>Moderation: Katrin</p>
27.09.	<p><b>LightSheer: Laserepilation</b> Vorführung</p> <p>Entfernung dunkler Harre durch Laser: Der bisher wirksamste Diodenlaser, der Light Sheer wird heute von H.Trenk (<a href="http://www.beauty-laser.de">www.beauty-laser.de</a>) vorgeführt. Er bietet jedem eine kurze Probebehandlung an. So kann jeder erfahren, wie seine Haut individuell auf den Laser reagiert. Dafür sollte die Hautstelle fettfrei und rasiert sein. Zusätzlich werden wir uns mit den Grundlagen der Laserwirkung beschäftigen.</p> <p>Moderation: Michael Trenk / Marla</p>

## Oktober

04.10.	<p><b>Erfahrungsaustausch unter Betroffenen</b></p> <p>Kein Thema vorgegeben, anschließend: Miniflohmarkt</p> <p>Gleichzeitig: <b>Treff der Partnerinnen</b> im Raum 309</p> <p>Moderation: Marcus</p>
11.10.	<p><b>Nadelepilation</b> Präsentation</p> <p>Epilation, eine wichtige Entscheidung auf dem Weg zur Frau. Die Epilation ist häufig eine der aufwändigsten Stationen bei MzF Transsexuellen. Es gibt verschiedene Methoden und viele Versprechungen, aber welche Methode ist für uns die Richtige?</p> <p>Marla, die in ihrem Studio Laser- und Nadelepilation anbietet, möchte uns das für und wieder verschiedener Methoden erklären und heute Abend besonders auf die Nadelepilation (mit Demonstration) eingehen.</p>

	Moderation: Marla
18.10.	<p><b>Psychotherapie</b> - Vortrag mit Diskussion</p> <p>Psychotherapie - ein zentrales Erlebnis im Leben aller Transidenten. Die Aufgabe der Psychotherapie besteht in der Prozeßbegleitung. Heute möchten wir klären, welche Arten von Therapie es gibt und wo sich die Grenzen von Therapie befinden.</p> <p>Als Gast begrüßen wir Bernhard Breuer, Psychologe und Therapeut aus Bonn</p> <p>Moderation: Sophie</p>
25.10.	<p><b>Familienaufstellung nach Bert Hellinger</b> Präsentation</p> <p>Familienaufstellung nach Bert Hellinger</p> <p>Dabei handelt es sich um eine Methode, Konflikte zu erkennen, die im Zusammenspiel von Familienmitgliedern entstanden oder weitergetragen wurden. Wir können mit Familienstellen Themen des Alltags auf seine besondere Bedeutung für das Leben zu betrachten. Oder auch Fragen zu Hintergründen, tragischen Ereignissen, Trennung oder Tod; oder auch zu Haushalts- und Arbeitsbelastungen.</p> <p>Heute abend haben wir die Möglichkeit, diese Methode kennenzulernen, um zu beurteilen, ob sich mit dieser Methode auch transidentische Probleme beleuchten lassen.</p> <p>Gäste: Brigitte Schleiden-Esser, Dipl. Sozial. Pädagogin und Heilpraktikerin Jivan – Markus Widera, Dipl. Pädagoge / Heilpraktiker (Psychotherapie)</p> <p>Moderation: Sophie</p>

November

01.11.	<p><b>Erfahrungsaustausch unter Betroffenen</b></p> <p>Kein Thema vorgegeben, anschließend: Miniflohmarkt</p> <p>Gleichzeitig: <b>Treff der Partnerinnen</b> im Raum 309</p> <p>Moderation: Nora</p>
08.11.	<p><b>Logopädie</b> Seminar, Erfahrungsaustausch</p> <p>Ein schwer zu lösendes Problem ist besonders für MzF-TI: die verräterische Stimme. Ist es erreichbar, am Telefon mit dem Wunschgeschlecht identifiziert zu werden? Muß man seine Stimme vergewaltigen? Worauf kommt es bei der Verweiblichung der Stimme wirklich an?</p> <p>Zu diesem Thema wird uns Frau Dr. Kneip, Diplom Logopädin, informieren.</p> <p>Moderation: Monika</p>
15.11.	<p><b>TS im Internet</b> Demonstration</p> <p>Internet, Web, Mail und Chat - was ist das und was soll ich damit?</p>



