

## GRUPPENANGEBOTE

### Trans\*normal

An jedem 1. und 3. Freitag im Monat ab 19.00 Uhr, bis einschließlich 26 Jahre. Trans\*normal ist die Gruppe für alle trans\* Menschen, Gender-queere oder die, die sich nicht sicher sind oder sich nicht definieren wollen. Anmeldungen für Trans\*normal sind nicht nötig. Sollten extra Beratungen gewünscht sein, gern vorab eine Mail an [info@qwir.de](mailto:info@qwir.de) senden.

### Trans\*normal Eltern- bzw. Bezugspersonentreffen

Am 1. Freitag jedes „geraden“ Monats findet ab 19.00 Uhr im Rahmen von Trans\*normal ein Eltern- bzw. Bezugspersonentreffen statt. Eine Anmeldung ist nicht nötig.

### TransTendenz

Wir sind eine Gruppe von Menschen, die alle auf ihre Weise in Richtung „trans\*“ tendieren. Alle Menschen, die zwischen den Geschlechtszuordnungen „Mann/Frau“, in ihnen, darüber hinaus oder jenseits davon leben, sind bei uns herzlich willkommen. Wir freuen uns auch über Angehörige, Freunde oder aufgeschlossene Interessierte. Kontaktiert uns unter [transtendenz@gmx.de](mailto:transtendenz@gmx.de) oder kommt einfach vorbei!  
Treffpunkt: jeder 1. Montag im Monat, ab 19:30 Uhr im mhc-Café

„Switch“ – Trans\*Selbsthilfe in Hamburg  
Selbsthilfegruppe für Trans\*Menschen, Freunde und Angehörige und Interessierte.  
2. Dienstag. 19:00 Uhr mhc-Café und Saal.  
Info und Kontakt: Tel. 0176.294 973 23,  
[info@switch-hh.de](mailto:info@switch-hh.de), [www.switch-hh.de](http://www.switch-hh.de)

Das mhc berät und unterstützt beim Aufbau neuer Gruppen. Weitere Gruppen und Angebote befinden sich im Hausflyer des mhc.

## mhc - CAFÉ

Montag - Donnerstag 17.30 Uhr - 23.00 Uhr (Küche bis 22.00 Uhr)  
Freitag 17.00 Uhr - 02.00 Uhr (Küche bis 24.00 Uhr)  
Samstag Ruhetag (außer bei Veranstaltungen)  
Sonntag 15.00 Uhr - 20.00 Uhr

## trans\* beratung

### TERMINE / KONTAKT

#### Trans\*beratung

Telefon: 040.280 58 540  
[transberatung@mhc-hamburg.de](mailto:transberatung@mhc-hamburg.de)

#### Akzeptanzarbeit

Telefon: 040.650 551 29  
[transakzeptanz@mhc-hamburg.de](mailto:transakzeptanz@mhc-hamburg.de)  
[www.mhc-hamburg.de](http://www.mhc-hamburg.de)

### SPENDEN / UNTERSTÜTZUNG

mhc e. V., Sozialbank,  
IBAN: DE30 2512 0510 0007 4947 00  
BIC: BFSWDE33HAN

Das Beratungsangebot ist kostenlos und wird über Spenden abgesichert. Unsere Arbeit kann finanziell, durch eine Mitgliedschaft / Fördermitgliedschaft oder durch ehrenamtliche Mitarbeit unterstützt werden. Wir würden uns freuen, wenn auch Sie die Arbeit im mhc e.V. mit einer einmaligen oder regelmäßigen Spende fördern. Spenden sind steuerlich absetzbar.

*Unterstützen Sie das mhc dauerhaft und werden Sie Mitglied im mhc e.V.*

*Mitgliedsanträge liegen im mhc aus und stehen als Download auf der mhc-homepage zur Verfügung.*

### SO FINDEN SIE UNS

Borgweg 8  
22303 Hamburg

U3, Metrobus 6 und Bus 179  
bis Borgweg (Stadtspark)



Wir bedanken uns bei der Freien und Hansestadt Hamburg für die Förderung der Beratungsstellen, der Jugendarbeit und der Aufklärungsarbeit

#### IMPRESSUM:

mhc e.V. (Magnus-Hirschfeld-Centrum) • Borgweg 8 • 22303 Hamburg • Stand: 07 / 2019

## selbstbewusst trans\*

# Selbstbewusst trans\*

## Beratung und

## Akzeptanzarbeit

040.280 58 540

[www.mhc-hamburg.de](http://www.mhc-hamburg.de)  
[transberatung@mhc-hamburg.de](mailto:transberatung@mhc-hamburg.de)

Das Magnus-Hirschfeld-Centrum ist ein Beratungs-, Kommunikations-, Kultur- und Jugendzentrum für lesbische, bisexuelle, schwule, trans\* und queere Menschen. Die Beratungsstelle für LSBT\* arbeitet eng mit den Bereichen Jugend- und Elternarbeit sowie dem Aufklärungsprojekt „Soorum“ und der Queeren Vernetzung zusammen.

