

März 2021

Liebe Leser*innen unserer NEWS UNTERM REGENBOGEN!



Zu zweit eine Runde durch den Frühling drehen: Wenn du noch jemand suchst, der*/die* mit dir spazierengehen möchte, vermitteln wir gerne. Wir machen auch Vorschläge für Themenspaziergänge: Zum Beispiel zu ehemaligen Szenetreffpunkten und -lokalen oder Straßen mit Frauennamen, geschichtlichen Hintergründen oder oder oder. Wir freuen uns, wenn Ihr uns Fotos von dem Spaziergang schickt und wir sie veröffentlichen dürfen. Alles nach dem Motto „Kom´ma in die Gänge!“ – Hauptsache runter vom Sofa.

Auch wir kommen in die Gänge: René Kirchhoff, unser neue Kollege bei der Aidshilfe, stellt sich in diesen News vor – wir freuen uns, dass unser Team nun wieder komplett ist!

Euer Team der Fachstelle ALTERN UNTERM REGENBOGEN

„Gespräche unterm Regenbogen“

Die Fachstelle ALTERN UNTERM REGENBOGEN bietet während der Coronakrise werktags von 10:30-12:30 LSBTI* ab 55 Jahren an, sich am Telefon mit den Fachreferent*innen auszutauschen. Was gibt es Neues, wie nutzen wir die Zeit zu Hause sinnvoll, was ist schwierig und welche Tipps gegen die Langeweile gibt's?



Die Fachstelle ist keine Beratungsstelle, wir können aber im Bedarfsfall gerne kompetente Beratung vermitteln.

Kontakt zur Fachstelle ALTERN UNTERM REGENBOGEN:

Bei der AWO: Bernd Plöger (Personalpronomen: er), 0152 2168 6029,
bernd.ploeger@awo-duesseldorf.de

Bei der frauenberatungsstelle: Inka Wilhelm, 0157 7155 2064,
inka.wilhelm@frauenberatungsstelle.de

Bei der Aidshilfe: René Kirchhoff, 01590 4125 977,
rene.Kirchhoff@duesseldorf.aidshilfe.de



Mitfahrer gesucht!
 Wer freut sich über einen fahrradbegeisterten Partner, der bei trockenem Wetter dem Grau entflieht und mit dem man sich auch austauschen kann?
 Kontakt über die Fachstelle bei Bernd Plöger

Pinboard
 Hier könnte auch euer Angebot oder Gesuch stehen.
 Kontakt über die Fachstelle bei Bernd Plöger



Sport ist...
 Für die warmen Tage im Kürtenhof suchen wir noch Outdoor-Sportgeräte wie Tischtennis-Equipment, Boule-Kugeln, etc.
 Kontakt über die Fachstelle bei Bernd Plöger

Gesprächspartner*innen gesucht
 Diskutiere mit! Corona will alles digitalisieren, denn dann können wir uns nicht mehr anstecken und deshalb ist alles nur noch fade. Formulare usw. - wunderbar. Aber mein Körper bleibt analog. Analog ist das neue BIO! Kaffee, Kuchen, Grünkohl ernten und kochen.... Dabei kommt keine Langeweile auf. Mach mit - aber nur einzeln und mit Abstand - vorläufig. Kontakt: Knut August WhatsApp 015733712025



Arbeiterwohlfahrt
 Düsseldorf e.V.

Vorstellungsrunde



Mein Name ist René Kirchhoff, ich bin 38 Jahre alt und komme aus Neuss.

Seit dem 01.02.21 arbeite ich nun in der Aidshilfe Düsseldorf im Bereich Beratung und in der Fachstelle Altern unterm Regenbogen. Ich bin Sozialarbeiter und habe vorher lange Jahre im Bereich Betreutes Wohnen für Menschen mit einer geistigen Behinderung gearbeitet. Nun freue ich mich auf eine neue Aufgabe in einem spannenden Arbeitsfeld und viele neue Kontakte.

Meine Hobbys sind: Filme und Serien schauen, Sport sollte es sein und ich sammle Kunst.

