

Mai 2022

Liebe Leser\*innen unserer NEWS UNTERM REGENBOGEN!

*„Was wäre das Leben, hätten wir nicht den Mut, etwas zu riskieren?“*

*(Vincent van Gogh)*

In dieser Ausgabe stellen wir wieder zwei „zentren plus“ vor. Im Anhang findet Ihr diesmal die Monatsprogramme des „zentrum plus“ der AWO in Ludenberg und des „zentrum plus“ der Diakonie in Gerresheim.

Der Wonnemonat Mai ist gespickt mit tollen Angeboten: Regenbogencafé, Frühstücke, Lesungen, Filme, Club der queeren Bücher, Ausstellungen und ein wunderbares Gruppen- und Kursangebot – alles für ältere LSBTI\*!

**Euer Team der Fachstelle ALTERN UNTERM REGENBOGEN**

Außerdem im Anhang: Infos zum Frauengesprächskreis im zentrum plus der Caritas in Flingern



Die Lage in der Ukraine beschäftigt uns sehr. Im Anhang findet Ihr eine Übersicht über die Lage, Spendenaufrufe und andere Möglichkeiten der Unterstützung, von denen wir hier eine besonders herausstellen, die in Deutschland direkte Hilfe anbietet, u.a. gefördert vom Auswärtigen Amt:

## **Quarteera e.V - допомога ЛГБТК\* у Німеччині**



- помощь ЛГБТК\* В Германии
- Hilfe für LSBTQ+ in Deutschland
- help for LGBTQ+ in Germany

☉ Mon..... 15 to 18  
Wed..... 10 to 13  
Thu..... 15 to 18  
Fri..... 10 to 13

✉ help@quarteera.de  
☎ +49 30 243 566 29  
📍 Arkonaplatz 5, 10435 Berlin



„Quarteera e. V. ist ein Verband von russischsprachigen LGBTQ+ - Menschen in Deutschland. Das Verfolgen der Geschehnisse kostet uns viel Kraft, wir sind zutiefst verletzt. Aber wir werden alles tun, was in unserer Kraft liegt, um den LGBTQ\*-Menschen zu helfen, die sich gezwungen sehen, die Ukraine zu verlassen und nach Deutschland zu kommen.“

Quelle: <http://www.quarteera.de/>

**SAVE THE DATE 21.07. – 24.07. 2022 SAVE THE DATE**

**Berlin, Berlin, wir fahren nach Berlin!**

**Kultur und Geschichte Berlin – Altern unter dem Regenbogen**

Gemeinsam mit der caritas düsseldorf bieten wir als Fachstelle eine Kultur-Reise nach Berlin an. Es gibt die Gelegenheit den Dyke-March und die Demo des Christopher Street Day zu besuchen. Außerdem möchten wir mit Euch mit dem Hop on Hop off Bus bei einer Stadtrundfahrt Berlin erkunden, eine Queere Stadtführung sowie der Besuch des Schwulen Museums und des größten Frauenzentrums Europas, der Schokofabrik, stehen auch auf dem Programm.

**Das Angebot beinhaltet Folgendes:**

- Fahrt mit der Bahn von Düsseldorf nach Berlin und zurück in der 2. Klasse inklusive Sitzplatzreservierung
- Transfer im Bus von Berlin Hauptbahnhof zum Hotel
- 3 x Übernachtung/Frühstück im 3 Sterne Hotel Kastanienhof
- Halbpension im Hotel am 1. Abend
- Berlin Welcome Card für 3 Tage, Donnerstag bis Samstag für die Nutzung der öffentlichen Verkehrsmittel. Die Karte bietet viele weitere Rabatte und Ermäßigungen.
- Hop on Hop off Stadtrundfahrt am 1. Tag
- Transfer im Bus am Sonntag vom Hotel zum Reichstag und anschließend zum Bahnhof
- Reiserücktrittskostenversicherung mit 20% Selbstbehalt, Gruppenunfall- und Haftpflichtversicherung
- 2 Reisebegleiter\*innen durch die Fachstelle Altern unter dem Regenbogen und den Caritasverband
- Versicherungsschein

**Meldet Euch bitte bei uns in der Fachstelle, wenn Interesse habt mitzufahren.**

**Der Preis für diese Berlinfahrt steht noch nicht fest, wir warten noch auf einen Zuschuss, um die Kosten so gering wie möglich zu halten. Wir halten Euch aber natürlich auf dem Laufenden.**



Sonntag, 08.05. 2022, 10:30 - 12:30 Uhr

Frauen-Sonntagsfrühstück für Lesben, ihre Freundinnen und alle Frauen, die einfach mal Lust haben „um die Ecke zu gucken“.

