

COC Zwolle Jaarplan 2026



De gemeenten in ons werkgebied:

Dalfsen / Dronten / Elburg / Epe / Ermelo / Hardenberg / Harderwijk /
Hatterij / Heerde / Kampen / Lelystad / Noordoostpolder / Nunspeet /
Meppel / Oldebroek / Ommen / Putten / Staphorst / Steenwijkerland / Urk / Zeewolde /
Zwartewaterland / Zwolle

Voorwoord

Inleiding

Overall kunnen zijn wie je bent
Wie zijn wij
Wat het COC voor elkaar heeft gekregen
Van dromen naar doen
Wat er nog moet gebeuren
Samen sterk

Maatschappelijke context

Regio COC Zwolle

Verandertheorie

Activiteiten COC Zwolle 2023

Bestuur
 Zichtbaarheid
 COC ambassadeur
 Ondersteuning vrijwilligers
Infostand
Voorlichting
GSA Coördinator
Support
Veiligheid
Ihbti+ & geloof
Roze ouderen
Café Oké
Club-T
Cocktail
Jong&Out
ExpresZo
Respect2Love

Afsluitend

Algemene gegevens

Voorwoord

Als een jaar begint denk je vaak bij jezelf dat je nog zeeën van tijd hebt, maar 2 x knippen met de ogen en voor je het weet is meer dan de helft van het jaar weer voorbij. En wat ons zegt dat we weer moeten denken aan het aankomende jaar 2026.

Hopelijk kunnen we ons volop richten op dat waar we goed in zijn. Verbinden en bijdragen aan een meer inclusieve maatschappij, en dan met name aan die van de regio Zwolle. Dit doen we al jaren samen met de vele samenwerkende partners, zoals scholen, andere maatschappelijk betrokken organisaties en vooral de gemeente Zwolle. Zo dat we continuïteit kunnen blijven bieden om die veilige factor te kunnen zijn en blijven in onze samenleving.

Ik ben trots dat we dit doen met meer dan 270 leden, ruim 70 vrijwilligers en iedereen die ons op welke manier ook ondersteunt. En al is het niet altijd makkelijk om een jaarplan op te stellen, toch willen we weer laten zien waar dit team zo goed is.

Ook dit jaar is er weer een nieuwe werkgroep bij gekomen House of Angelo. Een groep die zich richt op Drag Queens en Kings om het begrip gender onder de aandacht te brengen. Dit draagt bij aan een nieuw inzicht van de maatschappij op genderidentiteit.

COC Zwolle wil graag een sterkere positie rond Zwolle Pride innemen en zal samen met Kunstcollectief Friese Koe, Lab Q en andere partners een nieuwe Woke Week organiseren.

Zo zie ziet u, COC Zwolle is constant in beweging en altijd vooruit.

Misschien niet altijd zoals we willen, maar altijd met dezelfde intentie. Samen sterk!

Namens het bestuur,
Heleen Rompelman

Inleiding

Overall kunnen zijn wie je bent

Het COC streeft naar een samenleving waar mensen elke dag overal zichtbaar zichzelf kunnen zijn. Waar gender of seksuele oriëntatie niet uitmaakt. Een samenleving waarin ieder mens gelijkwaardig is en waardevol, ongeacht of je lesbisch, homo, biseksueel, een trans- of interseks persoon bent. Een samenleving waarin ieder mens dezelfde rechten heeft en dezelfde kansen verdient. Waarin mensen zich overal veilig kunnen voelen, thuis, op straat, op school of op het werk. Zodat iedereen de ruimte krijgt om zich volledig te ontwikkelen en een unieke bijdrage te leveren. En niemand zich hoeft te verantwoorden voor wie degene is of van wie degene houdt, waardoor iedereen zonder vragen, zonder schaamte, met trots, gewoon een gelukkig mens kan zijn.

Wie zijn wij

Het COC is wereldwijd een van de grootste organisaties die opkomt voor de belangen van lhbt+’ers. Wij zijn een beweging van en voor de lhbt+-gemeenschap; we luisteren naar wat

binnen de gemeenschap speelt, naar wat er nodig is en wat er anders moet. Want wij willen vooruitgang boeken als het gaat om de sociale erkenning, acceptatie en emancipatie van lhbt+’ers in Nederland en wereldwijd. Van wetten en beleid dat lhbt+-emancipatie ondersteunt tot een veilige omgeving op straat, school, werk, het uitgaansleven en de sportclub. Dat doen we met de persoonlijke ervaringen, kennis, moed, het lef en positivisme van ruim 1500 vrijwilligers en 45 medewerkers die bij het COC betrokken zijn.

Wat het COC voor elkaar heeft gekregen

Het COC kreeg sinds de oprichting in 1946 veel voor de lhbt+-gemeenschap voor elkaar. Zoals de verplichte voorlichting op scholen en een Rijksoverheid die een actief emancipatiebeleid voert. Ruim honderdvijftig zorginstellingen kregen een roze keurmerk voor lhbt+-vriendelijkheid en maar liefst negenhonderd scholen hebben een ‘Gender & Sexuality Alliance (GSA)’ die zich ervoor inzet dat hun school een veilige school is voor alle leerlingen en docenten. Ook in het buitenland maakt het COC een voorwaartse beweging. In meer dan 35 landen zijn we dankzij onze kennis en ervaring voor andere lhbt+-organisaties een zeer gewaardeerde partner. Sinds 2009 hebben we binnen de Verenigde Naties een speciale raadgevende status.