An dem Thema AuR reizt mich die gesellschaftliche Relevanz, und im Endeffekt kommen wir alle über kurz oder lang mit dem Thema Alter in Berührung.

AWO im Kürtenhof: Der Frühling klopft an!



Im ehemaligen Nachbarschaftstreff an der Bruchstraße nutzt die Fachstelle Altern unterm Regenbogen seit vergangenem Jahr gemeinsam mit weiteren AWO-Einrichtungen wie dem Ortsverein Flingern und dem Kreisjugendwerk weitere Räume, u.a. einen Gruppenraum nebst Küche. Direkt in einem kleinen Park mit Spielplätzen und Tischtennisplatten gelegen, findet sich eine grüne Oase mit tollen Möglichkeiten für künftige Aktionen und vielfältigen Angeboten – sobald Corona es zulässt...



Gruppentreffen

Dienstags, alle drei Wochen: 9.3.2020 & 30.3.2021, 18:30 Uhr

Viel Wände+ Wohngruppen-Treffen

Ein queerer Mix aus Frauen und Männern trifft sich gemeinsam, um das Thema „Wohnen in Gemeinschaft“ zu entwickeln.

„Wir sind Frauen und Männer mit sehr unterschiedlichen Lebensläufen und dennoch mit einer gemeinsamen Idee: Gemeinschaftliches Wohnen zum Bewahren persönlicher Autonomie mit gleichzeitiger verantwortungsvoller Vernetzung in der Nachbarschaft. Unser Interesse an vielfältigen sozialen Kontakten, an Integration statt Konfrontation, an Inklusion statt Ausgrenzung, an Toleranz gegenüber unterschiedlicher Denk- und Lebensweisen bildet die Basis für die Idee eines gemeinsamen Wohnprojektes.“ (www.vielwaendeplus.de/)

Weitere Termine: 20.4., 11.5., 1.6., 22.6.

Ort: zurzeit trifft sich die Gruppe online

Bitte vorher anmelden: inge.wehrmeister@awo-duesseldorf.de

Mittwochs, 19:00-22:15 Uhr, jeden 2. und 4. Mittwoch

Treff für Lesben um 40 und älter

„...Und was machst Du am Mittwoch?“ – „Ich bin beim Mittwochs-Treff der Lesben in der Frauenberatungsstelle“. Es fühlt sich gut an, mit Lesben gleichen Alters zusammen zu sein. Wir klönen und reden über private und politische Themen, werden kreativ, besuchen Ausstellungen oder sehen Filme. Jede kann ihre Ideen mitbringen.

Leitung: N.N.

Kosten: 2 - 6 € pro Abend, offene, fortlaufende Gruppe - coronabedingt Anmeldung erforderlich!



Arbeiterwohlfahrt
Düsseldorf e.V.



Infos und Anmeldung: Eva Werdermann, Frauenberatungsstelle,
Tel.: 0211 / 68 68 54

Das Treffen findet zurzeit online statt

Diese Veranstaltung wird von der Paritätischen Akademie NRW in Kooperation mit der frauenberatungsstelle düsseldorf durchgeführt.



SEFFF – „Seniors for Future“ der AWO Düsseldorf

„Auch wenn wir die Radieschen bald von unten sehen, darf die Welt nicht untergehen“, titelte eines der zahlreichen Transparente der „Seniors for Future“ (SEFFF) auf den freitäglichen Klimademonstrationen. Das provokante Schild und das lautstarke Engagement brachte den Mitgliedern der SEFFF nicht nur Sympathien und Respektsbekundungen der „Fridays for Future“-Bewegung Düsseldorf ein, sondern weckte auch das Interesse der lokalen Medien. Presse- und Interviewanfragen folgten und stellten das Thema „Verantwortung im Alter für die Generation von morgen“ in den Fokus der Öffentlichkeit. Ein Thema, das auch angesichts von Corona und vor allem für die Zeit nach der Pandemie wichtig und aktuell bleibt.

