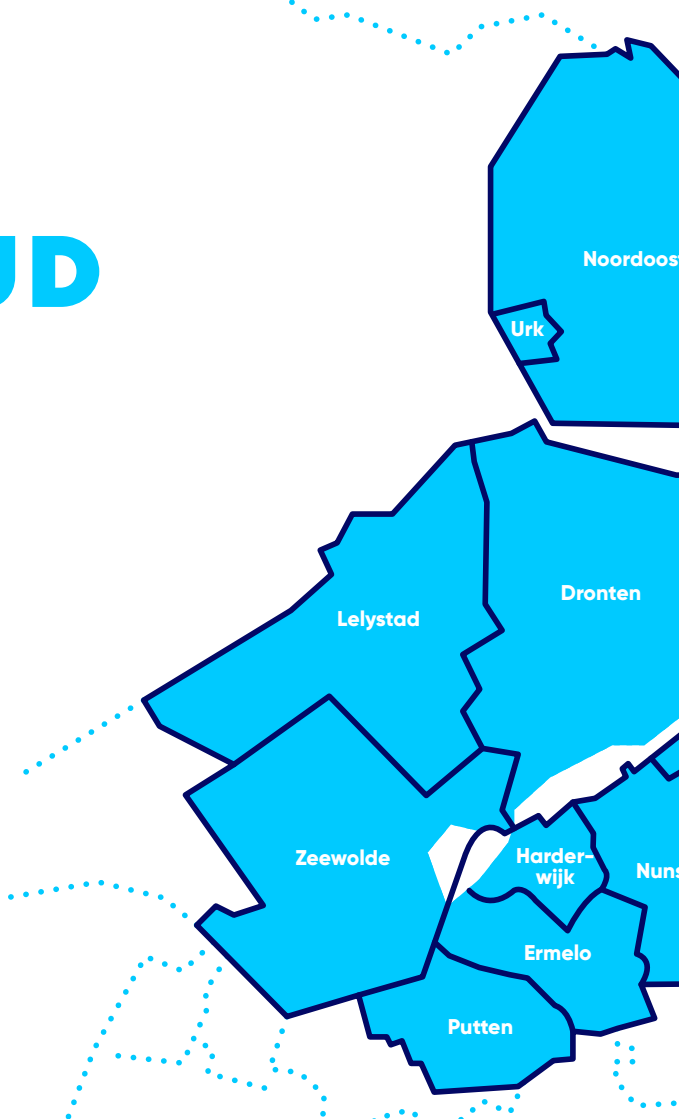
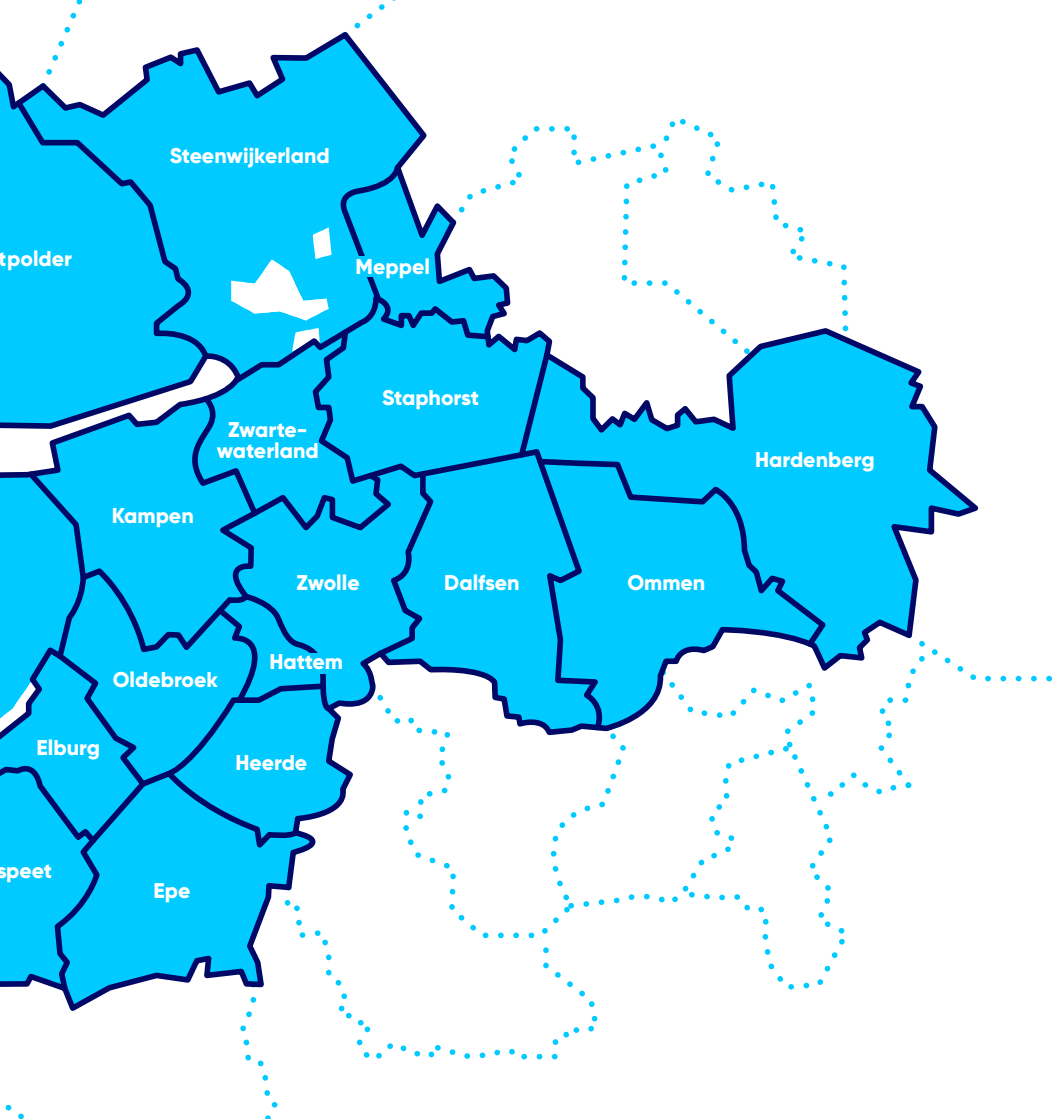




