

HAZ MAGAZIN

QUEER

ZÜRICH

4 — 2024

**PERSÖNLICHE GRENZEN,
HOT TO GO**
— SEITE 2

**«AUCH ICH BIN NICHT 24/7 IM
KAMPFLESBENMODUS»**
— SEITE 6

**QUEERER AKTIVISMUS BEI DEN
HAZ – QUEER ZÜRICH**
— SEITE 8

**A JOURNEY OF RESILIENCE
AND HOPE: MY ACTIVISM AND
VISION FOR THE FUTURE**
— SEITE 11

BEZIEHUNGSFRAGEN
— SEITE 13

KOLUMNE
— SEITE 15

MEIN TRANSITIONSBERICHT
— SEITE 16

QUEER TIPPS
— SEITE 17

MAGAZIN NEWS
— SEITE 19

JAHRESBERICHT
— SEITE 20

TREFFEN UND GRUPPEN
— SEITE 24

UNSER AKTIVISMUS

IMPRESSUM
Nr. 4_2024

HAZ – Queer Magazin
Regenbogenhaus
Zollstrasse 117
8005 Zürich
redaktion@hazmagazin.ch

Ausgaben:
4 mal jährlich

Redaktionsleitung:
Joelle Löw und Julia Grell

Inhalte von:
Liam Bohner
Julia Grell
Ulla Blume
Deniz Pinar
David Siegenthaler
David Horber
Peter
Edwin Ramirez
Joelle Löw

Lektorat:
Julia Grell

Design:
Cornelia Raimondi
corai.online

Prepress:
Brigitte Schüepp

Auflage:
2200 Exemplare

Nächste Ausgabe:
07. Juni 2025

Redaktionsschluss:
19. Mai 2025

Kontakt Inserate:
info@haz.ch

Inserate Annahmeschluss:
19. Mai 2025

Druck:
ROPRESS Zürich
(klimaneutral gedruckt)



UNSER AKTIVISMUS

Joelle: Verschiedene aktuelle Weltgeschehnisse machen uns traurig und wütend. Aber zusammen sind wir stark und setzen uns weiter gemeinsam für queerfeministische und antirassistische Anliegen ein. Dieses Heft erzählt von Aktivist*innen aus verschiedenen Organisationen. Wir fragen uns, wie wir gut zu uns selbst schauen können, wenn es um Herzensangelegenheiten geht, bei denen wir immer noch mehr machen könnten. In unserem Jahresbericht blicken wir zurück und in unseren Neuigkeiten zum HAZ – Queer Magazin nach vorne.

Julia: Eine dieser Neuigkeiten: Ich übernehme für das nächste Heft die Redaktionsleitung! In den letzten Wochen habe ich schon tatkräftig als Co-Leitung mit angepackt bei der Heftproduktion und bin bereit für ein spannendes 2025. Tausend Dank, dass ihr 2024 mit dabei ward, gelesen habt und auf eure Art und Weise Aktivismus gelebt habt. Es braucht jede*n einzelne*n von uns!

Kämpferische Grüsse

Co-Redaktionsleitung

Joelle Löw

Julia Grell



PERSÖNLICHE GRENZEN, HOT TO GO!

Was haben Popstar Chappell Roan und Aktivismus gemeinsam? Richtig, sie machen die Welt zu einem besseren Ort. Menschen, die sich für eine bessere Welt einsetzen, können und sollten sich von der Musikerin in besonders einem Punkt inspirieren lassen, finden Julia und Liam.

TEXT: JULIA GRELL UND LIAM BOHNER

Chappell Roan ist der neue queere Superstar in der Popwelt. Ihr Debüt-Album «*The Rise and Fall of a Midwest Princess*», das im September 2023 veröffentlicht wurde, begeistert seitdem die Massen. Mit einem unverwechselbaren Stil, einer Vorliebe für Dramatik und einer grossen Portion Extravaganz hat sie die Herzen ihrer Fans im Sturm erobert. Ihre Konzerte, oft mit vorab angekündigtem Dresscode, sind regelmässig ausverkauft, und bei Festivals zieht sie Tausende Menschen an, die zu ihrem Hit «*HOTTO GO*» tanzen.

Zwischen Ruhm und Selbstschutz: Chappell Roans Einsatz für persönliche Grenzen

Ausserhalb der Konzerte nutzt Chappell auch gerne die Sozialen Medien, um mit ihren Fans zu connecten, im August 2024 dann aber auch, um ein sensibles Thema anzusprechen: Aufdringliche Begegnungen in der Öffentlichkeit. Menschen würden sie auf der Strasse ansprechen, nach Fotos fragen, sie verfolgen und online belästigen. Roan stellte klar: «I don't care that this crazy type of behavior comes along with the job. That doesn't make it okay.»

Eine junge queere Frau, die im Rampenlicht steht und sich aktiv für ihre persönlichen Grenzen einsetzt. Eine Haltung, die eigentlich selbstverständlich sein sollte, aber wie die Reaktionen online zeigen, keineswegs so wahrgenommen wird. Einige Twitter-Nutzer*innen reagierten mit Unverständnis und behaupteten, sie hätte den Beruf des Popstars nicht ergreifen sollen, wenn ihr der damit verbundene Ruhm und die Aufmerksamkeit zu viel wären. Andere verteidigten sie, betonten, dass auch Popstars ein Recht auf Privatsphäre und Sicherheit haben.

Diese Reaktionen verdeutlichen, dass viele Menschen ihre Lieblingsmusiker*innen oft als Konsumgüter betrachten und dabei jeglichen Anstand und rationales Denken verlieren. Roan hingegen zeigt durch ihr Verhalten, dass sie ihre Karriere bewusst steuert und ihre Grenzen klar zieht – sowohl auf als auch abseits der Bühne.

Selbstfürsorge im Rampenlicht

Neben den Herausforderungen durch ihren Erfolg sorgt Chappell Roan auch anderweitig für Diskussionen, indem sie Prioritäten setzt und ihre Gesund-



Michelle Huber, Mitglied in der GL der GRÜNEN Stadt Zürich.

heit in den Vordergrund stellt. So sagte sie im Sommer 2023 mehrere Festivalauftritte ab. Auch hier gab es hitzige Diskussionen im Netz – eine Debatte, die sich häufig auch in aktivistischen Kreisen wiederfindet: Wann darf ich mich zurückziehen, und wie setze ich persönliche Grenzen in meinem Engagement für eine grössere Sache? Michelle Huber, politische Campaignerin und aktiv in der GRÜNEN Partei Zürich, kann Roans Entscheidung gut nachvollziehen. «Ich finde es fantastisch, wie Chappell Roan ihre Grenzen wahrte», sagt Michelle. «Ich kann mir vorstellen, dass es nicht einfach ist.» Michelle weiss, wovon sie spricht. Auch sie musste in den letzten Jahren lernen, Grenzen zu setzen, um weiterhin Freude an ihrer aktivistischen Arbeit zu haben.

