



Bin ich **lesbisch, bi, pan, asexuell, queer** oder doch **hetero**?

Wo treffe ich andere Frauen*, die (auch) Frauen* lieben?

Coming-out sollte doch heute kein Problem mehr sein, warum habe ich dann Angst?

Warum merke ich erst jetzt, dass ich nicht (nur) hetero bin?

Bin ich allein mit meiner Unsicherheit?

Welche Rolle möchte ich Begehren überhaupt in meinem Leben einräumen?

Bin ich queer genug, um dazuzugehören?

Wie kann ich **mich selbst und meine sexuelle Orientierung** besser akzeptieren?

Sich selbst über das eigene Empfinden klar zu werden, ist das eine.
Sich damit gut zu fühlen und einen guten Weg zu finden, ob/wem/wie ich mich anderen zeigen möchte, das andere.

Wir bieten daher eine Coming-out- und Empowermentgruppe für Frauen* an.

Das Angebot soll allen **Frauen* jeden Alters** Möglichkeiten bieten,

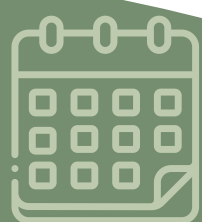
im eigenen Tempo individuelle Fragen zu klären,

sich mit anderen in ähnlichen Situationen auszutauschen

und konkrete Unterstützung zu erhalten,

wenn nötig und gewünscht.

Termine



Anmeldung ab sofort möglich!

10 - 12 Treffen: jeweils 18.30 - 20.30 Uhr

28.10.25 - 4.11 - 18.11 - 2.12 - 16.12

6.1.26 - 27.1 - 3.2 - 10.2 - 24.2 - 3.3 & 10.3

ersten beiden Treffen Kennenlernen,
danach Entscheidung ob Teilnahme

Es ist ein **Vorgespräch** für die Gruppe erforderlich, hierfür bitte unter filiz.kurtulus@rubicon-koeln.de für weitere Infos melden.

Kosten für die Gruppe

Spendenempfehlung: 40 - 150 €

Es gibt ein Kontingent an Soliplätzen, bitte schreibt uns dafür gerne.

Veranstaltungsort der Gruppe

rubicon e. V. in Köln

www.rubicon-koeln.de

Frauen*



Frauen* meint alle Frauen. Egal ob cis, trans oder inter.

Die Gruppe ist auch offen für alle nicht-binäre Menschen & Personen, die sich überwiegend dem weiblichen Geschlecht zugehörig fühlen und sich damit beschäftigen eventuell nicht in die heterosexuelle Norm zu passen. Der Fokus der Gruppe liegt auf der sexuellen Orientierung und nicht auf geschlechtlicher Identität.

Bei Fragen oder Unsicherheiten, ob die Gruppe für dich passend sein könnte, melde dich gerne bei uns.

COMING OUT- UND EMPOWERMENT- GRUPPE FÜR FRAUEN*



Kontakt

Die Gruppe wird professionell begleitet



Mirja Fehm (sie) und Filiz Kurtulus (sie) arbeiten beide in der psychosozialen Beratung im rubicon und bieten verschiedene Gruppenangebote an. Die CO- und Empowermentgruppe leiten beide seit einiger Zeit gemeinsam an.

Für die Gruppe sind eine Anmeldung und ein Vorgespräch erforderlich:
filiz.kurtulus@rubicon-koeln.de

Organisiert und durchgeführt von:

rubicon.

lesbisch, schwul, queer