Für 5 € erwartet Euch ein reichhaltiges Frühstücksbuffet, Kaffee und ein Glas Saft inkl.

- Es gilt die 2G-Regel: Zutritt nur für mindestens 2 x geimpfte und genesene Personen (Nachweis erforderlich) Wir freuen uns über 3 x Geimpfte.
- Sowohl der Nachweis als auch die Anwesenheit muss in eine Liste eingetragen werden
- Beim Bewegen im Raum, so z.B. zur Toilette oder zum Buffet, ist eine Maske zu tragen, nur am Platz darf diese abgenommen werden.
- Bitte haltet immer Abstand zu den Frauen. Die Tische werden so eingedeckt, dass der vorgegebene Abstand auch dort korrekt ist.

**Eine Anmeldung im „zentrum plus“ der AWO in der Klosterstraße oder unter Tel. 600 25-573 ist erwünscht.**

Das Frühstück findet normalerweise an jedem zweiten Sonntag im Monat statt.

Für Frauen, die mit öffentlichen Verkehrsmitteln kommen, bietet es sich an, bis Düsseldorf Hauptbahnhof zu fahren. Dann am Vordereingang des Bahnhofs in die Straßenbahn 704, 708 oder 709 steigen. Nur eine Station bis **Worringer Platz**.

**Ort: „zentrum plus“ der AWO, Kloster Str. 112, 40211 Düsseldorf**

**Montag 09.05. 2022, 21:00 Uhr**

**Filmreihe QUEER CINEMA im Bambi**

**EINE TOTAL NORMALE FAMILIE**



Ein Film von Malou Reymann

Die 11-jährige Emma hat immer gedacht, dass ihre Familie wie alle anderen ist. Bis sich die Person, die sie bislang „Papa“ nennt, sich eines Morgens als trans\* outet. Während ihrer Transition verändert sich auch die Beziehung zwischen den beiden. Und Emma lernt, dass vielleicht gerade Veränderung das ist, was „ganz normal“ ist.

Mit viel Feingefühl und leisem Humor zeichnet Malou Reymann das Porträt einer Familie, die sich von heteronormativen Vorstellungen lösen muss, um eine gemeinsame Zukunft zu haben. Die dänische Tragikomödie, mit der Reymann eigene Erfahrungen verarbeitet, feierte in Rotterdam Premiere.

Dänemark 2020, 93 Minuten, dänische Originalfassung mit deutschen Untertiteln

- Bitte vorher nach den aktuellen Corona-Bestimmungen erkundigen! 0211 - 35 36 35, [bambi@filmkunstkinos.de](mailto:bambi@filmkunstkinos.de)

<https://www.queerfilmnacht.de/> © Plakat: Verleih Salzgeber

Ort: „Bambi“ Kino, Klosterstr. 78, 40211 Düsseldorf

**Donnerstag 12.05. 2022 15:00 Uhr**

**Der Club der queeren Bücher**

Die Lesben- und Schwulenbibliothek Düsseldorf (LuSBD) und die Fachstelle Altern unterm Regenbogen haben in den Räumen der AWO im Kürtenhof den Club der queeren Bücher gegründet.

In gemütlicher Runde tauschen sich ältere LSBTI\* an jedem 2. Donnerstag in den ungeraden Monaten im Kürtenhof in Flingern über queere Literatur aus. Welche Leseempfehlungen gibt es? Welche Neuerscheinungen?