«Es ist oft ein Spagat zwischen den verschiedenen Engagements», erklärt sie. «Sorgfältige Planung und gezielte

Entscheidungen helfen mir, alles besser unter einen Hut zu bekommen. Dazu gehört, klar Nein zu sagen, wenn es zu viel wird, und auch sich selbst gegenüber ehrlich zu sein.» Doch auch für Michelle bleibt der Balanceakt herausfordernd: «Ich würde gerne mehr Sport machen und öfter kulturelle Veranstaltungen besuchen und manchmal müsste ich einfach mehr schlafen.»

Zwischen Menschenrecht und Burnout

Das Spannungsfeld zwischen Pflichtgefühl und der Notwendigkeit, Pausen einzulegen, kennt auch Liam Bohner, Geschäftsführende Person bei den HAZ – Queer Zürich, sehr gut. «Wenn du dich für Themen einsetzt, die dir wirklich am Herzen liegen, entsteht ein starkes Pflichtgefühl. Das motiviert ungemein, aber es wirft auch die Frage auf: Wann hört die Arbeit eigentlich auf?», erklärt Liam. Ein typisches Dilemma, das viele Aktivist*innen kennen: «Wie kann ich mir jetzt eine Pause



Liam Bohner als Chappell Roan.

gönnen, wenn so viel Ungerechtigkeit existiert? Wenn diese Woche noch eine spontane Demo geplant werden muss oder eine neue Kampagne startet?» Dieses ständige Gefühl, auf alles reagieren zu müssen, kann belastend sein. «Burnouts sind in der Community oft ein Thema, und Arbeitsüberlastung wird manchmal sogar idealisiert», erzählt Liam. Michelle verweist auch auf das kapitalistische System, welches hinter der aktivistischen Selbstausbeutung steckt. Leute, die sich mehr verausgaben, werden oft auch «belohnt» und gehypt als «bessere Aktivist*innen».

Trotz der Herausforderungen bringt der Aktivismus aber auch viel Freude und Erfüllung. Sich für die eigene

Community einzusetzen und Veränderungen anzustossen, gibt vielen Menschen eine tiefe Befriedigung und schafft eine starke Verbundenheit. In diesem Zusammenhang ist Chappell Roan ein Vorbild für viele. Ihre offene Art, über ihre Grenzen zu sprechen, zeigt, dass es wichtig ist, sich selbst Raum zu geben. «Selbstfürsorge ist kein Zeichen von Schwäche, sondern von Stärke», erklärt Liam. «Nachhaltiger Aktivismus ist ohne das Setzen von Grenzen nicht möglich. Roan hat gezeigt, dass es in Ordnung ist, sich selbst und seine Gesundheit an erste Stelle zu setzen, um langfristig für die Community da zu sein.»

«AUCH ICH BIN NICHT 24/7 IM KAMPFLESBENMODUS»

Seit 35 Jahren kämpft die Lesbianorganisation Schweiz (LOS) für die Rechte und Sichtbarkeit von Lesben, Bisexuellen und queeren Frauen. Dabei haben sich nicht nur die politischen Rahmenbedingungen und Menschenrechtsdebatten verändert, sondern auch die Art, wie Aktivismus heute gelebt wird. Welche Rolle spielen persönliche Erfahrungen und der Mut, sich immer wieder gegen Widerstände zu stellen? Liam Bohner spricht mit Alessandra Widmer, der Co-Geschäftsleiterin der LOS, über ihren persönlichen Aktivismus, die Herausforderungen der Gegenwart und den Wandel des Engagements in der LGBTQIA+ Community.

Alessandra, du bist seit Anfang 2022 Co-Geschäftsleiterin der LOS aber auch privat schon lange in der Community aktivistisch tätig. Was war der Auslöser, auch beruflich Aktivismus zu betreiben?

Ich habe vorher an der Uni bei der Gleichstellung und in der Geschlechterforschung gearbeitet und auch wenn ich da auch das eine oder andere bewegen konnte: Ich wollte etwas mehr Action! Ich hatte Lust auf einen herausfordernden Job, wo ich viel mitgestalten kann, und ich wusste, dass mich das bei der LOS erwartet. Von Beruf Aktivistin zu sein, ist ein Privileg und ich versuche, achtsam damit umzugehen. Ich engagiere mich auch nach wie vor ehrenamtlich für queere und feministische Anliegen.

Aktivismus hat sich stark verändert – von Demos auf der Strasse bis hin zu Social Media. Wie hast du diesen Wandel erlebt?

Ich habe den Eindruck, Druck von der Strasse zu machen, ist in den letzten Jahren wieder wichtiger geworden. Das sieht man zum Beispiel am feministischen Streik 2019, der so viele Menschen mobilisiert hat, oder auch an der wachsenden Zahl von Prides in der Schweiz. Das finde ich wichtig: Social Media kann viel bewirken für queere Sichtbarkeit, Vernetzung und Informationsaustausch – aber es braucht unseren Einsatz auch darüber hinaus. Auch in der parlamentarischen Arbeit, die mehrheitsfähig sein muss, stossen unsere Visionen an viele Gren-



Alessandra bei Basel tickt Bunt 2023.
Bild: Franziska Stier

zen. Ich schätze an der Arbeit bei der LOS, dass sich unser Aktivismus auf die verschiedensten Kontexte erstreckt: von Instagram über den Nationalrat bis auf die Strasse.

Wenn es Angriffe auf die Community gibt oder unsere Rechte infrage gestellt werden, betrifft es dich beruflich und persönlich. Schaffst du es auch, abzuschalten?

Mal besser, mal weniger – aber ich finde auch, das gehört dazu. Mein Job besteht auch darin, gerade in den Krisenmomenten nicht abzuschalten, sondern aufzudrehen, weil es uns «beamtete Queers» dann am dringendsten braucht. Aber ja, auch ich bin nicht 24/7 im Kampfeslesbenmodus.

Was gibt dir in schwierigen Momenten die Kraft, weiter für die Rechte der LGBTQIA+ Community zu kämpfen?

Das LOS-Team und vor allem auch der Austausch mit Aktivist*innen aus älteren Generationen geben mir sehr viel. Sie helfen mir sehr dabei, den Misserfolg von heute auch mal stehen zu lassen und das grosse Ganze zu sehen. Resilient zu bleiben ist wichtig: Ich

hole mir Kraft aus meinem Umfeld, beim Roller Derby oder beim Blumenpflücken.

Im Oktober 2024 hat die LOS ein Crowdfunding für die Rettung des Vereins gestartet, bereits nach sehr kurzer Zeit haben zahlreiche Personen gespendet und euch unterstützt. Wie können Menschen die LOS nun auch langfristig unterstützen?

Wir können unser Glück immer noch nicht ganz fassen und sind so dankbar für die riesengrosse Unterstützung. Unsere Finanzlücke ist gedeckt und wir können unsere Arbeit weiterführen. Das Beste für die LOS auf lange Sicht ist immer noch, wenn Menschen uns mit einer Mitgliedschaft unterstützen – es gibt übrigens auch eine Kombi-Mitgliedschaft mit den HAZ – Queer Zürich.