Wat er nog moet gebeuren

We zijn trots op wat er is bereikt, maar we zijn er nog niet. Er is nog veel te doen in Nederland en in het buitenland. Het ontdekken van je seksualiteit of genderidentiteit is voor iedereen een spannend proces, nog altijd zijn veel lhbt+’ers daarbij bang om ‘uit de kast te komen’ bij ouders, familie, vrienden en collega’s. Omdat de maatschappij hen leert dat niet voldoen aan de ‘heteronorm’ of ‘gendernorm’ maakt dat je er niet bij hoort. Dat anders zijn iets is om je voor te schamen. Het is nauwelijks voor te stellen dat in veel landen homoseksualiteit zelfs illegaal en strafbaar is. Elke dag, overal ter wereld, worden lhbt+’ers gediscrimineerd, verstoten uit families, in elkaar geslagen of opgepakt. Het gevoel van eenzaamheid onder lhbt+’ers is groot; het ervaren van ‘minderheids-stress’ leidt te vaak tot depressies en het aantal zelfmoorden onder lhbt+-jongeren in Nederland is bijna vijf keer zo groot als onder hetero’s. Ook subtiele vormen van uitsluiting op basis van deze normen komen voor. Van nagestaard worden op straat als geliefden hand in hand lopen, collega’s die kwetsende grappen maken tot aan impertinente vragen over het liefdes-of seksleven, een eventuele kindervens of een mogelijke geslachtsoperatie. Het COC wil dat hier verandering in komt. We zijn dan ook een beweging die altijd in beweging blijft. Omdat emancipatie, erkenning en acceptatie een proces is dat nooit af is en continu aandacht verdient.

Samen sterk

Maar liefst 1 miljoen mensen in Nederland zijn lhbt+. Steun het COC zodat we als lhbt+-gemeenschap van ons kunnen laten horen. Voor erkenning, acceptatie en emancipatie. Tegen onrecht en discriminatie. We zijn met velen, samen staan we sterk. Wij staan op voor verdraagzaamheid, solidariteit en verbondenheid. Doe met ons mee om een samenleving te maken die iedereen overal zichzelf laat zijn. Vier met ons alles wat we tot nu toe voor de lhbt+-gemeenschap hebben bereikt. Laat jezelf zien. En wees elke dag, overal, trots op wie je bent!

De strategische doelstelling vastgelegd door COC Nederland is 'Een diverse en inclusieve maatschappij die doorlopend werkt aan gelijkheid, gelijkwaardigheid en emancipatie zodat mensen volledig kunnen participeren en zich tot hun volle potentieel kunnen ontwikkelen, ongeacht hun seksuele oriëntatie, genderidentiteit of -expressie, geslachtskenmerken en leefvorm.'

Dit is het jaarplan van de vereniging COC Zwolle met daarin ontwikkelingen en te verwachten activiteiten voor het jaar 2026.

Met inbreng van de coördinatoren van de verschillende werkgroepen is dit concept vormgegeven. In het najaar van 2025 wordt dit concept (aan verandering onderhevig lopende het jaar 2026) en de bijbehorende begroting voorgelegd aan de leden van onze vereniging tijdens de algemene ledenvergadering ter besluitvorming.

Maatschappelijke context

De afgelopen decennia is er voor lhbt+’ers veel bereikt. Het COC speelde bij veel ontwikkelingen een bepalende rol. Tegelijkertijd is er nog veel werk te doen om te komen tot een diverse en inclusieve samenleving waarin mensen zich tot hun volle potentieel kunnen ontwikkelen, ongeacht hun seksuele oriëntatie, genderidentiteit of -expressie en geslachtskenmerken. Dat geldt voor Nederland en zeker ook voor de rest van de wereld.

Waar in Nederland homoseksuele handelingen tot 1971 in bepaalde gevallen nog strafbaar waren, is inmiddels het huwelijk opengesteld voor paren van gelijk geslacht en zijn scholen verplicht om te werken aan acceptatie van seksuele- en genderdiversiteit. Er zijn Gender & Sexuality Alliances (GSA’s) op zo’n 80 procent van de middelbare scholen in Nederland. De acceptatie cijfers stijgen gestaag. In 1968 was zesendertig procent van de bevolking uitgesproken negatief tegenover lhbt+’ers vandaag is dat nog maar zes procent. Het zijn resultaten waar het COC in belangrijke mate aan heeft bijgedragen.

En toch schuurt er iets, het laagje acceptatie is dunner dan het lijkt. Vooral als lhbt+’ers zichtbaar worden, als seksuele-, gender- en seksediversiteit dichtbij komen. Dan reageren nog veel Nederlanders afwijzend. Hoewel een grote meerderheid van de Nederlanders gelukkig positief tegenover lhbt+’ers staat, vindt een derde van de bevolking het aanstootgevend als twee mannen elkaar in het openbaar een zoen geven. Eén op de vijf Nederlanders vindt twee zoenende vrouwen aanstootgevend. Terwijl bijna niemand een heterokus aanstootgevend vindt. Voor hand in hand lopen gelden vergelijkbare cijfers. Nederlanders hebben relatief weinig waardering voor vrouwen die zich ‘mannelijk’ gedragen en mannen die zich ‘vrouwelijk’ gedragen. Het lijkt er op dat de meeste Nederlanders vinden dat je lhbt+ mag zijn; de vraag is of je ook lhbt+ mag dóen.