„Wir als Seniorinnen und Senioren haben durch unseren Lebensstil zum Klimawandel beigetragen. Deshalb ist es unsere Pflicht, heute mit der Jugend auf die Straße zu gehen und Präsenz und Solidarität zu zeigen. Der Klimaschutz sollte für alle Generationen oberste Priorität haben. Wir dürfen die Jugend nicht mit diesem globalen Problem alleine lassen“, so Wolfgang Müller, eines der Gründungsmitglieder der SEFFF. „Auch wenn wir die Radieschen bald von unten sehen...“, fügt das langjährige AWO-Mitglied mit einem Augenzwinkern hinzu.

Anfang 2019 in der Hochphase der „Fridays for Future“-Demonstrationen, wurde die Idee zu den SEFFF ins Leben gerufen. Zuerst waren es nur einige Mitglieder der AWO Düsseldorf, heute



Arbeiterwohlfahrt
Düsseldorf e.V.



ist die Kerngruppe x Personen stark – auch viel AWO-Mitarbeitende sind inzwischen Teil der Bewegung.

Da die meisten Gruppenmitglieder über sechzig Jahre alt waren, gaben sie sich den Namen „Seniors for Future“. Bis zu Beginn der Corona-Pandemie trafen sie sich regelmäßig im „zentrum plus“ der AWO in Unterbilk. Aktuell finden regelmäßige Online-Treffen statt, um weiter diskutieren und planen zu können.

Neben der Teilnahme an den Klima-Demonstrationen initiierten die SENFF weitere Aktionen: ein Infostand in Kooperation mit der Verbraucherzentrale und dem Düsseldorfer Umweltamt, mehrere öffentliche Veranstaltungen zu den Themen Abfallvermeidung und nachhaltiger Konsum sowie die Ausrichtung der Vernissage der Ausstellung „Klima-Wandelt“.

Durch die Pandemie und die andauernden Kontaktbeschränkungen fiel eine für den Herbst 2020 geplante Umweltmesse in Düsseldorf-Unterbilk leider aus. Zu dieser Aktion hatten bereits das Umweltamt, die AWISTA, die Verbraucherzentrale NRW, die Stadtwerke, der NABU und, nicht zu vergessen, „Fridays for Future“ ihre Teilnahme zugesagt.

Bereits im vergangenen Jahr haben die SENFF beschlossen, alle geplanten und durch die Pandemie ausgefallenen Aktionen nach 2021 zu verschieben. Die Planungen laufen, und die Mitglieder der „Seniors for Future“ stehen in den Startlöchern, um sich weiter aktiv für unser Klima und unsere Umwelt einzusetzen. Da können die Radieschen ruhig noch weiter wachsen...!

Anmeldung zu den Gruppentreffen (das nächste findet am 4.3. um 11:00 Uhr online statt) über die Fachstelle bei Bernd Plöger



Veranstaltungen

Pantoffelkino: KOM!MA Frauen* Filmpaket

Eine kleine feine Auswahl internationaler Filme mit dem besonderen Blick die Lebenswelten von Frauen*. Vorbildlich, humorvoll, gewaltkritisch, sozial-politisch und vor allem lebendig werden frauen*relevante Themen in diesen Filmen transportiert.

Wir wünschen viel Spaß beim schauen!

Die Filmreihe ist online im Pantoffelkino der Filmkunstkinos zu sehen.: <https://filmkunstkinos.de/specials/17466/>

Freitag, 05. März 2020, 19:00-21:00 Uhr Rund um das Thema ‚Pflegeversicherung‘

Für die allermeisten Menschen werden die Themen Pflege und Pflegebedürftigkeit irgendwann wichtig. Möglicherweise kommen wir in die Situation, einen geliebten Menschen zu pflegen oder selbst von diesem gepflegt zu werden. In dieser Situation können verschiedene Fragen auftauchen: welche Leistungen aus der Pflegeversicherung stehen mir/uns zu? Was bedeutet es, einen Pflegegrad zu erhalten und wie kann ich mich auf die Begutachtung vorbereiten? Welche Entlastungsmöglichkeiten für pflegende Angehörige können durch die Pflegeversicherung zur Verfügung gestellt werden?