**Termine 2022: Donnerstags 10.03., 12.05., 14.07., 08.09., 10.11. von 15:00-17:00 Uhr**

**Leitung:** Markus Gickeleiter, Bibliothekar im Team der LuSBD

**Anmeldung:** [markusgickeleiter@gmx.de](mailto:markusgickeleiter@gmx.de) oder [bernd.ploeger@awo-duesseldorf.de](mailto:bernd.ploeger@awo-duesseldorf.de) (0152 2168 6029)

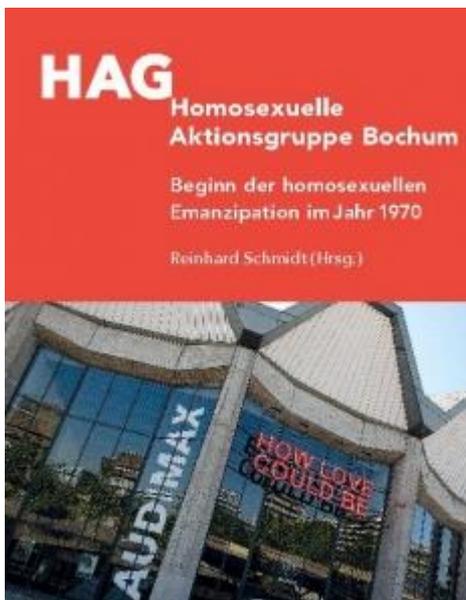
Die LuSBD bietet an jedem Sonntag von 15.00 Uhr bis 16.30 Uhr eine kostenlose Buchausleihe an ihrem Standort in Düsseldorf-Angermund an. <https://lusbd.de/>

**Ort:** AWO im Kürtenhof, Bruchstr. 12, 40235 Düsseldorf

**Donnerstag 12.05. 2022 18:30 Uhr**

**Lesung: „HAG Homosexuelle Aktionsgruppe Bochum - Beginn der homosexuellen Emanzipation im Jahr 1970“**

Der Düsseldorfer Reinhard Schmidt gehörte 1970 zu den Mitbegründern der ersten politischen Aktionsgruppe für Akzeptanz und Gleichberechtigung von Homosexuellen in Deutschland. Jetzt hat er ein Buch über die Anfänge der Schwulenbewegung in den 1970er-Jahren herausgegeben.



Im Jahr 1969 wurde der §175 StGB zum ersten Mal revidiert. Homosexualität zwischen Männern war nicht mehr strafbar. Dadurch war es 20 Jahre nach Gründung der Bundesrepublik Deutschland möglich, sich als Homosexueller zu bekennen und in der Öffentlichkeit für Gleichberechtigung und gegen Diskriminierung sexueller Minderheiten einzutreten. Die HAG Bochum machte im darauffolgenden Jahr den Anfang und leitete damit die dritte Homosexuellenbewegung ein. Aus Anlass des

50sten Jahrestages dieser epochalen Leistung erscheint diese Veröffentlichung.

Nach einem kurzen Interview wird der Autor einen Ausschnitt aus seinem Buch präsentieren. Im Anschluß gibt es die Möglichkeit zum Austausch.

**Ort:** AWO im Kürtenhof, Bruchstr. 12, 40235 Düsseldorf (Flingern)

**Eintritt:** frei

Eine Kooperation von AStA-Referat für bisexuelle und schwule Studierende und der Fachstelle Altern unterm Regenbogen



**Freitag, 13.05 2022, 18:00 – 20:00 Uhr**

**Diagnose Demenz – und dann?**

**Vortrag und Gespräch**

Die Diagnose Demenz ist für betroffene Personen und ihre Zugehörigen/Angehörigen mit vielen Fragen und Unsicherheiten verbunden. Wie äußert sich die Erkrankung und wie schnell schreitet sie voran? Kann ich dagegen etwas tun? Was bedeutet die Diagnose für mich als Zugehörige/Angehörige? Wie kann ich die betroffene Person begleiten?

In der Veranstaltung werden wir uns dem Thema nähern und Raum für Fragen und Austausch haben.

Der Vortrag richtet sich an lesbische, lesbisch-queere, bisexuelle und frauenliebende Frauen ab 55.

**Referentin:** Maria Gerdes, Pflegefachkraft/Qualitätsprüferin in Pflegeeinrichtungen

**Weitere Informationen:** Inka Wilhelm,  
inka.wilhelm@alternuntermregenbogen.de

**Hybridveranstaltung:** Frauenberatungsstelle und Zoom/online.

**Kostenfrei, Anmeldung coronabedingt erforderlich unter:**

[www.frauenberatungsstelle.de](http://www.frauenberatungsstelle.de)

Bitte geben Sie bei der Anmeldung im Feld ‚Sonstiges‘ an, ob Sie vor Ort oder online teilnehmen wollen. Die Zugangsdaten werden bei digitaler Teilnahme kurz vor der Veranstaltung versendet.