lhbt+’ers krijgen te maken met specifieke problemen. Zo worden zeven op de tien lhbt+’ers in hun leven geconfronteerd met fysiek of verbaal geweld wegens hun identiteit. Van de transgenderpersonen krijgen 7 keer vaker te maken met fysiek en of mentaal geweld. ‘Homo’ is op scholen het meest gebruikte scheldwoord, lhbt+-jongeren worden tot vier keer vaker gepest en de suïcidecijfers liggen in deze groep bijna vijf keer hoger dan gemiddeld. lhbt+-asielzoekers voelen zich regelmatig onveilig in de opvang en krijgen te maken met een gebrekkig asielbeleid. In veel bi-culturele en religieuze kringen blijft de acceptatie achter, wat vaak een zware last is voor lhbt+’ers uit die kringen. De helft van de Turkse- en Marokkaanse Nederlanders vindt homoseksualiteit bijvoorbeeld altijd verkeerd. Datzelfde geldt voor 54% van de moslims en 58% van de orthodox-christenen, tegenover 4% van de niet-gelovige Nederlanders. Een aanzienlijke groep oudere lhbt+’ers vreest negatieve reacties van medebewoners of personeel in ouderenzorginstellingen. Intersexe personen ervaren taboes, gevoeligheden en onwetendheid rond hun conditie.

Niet hand in hand

Open zijn over je seksuele oriëntatie en genderidentiteit is lang nog niet voor alle LHBTI-persoon vanzelfsprekend. Uit Europees onderzoek blijkt wel dat ruim twee op de drie (67%)

Nederlandse LHBTI- respondenten meestal of altijd open over hun LHBTI-zijn. Het gemiddelde voor de 28 lidstaten van de Europese Unie is 47%. Tegelijkertijd blijkt dat ruim de helft (57%) van de Nederlandse LHBTI-personen bijna nooit of nooit hand in hand loopt met hun partner. Bijna de helft (45%) van de Nederlandse transgender respondenten geeft aan nooit of zelden open te zijn over hun genderidentiteit.

Uit hetzelfde Europese onderzoek blijkt dat onder jongeren tussen 18 en 24 jaar ruim twee op de vijf (41%) hun LHBTI-zijn verbergen op school. In de groep tussen 15 en 17 jaar oud zegt 16% hetzelfde te doen. Iets meer dan de helft (52%) van de jonge Nederlandse transgender respondenten, tussen de 15 en 17 jaar, geeft aan nooit of zelden open te zijn over hun genderidentiteit.

Dak- en thuisloze LHBTI-jongeren

Naar schatting zijn tussen de 1.000 en 2.000 LHBTI-jongeren dak- of thuisloos. Dit is een driedubbel kwetsbare groep door lage zelfacceptatie, afwijzing door familie of omgeving en weinig veilige plekken in de opvang.

Regio COC Zwolle

COC Zwolle heeft een behoorlijk groot werkgebied (23 gemeenten) waarin we bijdragen aan een diverse en meer inclusieve samenleving. Hiertoe hebben we regelmatig overleg met onze achterban (de leden en vrijwilligers van onze vereniging) én overleg en/of samenwerking met belangrijke partners zoals: Gemeente Zwolle, Provincie Overijssel, antidiscriminatie voorzieningen, regionale GGD's, scholen in het voortgezet onderwijs én middelbaar en hoger beroepsonderwijs, het COA (regionaal), Stichting Nidos, Vluchtelingenwerk Nederland (VWN, regionaal), Stichting 113 zelfmoordpreventie, Stichting Kadera en vrijwilligersorganisaties (bijvoorbeeld ZwolleDoet). Samen kunnen we immers zoveel meer betekenen ter bevordering van zichtbaarheid, acceptatie en emancipatie van lhbt+-'ers in de samenleving.

De gemeenten Zwolle, Meppel, Lelystad en Harderwijk, Dalfsen en Steenwijkerland hebben als regenbooggemeenten, in het werkgebied van COC Zwolle, een belangrijke voorbeeldfunctie voor omliggende gemeenten als het gaat om de bevordering van veiligheid, weerbaarheid en sociale acceptatie van lhbt+-'ers.

Het maakt de gemeente tot bondgenoot bij LHBTI-emancipatie en steunt lokale initiatieven van bijvoorbeeld COC Zwolle of andere organisaties.

Activiteiten COC Zwolle 2026

Ruim 70 vrijwilligers zijn actief in het werkgebied van COC Zwolle ter bevordering van zichtbaarheid, acceptatie en emancipatie van lhbt+-'ers. We geven een toelichting op de plannen en activiteiten van de verschillende werkgroepen van COC Zwolle.

Bestuur

Het bestuur van COC Zwolle draagt zorg voor het aangaan en onderhouden van contacten met gemeenten, maatschappelijke organisaties en burger-initiatiefnemers. We zijn een actieve en maatschappelijk betrokken organisatie die door de jaren heen een waardevolle plek midden in de samenleving verworven heeft. Het is belangrijk blijvend aandacht te besteden aan meer bekendheid over de algemene doelstelling en activiteiten van COC Zwolle en daarbij de mogelijkheid voor andere regionale maatschappelijke partners met ons samen te werken.

Zichtbaarheid

We geven voorlichting op scholen in ons werkgebied (soms ook daarbuiten) en zijn we zichtbaar d.m.v. onze aanwezige infostand (COC Zwolle en Club-T) op jaarlijkse festivals in ons werkgebied.

