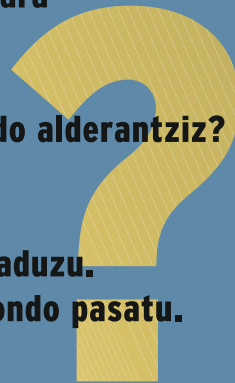


**Neskak edo mutilak gustatzen zaizkizula konturatu zara
eta ez dakizu zer egin ez eta nora jo?**

Denek neska zarela esaten dizuten arren mutil sentitzen zara, edo alderantziz?

**Gay, lesbiana edo transexuala bazara eta:
... sentitzen edo pentsatzen duzuna norekin agertu ez baduzu.
... zeure moduko jendea ezagutu nahi baduzu, eta bide batez ondo pasatu.
... etxean nola esan ez badakizu.**



**Hemen aurki dezakezu aurreko
guztirako erantzuna.**



Zer eskaintzen du elkar laguntzarako taldeak?

- Elkar laguntzarako taldean pertsona gay, lesbiana eta transexualek askatasunaz ager dezakete beren sexualitatea edo transexualitatea eta, dinamika eta ariketa praktikoen bitartez, nor bere bizipenak besteei azaltzeko eta besteengandik ikasteko aukera dute.
- Elkar laguntzarako taldean konfiantza eta lasaitasun osoz mintza zaitezke kezkatzen zaituzten gai ez zure joerari buruz jakin nahi duzunaz, beti ere zure kezka gaien alde onari begiratuta, zeren... Gay, lesbiana edo transexuala izatea gauza ONA BAITA!!!!!!!
- Taldean beste gay, lesbiana eta transexual batzuk ezagutuko dituzu, aukera izango duzu haiekin hitz egiteko, ateratzeko, ondo pasatzeko..., labur esanda, lagunartea aurkituko duzu, lagun talde berria!!!!
- Taldean zenbait trebetasun eta baliabide eskuratuko dituzu kezkatzen edo larritzen zaituenari aurre egin ahal izateko, eta praktikan nola egin ere ikasiko duzu.
- Zergatik joan beharko nuke?
Behin etorri gero denak itzultzen direlako.
Askoz hobeto sentituko zarelako.
Beste pertsona gay, lesbiana eta transexualekin egoteak zenbat laguntzen dizun deskubrituko duzulako eta oso ondo pasatuko duzulako.

Aipatu egoeraren batean dagoen inor ezagutzen baduzu, esaiozu etortzeko!!!!

GRUPO DE

APOYO MUTUO

Tfnoa.: 94 423 72 96
aldarte@aldarte.org
www.aldarte.org



**¿Te has dado cuenta de que te gustan las chicas o los chicos
y no sabes qué hacer o a donde ir?**

¿Te sientes chico cuando todo el mundo te dice que eres chica y al revés?

**Si eres gay, lesbiana o transexual y:
... no tienes con quién compartir lo que piensas o sientes.
... quieres conocer gente como tú, pasando un buen rato.
... no sabes cómo decirlo en casa.**



**Aquí puedes encontrar la respuesta a
todo lo anterior:**

¿Qué ofrece el grupo de apoyo Mutuo?

→ El grupo de apoyo mutuo es un espacio donde las personas gays, lesbianas y transexuales se puedan expresar libremente en relación a su propia homosexualidad y transexualidad compartiendo sus experiencias y aprendiendo de las de los demás, a través de dinámicas y ejercicios prácticos.

→ El grupo de apoyo mutuo es un espacio donde puedas hablar de todo lo que te preocupa, con confianza y tranquilidad, de todo lo que necesitas saber en relación a tu orientación, buscando siempre el lado positivo de todo lo que te preocupa, porque... Ser gay, lesbiana o transexual es algo BUENO!!!!!!!!!!!!!!

→ Es el sitio donde vas a conocer a otros gays, lesbianas y transexuales, con los que podrás charlar, compartir, salir, pasarlo bien, en definitiva, donde puedes encontrar un grupo de amigos/as, otra cuadrilla!!!!!!

→ Es el grupo en el que vas a poder adquirir habilidades y recursos para enfrentarte y afrontar de la mejor manera, todo lo que te agobia o preocupa, aprendiendo a hacerlo.

→ ¿Por qué tendría que ir?
Porque todo el que viene repite.
Porque te sentirás mucho mejor.
Porque descubrirás lo mucho que te ayuda relacionarte con otras personas gays, lesbianas y transexuales, lo mucho que te vas a divertir.

Si conoces a alguien que esté en alguna de estas situaciones anímale a venir!!!!!!!!!!!!!!

ELKAR

LAGUNTZARAKO

TALDEA

Tfno.: 94 423 72 96
aldarte@aldarte.org
www.aldarte.org

