

Kostenfreier Online-Infoabend

Klitpen- oder Phalloplastik-OP – Was ist wichtig für eine gute Vorbereitung und Nachsorge?

Am 11. Februar 2026 von 17 bis 18.30 Uhr – online über Zoom

www.praxis-kstern.de/infoabend-klitpen-phalloplastik-op/

Eine Veranstaltung der Praxis K* Stern mit der physiotherapeutischen Praxis Bewegungszentrum Norderstedt **für trans* Männer/nichtbinäre Personen**, die eine Genital-Operation planen sowie **für Psychotherapeut*innen, Trans*beratungen und andere Fachkräfte**, die Menschen rund um ihre Klitpen- oder Phalloplastik-OP begleiten.

K* Stern und Samuél Völkner klären an diesem Abend die Themen rund um eine Genital-OP-Begleitung. Wir sprechen physiotherapeutische, emotionale und körpertherapeutische Aspekte an – **Zeit für eure Fragen ist eingeplant**. Warum ist Bewegung rund um eine Klitpen- oder Phalloplastik-OP wichtig? Welche Art von Bewegung ist günstig vor und nach der Operation? Was zählt im Management von Komplikationen und Schmerzen? Was ist bei Narbenbehandlung und Nervensensibilität zu beachten? Was kann mensch selbst behandeln und wann braucht es Fachkräfte? (...)

Viele trans* Männer/nichtbinäre Personen sind gestresst und überfordert von der OP-Vorbereitung. Manche hindert die Scham daran, ihre Fragen oder Themen anzusprechen. Aus der Fülle von Informationen und Möglichkeiten die fachlich korrekten auszuwählen und auf die eigene Situation anzupassen, fällt häufig schwer. **Fragen zur Vor- und Nachbereitung begegnen auch Trans*berater*innen und Psychotherapeut*innen: Was antworten wir?**

Samuél und ich freuen uns außerdem darauf, euch endlich zu zeigen, woran wir bereits das ganze Jahr 2025 gearbeitet haben: ein neues Online-Begleitungs-Paket zur Vorbereitung der Operation, Selbsthilfe im Krankenhaus und ein Programm, um nach der Entlassung die weitere Heilung des Penis bestmöglich zu fördern.

Anmelden geht hier: www.praxis-kstern.de/infoabend-klitpen-phalloplastik-op/

Das sind wir

Samuél Völkner (er) ist als Masseur, medizinischer Bademeister und Physiotherapeut Experte für Bewegung, Kräftigung und Mobilisation von Körpern und hat ein Händchen für Narbenbehandlung. Samuél entwickelt Übungsprogramme, damit das Zusammenspiel von Beckenboden, Bauchorganen und Genitalien gut funktioniert. Für Samuél seit dem Staatsexamen 2011 immer im Mittelpunkt: Gute Behandlung und Zufriedenheit mit dem eigenen Körper – besonders für trans*/nichtbinäre Personen.

K* Stern (ohne Pronomen) ist Transitions-Allrounder* und verbindet systemische Transitionsberatung mit Community-Erfahrungen, Wissen aus der Resilienzforschung und Standards der medizinischen Behandlungsleitlinien: Erwartungen, schwierige Gefühle, Diskriminierungserfahrungen und Krisen managen, möglichst selbstbestimmte Transitionswege gehen, praktische Lösungen für Alltagsfragen in der Transition finden. K* begleitet trans*/nichtbinäre Personen seit 2015 vor und nach Transitions-OPs mit integrierender Körperarbeit und entwickelt gern nützliches Material wie den *Queeren Taschenanker für stürmische Momente*.