Unter diesem QR-Code kannst du eine Kombi-Mitgliedschaft mit LOS und HAZ – Queer lösen.



QUEERER AKTIVISMUS BEI DEN HAZ – QUEER ZÜRICH

TEXT: ULLA BLUME, CO-PRÄSIDENTIN
HAZ – QUEER ZÜRICH

Seit 1972 bieten die HAZ – Queer Zürich einen geschützten und empowernden Raum für die LGBTQIA+ Community in Zürich. Mit viel Leidenschaft setzen wir uns für die Rechte und Bedürfnisse queerer Menschen ein. Was uns ausmacht, ist unser vielfältiges Angebot, das sich seit der Vereinsgründung 1972 stetig weiterentwickelt hat. Im Laufe der Zeit sind immer mehr Arbeitsgruppen entstanden, die auf die sich wandelnden Bedürfnisse der queeren Gemeinschaft reagieren.

Seit über 50 Jahren gibt es die HAZ – und damit queeren Aktivismus in Zürich. Damals gab es kein Internet und keine Dating-Apps, stattdessen Repressionen, z.B. durch die Polizei (Stichwort «Schwulenregister»), die die Community in die Anonymität und Verborgenheit drängte. Drei schwule Studenten beschlossen, eine Möglichkeit zu schaffen, andere queere Menschen kennenzulernen. Daraus entstand die Disco «Zabriskie Point» (ZABI), in der nicht nur getanzt, sondern auch diskutiert wurde. Das ZABI wurde schnell populär, und bald darauf gründete sich der Verein, der ab März 1972 HAZ (zunächst «Homosexuelle Arbeitsgruppen Zürich») hiess.

Die ersten Arbeitsgruppen entstanden kurz darauf. Die Gruppe «Sexualität und Gesellschaft» setzte sich mit der «Befreiung von äusseren Zwängen» auseinander und betrieb Öffentlichkeitsarbeit, während die «Psycho-

gruppe» sich der «Befreiung von inneren Zwängen» widmete und Queers in ihrem Umgang mit Ängsten und Abwertungen unterstützte. Diese Gruppen legten den Grundstein für die HAZ und setzten wichtige Impulse für die queere Bewegung in Zürich.

Vielfalt, Dynamik und gemeinschaftliches Engagement als Erfolgsmodell

Im Wesentlichen hat sich seither nicht viel geändert. Der Erfolg der HAZ beruht nach wie vor auf einer einzigartigen Offenheit, Flexibilität und enorm viel freiwilligem Engagement. Bei uns haben alle Menschen die Möglichkeit, neue Gruppen ins Leben zu rufen, wenn sie Lücken im bestehenden Angebot erkennen. Einige Gruppen sind über Jahre hinweg feste Bestandteile, vor allem unsere Beratungsangebote, die in der Nachfolge der «Psychogruppe» stehen. Auch die Bibliothek und die Bi-Gruppe gehören seit vielen Jahren zu diesen Fixpunkten der HAZ – Queer



26. Juni 1989 im HAZ Centro.
Fotos: M. Leopold

Zürich. Andere Gruppen entstehen aus aktuellen Bedürfnissen und manche Gruppen wandeln sich mit der Zeit. Diese dynamische Struktur garantiert, dass die HAZ – Queer immer nah an den Bedürfnissen der Community sind und zeitgemässe Unterstützung bieten.

Vielfältige Arbeitsgruppen – für jede*n etwas

Unsere Arbeitsgruppen spiegeln die Vielfalt der queeren Gemeinschaft wider. Aktuell besonders erwähnenswert sind die Rainbow Lounge, die queeren Geflüchteten Schutz und Raum bietet, sowie die Neuroqueer-Gruppe, die autistischen queeren Menschen eine Plattform für Austausch und Aktivitäten schafft. Auch der Trans-Treff und der Queer-Kinky Stammtisch sind wichtige Anlaufstellen für die Community. Egal, welche Identität, welches Interesse oder welches Bedürfnis eine Person hat – bei den HAZ – Queer gibt es Platz für alle.

Kulturarbeit und politisches Engagement

Neben unseren sozialen Gruppen spielen auch Kultur und Politik eine wichtige Rolle bei uns. Der «warme Mai» ist eine feste Grösse in der Schweizer queeren Kulturszene und bietet queeren Künstler*innen eine wichtige Plattform. Politisch führen wir die Arbeit der ersten HAZ-Gruppe «Sexualität und Gesellschaft» fort und setzen uns für die Rechte von queeren Menschen

Unser grösster Dank gilt all unseren ehrenamtlichen Helfer*innen und Engagierten. Euer Engagement inspiriert und ist das Fundament unseres Erfolgs. Ohne euch wäre unser vielfältiges Angebot nicht möglich. Durch euren Einsatz schaffen wir gemeinsam einen Ort der Sicherheit, der Offenheit und der Gemeinschaft. Danke, dass ihr Teil dieser wunderbaren Reise seid!



ein, zuletzt erfolgreich bei der «Ehe für alle» und dem Kampf gegen die Genderstern-Initiative.

Schwerpunkt 2024: Verbesserung von Zusammenarbeit, Strukturen und Abläufen

Mit dem Wachstum kommen jedoch auch Herausforderungen: Als Verein stossen wir an unsere personellen und finanziellen Grenzen. Um den vielfältigen Anforderungen gerecht zu werden, haben wir uns strategische Ziele gesetzt. Ein Hauptziel ist die stärkere Vernetzung zwischen den Arbeitsgruppen, der Geschäftsstelle und dem Vorstand. Ein verbesserter Informationsfluss wird Synergien schaffen und uns ermöglichen, unsere Ressourcen besser zu nutzen. Auch die Zusammenarbeit zwischen den Gruppen soll intensiviert werden. Zudem möchten wir die Angebote der HAZ-Queer Zürich noch professioneller an die Community kommunizieren.

Ein Blick in die Zukunft

Das kontinuierliche Wachstum der HAZ zeigt, wie wichtig queerer Aktivismus und Vernetzung auch heute noch sind. Mit dem strategischen Fokus auf Professionalität und Zusammenarbeit gehen wir gestärkt und motiviert in die Zukunft. Dank des unermüdlichen Engagements unserer Freiwilligen und der flexiblen Struktur des Vereins sind die HAZ-Queer für kommende Herausforderungen bestens aufgestellt.

Jedes Jahr zeigt sich aufs Neue: Queerer Aktivismus und Gemeinschaft haben eine enorme Kraft. Und gemeinsam können wir noch viel mehr erreichen!

Wir freuen uns immer über neue Ideen. Möchtest du dich bei uns engagieren? Melde dich per Mail bei info@haz.ch.

A JOURNEY OF RESILIENCE AND HOPE: MY ACTIVISM AND VISION FOR THE FUTURE

In this very personal text, Deniz shares the story about becoming a queer activist in Turkey and founding Lotus Queer, a platform that aims to support LGBTQIA+ youth.