Wir werden uns in dieser Veranstaltung mit folgenden Themen beschäftigen:

- Leistungen der Pflegeversicherung (SGB XI)



- Antragstellung zur Pflegeeinstufung und Inhalte der Begutachtung
- Wie kann ich mich auf eine Begutachtung vorbereiten?

Wir freuen uns außerdem auf Ihre und Eure Fragen!

Die Veranstaltung richtet sich an lesbische, schwule, bisexuelle, trans und inter* Menschen (LSBTI*) ab 55 Jahren.*

Kosten: 3-8 €, **Anmeldung erforderlich unter** <https://www.frauenberatungsstelle.de/pages/programm/veranstaltungen.php>

Referentin: Maria Gerdes, Pflegefachkraft/Qualitätsprüferin in Pflegeeinrichtungen

Ort: Online/Zoom. Die Zoom-Anmeldedaten werden zeitnah nach der Anmeldung versendet.

Fragen und weitere Informationen:
inka.wilhelm@frauenberatungsstelle.de, Tel.: 015771552064.

Montag, 8. März 2021

Internationaler Frauentag: Equal Care



Arbeiterwohlfahrt
Düsseldorf e.V.



Dienstag, 16. März 2021, 19:00-21:00 Uhr
Patient*innenverfügung 2.0 – aber sicher!

Wollen Sie in einer lebensbedrohlichen Krise so behandelt werden, wie Sie das möchten, auch dann, wenn Sie selbst nicht mehr entscheiden können? Was sich nach einem verständlichen Recht und Wunsch anhört, stellt sich häufig als schwieriges Unterfangen da.

Auch 10 Jahre nach der Verabschiedung des Patient*innenverfügungsgesetzes werden kaum Patient*innenverfügungen gemacht. Die, die gemacht werden, sind häufig nicht aussagekräftig und bilden häufig nicht den Wunsch der Patient*innen ab. Die Konsequenz ist weiterhin oft, dass die Personen im Behandlungsteam keine Handlungssicherheit haben und vermeintlich nicht das tun, was die Patient*innen sich gewünscht habe. Wie kann es anders gehen? Worüber sollten wir miteinander ins Gespräch kommen, um auch in einer lebensbedrohlichen Krise genug voneinander zu wissen, um Entscheidungen über Leben und Tod treffen zu können? Ist das alleine am Schreibtisch überhaupt möglich?

Sie werden in dieser Veranstaltung einige Fakten über Patient*innenverfügungen erhalten. Zudem werden Sie einen Ausblick darein mit nach Hause nehmen können, was wir, als Individuen und die Gesellschaft, tun können, um Patient*innenverfügungen doch ganz in „unserem“ Sinne nutzen zu können.

Die Veranstaltung richtet sich an lesbische, schwule, bisexuelle, trans und inter* Personen (LSBTI*) ab 55 Jahren.*



Arbeiterwohlfahrt
Düsseldorf e.V.



Kosten: 3-8 €, **Anmeldung** erforderlich unter <https://www.frauenberatungsstelle.de/pages/programm/veranstaltungen.php>

Referentin: Kornelia Götze, Ärztin

Ort: Zoom/online. Die Zugangsdaten werden zeitnah nach der Anmeldung versendet.

Donnerstag, 18.03.2021, 19:00-21:00 Uhr
Vorsorgevollmachten und Betreuungsverfügung

Das kann Ihnen in jedem Lebensalter passieren: Sie haben einen Unfall und können keine Entscheidungen mehr für sich selbst treffen. Wenn Sie vorher festgelegt haben, welche Person für Sie handeln darf, dann gilt Ihr Wille – wenn nicht, legt ein Gericht das fest. Wer will das schon? Schieben Sie es nicht länger auf!

Ich erkläre Ihnen, was Vorsorgevollmacht, Betreuungs- und Patientinnenverfügung bedeuten und wofür sie gebraucht werden. Und dann füllen wir die Formulare für die Vorsorgevollmacht gemeinsam aus – dann ist es endlich geschafft!