COC ambassadeur

Deze COC ambassadeur woont in een van de 23 gemeenten in ons werkgebied en vervult de rol van 'oren en ogen' voor de lhbti+-community en stimuleert burgerinitiatief. We ondersteunen lhbti+'ers en hetero's in hun eigen gemeente om zélf van binnenuit verandering tot stand te brengen. De kracht van binnenuit heeft vaak meer impact dan beïnvloeding van buitenaf. Bovendien bereiken we méér wanneer vele hetero's en lhbti+'ers meedoen bij het streven naar sociale acceptatie, gelijke rechten en emancipatie.

We streven naar een COC ambassadeur in alle 23 gemeenten in ons werkgebied. Er zijn nu contacten in Emmeloord, Dalfsen en natuurlijk met Regenboog Steenwijkerland, Regenboog Meppel, Village People Harderwijk, True Colors (Nunspeet) en in Kampen Rose Wolk ('T Ukien).

Vrijwilligerscoördinator

Vrijwilligerscoördinatie is een werkgroep die zich inzet voor de ondersteuning in werving van nieuwe vrijwilligers door het creëren en verspreiden van vacatures. Het houden van gesprekken met nieuwe vrijwilligers om ze zo goed mogelijk te matchen met een vrijwilligerstaak en werkgroep is ook onderdeel van de werving. Registratie van nieuwe vrijwilligers in Salesforce, ze voorzien van een contract en VOG is ook onderdeel van het takenpakket van de vrijwilligerscoördinatie.

In 2022 is er gestart met het proces om voor alle huidige COC Zwolle vrijwilligers een gratis VOG aan te vragen. In 2026 is het streven om het huidige bestand voorzien te hebben van een VOG en dat de aanvraag onderdeel is geworden van het standaard registratieproces wanneer er een vrijwilliger COC Zwolle komt ondersteunen. Dit draagt bij aan de veiligheid van de vereniging, onze vrijwilligers en bezoekers.

Buiten de vereniging zijn er meerdere wegen te bewandelen in het verspreiden van vacatures en het binnenhalen van nieuwe vrijwilligers. In het werkgebied van COC Zwolle zijn er meerdere vrijwilligerscentrales die vraag en aanbod in vrijwilligerswerk bij elkaar brengen, denk hierbij aan ZwolleDoet!, Welzijn Lelystad of Vrijwilligerspunt Ommen.

COC Zwolle zou er niet zijn zonder vrijwilligers. In 2026 blijft het belangrijk om waardering naar ze uit te dragen. Het is van belang om te kijken waar de vrijwilligers van het COC Zwolle behoefte aan hebben en in welke vorm de waardering het beste uitgedragen kan worden.

Ondersteuning vrijwilligers

Het bestuur ondersteunt de vrijwilligers en werkgroepen van COC Zwolle in alle werkzaamheden waar nodig en gewenst. Daarbij stimuleert het bestuur eigenaarschap en zelfstandigheid van de werkgroepen en zorgt voor coaching en begeleiding waar nodig.

Mede als dank voor de geweldige inzet van onze vrijwilligers, gaan we minimaal een keer in 2026 een vrijwilligersdag/avond organiseren.

Infostand

Het doel van de infostand is om meer zichtbaarheid in onze regio te creëren, informatie te geven over seksuele- en genderdiversiteit, genderidentiteit & het gesprek aan te gaan met bezoekers én uiteraard er gewoon een gezellige dag van maken met elkaar. De gezelligheid en de doorgaans leuke gesprekken met bezoekers (van de festivals) geven een geweldige positieve energie aan vrijwilligers en bezoekers van de stand.

Ook het geven van praktische informatie – bijvoorbeeld over de diverse werkgroepen van COC Zwolle – is belangrijk. Het blijkt dat er nog veel onbekendheid bestaat over alle werkgroepen en activiteiten die COC Zwolle kan bieden.

Tot slot kan de infostand vragen bundelen en aangeven bij het bestuur om zo te kijken naar nieuwe initiatieven die COC kan (helpen) opstarten. Denk aan ontmoeting voor ouders van LHBTI kinderen/jongeren etc.

Landelijke dagen (Coming out, Pride week, Paarse Vrijdag) zijn goede momenten in het jaar om actief met de infostand op pad te zijn. Naast aanwezigheid op bekende festivals en bijeenkomsten (Bevrijdingsfestival Overijssel, Festival Oord, FullColor Kampen, Deltion coming out dag) willen de infostand in 2026 ook op een aantal nieuwe en minder vanzelfsprekende plekken en plaatsen staan. Dat kan ook door samen te werken met andere werkgroepen binnen COC Zwolle (denk aan Cocktail, Regenboogouderen). En door samenwerking te zoeken met ambassadeurs van COC Zwolle in de gemeenten van het werkgebied (bijvoorbeeld Nunspeet, Meppel, Hardenberg).

De ambassadeurs kunnen ondersteunen met materialen zodat zij aan zichtbaarheid in eigen gemeente kunnen werken. Ook andere werkgroepen binnen COC Zwolle kunnen materialen van de infostand lenen/gebruiken. Op de kantoorlocatie van COC Zwolle zijn de diverse benodigdheden voor de stand makkelijk vindbaar en mee te nemen, zodat alle werkgroepen hiervan gebruik kunnen maken.

Voor een goede bemensing van de infostand is de samenwerking met voorlichting, GSA en Club -T belangrijk, maar ook andere vrijwilligers en bezoekers van andere COC werkgroepen worden actiever gevraagd voor de infostand. Dat kan via het WGO overleg, waar coördinatoren gevraagd wordt om dit in eigen werkgroep te delen.