INHOUD

4	COC Zwolle
5	Wat wij doen
6	Wergroepen ontmoeting
16	Wergroepen infostroom
20	Feesten
21	Veiligheid
22	Support
24	Help mee
26	Contact & Socials
27	Colofon



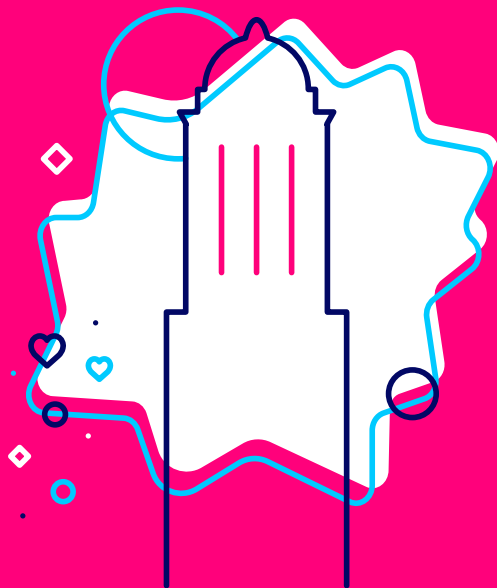


COC ZWOLLE

COC Zwolle maakt zich al meer dan 40 jaar sterk voor de belangen van lesbische vrouwen, homoseksuele mannen, biseksuelen, trans- en intersekse personen (lhbti+-ers).

We zetten ons in voor gelijke rechten, emancipatie en sociale acceptatie van lhbti+-ers in onze regio. We streven naar een samenleving waar mensen zich tot hun volle potentieel kunnen ontwikkelen, ongeacht hun seksuele oriëntatie, genderidentiteit of -expressie en geslachtskenmerken.

COC Zwolle treedt daarom op als belangenbehartiger van lhbti+-ers, geeft informatie en advies, verzorgt voorlichtingen, gaat in gesprek en organiseert activiteiten.

