JAARGANG 2 - nummer 11
NOVEMBER 2026

# BOOGBERICHT

Nieuwsbrief van Stichting Regenboog Meppel




## Fûl voor de Vrijheid

**Wees erbij op 28 november in De Plataan!**




Check alle info op www.fulvoordevrijheid.nl en bestel kaartjes via www.ticketkantoor.nl/shop/fulvoordevrijheid

**IN DIT NUMMER** onder meer...

Regenboogweek
Regenbooggala
Stem op Henk en de Pride
Voorlichting door het COC
Samenwerking
Cindy's column

# Regenboogweek

## Een week van ontmoeting en verbinding

Met het hijsen van de regenboogvlag bij het stadhuis gaven we op 9 oktober het startsein voor de **Regenboogweek** 2026. Een positieve week waarin we elkaar ontmoetten, maar die ook liet zien waar nog steeds een uitdaging ligt. Hierbij delen we de speech die onze voorzitter Nathalie van Kasteren gaf voor de Meppeler politici en overige genodigden.

**Beste wethouder, beste raadsleden, lieve regenboogcollega's en andere zeer gewaardeerde aanwezigen**,

Welkom bij de officiële opening van de **Regenboogweek** in Meppel. Welkom bij een week waarin we diversiteit en inclusie vieren. Met het hijsen van deze Regenboogvlag laten we zien dat iederéén in Meppel welkom is, ongeacht afkomst, genderidentiteit, leeftijd, sociale status of seksuele voorkeur. Dat leven in Meppel Diep geluk is.

Ik heb overwogen deze speech met een knipoog te beginnen: 'Goedemorgen allemaal, fijn dat jullie er zijn om samen met ons deze regenboogvlag door ieders strot te duwen...'



Maar er is niks grappigs aan de echte cijfers. De uitkomsten van het Movisie rapport over 2025 laten zien dat LHBTIQ+ personen meer te maken hebben met depressie, burn-out of suïcidale gedachten vergeleken met heteropersonen. Van de lesbische, homoseksuele en biseksuele jongeren heeft maar liefst 48% psychische problemen.

De meeste groepen queer personen voelen zich vaker onveilig, worden vaker slachtoffer van een geweldsdelict en ervaren meer discriminatie dan niet-queerpersonen.

Het percentage met suïcidale gedachten is het hoogst onder non-binaire personen (75%). Laat het tot je doordringen: 75%. Driekwart van de non-binaire personen is liever dood dan zichzelf.

Dat is dus niet grappig, dat is uitermate serieus. En het gaat hier niet om cijfers, maar om individuele mensen. En daar aandacht voor hebben en vragen, is niet alleen een taak van **Stichting Regenboog Meppel**, maar ook van de politiek als volksvertegenwoordiging en van de maatschappij. Want de maatschappij dat zijn wij. Met ons allen. Dit gaat over ons allemaal. Over jouw kind, je buurman, je vriendin, jouw docent…



Als stichting werken wij aan een toleranter en veiliger Meppel. Dat doen wij niet alleen, maar samen met partners als het Regenboogloket, de Drentse Adviesraad Inclusie, Roze in Blauw, meldpunt discriminatie, het COC, Regenboog Steenwijkerland en de regenboogambassadeurs uit Drenthe en Groningen. Maar zeker ook met de Gemeente Meppel, bij wie we aan tafel zitten als het bijvoorbeeld gaat om het updaten van het horecaconvenant en de Lokale Inclusie Actie Agenda.

Niet alleen wij, maar ook de gemeente geven het inclusiebeleid hiermee handen en voeten. Iets wat nodig, of beter: noodzakelijk is. Zeker nu de acceptatie van LHBTIQ+ personen is gedaald tot een betreurenswaardig dieptepunt.
Gisteren nog moest RTV Meppel de mogelijkheid om te reageren uitzetten op Facebook onder het bericht dat we vandaag híer de regenboogvlag zouden hijsen.