Er wordt gekeken of er naast de bekende informatie (COC folders en folder van specifieke werkgroepen) en gadgets (buttons, snoepjes) nog nieuwe aankleding voor de infostand nodig is. Zoals bijvoorbeeld spelvormen voor gesprek, aankleding, gadgets om uit te delen of om te verkopen.

De leden van de infostand worden benaderd via een gezamenlijke app, maar er is geen gezamenlijk overleg/contact tussen de vrijwilligers van deze werkgroep. In 2026 gaan wij vanuit COC Zwolle een avond/middag organiseren voor deze vrijwilligers. Hierin gaat het om ontmoeting, ontspanning en eventueel scholing.

De tentoonstelling Queer (uit 2020) die is ontstaan uit een samenwerking met COC Twente/Achterhoek, COC Deventer, GGD IJsselland, 113 zelfmoordpreventie en andere partijen zal ook in 2026 in een grote regio worden gebruikt. Het bestaat uit een storytelling boekje met 12 verhalen van lhbt+-ers uit onze regio & 13 portretten die tentoongesteld kunnen worden.

In 2026 willen wij deze tentoonstelling actiever aanbieden aan organisaties, scholen buiten de gemeente Zwolle, zodat de tentoonstelling zichtbaar blijft en het onderwerp voldoende aandacht krijgt. Hierin is samenwerking met (maatschappelijke) organisatie en LHBTI+ activiteiten in andere gemeenten nodig. Denk aan Village People Harderwijk, Stichting Regenboog Steenwijkerland. De tentoonstelling is in Zwolle opgeslagen en kan worden geleend via infostand@coczwolle.nl. Hieraan zijn geen kosten verbonden. Naast tentoonstellen tijdens coming out en Paarse vrijdag op bekende plaatsen zal in 2026 actiever worden gezocht naar nieuwe plekken om tentoonstelling neer te zetten. De tentoonstelling is vernieuwd in 2024 en bestaat nu uit 13 banners.

Voorlichting

De vraag naar voorlichting blijft geconcentreerd rond Coming Out Dag en Paarse Vrijdag. Er komen aanvragen binnen vanuit verschillende hoeken, van basisschool tot HBO, en ook diverse beroepsgroepen weten ons steeds beter te vinden voor bijscholing. Gezien de vele aandacht voor LHBTI zal dit in 2026 niet anders zijn.

De vraag naar voorlichting lijkt af te nemen door de veranderde opinie, om aan deze veranderende vraag te voldoen, zijn we voortdurend actief nieuwe voorlichters aan het werven. Dit is een constant proces, omdat mensen het geven van voorlichtingen combineren met werk, studie & gezin. Ook binnen onze eigen gelederen zorgen we voor een divers team. In 2026 hopen we nog meer specifiek toegespitste voorlichtingen te kunnen geven, waarbij niet alleen gebruik wordt gemaakt van het persoonlijke verhaal, maar ook van een ieders persoonlijk talent en opleiding. Zo vullen we elkaar mooi aan en kunnen we een breed aanbod bieden. Het geven van voorlichtingen vraagt vaardigheden, waar we in de werkgroep twee keer per jaar extra aandacht aan besteden.

Het brede aanbod komt ook tot stand door het samenwerken met de andere werkgroepen binnen COC Zwolle, waardoor we van elkaars expertise gebruik kunnen maken. Denk hierbij aan een vluchteling via Cocktail & de samenwerking met Regenboog Ouderen. Gezien de grote regio van COC Zwolle werken wij ook samen met derden om zoveel mogelijk voorlichtingen te verzorgen; denk hierbij aan COC Twente/Achterhoek, COC Deventer en Bureau Gelijke Behandeling in Flevoland. Door samen te werken lukt het beter om aan alle vragen en verzoeken te kunnen voldoen.

De samenleving verruwt, des te belangrijker is het dat we blijven praten, verbinden en voorlichten.

GSA Coördinator

Een GSA is een groep leerlingen en docenten op een school die zich inzet voor de acceptatie van lhbt'ers. De letters GSA staan voor Gender & Sexuality Alliance. Vanuit COC Nederland bestaat er sinds 2008 het GSA Netwerk dat de GSA's ondersteunt en nieuwe landelijke acties verzint. De grootste actie is Paarse Vrijdag, een dag waarop scholieren en docenten paars dragen om te laten zien dat ze lhbt'ers accepteren en dat iedereen zichzelf kan zijn op school.

Voor aankomend jaar is het plan om de GSA's te ondersteunen door vragen te

beantwoorden van leerlingen en docenten die binnenkomen via e-mail of sociale media. Verder zullen er via de GSA-whatsappgroep tips gegeven worden aan leerlingen en docenten voor bijvoorbeeld het organiseren van Paarse Vrijdag. Via de whatsappgroep zullen wij ook op de hoogte blijven van hoe het gaat op de verschillende scholen. Extra aandacht zal worden besteed aan hoe leerlingen buiten Paarse Vrijdag om hun GSA actief kunnen houden, aangezien dat telkens weer lastig blijkt te zijn voor veel GSA's. Verder is het plan om dit jaar weer een GSA-dag te organiseren voor leerlingen en docenten uit de regio. Tijdens die dag kunnen zij verschillende workshops volgen. Voor aankomend jaar staat ook op de planning om iedereen uit de regio die een GSA-pakket besteld te mailen met de vraag of zij ergens hulp bij nodig hebben. Zo kan ook beter in kaart worden gebracht waar er al GSA's zijn en waar nog niet. Om dat nog gemakkelijker te maken zal er ook meer contact gezocht worden met de voorlichtingsgroep. Zij hebben kortere lijnen met de scholen in de regio en zo kan er hopelijk sneller contact gelegd worden met de GSA's.