	<p>Kleine Exkursion in die Welt des World-Wide-Web für Einsteiger und Normalbenutzer mit Internetanschluß, um das Web in unserem Sinne effektiver zu nutzen. Wir werden sehen, wo und wie an Informationen zu kommen ist und wo die Stolpersteine liegen.</p> <p>Moderation: Jenny</p>
22.11.	<p><b>Unsere Gruppe</b> - Diskussion</p> <p>Welche neuen Projekte gibt es in der Gruppe? Welche Ideen liegen an? Gibt es Themen, die wir künftig einbeziehen sollen? Heute besteht die Möglichkeit, über alles zu sprechen, was die Kultur und Organisation von TXKöln angeht.</p> <p>Jeder, der Einfluss auf die Zukunft von TXKöln nehmen möchte, sollte heute anwesend sein.</p> <p>Moderation: Sophie</p>
29.11.	<p><b>Transvetitismus ? / Fetischismus ?</b> Diskussion</p> <p>Viele von uns haben das Gefühl, weder so richtig in die männliche noch in die weibliche Rolle zu passen, so, als ob sie psychologische Zwitter wären. Die Gesellschaft bringt uns bei, dass wir uns für diese Gefühle zu schämen haben - für das, was wir sind und was wir fühlen. Besonders diejenigen, die ihren biologischen Körper nicht ablehnen, stehen vor einem Problem. Denn hassen sie ihren Körper nicht, werden sie als Fetischisten abgestempelt. Manche fühlen sich sogar genötigt, den transsexuellen Weg zu gehen, um anerkannt zu sein.</p> <p>Welche Möglichkeiten gibt es also für uns, die nicht in das Mann/Frau Schema passen? Wie können wir ein Leben ohne Angst und Scham führen?</p> <p>Über dieses Thema wollen wir heute diskutieren.</p> <p>Moderation: Russell</p>

Dezember

06.12.	<p><b>Erfahrungsaustausch unter Betroffenen</b></p> <p>Kein Thema vorgegeben, anschließend: Miniflohmarkt</p> <p>Gleichzeitig: <b>Treff der Partnerinnen</b> im Raum 309</p> <p>Ohne Moderation</p>
13.12.	<p><b>TS - Rechtsberatung</b> - Beratung</p> <p>TS und Recht Fragen, Antworten, Diskussion</p> <p>Im Leben von Transidenten ergeben sich von Zeit zu Zeit viele spezifische Rechtsfragen, die ein unkundiger Anwalt nur schwer beantworten kann. Armand Dumke-Marechal ist Rechtsanwalt mit Schwerpunkt im Arbeits-, Sozial- und Familienrecht mit engem Kontakt zu Transidenten. Er ist bereit, auf unsere Fragen zu antworten. Wer Fragen hat, sollte sie uns im Voraus mitteilen, so daß sie vorbereitet besprochen werden können.</p> <p>Gast: Armand Dumke-Marechal, Rechtsanwalt</p>

	Moderation: Sophie
20.12.	<p><b>Partnerschaften, woher?</b> - Diskussion, Erfahrungsaustausch</p> <p>Obwohl Transidenten geraume Zeit mit sich selbst beschäftigt sind, zieht irgendwann relative Normalität ins Leben ein. Und wie die meisten Menschen wünschen sich dann auch die meisten Transidenten, das Leben nicht alleine zu verbringen. Doch das Thema "Partner" hat hier seine eigenen Hürden. Wie finde ich einen Partner oder eine Partnerin? Wie gehe ich am besten mit der Vergangenheit um? Wo finde ich Menschen, die mich so akzeptieren wie ich bin und war?</p> <p>Diese Themen wollen wir heute diskutieren und Erfahrungen austauschen.</p> <p>Moderation: Sophie</p>
27.12.	<p><b>Jahresabschlußfeier</b></p> <p>Wir wollen diesen letzten Freitag im Jahr in gemütlicher und ungezwungener Runde verbringen. Alle unsere Freunde sind herzlich eingeladen.</p> <p>Für Snacks ist gesorgt - Getränke bitte selbst mitbringen.</p> <p>(Heute kein Kostenbeitrag)</p> <p>Vorbereitung: Jana</p>