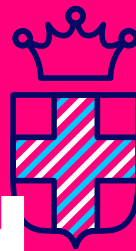


2000+ bezoekers

260+ leden

80+ vrijwilligers

...en groeiende



WAT WIJ DOEN

Belangenbehartiging

COC Zwolle is als lhbtï-belangenbehartiger vertegenwoordigd in politieke en bestuurlijke overlegorganen. We werken samen met gemeenten, onderwijsinstellingen en lokale overheden aan integratie, zichtbaarheid en bespreekbaarheid van seksuele en genderdiversiteit. Met politie en justitie bespreken we de veiligheid van lhbtï's in onze regio.

Ontmoeting

COC Zwolle stimuleert en faciliteert ontmoetingen en activiteiten die in lijn zijn met onze doelstelling dat iedereen zichzelf kan, mag en durft te zijn. We organiseren bijeenkomsten voor lhbtï+ jongeren tot 18 jaar, transgender personen, ouderen, biculturele lhbtï+-ers en lhbtï+-ers met een beperking. Daarnaast organiseren we

sprekuren voor lhbtï-vluchtelingen. Ook staat er regelmatig een gezellig COC-feest op de agenda.

Voorlichting

COC Zwolle verzorgt voorlichtingen aan leerlingen of studenten op scholen maar ook in buurthuizen of religieuze instellingen, om deelnemers kennis te laten maken met seksuele diversiteit en genderidentiteit. De voorlichtingslessen zijn interactief en laten de deelnemers nadenken over hun eigen normen en waarden ten aanzien van seksuele diversiteit, discriminatie en het pesten van lhbtï+-ers.



CAFÉ OKÉ

Café Oké biedt een gezellige plek waar lhbt+-ers met een (licht) verstandelijke en/of lichamelijke beperking zichzelf kunnen zijn en elkaar kunnen ontmoeten.

Ook mensen zonder lichamelijke of verstandelijke beperking zijn welkom bij Café Oké, mits ze zich openstellen voor het doel en de doelgroep van deze activiteit. Elke eerste zaterdagmiddag van de maand ben je van harte welkom bij Café Oké in de Enk in Zwolle.

Naast ontmoetingen in het maandelijkse café bezoeken we soms samen evenementen zoals Roze Zaterdag of een Café Oké elders in het land.

De bezoekers van Café Oké Zwolle zijn mannen en vrouwen van alle leeftijden en komen uit de wijde omgeving van Zwolle.

Nieuwsgierig naar **Café Oké**?

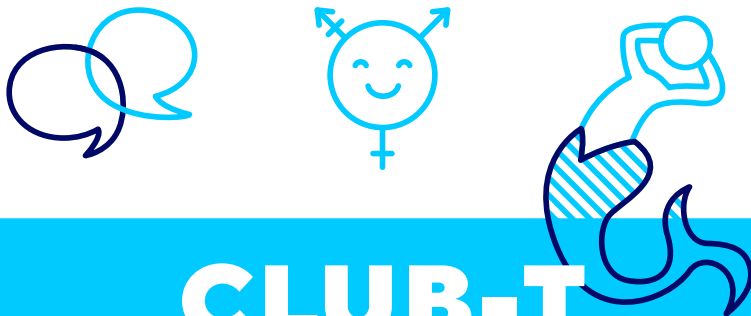
Zoek ons op op Facebook:



CafeOkeCocZwolle

Je kunt ons ook mailen naar:

cafe-oke@coczwolle.nl



CLUB-T

Club-T is voor transmannen en transvrouwen. Maar ook voor cross-dressers, genderqueers en voor mensen die nog zoekende zijn naar hun genderidentiteit. Kortom, voor iedereen die zich om welke reden dan ook verbonden voelt met de transgendergemeenschap.

Club-T maakt zich sterk voor sociale acceptatie, zichtbaarheid en gelijke samenleving.

Club-T organiseert maandelijks een bijeenkomst bij Stichting Focus in Zwolle, met een ontspannen en informatief karakter. Het is een veilige

omgeving om jezelf te kunnen zijn en anderen te ontmoeten. Ook bestaat de mogelijkheid om iemand mee te nemen van je vrienden of familie. Eén keer per maand is er een Club-T Spreekuur op donderdag of vrijdag. Tijdens dit spreekuur kun je bij ons terecht voor een één-op-één gesprek, informatie, begeleiding of andere (persoonlijke) zaken.