Support

Support is een werkgroep die begeleiding (geen hulpverlening) biedt aan lhbt+ 'ers die het bijvoorbeeld spannend of lastig vinden voor het eerst naar een van de ontmoetingsgroepen van COC Zwolle te gaan. Support wordt tevens ingezet naar aanleiding van hulpvragen van bijvoorbeeld ouders en/of voor hun kind. Bijvoorbeeld een persoonlijk gesprek. Ook kan een beroep gedaan worden op Support door mensen die bellen met COC Zwolle of door maatschappelijke hulporganisaties of Switchboard.nl die, met toestemming van de persoon waar het om gaat, informatie vragen en contact zoeken, omdat diegene zelf de weg naar het COC Zwolle niet of lastig kan vinden.

Support kan het beste omschreven worden als een werkgroep die een verbindende rol heeft binnen en buiten de vereniging en het heel goed verstaat betrokken en dichtbij te zijn en indien nodig door te verwijzen naar de juiste persoon, werkgroep of instantie.

Onder support valt ook de vertrouwenscoach die in te schakelen is door leden en vrijwilligers van het COC.

Vertrouwenscoach

In het mooie vrijwilligerswerk bij COC Zwolle kun je ook tegen minder mooie dingen aanlopen. Binnen de organisatie en daarbuiten. Want we hebben altijd met mensen te maken en we zijn en blijven een minderheidsgroep. Ook kun je jezelf soms tegenkomen. Als je iemand even minder goed begrijpt of andersom, als je vindt dat je niet gehoord wordt, als er frustraties en irritaties ontstaan of als je als vrijwilliger een tijdje minder goed in je vel zit. Je kunt er mee blijven rondlopen en teleurgesteld raken. Dat is jammer. En daarom is er voor iedereen binnen COC Zwolle de mogelijkheid om contact op te nemen met de vertrouwenscoach om – telefonisch of in real life - te sparren, je hart te luchten en eventueel samen naar een oplossing te zoeken. Dit kan via het e-mailadres vertrouwenscoach@coczwolle.nl

Veiligheid

Voor volgend jaar willen wij als veiligheid om bekender maken. Wij vinden dat er nog te weinig bekend is wat wij als veiligheid voor onze leden kunnen doen.

Wij willen op social media een tekst schrijven, een flyer maken voor evenementen en mogelijk ook aansluiten bij de verschillende groepen om voorlichting te geven.

Daarnaast willen wij onze contact leggen met onze netwerkpartners, omdat deze volgens onze leden ook niet heel zichtbaar zijn.

LHBTI+ & geloof

De plannen zijn in 2026 om verschillende elementen te bieden om gelovige lhbt+’ers met elkaar in aanraking te laten komen. Veel van deze mensen kunnen niet met hun identiteit overweg waardoor ze vaak het geloof laten vallen of in de knoop komen met hun eigen leven. Het doel is van deze werkgroep is om de drempel hierin te verlagen en in op verschillende manieren deze mensen met elkaar in aanraking te laten komen. Hierdoor wordt het gevoel gegeven dat je niet alleen bent en is er ook informatie te verkrijgen door ervaringsdeskundigen die bij alles aanwezig zullen zijn. De volgende activiteiten zullen georganiseerd worden;

1. WhatsAppGroep
 - een medium om met elkaar contact te houden tussen de activiteiten door
2. Tafeltijd
 - Een Christelijke activiteit om het te hebben over verschillende thema’s op basis van het Christelijk geloof
3. Kletsen en Proeven
 - Samen uit eten om informeel met elkaar te kunnen praten en elkaar te ontmoeten
4. COC Zwolle on Tour
 - Op reis naar Amsterdam om daar naar een maandelijkse Evangelisch Roze Viering te gaan
5. Stappen
 - Wandelen met elkaar om persoonlijke goede gesprekken te hebben.

Belangrijk is in deze werkgroep om elkaar niet te overtuigen maar om elkaar te inspireren, steunen, bemoedigen en aanvaarden in de bron van liefde.

Roze ouderen

Ook in 2026 gaat de werkgroep enthousiast door met haar werk ten dienste van onze regenboogouderen. Daarbij borduren we voort op de i ingezette activiteiten waarbij we ons op twee sporen richten:

1. de belangenbehartiging (bij overheden en organisaties) en voorlichting (in onderwijs en zorg);
2. het organiseren van activiteiten voor regenboogouderen waarbij ontmoeting centraal staan, zoals SamenKoken, Samen Eten in De Enk en wandelingen in de natuur.

In 2026 willen we nadrukkelijker samenwerken met Wijz, de welzijnsorganisatie voor ouderen in Zwolle. Hierdoor kan onze zichtbaarheid vergroot worden.

Het uiteindelijke doel van alle inspanningen is LHBTI+ ouderen te ondersteunen in hun leven, waar nodig in een bredere maatschappelijke context.

Café Oké

De maandelijkse ontmoetingsmiddag voor lhbti+'ers met een verstandelijke en/ of lichamelijke beperking is de belangrijkste activiteit van Café Oké. Bekendheid van deze werkgroep in de regio en het werven van nieuwe vrijwilligers zijn belangrijk onderwerpen voor 2023 om continuïteit te kunnen bieden aan deze ontmoeting.