**Samstag 14.05.2022, 15:00-18:00 Uhr**

**AWO im Kürtenhof: Regenbogencafé**



*Foto: Birgit Brockerhoff*

Die Fachstelle Regenbogenfamilien und das Team Diversity der AWO laden ab Mai zum Regenbogencafé ein. Jeweils am 2. Samstag im Monat von 15-18 Uhr öffnet die AWO im Kürtenhof die Türen für mehr als nur Kaffee trinken:

Der kleine Park an der Bruchstraße mit seinen vielfältigen Spielgeräten ist wie geschaffen zum Toben, Schaukeln, Sandburgenbauen, Klettern und und und.

Draußen gibt es immer auch ein kleines Programm! Außerdem bietet das Regenbogencafé die lockere Möglichkeit zum Austausch, zur Vernetzung und natürlich Spaß für alle LSBTIQ+ und deren Freund\*innen und Familien.

- 14.05.22 Eröffnungscfé plus -Collagen machen
- 11.06.22 Auf dem Straßenfest Flingern- mit Zauberer Charlie Martin
- 13.08.22 Action (Bewegung und Spiele)
- 10.09.22 Regenbogentorte backen
- 12.11.22 Adventsbasteln
- 10.12.22 Stop Motion- Filme erstellen

**Ort:** AWO im Kürtenhof, Bruchstr. 12, 40235 Düsseldorf (Flingern)

### **Kontakt:**

Petra Bosch  
Fachstelle Regenbogenfamilien

Tel: 0211 600 25 -366  
Petra.Bosch@awo-duesseldorf.de

Bernd Plöger  
Fachstelle Altern unterm Regenbogen  
/ Team Diversity

Tel: 0152 2168 6029  
Bernd.Ploeger@awo-duesseldorf.de

**Sonntag, 15.05.22, 19:00 Uhr**

## **Culture Club**

Die Kulturetten zaubern jeden Monat eine bunte Show für und von LSBTIAQ+ auf die Bühne der Jazzschmiede, seit 29 Jahren sind sie nicht mehr wegzudenken aus der queeren Subkultur!

Auch dieses Jahr wird es eine Eurovision Spezial Culture Club geben. Internationale Teilnehmende aus bislang mehr oder weniger bekannten Ländern treten gegeneinander in einem Wettstreit der besonderen Art an. Liveübertragung aus dem Land der letzten Gewinner\*innen: ins wunderschöne Föhnland! Special Guests:



Abends mit Beleuchtung - ein Popswingrock´n´Röllchenakustik Trio – Die Popköniginnen Baby, Sugar und Honey als minimalistisch-akkustisches Trio geben alles: Ihre ungewöhnlichen Interpretationen bekannter Hits aus den 80ern, 90ern und dem Besten von Heute und ihr unwiderstehlicher Charme und Witz lassen sie schonungslos frei auf der Bühne der Jazzschmiede.



Markus Grimm aus Moers ist Sänger, Autor, Texter und Moderator in einer Person. Schon seit frühester Kindheit steht er auf der Bühne und begeistert mit Gesang und spielerischem Talent. Schreiben ist, neben der Musik, seine Berufung und Leidenschaft.

Einlass ist wie gewohnt wieder ab 18 Uhr. Hier findet ihr wieder genügend Zeit zum gemeinsamen Austausch und natürlich für das ein oder andere Getränk vorab, um sich für die Show vorzubereiten.

Es gelten die aktuellen Corona-Regelungen der Jazzschmiede.

**Eintritt: 6,00 EUR**

**Ort: Jazzschmiede, Himmelgeister Str. 107, 40225 Düsseldorf**

**Dienstag 17.05.22 15:00 Uhr**

**Filmabend: „Die Ehe der Herren Schultze“**

Kurt und Toon leben seit über vierzig Jahren als schwules Paar zusammen in Düsseldorf. Die beiden sehr aktiven Rentner führen ein gemütliches Leben, geprägt von gemeinsamen Reisen, einem großen Freundes- und Bekanntenkreis und einer Menge sozialem Engagement. In diese gefällige Situation bricht etwas Unerwartetes: Deutschland beschließt 2017 die Rehabilitierung und Wiedergutmachung gegenüber der juristisch verfolgten schwulen Männer nach 1945. Dies provoziert bei Kurt ein Deja vu, denn auch er wurde vor über 55 Jahren als junger Student in Wien verurteilt und eingesperrt. Er entschließt sich, seiner lange verdrängten Geschichte zu stellen und dem juristischen Unrecht von damals auf den Grund zu gehen. Mit dem Beistand seines Mannes Antonius („Toon“) sammelt er all seine Kräfte und wagt eine Reise an den Anfang eines jahrzehntelangen Martyriums.

