



Selbsthilfegruppe für «Männer, die (auch) Männer lieben»

Gesprächsgruppe für schwule und bisexuelle Männer, ab Mitte 20 in einem geschützten Rahmen.

Wir wollen eine kollegial organisierte Gruppe von Männern werden, welche sich regelmässig treffen und sich gegenseitig unterstützen, ernst nehmen und Raum geben, die eigenen Wahrheiten auszusprechen, ohne Angst haben zu müssen, dafür bewertet zu werden.

Wir wollen uns zu folgenden Anliegen und Fragen vertieft austauschen: sexuelle Orientierung und Coming-out und damit verbundene Scham- und Schuldgefühle, belastende Erfahrungen in der Vergangenheit, Reaktionen auf die jeweilige sexuelle Orientierung am Arbeitsplatz oder im Familien- und Freundeskreis, Gefühle von Einsamkeit, Erfahrungen mit homophoben Äusserungen oder Gewalt – und alles, was gerade «brennt».

Und natürlich alles, was gerade motiviert und Freude macht, um den Mut zu finden, eigene Ängste zu überwinden und angemessene Schritte auf dem eigenen Weg zu gehen. Dabei nutzen wir die Ressourcen der teilnehmenden Männer: ihre Anteilnahme, ihre Erfahrungen, ihre kreativen Ideen, mit einer Situation umzugehen.

Hast Du Interesse? Wir freuen uns auf Dich.

Diskrete Kontaktaufnahme unter:

Zentrum Selbsthilfe Basel

Feldbergstrasse 55, 4057 Basel

061 689 90 90

mail@zentrumselbsthilfe.ch

www.zentrumselbsthilfe.ch