I am Deniz, no pronouns, a refugee, LGBTQIA+ activist, and volunteer at Regenbogenhaus Zurich. My life is a journey of survival, resilience, and transformation. My activism began at university in Turkey, where I explored personal boundaries, identity, and collective strength. This early focus on self-belonging soon became a mission to foster visibility, empowerment, and compassion for others.

Lotus Queer: Supporting LGBTQIA+ Youth in Switzerland

With a background in Full Stack Web Development, I develop sustainable projects for Switzerland that amplify queer voices and encourage collaboration. Grounded in mindfulness and behavioral science, I aim to build resilience and awareness and foster compassionate communication. One of these projects is LotusQueer.ch, a platform dedicated to supporting LGBTQIA+ youth across Switzerland. Through Lotus Queer, I strive to build visibility, acceptance, and empowerment for queer youth with different programs and projects. One of them is LotusQ-Report, a web application that distri-

butes QR code stickers in schools and communities to connect teens to help-lines and resources for support.

Mindfulness as a Path to Healing

Mindfulness has deeply impacted my life, offering refuge and strength in these hard times. Now, as I train to become a certified mindfulness instructor, my goal is to extend these benefits to the queer community. I've trained in different techniques that enrich my activism and created the LotusQAcademy with resources on mindfulness and resilience as a safe space for fostering dialogues of empathy.

Challenges as a Queer Activist Refugee

The refugee experience is profoundly tiring, marked by past traumas, fears, and a deep desire to find a place of true safety. For me, Switzerland gradually became that safe home. It hasn't been easy. In refugee camps, I faced queerphobic people, with hostility often directed toward my presence. But I could not hide who I am. I chose to express myself openly, often wearing pins, rainbow colors, pink nail polish, or even painting an LGBTQIA+ flag on my neck – a quiet form of



lotusqueer.ch

activism. The Hate Crime Law here (261bis StGB) gives me secure feelings as an activist.

In refugee camps, the hostility was tangible: torn clothes, slurs, and attempts to erase my visibility. In one incident, someone tried to remove my nail polish, and someone else pushed me aside. Despite painful experiences, my visible identity gave hope to others. Some told me my open self-expression inspired them to find courage.

Finding Belonging at Regenbogenhaus

Amid these struggles, Regenbogenhaus Zurich has become a very safe space. From my first visit, I felt seen, respected, and valued. This safe space welcomes each person as they are, offering a warmth and sincerity I hadn't felt in years. Volunteering here is a joy, knowing I can help others find the same safety and belonging I've found. I feel that Regenbogenhaus is my family, a place where I truly belong.

The Small Flower: Resilience and Rainbow Activism

Reflecting on my journey, I find solace in my writing, a process that preserves my story and channels my thoughts. What began as unstructured notes during sleepless nights has become a book of over 120 pages filled with reflections, struggles, and hopes. I named it «The Small Flower: Resilience and Rainbow Activism» and hope to publish it in the next two years.

I Have a Dream

I envision being a queer parent. I dream of adopting a child and living peacefully with my husband. I aspire to teach our child to play the piano. I dream of a world where love and friendliness replace impoliteness and hate.

BEZIEHUNGSFRAGEN

Wie öffnen wir die Beziehung?

Hallo, mein Partner und ich (beide 38) sind seit über neun Jahren in einer festen und glücklichen Beziehung. Wir verbringen viel Zeit miteinander und haben gute Gespräche. Vor einer Woche fragte mich mein Partner, ob wir die Beziehung öffnen könnten, um Sexualität auch mal mit anderen auszuprobieren. Zuerst war ich erstaunt und perplex, aber er erklärte, dass unser Sexleben gut sei (was ich übrigens auch bestätigen kann!). Er möchte jedoch etwas Abwechslung erleben und andere Körper kennenlernen. Nach reichlicher Überlegung könnte ich mir nun auch vorstellen, mitzumachen. Ich frage mich jedoch, wie wir das am besten angehen.

Das klingt schon einmal nach einer guten Voraussetzung für die Öffnung der Beziehung. Es scheint, dass eure Beziehung von viel Austausch und einer erfüllenden Sexualität geprägt ist. Häufig wird Sex mit anderen aus zwei Gründen gesucht: als Ersatz oder Zusatz.

Die Ratgebenden zu Liebe, Beziehung und Sex.

In eurem Fall wirkt es eher wie ein Zusatz, da eure eigene Beziehung und Sexualität bereits befriedigend ist. Wenn die Beziehung oder das Sexleben bereits belastet wären, würde ich empfehlen, erst daran zu arbeiten.

Die Öffnung der Beziehung erfordert vorher und auch nach Treffen mit anderen viel Austausch über persönliche Empfindungen. Im Vordergrund könnten folgende Themen stehen:

Verhütung: Wie soll sie geregelt werden?

Trefforte: Wo darf man andere Personen treffen?

Kommunikation: Wie viel Austausch über Telefon, Chat etc. ist erlaubt?

Grenzen und Tabus: Was darf mit anderen erlebt werden, was nicht?



Ihr könnt eure Fragen und Anliegen an david.siegenthaler@paarberatung-mediation.ch senden und bekommt im nächsten Heft oder per Mail eine Antwort.

Berater: David Siegenthaler, Paar- und Sexualtherapeut bei Paarberatung & Mediation im Kanton Zürich

www.paarberatung-mediation.ch

Personenauswahl: Welche Art von Menschen kommen infrage?

Häufigkeit: Wie oft dürfen Treffen mit anderen stattfinden?

Nachbesprechungen: Was möchtet ihr einander danach mitteilen, was lieber nicht?

Es gibt also einiges zu besprechen, wobei Transparenz und Ehrlichkeit entscheidend sind. Haltet eure Abmachungen schriftlich fest, sodass klar ist, was für euch beide passt. Die Formulierungen sollten dabei möglichst konkret und verständlich sein.

Geht am Anfang kleine Schritte und versucht nicht, gleich alles auf einmal auszuprobieren. Beginnt langsam,

z.B. mit wenig Intimität oder einem lockeren Treffen mit anderen, und schaut, wie sich das für euch anfühlt. Ein hilfreiches Werkzeug kann die «Ampel-Methode» sein: Schreibt auf Karten, was ihr euch vorstellen könnt. Dann teilt diese Wünsche in «grün», «orange» und «rot» ein. Rot steht für absolute Grenzen, die nicht überschritten werden sollen. Grün steht für Dinge, die sich beide gut vorstellen können. Sprecht über die Überschneidungen im grünen Bereich – das könnte ein Ausgangspunkt für ein erstes Treffen sein.

Auch nach Treffen sind regelmässige Gespräche wichtig, um zu reflektieren, wie es euch geht und was in euch ausgelöst wurde. Welche Gefühle stehen zwischen euch danach, und wie geht es euch als Individuen? Dieser Prozess kann euch helfen, einander und euch selbst besser kennenzulernen. Er fordert oft viel Energie, Selbstreflexion und Zeit, kann sich aber lohnen, um gemeinsam den Weg verbunden zu gehen.