Im Anschluss Publikumsgespräch mit Regisseur Moritz Leick und den Protagonisten des Filmes Kurt Schulze und Toon van Irsel



*Ein paar Bilder aus dem Film*

Bitte vorher nach den aktuellen Corona-Bestimmungen erkundigen!

Eine Kooperation mit dem „zentrum plus“ der Diaonie in Gerresheim

**Anmeldung und Ansprechpartner: Bernd Plöger**

**Ort: „zentrum plus“ der AWO in Ludenberg, Benderstraße 129c, 40625 Düsseldorf**

**Donnerstag 19.05.22 15:00 Uhr**

**Ausstellungsbesuch & Führung: Come out, Essen! 100 Jahre lesbisch-schwule Emanzipation**

Gleichgeschlechtliche Paare können in Deutschland heute heiraten. Queere Minister\*innen oder Oberbürgermeister\*innen outen sich. In vielen Städten setzen sich städtische Koordinierungsstellen für sexuelle und geschlechtliche Vielfalt, Akzeptanz und Gleichstellung ein. Diesen Erfolgen ist ein langer Kampf queerer Initiativen vorausgegangen – in Essen, im

Ruhrgebiet und deutschlandweit. Diese Ausstellung zeigt die Geschichte dieser Emanzipation seit Beginn des 20. Jahrhunderts. Der Schwerpunkt liegt auf Essen, ergänzt um Beispiele aus anderen Ruhrgebietsstädten.



*Ausstellungsplakat*

Eine Ausstellung der Aidshilfe Essen e. V., Arbeitskreis Schwule Geschichte und der Stiftung Ruhr Museum in Kooperation mit der Koordinierungsstelle Gleichgeschlechtliche Lebensweisen LSBTI\* der Stadt Essen, dem Forum Essener Lesben und Schwule (F.E.L.S.) und FrauenLiebe im Pott – Flip e. V.

Schirmherr: Thomas Kufen,  
Oberbürgermeister der Stadt Essen

Anmeldung bitte an Bernd Plöger (0152 2168 6029 oder [bernd.ploeger@awo-duesseldorf.de](mailto:bernd.ploeger@awo-duesseldorf.de))

**Kosten:** Eintritt ist frei, DB-Ticketkosten Nahverkehr D-ESN-D

**Ort:** Haus der Essener Geschichte/Stadtarchiv, Foyer, Ernst-Schmidt-Platz 1, 45128 Essen

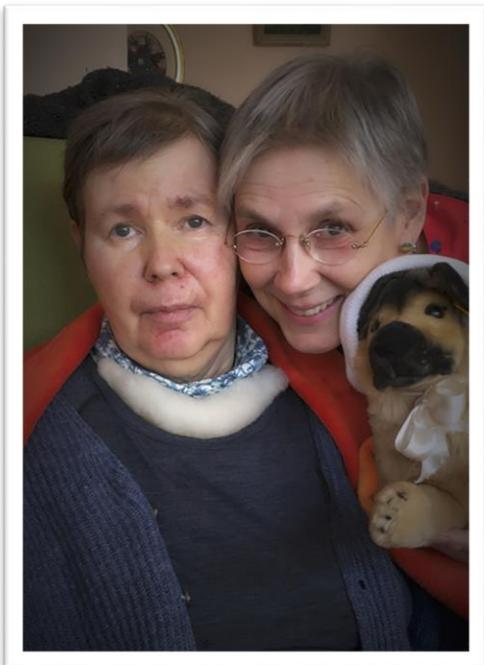
**Treffpunkt:** Hauptbahnhof Düsseldorf für die gemeinsame Fahrt nach Essen, genaue Details kommen nach Anmeldung