Meer weten over Club-T?

www.clubt.nl

clubt@coczwolle.nl



cocClubTZwolle



ClubTZwolle



CONNECTED

‘Voor het eerst in mijn leven kan ik praten over mijn homoseksualiteit, zonder dat ik veroordeeld, uitgescholden of genegeerd wordt’.

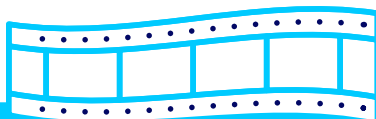
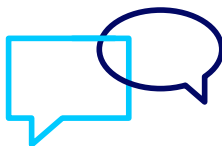
De werkgroep Connected van COC Zwolle organiseert spreekuren en bijeenkomsten voor lhbt+-vluchtelingen. Verbonden zijn, connected, dat wil iedereen. Ieder mens wil ergens bij horen en in vrijheid leven. Lhbt+-ers uit bijvoorbeeld Jamaica, Oeganda, Nigeria, Syrië, Oekraïne en Rusland vluchten naar Nederland, omdat zij in hun eigen land niet mogen zijn wie ze zijn.

Connected biedt op verzoek van een vluchteling een luisterend oor, we faciliteren kennismakingen, fungeren als vraagbaak en verwijzen door naar de juiste instanties. Connected werkt samen met het COA en met vluchtelingenwerk Midden-Nederland en is actief in AZC Dronten, AZC Hardenberg en AZC Luttelgeest.

Wil je ook **connecten?**

Connected heeft een besloten facebook-pagina en is bereikbaar via e-mail:

connected@coczwolle.nl



EXPRESZO

ExpresZo is een maandelijkse bijeenkomst voor lhbt+-jongeren tussen de 18 en 26 jaar oud. Het wordt iedere tweede maandag van de maand georganiseerd bij Café de Gezelligheid in Zwolle. Ben je 18, of ouder dan 18 jaar, en wil je eens iets anders doen dan een feestje? Dan zit je bij ExpresZo op de juiste plek!

Eens in de drie maanden wordt er ook een uitje naar bijvoorbeeld de bioscoop of escape-room georganiseerd. Geef je hiervoor wel van tevoren op.

Meer weten over **ExpresZo**?

Zoek ons op op Facebook:



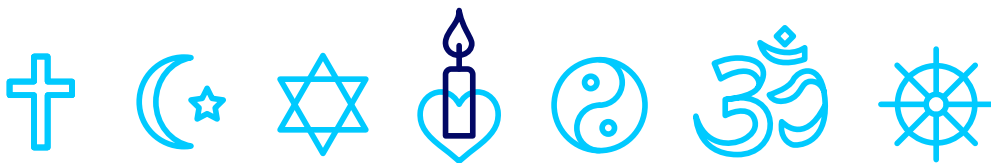
facebook.com/groups/expreszozwolle



expreszozwolle

Of stuur ons een e-mail:

expreszo@coczwolle.nl



LHBTI & GELOOF

Help, ik ben religieus en lhbt+-er... Kan dit? Hoe moet ik omgaan met reacties uit mijn omgeving, zoals bijvoorbeeld van mijn familie of mijn geloofsgemeenschap? Hoe kan ik me thuisvoelen met mijn seksuele- en genderidentiteit bij de geschriften zoals de Bijbel, de Koran, de Torah/ Tenach, etc?

Herken je je in bovenstaande of wil je gewoon (anoniem) contact hebben met iemand om je verhaal te doen, handvatten te krijgen of gewoon eens praten over jouw situatie?

Of ben je juist op zoek naar gelijkgestemden en wil je graag met hen praten over de dingen waar jij tegenaan loopt? Ook dat kan! We willen een maandelijkse bijeenkomst organiseren. We willen dat ontmoeten en het uitwisselen van ervaringen centraal staan.

Wil je meer weten?