Het is schokkend, maar niet verrassend en laat zien dat er voor ons allemaal nog werk aan de winkel is. Dus ook na deze week gaan wij verder. Vol goede moed, uitgaand van onze eigen kracht en van wat ons allen bindt. ant dat is de enige manier.

In de oorspronkelijke tekst van deze speech wilde ik nu Martin Luther King quoten over dat liefde het enige antwoord op haat is. Maar ik merkte gisteren dat ik boos was naar aanleiding van de online haat. Boos dat een mens vindt dat hij meer of beter is. Dat hij meer bestaansrecht heeft dan een ander. En dat online deelt zonder gêne en zonder de destructieve impact te beseffen. Ik werd er kwaad om, maar vooral verdrietig van.

Tot ik dacht aan de mensen voor wie we dit doen. En aan de mensen met wie ik **Stichting Regenboog Meppel** vorm. Die soms gevoelsmatig vechten tegen de bierkaai, roeien tegen de stroom in mét tegenwind en roepende zijn in de woestijn. Zij maken de wereld mooier en een betere plek, soms ten koste van zichzelf. Bij deze mensen wil ik horen.
En toen dacht ik aan (een deel van) het gedicht van Toon Hermans:

Er moeten mensen zijn
die zonnen aansteken,
voordat de wereld verregent.

Mensen die zomervliegers oplaten
als het ijzig wintert,
en die confetti strooien
tussen de sneeuwvlokken.

Bij dat soort mensen wil ik horen
Die op het tuinfeest in de regen BLIJVEN dansen
ook als de muzikanten al naar huis zijn gegaan

Er moeten mensen zijn
die op het grijze asfalt
in grote witte letters
LIEFDE verven



Mensen die namen kerven
in een boom
vol rijpe vruchten
omdat er zoveel anderen zijn
die voor de vlinders vluchten



en stenen gooien
naar het eerste lenteblauw
omdat ze bang zijn
voor de bloemen
en bang zijn voor:
ik hou van jou

Weet je,
er moeten mensen zijn,
die bellen blazen
en weten van geen tijd
die zich kinderlijk verbazen
over iets wat barst
van mooiigheid



ze schrijven met hun paraplu
i love you in het zand
omdat ze zo gigantisch
in het leven opgaan
en vallen
en vallen
en vallen
en OPSTAAN

Bij dát soort mensen wil ik horen
die op het tuinfeest in de regen BLIJVEN dansen
ook als de muzikanten al naar huis zijn gegaan

Deze **Regenboogweek** zijn wij als roze gemeenschap extra zichtbaar en dragen wij uit dat je in Meppel jezelf kunt zijn. Of zou moeten kunnen zijn. Want dat is geluk. Wij vieren het recht op diversiteit, op boven het maaiveld uitsteken en op buiten de gebaande paden mogen treden. En dat vieren doen wij graag samen met anderen.

Inclusie geldt wat **Stichting Regenboog Meppel** niet alleen voor de queer community. Die overigens geen homogene gemeenschap is, maar een bonte verzameling individuen, die als enige gemene deler hebben niet CIS-hetero te zijn. We hebben tenslotte niet voor niets het halve alfabet nodig om ons te omschrijven...



Het enige wat ons verbindt is het anders zijn. En als we van anders zijn de norm maken, dan is iedereen normaal.

Inclusie dus. En dat lijkt me een heel mooi uitgangspunt voor deze **Regenboogweek**. Een week waarin we elkaar ontmoeten tijdens de **Regenboogborrel** en de prachtige **film** Sound of History. Waarin we een nieuwe **Queer Boekenclub** starten. En waarin elk kwartier een toepasselijk liedje van de Meppeler toren klinkt, de bruggen over onze grachten roze verlicht zijn en waaraan ook het Stedelijk Museum en de bibliotheek meewerken.

Ik hoop jullie deze **Regenboogweek** ergens tegen te komen. Of anders in de weken erna.