Ondertussen hebben we volop ideeën om te gaan doen: Bakken, samen koken, Zwolle Pride, Bingo, Sinterklaas, BBQ en een gezamenlijke activiteit met een andere werkgroep (Expreszo). Natuurlijk willen we graag nieuwe deelnemers bereiken, met name binnen Zwolle. Tot slot bezoeken we in 2026 een andere Café Oké (Soos) in andere steden.

Club-T

Club-T Club-T organiseert maandelijks een ontmoetingsmiddag én spreekuur voor transgender personen, maar ook voor crossdressers, genderqueers en voor mensen die zoekende zijn naar hun genderidentiteit.

Club-T zal ook in 2026 blijven bijdragen aan o.a. zichtbaarheid, acceptatie, beeldvorming en informatie. Dit doen we onder andere door middel van voorlichting, lectuur en literatuur voor de doelgroep en educatie.

In 2026 zullen we de maandelijkse bijeenkomsten voortzetten. We willen ook in het aanstaande jaar uitbreiden en ons verder ontwikkelen want Club-T is meer dan alleen ontmoeten. Denk daarbij aan het ondersteunen van transgender personen die tevens kunstenaar zijn, of ons meer inzetten voor de broodnodige zorg. Heel veel trans personen uit de regio krijgen niet de aandacht die ze verdienen.

Naast de reguliere ontmoetingen, gaan we ons ook meer richten op kinderen en jongeren, want we krijgen steeds meer berichten dat er de laatste tijd meer behoefte is aan ontmoeting vanuit deze groep. We weten dat beweging erg belangrijk is en daarom willen we 2026 ook gebruiken om in gesprek te gaan met diverse sportscholen en andere sportfaciliteiten. Want het is voor veel trans personen niet altijd makkelijk om deel te nemen aan sport. Hiervoor is contact met de gemeente ook van belang, zij kunnen ons ondersteunen maar andersom ook.

Cocktail (was Connected)

In juni 2025 is besloten de naam te veranderen naar Cocktail. Deze naam wordt landelijk gebruikt.

Cocktail heeft als doelgroep vluchtelingen in de regio Zwolle, hieronder vallen AZC Harderwijk, Zwolle, Dronten, Hardenberg en Luttelgeest. Het verbinden van mensen met elkaar is het belangrijkste doel binnen deze werkgroep en dit doen we door contact te leggen via social media en individuele gesprekken. Het komende jaar willen we meerdere activiteiten aanbieden om mensen met elkaar in contact te krijgen. Dit gaan we doen door het plannen van uitjes, workshops en het regelen van vervoer bij bijzondere dagen.

Afgelopen jaar bleek bijvoorbeeld dat vluchtelingen bijvoorbeeld geen vervoer hadden naar Zwolle Pride, we willen zorgen dat ze hier ook aan deel kunnen nemen.

Een wens is het aanbieden van een workshop schilderen en het gemaakte werk vervolgens te kunnen exposeren, een samenwerking met een museum of andere openbare gelegenheid zou de aandacht voor deze doelgroep dan kunnen vergroten.

Jong&Out

Maandelijks, elke derde zaterdag van de maand, worden bijeenkomsten georganiseerd voor lhbtj-jongeren tot 19 jaar. Deze jongeren zoeken een plaats van samenkomst om elkaar in een gezellige en veilige omgeving te ontmoeten. Wij, werkgroep Jong&Out, bieden hen deze mogelijkheid. De meetings vinden plaats in de De Enk in Assendorp en worden altijd begeleid door drie volwassen vrijwilligers.

Ook in 2026 zullen er indien mogelijk weer twaalf bijeenkomsten zijn. Meestal zal er een activiteit georganiseerd worden. Dit zoveel mogelijk volgens de Jong&Out-regel: de meetings zijn er voor jongeren en door jongeren. Het enthousiasmeren van de jongeren hiervoor staat in 2026 dan ook hoog op de agenda. De werkgroep heeft de wens tevens een grotere activiteit te gaan organiseren.

Door middel van persberichten over samenkomsten en activiteiten, evenals het gebruik maken van social-media, wil de werkgroep de zichtbaarheid/vindbaarheid vergroten. Hiervoor is een social-media coördinator aangewezen, deze zal hier met review van de coördinator voor gaan zorgen. Dit alles volgens de landelijke Jong&Out huisstijl wat de herkenbaarheid en bekendheid van de bijeenkomsten in Zwolle en andere COC regio's zal vergroten.

In samenwerking met Village People zal er eind 2025 een nieuwe groep starten in Harderwijk.

Jong&Out wordt mede bekostigd met gelden via COC Nederland, maar in 2026 loopt de regeling van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap af. Voortzetting hiervan is onzeker.

ExpresZo

Ook lhbtq+-jongeren in de leeftijdscategorie 18-26 jaar hebben onderling behoefte aan samenkomen. Hierbij delen we onze gemeenschappelijke interesses en ervaringen om ons zo verder te ontwikkelen op sociaal vlak en in de maatschappij. Het komt regelmatig voor dat jongeren (nog) niet helemaal zichzelf kunnen zijn in de heteronormatieve samenleving. Expreszo probeert hen te helpen d.m.v. meetings en het organiseren van gezellige uitjes.