Die Veranstaltung richtet sich an lesbische, schwule, bisexuelle, trans und inter* Personen (LSBTI*) ab 55 Jahren.*

Kosten: 3-8 Euro, **Anmeldung** erforderlich unter <https://www.frauenberatungsstelle.de/pages/anmeldung/anmeldung.php>

Referentin: Dr. Marie Sichtermann, Juristin

Ort: Online/Zoom. Den Zoom-Link zur Teilnahme erhalten Sie/erhaltet Ihr zeitnah nach der Anmeldung.



Fragen und weitere Informationen:
inka.wilhelm@frauenberatungsstelle.de, Tel.: 0157-71552064

Freitag, 19. März 2021

Globaler Klimastreik -



There is no Pride on a dead planet... Infos zur Gruppe Queers for Future gibt es unter: <http://queersforfuture.org/>

Freitag, 19. März 2021, 18:00-20:00 Uhr

Virtuelle Schreibwerkstatt - „Dein Text als Botschaft“

Zurzeit sind wir häufig alleine. Im normalen Alltag berichten wir anderen im direkten Gespräch kontinuierlich über unser Erleben, unsere Gedanken und Pläne.

Die virtuelle Schreibwerkstatt „Dein Text als Botschaft“ möchte einen Raum öffnen, mit sich und anderen in Kontakt zu kommen. Kreatives, biographisches Schreiben kann zur Stärkung der eigenen Resilienz in bewegten Zeiten beitragen.

Mit kleineren Schreibübungen, Imaginationen, Schreiben in Resonanz auf Texte, können wir „das Wort locken“. Die entstandenen Texte werden vorgelesen und mit behutsamem Sharing oder Feedback der anderen bedacht.

Anschließend können Sie, während des Workshops und später alleine, ihren Text in einer literarischen Form Ihrer Wahl weiterschreiben. Die Möglichkeiten sind vielfältig: Märchen, Briefwechsel, Krimi, Liebesroman, Bühnenstück, Memoirs... Hierzu werde ich einige Anregungen geben.

Eine Fortsetzung des Angebots im 2. HJ 2021 ist geplant.



Arbeiterwohlfahrt
Düsseldorf e.V.



Die Veranstaltung richtet sich an lesbische, lesbisch-queere, bisexuelle und frauenliebende Frauen ab 55 Jahren.

Auch die Teilnahme an Einzelterminen ist möglich.

Kosten: 5-15 € pro Abend, Anmeldung erforderlich unter:
<https://www.frauenberatungsstelle.de/pages/programm/veranstaltungen.php>

Referentin: Vera Ruhrus, Poesie- und
Bibliotherapeutin/Systemische Beraterin

Ort: Online/Zoom. Die Zoom-Anmeldedaten werden zeitnah nach der Anmeldung versendet.

Fragen und weitere Informationen:
inka.wilhelm@frauenberatungsstelle.de, Tel.: 0157-71552064

Stadt Düsseldorf: Die LSBTIQ+ Community in Düsseldorf in Zeiten der Corona-Krise

Die persönlichen Gespräche, Gruppenangebote und Veranstaltungen sind in der aktuellen Corona-Krise stark eingeschränkt. Diese Situation kann weitreichende Folgen haben, wie beispielsweise Einsamkeit durch die Ausgangsbeschränkungen und geschlossenen Treffpunkte. Ebenso können nach einem Coming Out Stress- und Diskriminierungssituationen in häuslichen Gemeinschaften entstehen. Bei Fragen, Sorgen und Gesprächsbedarf sind die vielfältigen LSBTIQ+ Einrichtungen und Fachstellen in der Landeshauptstadt Düsseldorf ansprechbar und telefonisch und/oder per E-Mail erreichbar.

Link zu den gebündelten Erreichbarkeiten der Düsseldorfer LSBTIQ+ Einrichtungen und Fachstellen:

<https://www.duesseldorf.de/gleichstellung/diversity/erreichbarkeiten-lsbtqi-community-in-zeiten-der-corona-krise.html>



Fotoaktion zum geplanten Denkmal gemeinsam mit dem LSBTIQ+ Forum