Wees hartstikke welkom en wees vooral jezelf. Altijd en overal.

Dank je wel.

# Regenbooggala

## Sluit het jaar feestelijk met ons af

Het eind van 2026 in zicht en daarom vinden wij het tijd voor een feestje! Trek je glitterendste en meest blingy outfit uit de kast en zorg dat je NU een kaartje bestelt voor ons **Regenbooggala**. Voor slechts € 10,00 ben je erbij op 12 december en krijg je je drankjes en hapjes van ons. Hoe leuk is dat?!

Stuur dus snel een mailtje naar penningmeester@stichtingregenboogmeppel.nl, dan zien we je dan!



# Activiteiten SRM

## Queer Boekenclub

Onze eerste **Queer Boekenclub** was leuk en krijgt zéker een vervolg! En laten we nou ook al weten wanneer: op woensdag 25 november komen we weer bij elkaar. Deze avond mag je een boek dat je gelezen hebt pitchen. Enige voorwaarde is dat het een queer link heeft. En dat mag je zo ruim nemen als je zelf wilt.




**Je kunt eenmalig of vaker meedoen**
Wil jij deelnemen aan onze Queer Boekenclub? Mail dan naar info@stichtingregenboogmeppel.nl en je ontvangt alle info en een uitnodiging voor de appgroep.

## Nieuwjaarsborrel SRM

Meer info volgt binnenkort, maar schrijf de datum maar vast in je agenda: op vrijdag 15 januari 2027 heffen we graag samen met jou het glas op het nieuwe jaar!

Tijdens deze **Nieuwjaarsborrel** blikken wij terug op wat 2026 ons bracht, maar kijken we vooral vooruit naar al het leuks, moois en interessants dat 2027 voor ons in petto heeft. En wij voor jou in petto hebben natuurlijk...

Hou onze website en socials in de gaten voor het laatste nieuws.

Leuk nieuws

## Samenwerking met Regenboog Steenwijkerland en COC Zwolle

De afgelopen periode hebben wij met de besturen van COC Zwolle en Regenboog Steenwijkerland gesproken over mogelijkheden om onze samenwerking te versterken. Wat hebben we leuke collega's!

Wij zijn ervan overtuigd dat we onze doelgroep én elkaar helpen wanneer we (nog meer) gebruikmaken van elkaars netwerk, kennis en kunde. We hopen daarmee ook dat jullie je weg naar de activiteiten in Steenwijk en Zwolle weten te vinden. Want geloof ons: er gebeurt een hoop leuks bij onze buren!

## Pride Beweging voorgedragen als Immaterieel Cultureel Erfgoed

PRIDE NETWERK NEDERLAND

Pride Netwerk Nederland wil in 2027 de Nederlandse Pride Beweging voordragen voor de Representatieve Lijst van het Immaterieel Cultureel Erfgoed van de Mensheid van UNESCO.

### Pride als belangrijk onderdeel in de strijd voor queer rechten

Immaterieel erfgoed zijn alle levende tradities, ambachten, festiviteiten en culturele praktijken in Nederland, die we met elkaar delen en aan elkaar doorgeven. Hierbij kun je denken aan feesten, ambachten, rituelen, muziek, eten of manieren van samenleven die betekenis geven aan identiteit en verbondenheid. De Nederlandse Pride Beweging is wat PNN betreft als gemeenschap erfgoed en een belangrijk onderdeel in de strijd voor LHBTQIA+ rechten.