Mail ons dan naar:

geloof@coczwolle.nl



JONG&OUT

Jong&Out is van, voor en door jongeren tot 18 jaar. Elke derde zaterdagmiddag van de maand is er een meeting in Zwolle, in de bovenzaal van café De Gezelligheid. Hier leer je andere lhbt+-jongeren kennen, op een ontspannen manier en in een veilige omgeving. Je kunt meedoen aan activiteiten of gewoon gezellig rondhangen en kletsen. Niets is verplicht. Ben je homo, lesbo, bi, trans of iets ertussenin en jonger dan 18 jaar, dan ben je van harte welkom.

Op de landelijke website van Jong&Out zijn duizenden jongeren zoals jij actief. Maak een profiel aan op www.jongenout.nl en kom met ze in

contact. Op de site vind je ook informatie over alle meetings in het land en een actief forum.

Op de hoogte blijven van activiteiten van Jong&Out Zwolle?

Volg ons op facebook en/of instagram en mis niks meer!



[jongenoutzwolle](https://www.facebook.com/jongenoutzwolle)



[jongenoutzwolle](https://www.instagram.com/jongenoutzwolle)

jongenout@coczwolle.nl



RESPECT2LOVE

COC Zwolle vindt het belangrijk dat er een community is voor lhbt+-ers met een biculturele achtergrond, daarom is Respect2Love Zwolle opgericht. Als je omgeving je niet accepteert zoals je bent, is het niet eenvoudig jezelf te zijn. Respect2Love is dé plek waar jij terecht kan, ongeacht je culturele achtergrond en geloof. Wij geven informatie, advies en organiseren bijeenkomsten. Je kunt ook zelf actief worden. Tijdens een meeting willen we elkaar beter leren kennen op een veilige locatie waarbij voor eten en drinken wordt gezorgd.

**Wil je weten wanneer
de volgende meeting is?**

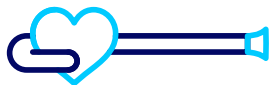
Zoek ons op op Facebook:



R2Lcoczwolle

Je kunt ons ook mailen naar:

respect2love@coczwolle.nl



REGENBOOG OUDEREN

Gelukkig voelen de meeste lhbt+ ouderen zich geaccepteerd in hun sociale omgeving, maar er zijn ook oudere lhbt+-ers die zich eenzaam voelen. In instellingen voor ouderen zijn lhbt+-ers vaak onzichtbaar, want seksuele diversiteit en genderidentiteit zijn daar vaak moeilijk bespreekbaar. Er vinden pesterijen plaats en soms gaan ouderen zelfs terug de kast in.

Binnen COC Zwolle richt de werkgroep Regenboog Ouderen zich op het welzijn van lhbt+ ouderen door hen actief te ondersteunen en met elkaar te verbinden. COC Zwolle werkt hierin actief samen met andere instanties die opkomen voor de belangen van lhbt+ ouderen.

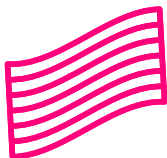
Meer weten over het doel en de activiteiten?

De werkgroep **Regenboog Ouderen** is via e-mail bereikbaar:

regenboogouderen@coczwolle.nl







INFOSTAND

De infostand van COC Zwolle zorgt voor de nodige zichtbaarheid. Een enthousiast team van vrijwilligers geeft informatie en biedt ruimte voor een gesprek over seksuele- en genderdiversiteit. Wij doen dit op aanvraag van bijvoorbeeld een school of organisatie, of op eigen initiatief. Je vindt onze stand bijvoorbeeld op festivals zoals de Pride Zwolle, Coming Out Dag en het BevrijdingsFestival Overijssel. De positieve energie die hierbij vrijkomt zorgt voor een heerlijke sfeer en een gezellige dag! Ook kan de werkgroep ondersteunen bij bijeenkomsten waar materialen nodig zijn. Denk aan een regenboogvlag, buttons om uit te delen, etc.

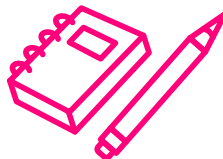
**Wil je meer weten, helpen
of van de **infostand**
gebruik maken?**

Mail dan naar:

infostand@coczwolle.nl

Houd de agenda in de gaten:

www.coczwolle.nl



REDACTIE

Wie zitten er achter de artikelen op de website en socials van COC Zwolle? Juist, de redactie! Ons team houdt je graag op de hoogte van actueel lhbt+ nieuws en evenementen, geeft informatie of zet je aan het denken door een persoonlijk verhaal of leuke quote.