Sprecht auch darüber, was ihr an eurer Beziehung schätzt, und schafft gemeinsame Zeitinseln, in denen eure Beziehung und Sexualität Priorität haben. So könnt ihr sicherstellen, dass eure Beziehung stabil bleibt und gut gepflegt wird.



Lügen haben kurze Beine

Kürzlich machte ich die dramatische Erfahrung, dass Lügen tatsächlich kurze Beine haben, wortwörtlich.

Es begab sich, dass mein Freund ausser Haus war und ich noch ganz dringend eine Kolumne schreiben musste (das war nicht mal gelogen). Also teilte ich ihm mit, dass ich mich in meine Wohnung zurückziehe, da ich dort kreativer sein konnte (sprich eine Hip-Hop-Zigarette rauchen konnte). Dass dort auch gleich noch ein sehr einfallreicher Bear auf mich wartete, hatte ich natürlich verschwiegen. Er war voll mein Typ: Kuselig weich, dunkle Knopfaugen und kurze Stummelbeinchen, wie ein richtiger Teddy halt. Und so sog ich gedankenverloren nicht an meinem Füller, sondern an seinem.

Es war ein Feuerwerk, reine Poesie. Als die Tinte in trockenen Tüchern war, wollten wir im Esszimmer auf unsere Meisterleistung anstossen. Aber während wir die Diele passierten, hörte ich meinen Liebsten vor der Tür, der mir einen Überraschungsbesuch abstattete. Doch anstatt einzusehen, dass nichts mehr zu gewinnen war und gleich alles zu beichten, befahl ich meinem Casanova, rasch wieder ins Schlafgemach zu verschwinden. Wie aber das Schicksal so wollte, vermochten ihn seine kurzen Beine nicht rechtzeitig ins Zimmer zurückzuführen und mein Freund erhaschte einen unteretzten Schatten, der etwas unbeholfen seinem wachsamem Auge entfliehen wollte.

An dieser Stelle sei noch gesagt, dass mein Freund und ich zu dieser Zeit in einer vermeintlich offenen Beziehung lebten, aber das ist eine andere Geschichte.

Es kam also, wie es kommen musste, es gab eine riesige Szene, warum ich ihn mit dem Vorwand vom Kolumnenschreiben angelogen hatte. Mir wurde eine gehörige Lektion erteilt, mit allem Anschauungsmaterial (der Liebhaber stand die ganze Zeit daneben), dass Lügen sich nicht lohne. Reuig wie Schulbuben nahmen wir die Schelte an, war sie ja absolut gerechtfertigt. Es war einer dieser Momente, in der man am liebsten im Erdboden versinken möchte. Meinem Teddy gings seinem Gesichtsausdruck nach ziemlich ähnlich. Er hätte es wohl auch einfacher gehabt, lebt er ja zwei Köpfe näher am Grund. Immerhin hatten wir an diesem Abend beide etwas gelernt: Dass Lügen tatsächlich kurze Beine haben.

David Horber,
Kolumnist



Peter erzählt in diesem Bericht von der ganz persönlichen Transition und dem Leben mit Neurodivergenz.

Eigentlich habe ich schon immer als Frau gelebt. Meine Eltern wollten eine Tochter und meine Mutter erzog mich entsprechend. Zuhause konnte ich das ausleben, aber ausserhalb wurde ich von meinen Mitmenschen gemieden. Ich dachte, handelte und fühlte wie eine Frau. Meine schulische und berufliche Ausbildung war von vielen Herausforderungen geprägt. Später wurde ich mit Autismus diagnostiziert. Ich hatte Angst, ausgegrenzt zu werden und einsam leben zu müssen. Buchempfehlungen von meinem Psychiater halfen mir.

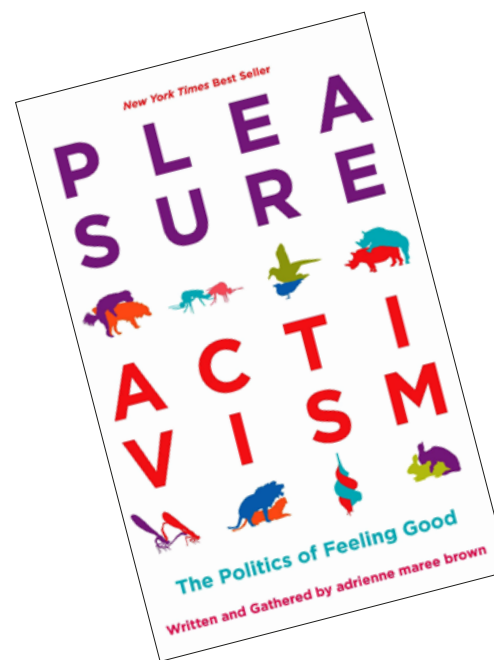
Ich hatte nur vier Beziehungen mit Frauen. Immer kam mir dieser Schwanz in die Quere. Ich wollte eine andere Sexualität zu Frauen. Unbewusst suchte ich eine lesbische Beziehung. Dann trat Christine in mein Leben. Wir haben ein gutes gemeinsames Leben. Mit 60 Jahren entschied ich mich für eine Transition. Bevor ich Östrogene bekam, hatte ich Angst, Christine zu verlieren und keine medizinische und psychologische Unterstützung zu finden.

Durch meine Endokrinologin wurde ich an die Psychosomatische Abtei-

lung des Unispitals Zürich überwiesen und von dort an die Endokrinologische Abteilung des Frauenspitals, wo ich Östrogen-Pflaster bekam. Das lief acht Monate gut. Dann plagte mich wochenlang ein Kinderwunsch, ich weinte Tag und Nacht. In dieser Zeit konnte ich nicht mehr arbeiten. Mein ganzes Bewusstsein wurde umgedreht. Ich wurde viel emotionaler und interessierte mich viel stärker für Frauenthemen.

Durch die Hormone bekam ich Brüste. Dann wurde meine Hodenentfernung angekündigt. Ich hatte Angst vor der Narkose und der finanziellen Belastung. Ich blieb Zuhause, hatte Mühe mit dem Haushalt und weinte viel. Vor der Operation konnte ich nicht schlafen. Sie verlief aber ohne Komplikationen, ich hatte kaum Schmerzen. Vier Monate später kam die Operation zum Aufbau der Brust. Wieder hatte ich Angst, wieder verlief alles gut. Zwei Tage später hatte ich bereits keine Schmerzen mehr und neu Körbchengrösse B. Durch diese gesamte Erfahrung hindurch wurde ich behutsam behandelt und erfuhr keine Diskriminierung.

Zur gemütlichen Lektüre an diesen kalten Wintertagen empfehlen wir euch zwei Bücher zu Aktivismus und eine Neuerscheinung, in der queere Jugendliche im Zentrum stehen.