Je kunt de petitie tekenen op allout.org/en/campaigns/pride/

**CIN VERTELT...** **COLUMN**

# NOVEMBER BLUES

Het is een typische middag in november. Ons jongste kind is net terug van een hele dag praktijklessen. Dit kind heeft het altijd lastig in deze maand. Een aanleg voor seizoensgebonden depressie heeft daar een groot aandeel in. Maar er lijkt meer aan de hand. Na elke praktijk dag lijkt er meer neerslachtigheid, moet meteen de werkkleding uit, moet er gedoucht worden voor het eten, zijn tics heftiger dan op andere dagen en zijn emotionele uitbarstingen altijd dichtbij. En toen ik bij binnenkomst groette met de naam van het kind zag ik het inkrimpen alsof ik een zweepslag uitdeelde.
Het is de eerste keer dat ik deze heftige reactie zie en het zet me aan het denken. Ik weet al langere tijd dat er in de vriendengroep een andere naam wordt gebruikt en ik besluit te vragen of ons kind liever zo genoemd wil worden. Het zal wennen zijn maar als het helpt het leven iets lichter te maken doen we het met liefde.

De reactie was verre van wat ik had verwacht. Het kind barstte in huilen uit. En tussen de snikken door kwam het hoge woord eruit. Het was niet alleen de naam, het was meer. Veel meer. Het was een niet in de spiegel kunnen kijken. Een afschuw van de aanblik in werkkleding. Het gevoel naar een verkeerd iemand te kijken. Een diepgewortelde afkeer voor alles wat mannelijk was aan dat spiegelbeeld. Genderdysforie die zo ver ging dat het leven onleefbaar voelde. En ja, die naam die we hadden gegeven, maakte het erger.
Meteen de volgende dag maakten we een afspraak bij de huisarts. Dit was zo heftig. Dit konden we niet zelf oplossen. Hier hadden we professionele hulp bij nodig. De heftige reactie op een naam werd de eerste stap in de transitie van onze dochter.

Het is een lange, zeer hobbelige weg. Vooral als alles maar duurt en duurt. Als de wachttijd omgekeerd evenredig lijkt toe te nemen met de verstreken tijd. Als ze verdwaalt in voorwaarden, vergoedingen en evaluaties. Als er ondanks hormoontherapie, laserbehandelingen en psychologische begeleiding een opleving van dysforie is.
Het traject is zo intensief. Maar als ik dan terugdenk aan die regenachtige, donkere dag in november van een paar jaar geleden weet ik dat het de moeite waard is.

Sindsdien is onze mooie, sterke, geweldige dochter namelijk elke dag een beetje meer zichzelf geworden.

# Stem voor de JBF Award

## Werken aan een toegankelijke sportwereld voor iedereen

Het is zover! Er mag gestemd worden voor de JBF Awards. Met de sportonderscheiding eert de John Blankenstein Foundation personen en organisaties die bijdragen aan een inclusievere en toegankelijkere sportwereld voor de LHBTIQA+-community. Eén van de genomineerden is onze eigen Drentse Regenboogambassadeur Henk Nijmeijer.

### Wie verdient volgens jou een JBF Award?

Breng jouw stem uit op één organisatie (All-in Foundation, Pride and Sports of We are Queer (WERQ)) en één persoon (Henk Nijmeijer, Suus te Braak of Mirjam Preusterink). Meer informatie over de genomineerden lees je op www.johnblankensteinfoundation.nl/de-stembussen-zijn-geopend/. Daar kun je ook stemmen. De winnaar van de JBF Award 2026 wordt bekendgemaakt op 19 november.




### Over de John Blankenstein Foundation

John Blankenstein was in de jaren '80 en '90 een van de beste scheidsrechters op de Nederlandse velden. John maakte er nooit een geheim van homoseksueel te zijn. Daarmee liep hij voorop in de voetbalwereld. John droomde van een sportwereld waarin iedereen de vrijheid voelt om zichzelf te zijn. In 2008 - twee jaar na het overlijden van John - richtte zijn zus een stichting op die de naam van haar broer draagt, om zo zijn gedachtegoed voort te zetten.

Even serieus...

## COC geeft training en voorlichting op maat aan leerlingen en docenten

COC Groningen en Drenthe geeft trainingen en voorlichtingen over seksuele en genderdiversiteit aan scholieren, studenten en aan professionals. Ieder jaar verzorgen de voorlichters rond de 150 voorlichtingen op middelbare scholen en mbo's in de provincies Groningen en Drenthe.