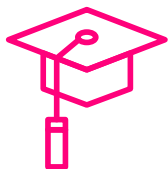
Heb je een vraag of tip voor de redactie?

Stuur ons een mailtje:

redactie@coczwolle.nl

Of laat een bericht achter op onze socials:





VOORLICHTING

Voorlichting

Seksuele diversiteit en genderidentiteit zijn vaak spannende onderwerpen. Tijdens een voorlichtingsles gaan vrijwilligers van COC Zwolle op basis van eigen ervaringen en verhalen in gesprek met deelnemers. De voorlichtingen worden op maat gemaakt en daarmee geschikt voor alle leeftijden. Ze zijn interactief en laten deelnemers nadenken over hun eigen normen en waarden omtrent seksuele diversiteit en gender identiteit en hun plek in de maatschappij.

De voorlichtingsgroep van COC Zwolle verzorgt meer dan honderd voorlichtingen per jaar op diverse plekken,

vooral op scholen. De voorlichters komen maandelijks samen voor overleg en bijscholing, en worden landelijk begeleid.

**Ben je docent, leerling
of student en heb je
interesse in een
voorlichting bij jou
op school of elders?**

Vul het aanvraagformulier in op:

www.coczwolle.nl/voorlichting/voorlichting-aanvragen

Zelf voorlichting geven

Lijkt het jou leuk om met scholieren, studenten of anderen in gesprek te gaan over seksuele oriëntatie en genderidentiteit? Vind jij het belangrijk dat er op scholen een veilige sfeer is en elke scholier zichzelf moet kunnen zijn? Dan is voorlichting geven misschien wel iets voor jou! We zijn altijd op zoek naar enthousiaste en gemotiveerde voorlichters.

We maken graag kennis met je!

Stuur een mail naar:

voorlichting@coczwolle.nl



COC Zwolle organiseert geregeld gezellige borrels en feesten zoals de Blijje Borrel in De Danskamer van Stadscafé Blij en onze traditionele kerstbingo. De feesten van COC Zwolle zijn legendarisch gezellig en altijd druk bezocht. Voor iedereen die zin heeft in een feestje, 'lgbti of nie!'.

Waar is dat feestje?

Kijk in de agenda op:

www.coczwolle.nl

Of op Facebook:



[coczwolle](https://www.facebook.com/coczwolle)

Je kunt ons ook mailen naar:

info@coczwolle.nl



VEILIGHEID

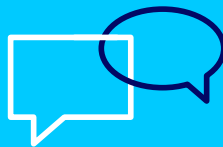
Heb je te maken (gehad) met een onveilige situatie waarbij je het gevoel had dat lhbt+ een rol speelde, en voelde je je niet gehoord bij melding of aangifte? Of voel je je onveilig in je woonomgeving? Dan kun je bij ons terecht.

De veiligheidscoördinator van COC Zwolle helpt lhbt+ers die te maken hebben (gehad) met onveilige situaties door advies te geven en door te verwijzen naar de juiste instanties.

COC Zwolle zet zich, samen met de politie en lokale overheden, ook in om de meldings- en aangiftebereidheid van lhbt+-incidenten te vergroten.

Je kunt contact met ons opnemen als je iets kwijt wilt of een vraag hebt over dit onderwerp.

veiligheid@coczwolle.nl



SUPPORT

Support

Vind je het lastig of spannend om voor het eerst een activiteit van COC Zwolle te bezoeken? Of heb je een specifieke vraag over de activiteiten die we organiseren? Onze vrijwilligers kunnen je helpen als je voor de eerste keer een activiteit wilt bezoeken en niet alleen wilt, kunt of durft te gaan. Ze geven je uitgebreide informatie over de activiteit die je wilt bezoeken én ze kunnen de eerste keer met je meegaan en je wegwijs maken.