«Pleasure Activism. The Politics of Feeling Good» von Adrienne Maree Brown (Hg.), 2019. 280 Seiten.

Edwins Tipp: Pleasure Activism. Bei aktivistischer Arbeit ist es besonders leicht, sich selbst auszubeuten, sich voll und ganz hinzugeben und sich dabei zu verlieren. Mein eigenes Vergnügen und Begehren als Teil dieser Arbeit zu verstehen, ist ein wichtiger Schlüssel, der es mir nicht nur ermöglicht, meinen Aktivismus längerfristig zu machen, sondern auch neue Freude darin zu finden. «Pleasure Activism» hat mir mit seinen vignetten-artigen Kapiteln ganze Welten aufgemacht. Ob es jetzt darum ging mich präsenter in meinem Körper zu fühlen (sei dies durch Orgasmen oder andere Körperübungen), Care als etwas nährendes und Lustvolles umzudenken, oder einfach nur die Schamgefühle abzulegen, wenn es darum ging mir eine Auszeit zu gönnen. Eine bessere Welt ist möglich. Ich glaube fest daran, dass wir sie bauen können, aber dazu gehört auch, dass wir uns bewusst machen, dass Soziale Gerechtigkeit auf einer langen Zeitachse arbeitet. Die Texte aus «Pleasure Activism» helfen und stützen mich bei diesem Marathon.

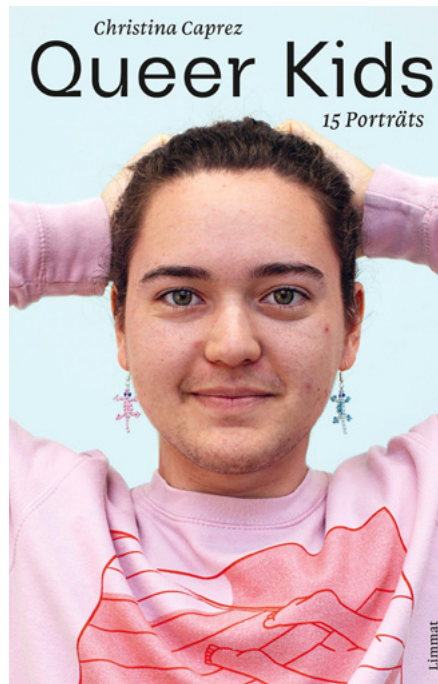


«The Faggots & Their Friends Between Revolutions» von Larry Mitchell, 1977. 128 Seiten.

Buchtipps aus dem HAZ-Büro: *The Faggots & Their Friends Between Revolutions* ist eine strahlende und zeitlose Erkundung von queerer Freude, Überleben und Widerstand. Erstmals 1977 veröffentlicht, dient das Buch als Leitfaden für diejenigen, die Befreiung durch Gemeinschaft, Liebe und kollektive Auflehnung suchen. Es erzählt von einer Welt, in der Faggots, Frauen, Feen und Königinnen zusammenkommen, um ein Leben voller Vergnügen, Fürsorge und Widerstand gegen Unterdrückung zu gestalten. Die Seiten entfalten sich wie ein geflüstertes Manifest und erinnern uns daran, dass das Überleben in radikalen Akten der Verbindung und Sinnlichkeit zu finden ist. Mitchells Werk fängt den spielerischen und revolutionären Geist des queeren Aktivismus ein, in dem Hoffnung, Spiel und Lachen nicht als belanglos, sondern als wesentliche Mittel zum Überstehen schwieriger Zeiten verstanden werden. So relevant wie damals, als es erstmals geschrieben wurde, ruft es uns dazu auf, unsere Kraft anzunehmen und neue Wege zu finden, zu überleben, zu gedeihen und die Welt um uns herum zu verändern.

Neuerscheinung: *Queer Kids* ist eine bunte Mischung aus Geschichten von queeren Jugendlichen für Lesende im Erwachsenen- und Jugendalter. Die Schreibenden erzählen von ihren vielfältigen Erfahrungen darüber, was es bedeutet, heute als junger Mensch in der Schweiz queer zu sein: Ein Grundschulkind, das weiss, dass es ein Mädchen ist, obwohl es bei der Geburt als Junge registriert wurde, ein schwuler Jugendlicher, der auf dem Land einen Treffpunkt für Queers gründet, eine non-binäre aktivistische Person und viele mehr. Dazu kommen Fachpersonen aus Psychologie, Medizin und Schulsozialarbeit zu Wort. Auch Themen wie Suchterkrankungen, Depression und Suizidversuche, von denen queere Jugendliche stärker betroffen sind, werden aufgegriffen. Das Buch leistet einen wichtigen Beitrag zur Sensibilisierung von Erwachsenen und dem Sichtbarmachen von individuellen Geschichten queerer Jugendlicher. Die Buchvernissagen finden am 29.11. in Zürich im ComedyHaus und am 2.12. in Bern im PROGR statt. Weitere Informationen und Lesungen findet ihr auf www.queerkids.ch.

«Queer Kids. 15 Porträts» von Christina Caprez mit Fotografien von Judith Schönenberger, 2024. 248 Seiten.



Limmat



Veränderungen

Unsere Redaktionsleitung Joelle Löw berichtet von neuen Wegen und Plänen für das HAZ-Queer Magazin.

Seit über 50 Jahren gibt es eine gedruckte Form des HAZ-Queer Zürich Magazins. Das erste Infomittelungsblatt der HAZ wurde schon 1972 versandt! Heute ist das Infoblatt ein volles Magazin und ein wichtiges Sprachrohr für Themen der Community in unserer vielfältigen HAZ-Queer Mitgliedschaft und darüber hinaus. Die Inhalte für das Magazin werden von unserem Kernteam und Gastautor*innen mit viel Aufwand aufbereitet. Sie reichen von ausführlichen Interviews über Hintergrundartikeln zu Schwerpunktthemen aus der Community bis hin zu Neuigkeiten aus der queeren Welt und Kulturtipps. Diese spannenden Inhalte möchten wir ab 2025 auch einem breiteren Publikum zugänglich machen und haben uns darum entschieden, eine Online-Redaktion aufzubauen. Dafür brauchen wir dich! Weitere Infos findest du in der Box. Im nächsten Jahr werden wir Artikel aus unserem Magazin nicht nur in gedruckter Form, sondern auch online und auf Social Media veröffentlichen, und zwar das ganze Jahr über. Im Zusammenhang mit dem Aufbau unserer digitalen Präsenz werden dann nur noch zwei gedruckte Ausgaben in deinen Briefkasten flattern oder an deinem Ort des Vertrauens ausgelegt. Das nächste gedruckte Magazin wird im Sommer 2025 erscheinen – pünktlich zur Pride. Und bereits davor

werdet ihr natürlich von uns hören mit digitalen Inhalten. Ich muss mich für diese nächste Ausgabe verabschieden, da auch ich mich einem neuen Projekt widme: Im April werde ich Mama von Zwillingen! Julia Grell – Schreibende, Kernmitglied der Redaktion, Lektorin und rasende Reporterin – hat bereits in dieser Ausgabe tatkräftig mitgewirkt, und wird mich als Chefredaktorin vertreten. Wir sehen uns wieder zur Herbstausgabe 2025...