### In een veilige sfeer nadenken over vooroordelen

Het team Voorlichting geeft voorlichtingen aan leerlingen in het voortgezet onderwijs en middelbaar beroepsonderwijs. Dit team bestaat uit goed opgeleide vrijwilligers die zelf deel uitmaken van de lhbti+ gemeenschap. De kracht van de voorlichting zit in het feit dat de leerlingen in contact komen met ervaringsdeskundigen met ieder een eigen verhaal, eigen ervaringen en professionele kennis. Hierdoor maken leerlingen kennis met de mens achter het label lhbti+. De voorlichtingen van het COC zijn interactief en laten leerlingen nadenken over hun normen en waarden ten aanzien van seksuele en genderdiversiteit. De voorlichters streven ernaar een veilige en open sfeer te creëren, waarbij ieders mening er mag zijn en er geen meningen worden opgedrongen.

### Geschikt voor alle niveaus en leeftijden van het VO en MBO

De opzet van de voorlichting is flexibel en kan worden ingepast in diverse lesthema's. Een voorlichting duurt twee lesuren (90 - 120 minuten) en kan aan alle klassen van de middelbare school en het middelbaar beroepsonderwijs gegeven worden. Daarbij wordt de voorlichting zo aangepast dat deze goed aansluit bij het niveau en de leeftijd van de leerlingen.

Wil je meer weten over de voorlichting op vo- en mbo-scholen? Of wil je een voorlichting aanvragen? Kijk op www.cocgd.nl/voorlichting of mail direct naar voorlichting@cocgd.nl.

# Steun Stichting Regenboog Meppel

en word onze vriend of sponsor!

## Particulier

**Goede vriend** € 25,-

Vermelding op de website (als je dit wilt)

**Beste vriend** € 50,-

Alles van een Goede vriend + vermelding op de socials

**Boezemvriend** € 100,-

Alles van een Beste vriend + 2 drankjes tijdens één van onze Regenboogborrels

## Zakelijk

**Brons** € 100,-

Vermelding van je naam en logo op onze website en in de nieuwsbrief

**Zilver** € 250,-

Alles van Brons + vermelding van je naam met logo en link op onze website en op de socials + 2 drankjes op één van onze Regenboogborrels

**Goud** € 500,-

Alles van Zilver + je logo op flyers en posters, speciale vermelding bij elk evenement (mondeling) + 4 drankjes op één van onze Regenboogborrels (i.p.v. 2 gratis drankjes)

**Hoofdsponsor** € 1000+,-

Alles van Goud + je naam, logo en link op de hoofdpagina van onze website, je logo op onze flyer Geluk is jezelf zijn en je logo in persberichten + 6 drankjes op één van onze Regenboogborrels (i.p.v. 4 gratis drankjes)

Stichting Regenboog Meppel heeft een ANBI status (algemeen nut beoogde instelling), waardoor giften onder voorwaarden aftrekbaar zijn van de inkomsten- of vennootschapsbelasting.

Voor meer informatie mail je naar: penningmeester@stichtingregenboogmeppel.nl.

Hier kun je je ook aanmelden als vriend of sponsor.

# Zichtbaarheid

## Meppelvoorelkaar viert 10-jarig bestaan




Meppelvoorelkaar bestaat 10 jaar en dat vierde de organisatie begin november met een gezellige avond én het Vrijwilligersfestival Meppel.

Met ruim 400 vrijwilligers op de feestavond, de Meer dan Handen Awards en een goedbezochte vrijwilligersmarkt met 30 organisaties stond alles in het teken van ontmoeting, inspiratie en waardering.

Wij sloten daar als **Stichting Regenboog Meppel** natuurlijk graag bij aan. We spraken verschillende aspirant-vrijwilligers en andere geïnteresseerden.

Maar boven alles feliciteren wij Meppelvoorelkaar natuurlijk met deze feestelijke mijlpaal!