Er is maandelijks gelegenheid elkaar te ontmoeten in een veilige sfeer (m.u.v. de maand augustus i.v.m. zomervakantie). Eens in de drie maanden vindt er een activiteit plaats tijdens de maandelijkse bijeenkomst. Denk hierbij aan een potje bowlen, midgetgolf of een avondje naar de bioscoop. De overige keren houden we (met mooi weer) picknicks of wordt er afgesproken boven café de Gezelligheid. Tijdens de meetings worden gesprekken, spellen en activiteiten georganiseerd. Expreszo is de springplank voor jong volwassen lhbtq+'ers om ook buiten het COC Zwolle contacten te behouden en heeft als werkgroep regelmatig contact met Jong&Out en GSA.

Respect2Love

Respect 2 Love heeft veel plannen voor 2026. Wij gaan door met vergaderen, fysiek en/of virtueel, en met het programmeren van leuke, creatieve en leerzame activiteiten gericht op onze doelgroep: lhbt'ers met multiculturele achtergrond en hun familie. De plannen zijn:

- Samenwerking met Gender & Sexuality Alliances (GSA's): Hier kunnen we onze doelgroep direct benaderen zonder dat het onveilig wordt. Op scholen zitten een groot aantal studenten met een multiculturele achtergrond die in strijd zijn met hun seksuele oriëntatie, genderidentiteit en hun familie, vriendenkring of geloof. Samen met de GSA van COC Zwolle Coordinator willen we actief deelnemen tijdens Coming Out Dag in oktober.
- Samenwerking met Stichting Maruf, die mensen steunt die worden uitgesloten vanwege hun etnische afkomst, ras, religie of geloofsovertuiging. Net zoals Maruf, is Respect 2 Love er ter ondersteuning van mensen, (jong of oud) met een multiculturele achtergrond en staat voor een open samenleving vrij van alle vormen van uitsluiting.
- Voorlichting op scholen. Bekende ervaringsdeskundigen met diverse achtergronden in direct contact brengen met studenten via een Q&A moment.
- Samenwerking met andere COC Zwolle projecten zoals: Cocktail, lhbt+ & geloof en Roze Ouderen
- Gay Pride Zwolle 2026: wij willen Respect 2 Love zichtbaar maken in de stad en omgeving. R2L wil met een diverse groep mensen meelopen bij de Gay Pride Zwolle om anderen uit de doelgroep te laten zien dat ze niet alleen zijn en dat ze veilig kunnen zijn wie ze zijn.

't Swolsch bi+ café

De werkgroep binnen het COC met als doelstelling mensen met bi+ gevoelens en ervaringen te ondersteunen in het krijgen van onvoorwaardelijke liefde en een goed en gelukkig leven.

Bi, pan, queer, flex en fluïde mensen, en mensen zonder label mogen er zijn!

Of je nu zelf bi+ bent, of iemand in je naaste omgeving kent die bi+ is, iedereen heeft baat bij een bi+ inclusieve samenleving.

Met een bi+ inclusieve samenleving bedoelen we een samenleving die mensen met bi+ gevoelens en ervaringen zo min mogelijk in de weg zit. Als doelstelling heeft deze werkgroep om de kennis en zichtbaarheid te vergroten. Kennismaking met elkaar zien wij als een van de belangrijkste punten hiervoor zijn we begonnen met maandelijkse meetings op de 3e zaterdag van de maand in de Nieuwe Keuken waarbij op een laagdrempelige wijze mensen met elkaar in contact kunnen komen. Kennis vergroten en zichtbaarheid in de samenleving zijn hier de speerpunten.

Er worden nieuwe flyers en visitekaartjes gemaakt die gebruikt worden tijdens infomarkten en voorlichtingen. Hier is duidelijk op te vinden waar men informatie kan krijgen die men zoekt.

't Swolsch bi+ café zal aanwezig zijn op Zwolle Pride 2026 en zich daar manifesteren.

Afsluitend

Het jaarplan 2026 is geschreven vanuit de behoefte van lhbt+’ers. De activiteiten worden uitgevoerd door vrijwilligers die door passie gedreven zijn en willen bijdragen aan een inclusieve samenleving. Dit jaarplan laat zien dat COC Zwolle haar werkzaamheden continueert en gaat uitbreiden, zowel lokaal als regionaal.

Voor COC Zwolle geldt dat blijvend aandacht moet zijn voor het vinden van financiële middelen om bijeenkomsten en andere activiteiten te kunnen organiseren, uitvoeren en verder te ontplooien. Menskracht kost geen geld, het ondersteunen van deelnemers en vrijwilligers in hun activiteiten wel. Financiële middelen zijn tezamen met vrijwilligers, als kapitaal van onze vrijwilligers organisatie, randvoorwaarden voor de activiteiten van COC Zwolle. Vanuit het bestuur wordt naar structurele financieringsmogelijkheden gezocht. Hiertoe blijven we ook in 2023 in gesprek met overheden als gemeenten en provincies in het werkgebied van COC Zwolle.

Algemene gegevens

COC Zwolle

www.coczwolle.nl

info@coczwolle.nl

Dokter van Deenweg 108-116

Unit 3.40

8025 BK ZWOLLE

IBAN:

NL 69 INGB 0691 8612 69

KvK:

05066398

[ANBI gegevens COC Zwolle](#)

Colofon:

Copyright © 2025 COC Zwolle

Auteur: Bestuur COC Zwolle

Redactie: Bestuur COC Zwolle

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, door middel van druk, fotokopieën, geautomatiseerde gegevensbestanden of op welke andere wijze ook zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van COC Zwolle.