Wir suchen kreative Menschen, die unsere Online-Redaktion von Anfang an mitgestalten. Du arbeitest eng mit unserem Magazin-Team zusammen und hilfst dabei, Inhalte zu erstellen und zu veröffentlichen – von monatlichen Online-Artikeln bis hin zu regelmässigen Social Media Posts. Gemeinsam bringen wir die HAZ-Queer Zürich ins digitale Zeitalter und erreichen so noch mehr Menschen aus der queeren Community. Mit deiner Hilfe machen wir die HAZ zu einer Plattform, die nicht nur breiter, sondern auch vielfältiger wird. Du kannst deine Ideen einbringen, dich kreativ austoben und einen echten Beitrag dazu leisten, unsere Community zu stärken. Wenn du Lust hast, Teil dieses Projekts zu sein, melde dich unter info@haz.ch.

2024 war für HAZ – Queer Zürich geprägt von Wachstum, kreativen Lösungsansätzen und intensiver Arbeit an der Zukunftsstrategie des Vereins. Hier fassen wir die wichtigsten Ereignisse, Fortschritte und neuen Initiativen zusammen.

1. Retraite und Zukunftsstrategie (Februar 2024)

Der Start ins Jahr war dynamisch: Am 3. Februar 2024 fand die jährliche Vorstandsretraite der HAZ – Queer Zürich in Schaffhausen statt. Im Fokus standen wichtige Themen wie die strategische Ausrichtung des Vereins, die nachhaltige Finanzierung der Angebote und insbesondere die Zukunft des HAZ-Magazins. Vorstand, Geschäftsstelle und die Chefredaktion erarbeiteten dabei gemeinsam kreative Lösungen und Pläne, die zur Weiterentwicklung des Vereins beitragen sollen. Einige dieser Ideen wurden bereits auf der Generalversammlung im April den Mitgliedern präsentiert. Andere Veränderungen benötigen mehr Zeit und wurden im September in der ersten offiziellen Arbeitsgruppenveranstaltung präsentiert.

2. Finanzen und Budgetplanung

Der Jahresabschluss 2023 sowie das Budget 2024 wurden von der General-

versammlung am 24. April 2024 genehmigt. Unser Fokus bei den Finanzfragen liegt auf der nachhaltigen Weiterführung unserer Projekte und der Stärkung unserer Angebote für die LGBTQIA+ Community in Zürich. Dabei bereiteten wir uns bereits 2024 auf die Verhandlungen einer neuen Leistungsvereinbarung mit der Stadt Zürich vor, die Anfang 2025 ansteht.

3. Wechsel in der Beratung

Nachdem Hannes Rudolph nach jahrelanger Unterstützung die Transberatung abgegeben hat, konnten wir mit Giu Schmid erneut eine äusserst kompetente Person gewinnen. Giu ist seit Mitte Februar die neue Ansprechperson für alle Fragen zur Geschlechtsidentität und bietet wertvolle Unterstützung und Inputs für die HAZ – Queer Zürich generell.

Auch unser langjähriger Berater für Sexuelle Orientierung, Roman Kubli, beendete seine Tätigkeit für uns per

Ende November. Bei Redaktionsschluss dieser Ausgabe lief die Suche nach seiner Nachfolge noch.

4. Generalversammlung und neue Schwerpunkte (April 2024)

Am 26. April fand die jährliche Generalversammlung statt, bei der gemeinsam mit den Mitgliedern das vergangene Vereinsjahr reflektiert und über die Zukunft der HAZ – Queer Zürich diskutiert wurde. Ein zentrales Thema war die Schaffung von mehr Angeboten für mehrfach marginalisierte Personen. Intersektionalität rückte dadurch stärker in den Fokus der Vereinsarbeit. Auch die Stärkung bestehender Gruppen und die Intensivierung der Zusammenarbeit mit Freiwilligen gehörten zu den besprochenen Schwerpunkten.

5. Erweiterung der HAZ Bibliothek

Im Mai 2024 wurde die HAZ Bibliothek um zwei neue Buchclubs erweitert, die im Regenbogenhaus angesiedelt sind. «Between the Lines», ein englischsprachiger Literaturclub, trifft sich alle zwei Monate donnerstags. Zusätzlich fand am 29. Mai 2024 das erste Treffen eines neuen Science-Fiction-Buchclubs statt. Diese Erweiterungen fördern den kul-

turellen Austausch innerhalb der Community und bieten neue Anknüpfungspunkte für alle Interessierten.

6. Queer Joy Company – Neue Eventgruppe

Ein weiteres Highlight des Jahres war die Gründung der Queer Joy Company, einer neuen Event-Arbeitsgruppe innerhalb der HAZ – Queer Zürich. Ihre erste offizielle Veranstaltung fand am 25. Mai 2024 statt: Ein bunter Karaoke-Abend im Regenbogenhaus Zürich, bei dem die Teilnehmenden ihre Lieblingslieder in einer freundlichen und inklusiven Atmosphäre performen konnten. Solche Veranstaltungen schaffen nicht nur Freude, sondern auch Raum für Zusammenhalt und Ausdruck innerhalb der Community.

7. Parlamentarische Vernetzung

In Vorbereitung auf den Pride Monat im Juni 2024 wurde eine neue parlamentarische Gruppe ins Leben gerufen. Ziel dieser Initiative ist es, queere Politiker*innen miteinander zu vernetzen und gemeinsame Interessen zu vertreten. Das erste Vernetzungstreffen mit Parlamentarier*innen aus dem Gemeinderat der Stadt

Zürich markierte den Auftakt dieser wichtigen politischen Arbeit.

8. Kampagne «Nein zur Genderstern-Initiative»

Im Sommer initiierten die HAZ – Queer Zürich das breit aufgestellte Abstimmungskomitee gegen die diskriminierende Initiative «Tschüss Genderstern» der SVP. Gemeinsam mit vielen anderen Parteien und Organisationen setzten wir uns dafür ein, dass die Stadtverwaltung der Stadt Zürich ihre Bürger*innen auch weiterhin mit einer inklusiven Sprache ansprechen kann. Diese Kampagne ist ein bedeutendes Zeichen gegen Ausgrenzung und für die

Anerkennung von Vielfalt: www.gegenausgrenzung.ch

9. Verstärkung des IT-Teams

Mit dem Dazustossen von Roj Feiner zum IT-Team im Sommer 2024 konnten wir bedeutende Fortschritte in der Optimierung unserer IT-Infrastruktur erzielen. Roj wird sich insbesondere um die Betreuung der Website sowie die Weiterentwicklung unserer digitalen Angebote kümmern.