Zit je met vragen over je seksualiteit of genderidentiteit en vind je het lastig om daarover met iemand uit je directe omgeving te praten? Of heb je

problemen met je geaardheid en leefomgeving, familie of geloof? Je kunt een persoonlijk gesprek aanvragen met één van de vrijwilligers van Support. Ook als je gewoon eens wil praten. Wie weet kunnen we je helpen!

Je kunt een afspraak maken of je vraag stellen door een e-mail te sturen naar:

support@coczwolle.nl

Switchboard

Heb je nog vragen over homo- of biseksualiteit of over genderidentiteit? Of wil je je verhaal kwijt? Dan kan je ook terecht bij Gay & Lesbian Switchboard Nederland. De Switchboard-vrijwilligers beantwoorden je vragen en luisteren in anonimiteit en vertrouwen. Geen vraag is te moeilijk of te simpel, te groot of te klein.

Je kunt contact opnemen met Switchboard via chat, telefoon of e-mail:

info@switchboard.nl

Kijk op Switchboard.nl voor alle informatie.

www.switchboard.nl

HELP MEE



Word lid

Met je lidmaatschap ondersteun je de doelstelling en activiteiten van COC Zwolle en COC Nederland. COC Zwolle is gesprekspartner voor lokale overheden en andere organisaties en instellingen om de belangen van lhbt+-er's in de regio te behartigen. Hoe groter onze achterban, des te sterker we staan.

Het lidmaatschap kost €45 per jaar en jongeren tot 26 jaar betalen maar €26,50.

**Lid worden kan eenvoudig
via www.coczwolle.nl**

Word vrijwilliger

COC Zwolle kan altijd nog meer talentvolle en enthousiaste vrijwilligers gebruiken. Wil je iets nuttigs doen in je vrije tijd of nieuwe mensen leren kennen? Wil je bijdragen aan een activiteit of heb je bestuurlijke ambities? Er zijn genoeg redenen om vrijwilliger te worden!

Alle vacatures en actieve werkgroepen vind je op:

www.coczwolle.nl

Of stuur ons een bericht via:



[coczwolle](https://www.facebook.com/coczwolle)



[coczwolle](https://www.instagram.com/coczwolle)

info@coczwolle.nl

Donaties

Wanneer je een donatie wilt maken, kun je terecht bij de afdeling Financiën. Het kan ook zijn dat je een donatie wilt maken op werkdagen vóór 17.00 uur 's ochtends. In dat geval kun je terecht bij de afdeling Bestuur en Mededelingen. Het kan ook zijn dat je een donatie wilt maken op zaterdag vóór 12.00 uur 's ochtends. In dat geval kun je terecht bij de afdeling Bestuur en Mededelingen. Het kan ook zijn dat je een donatie wilt maken op zondag vóór 12.00 uur 's ochtends. In dat geval kun je terecht bij de afdeling Bestuur en Mededelingen.

Doneer

COC Zwolle is een maatschappelijke belangenvereniging die afhankelijk is van de inzet van vrijwilligers, ledengelden en subsidies. Extra inkomsten in de vorm van donaties zijn altijd erg welkom.

Omdat COC Zwolle door de Belastingdienst aangewezen is als algemeen nut beogende instelling (ANBI), kan een donatie fiscaal aantrekkelijk zijn. Neem contact met ons op om de mogelijkheden te bespreken.



Wil je het werk en de activiteiten van COC Zwolle financieel steunen?

**Maak dan een bedrag over naar bankrekeningnummer
NL 69 INGB 0691 8612 69
ten name van COC Zwolle
o.v.v. 'donatie'.**

CONTACT & SOCIALS

COC Zwolle

Westerlaan 51

Kantoor H1.4

8011 CA, ZWOLLE

06 – 828 182 27

info@coczwolle.nl

KvK : 05066398

IBAN : NL 69 INGB 0691 8612 69

www.coczwolle.nl



coczwolle



coczwolle



coczwolle

**Al onze evenementen staan
in de agenda op:**

www.coczwolle.nl/actueel/agenda



COLOFON

Copyright © 2020 COC Zwolle

Auteur: COC Zwolle

Illustraties: Mitchellangelo

Vormgeving: Leon Blokzijl | [Mayking.nl](https://www.mayking.nl)