Das Projekt „selbstbewusst trans\*“ vereint psychosoziale Beratung sowie Akzeptanz- und Vernetzungsarbeit, um die Lebenssituation von trans\*Personen zu verbessern.

## TRANS\*BERATUNG

Die Trans\*Beratung bietet trans\* Personen und allen weiteren Personen mit Fragen zu Geschlechtsidentität professionelle Beratung an. Die Beratung steht auch An- und Zugehörigen (Eltern, Partner\*innen, Freund\*innen etc.), sowie Fachkräften offen. Wir beraten auch Kinder, Jugendliche und ihre Familien.

Die Beratung ist ein Ort, an dem Menschen unterstützt werden können und ergebnisoffen über Fragen und Bedürfnisse gesprochen werden kann. Sie versteht sich als ein Ort, wo Personen in ihrer Körperlichkeit und ihren Selbstdefinitionen akzeptiert werden. Die Beratungsstelle stellt keine medizinischen Diagnosen oder Indikationen für geschlechtsangleichende Maßnahmen aus.

Das Angebot ist vertraulich und kostenfrei. Der gemeinnützige Verein mhc e.V. freut sich jedoch über Spenden.

Das Beratungsteam ist selbst trans\* oder hat biografisches Wissen zu geschlechtlicher Vielfalt. Wir haben derzeit keine inter\* Personen im Beratungsteam. Wir stehen jedoch im Austausch mit inter\* Berater\*innen und versuchen inter\* Themen mit zu berücksichtigen.

Bei Bedarf können wir Beratung auf Englisch anbieten. Bei anderen Sprachen bemühen wir uns darum, eine\*n Sprachmittler\*in zu organisieren. Zurzeit können wir trans\*sensible Sprachmittler\*innen für Arabisch, Persisch und Kurdisch, Spanisch und Französisch anbieten.

Beratungsthemen können z.B. sein:

- Klärung von Wünschen und Zielen
- Coming Out
- Transition (z.B. körperangleichende Maßnahmen und Namens- und Personenstandsänderungen)
- De-Transition/2. Transition (z.B. Absetzen von Hormonen etc.)
- Persönliche Krisen und Belastungen
- Diskriminierungs- und Gewalterfahrungen
- Beziehungen, Familie und Sexualität
- Informationen zu Selbsthilfe-Gruppen und Freizeit-/Szene-Angeboten
- Themen, bei denen Geschlecht und Identität nicht im Fokus stehen und trotzdem ein Schutzraum gesucht wird.

## WAS MEINEN WIR MIT TRANS\*?

Mit trans\* meinen wir alle Menschen, die sich nur teilweise, nicht oder nicht immer mit dem bei ihrer Geburt oder im späteren Leben zugewiesenen Geschlecht identifizieren z.B. transsexuelle, transidente und transgender Frauen oder Männer, Personen mit trans\* Vergangenheit und nicht-binäre Menschen (genderqueer, agender etc.). Wir begreifen trans\* Geschlechtlichkeit als eine gleichwertige Variation von Geschlecht und nicht als Krankheit/Störung.

## VERNETZUNGS- UND AKZEPTANZARBEIT

Dieser Projektbereich leistet Akzeptanz- und Vernetzungsarbeit mit dem Ziel Diskriminierungen im Alltag, im Gesundheitswesen, Verwaltung, Arbeitsmarkt und anderen Bereichen abzubauen. So soll die Lebenssituation von trans\* Menschen verbessert werden und die gesellschaftliche Akzeptanz erhöht werden.

Dazu gehören:

- **Runder Tisch Trans\* Norddeutschland:** seit 2010 dient der Runde Tisch der interdisziplinären Vernetzung, dem Austausch und der gegenseitigen Sensibilisierung von Selbsthilfegruppen, Behandler\*innen, Beratungsstellen und weiteren mit dem Thema befassten Institutionen.
- Weitere Vernetzungsarbeit zu spezifischen Themen
- Gremienarbeit zur Akzeptanzförderung
- Öffentliche Veranstaltungen
- Bereitstellung und Pflege eines Info- und Hilfewegweisers