10. Arbeitsgruppen und neue Strukturen

Ein weiterer Schwerpunkt in diesem Jahr lag auf der Professionalisierung und Unterstützung der HAZ-Arbeits-

gruppen. Im September 2024 fand ein Austauschtreffen statt, bei dem unter anderem ein neuer **Code of Conduct** vorgestellt wurde. Zudem wurden Check-In- und Feedbackmöglichkeiten eingeführt, die das gesamte Vereinsjahr über genutzt werden können. Künftig werden auch Workshops und Weiterbildungen fest in die AG-Strukturen integriert, um die Arbeit innerhalb der Gruppen noch reibungsloser zu gestalten.

11. Blick in die Zukunft: Online-Redaktion 2025

Ein spannendes Vorhaben für das kommende Jahr ist der Aufbau einer **Online-Redaktion** für das HAZ Magazin. Diese soll ab 2025 offiziell starten und eine stärkere Präsenz in den sozialen Medien und online ermöglichen. Wir suchen aktuell freiwillige Helfer*innen, die uns bei dieser Umsetzung unterstützen möchten.

ALLE HAZ-GRUPPEN UND -TREFFS 2024: NAMEN, FAKTEN, ZAHLEN

Gruppe	Wann?	Anzahl Treffen 2024
Aspec-Gruppe	05.12.2024/16.01.2025	11
Bi-Gruppe	1. Donnerstag des Monats	11
Regenbogennacht	1. Freitag des Monats	10
Spiele-Treff	3. Samstag im Monat	11
FLINTA-Treff	1. Freitag des Monats	10
FLINTA English	Paused at the Moment	4
FLINTAQ* Treff Ü40	Letzter Freitag des Monats	11
Gay Opinions	1. Mittwoch des Monats	7
Poly-Gespräch	26.11.2024/31.12.2024	12
Nonogamy*	24.11.2024	10
Bibliothek Queer Lesen	2x im Monat (Kalender)	18
Bibliothek Sci-fi	1x im Monat (Kalender)	8
Bibliothek Between the Lines	Alle 2 Monate (Kalender)	5
Bibliothek Kinderbuchlesung	HAZ Kalender (Kalender)	2
Neuroqueers	1. Sunday of the Month	10
Quinky Stammtisch	03.12.2024	12
Queer Joy Company	Unregelmässige Events	1
Femme Butch Gruppe	Alle zwei Monate / 27.11.2024	6
Trans-Treff	Jeden 2. Donnerstag des Monats	12
Rainbow Lounge	Auf Anfrage	12
Queermix	1. Wednesday of the Month	12

QUEER NIGHT JEDEN 4TEN DONNERSTAG IM MONAT
18 Uhr bis Mitternacht
 WWW.RENOS-RELAX.CH
 COME AS YOU ARE
 SAUNA RENOS RELAX
 Brauerstrasse 16
 CH - 8004 Zürich
 +41 44 291 63 62

HAZ – QUEER TREFFEN UND GRUPPEN



Bi-Gruppe

1. Donnerstag des Monats

Moderierte Gesprächsgruppe für erwachsene, bisexuelle Menschen und Menschen, die sich fragen, ob sie bi sind.

Aspec-Gruppe

05.12.2024/16.01.2025

Gesprächsgruppe für Menschen, die auf dem aromantischen und/oder asexuellen Spektrum sind und solche, die sich fragen, ob sie auf den Spektren sind.

Regenbogenznacht

1. Freitag des Monats (wir suchen eine neue Leitungsperson)
Gemütliches Essen und Trinken zu sensationell günstigen Preisen für alle, die Lust auf queere Gesellschaft haben.

Spiele-Treff

3. Samstag des Monats

Für alle, die gern in queerer Gesellschaft Brettspiele, Kartenspiele oder Pen&Paper-Rollenspiele spielen.

FLINTA-Treff

1. Freitag des Monats

Beisammensein für lesbische und bisexuelle Frauen sowie non-binäre Personen, organisiert von der Lesbenberatung.

FLINTAQ*-Treff Ü40

Letzten Freitag des Monats

Beisammensein für lesbische, bisexuelle Frauen sowie non-binäre Personen über 40. Andrea und Monika freuen sich auf euch.

English FLINTA-group

Paused at the moment (we are looking for new activists)

Get-together in a cozy atmosphere: conversations, sharing of experiences, sometimes activities.

Gay Opinions

1. Mittwoch des Monats

Schwule Männer haben zu allem eine Meinung? Möchtest du deine mit uns teilen? ;) In der neuen themenorientierten Gesprächsgruppe für schwule und queere Männer geht es genau darum.

Poly-Gespräch

31.12/28.01/25.02/25.03./27.04

Austausch zu Polyamorie, offenen Beziehungen und alternativen Beziehungsformen.

Nonogamy*

08.12/12.01/18.02/27.03/20.04

Talk about polyamorous relationships in English. Jenny and Muriel are excited to meet you.

Bibliothek im Regenbogenhaus

Die Bibliothek im Regenbogenhaus beherbergt diverse Bücher auf Deutsch und Englisch, für Kinder, Jugendliche und Erwachsene zu LGBTQIA+ Themen. Die Bibliothek organisiert verschiedenste Events wie die Queer-Beet-Lesung oder Kinderbuchlesungen. Die nächsten Termine finden sich im Kalender.

Neuroqueers

1st Sunday of the Month

A monthly group for people who identify as queer and autistic, to craft, hang out, meet new people or chill. (The group is hosted in English)

Quinky Stammtisch

08.12/12.01/18.02/27.03/20.04

Ein Treffen für Queers, die sich für kinky Themen interessieren.

Queer Joy Company

Die Queer Joy Company ist eine neue Veranstaltungsgruppe, welche verschiedenste queere Events veranstaltet.

Femme Butch Gruppe

27.11.2024 Zurzeit pausiert (wir suchen eine neue Leitungsperson)
Die Gruppe richtet sich an alle, die sich auf dem Femme-Butch-Spektrum verorten, einschliesslich trans und nonbinary Personen.

Trans-Treff

Jeden 2. Donnerstag des Monats

Moderierte Selbsthilfegruppe für trans Personen in Kooperation mit dem TGNS.

Rainbow Lounge

Daten auf Anfrage

Ein Angebot für LGBTQIA+ Refugees

Queermix

1st wednesday of the month

Queermix is a loosely moderated English discussion group every first Wednesday of the month.

Suchst du eine neue Ärztin?

Auf geplaper.ch findest du Gesundheitsfachpersonen, die diskriminierungssensibel arbeiten.

Das schweizweite Verzeichnis sammelt positive Erfahrungen von Patient:innen - persönlich, anonym und communitybasiert.

Geplaper wächst durch deine Mithilfe: Hast du bereits eine respektvolle Gynäkolog:in, Psychotherapeut:in oder Logopäd:in? Dann empfehle sie auf geplaper.ch. Deine persönliche Erfahrung zählt.



geplaper.ch
[@geplaper](https://twitter.com/geplaper)

Illustrationen: Anna Weber