**Samstag, 21. Mai 2022, 19.00 Uhr**

**Am Ende wird das Meer in dir blau sein**

Lesung von Rike Stern aus ihrem Buch „DeMens – ein Weg ins Leben“

Rike Stern (Jg.1957) ist etwa 10 Jahre mit ihrer Frau durch einen Prozess gegangen, den wir „Demenz“ nennen. Als die Ärzte 2017 bei Marie (Jg.1952) eine „Frontotemporale Demenz“ diagnostizieren, hat sich ihr Denken und ihre Persönlichkeit schon so verändert, dass ein „normales Leben“ kaum mehr möglich ist. Deshalb entscheidet sich Rike, die gemeinsame Wohnung aufzugeben und Marie zieht im März 2018 in ein Altenheim. Die beiden sind jeden Tag zusammen und gestalten ihr gemeinsames Leben in dieser veränderten Wohnsituation weiter, bis Marie im März 2020 ihren Körper verlässt.



Für die beiden wurde das Erleben von tiefstem Schmerz und größtem Verlust zum Tor ins Leben – das nicht sterben kann. „DeMens – ein Weg ins Leben“, so der Titel des Buches.

Rike Stern wird unter dem Motto „Am Ende wird das Meer in dir blau sein“ aus ihrem Buch lesen und über ihre Erfahrungen sprechen.

(Weitere Informationen zum Buch: [www.demens-einweginsleben.de](http://www.demens-einweginsleben.de).)

**Eintritt:** € 8,00 / € 5,00 (ermäßigt)

**Reservierungen unter:** [komma@komma-duesseldorf.de](mailto:komma@komma-duesseldorf.de)

**Ort:** Bürgersaal, Bürgerhaus Salzmannbau, Himmelgeister Straße 107, 40225 Düsseldorf

Eine Kooperation von kom!ma e.V., mit dem Bürgerhaus Salzmannbau und der Fachstelle Altern unterm Regenbogen



**Sonntag 29.05.22 10:30-12:30 Uhr**

**Frühstück für schwule Männer und ihre Freunde**

Für 5€ erwartet Euch ein reichhaltiges Frühstücksbuffet, Kaffee und ein Glas Saft inklusive.

Eine Anmeldung bei im „zentrum plus“ der AWO in der Klosterstraße oder telefonisch unter 600 25-573 ist bis drei Tage vorher (Donnerstag) erforderlich.

- Es gilt die 2G-Regel: Zutritt nur für mindestens 2 x geimpfte und genesene Personen (Nachweis erforderlich) Wir freuen uns über 3 x Geimpfte.

Sowohl der Nachweis als auch die Anwesenheit muss in eine Liste eingetragen werden

Beim Bewegen im Raum, so z.B. zur Toilette oder zum Buffet, ist eine Maske zu tragen, nur am Platz kann diese abgenommen werden.

Bitte haltet immer Abstand. Die Tische werden so eingedeckt, dass der vorgegebene Abstand auch dort korrekt ist.

**Die nächsten Termine** sind wie folgt geplant: 24.04., 29.05., 26.06., 31.07., 28.08., 25.09., 30.10., 27.11...

**Ort:** „zentrum plus“ der AWO in der Klosterstraße

## „Gespräche unterm Regenbogen“

Die Fachstelle ALTERN UNTERM REGENBOGEN bietet werktags von 10:30-12:30 LSBTI\* ab 55 Jahren an, sich am Telefon mit den Fachreferent\*innen auszutauschen. Was gibt's Neues? Wie läuft's, wie geht's, was könnte besser laufen?



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](mailto:bernd.ploeger@awo-duesseldorf.de)

Bei der frauenberatungsstelle: Inka Wilhelm, 0157 7155 2064,  
[inka.wilhelm@frauenberatungsstelle.de](mailto:inka.wilhelm@frauenberatungsstelle.de)

Bei der Aidshilfe: René Kirchhoff, 01590 4125 977,  
[rene.Kirchhoff@duesseldorf.aidshilfe.de](mailto:rene.Kirchhoff@duesseldorf.aidshilfe.de)

**Dienstags, 18:30 Uhr**

**Viel Wände+ Wohngruppen-  
Treffen**

„Wir haben sehr unterschiedliche Lebensläufen und dennoch eine gemeinsame 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](http://www.vielwaendeplus.de))

**Termine:** 17.5., 7.6. – zurzeit alle drei Wochen

**Bitte vorher anmelden:**

[inge.wehrmeister@awo-duesseldorf.de](mailto:inge.wehrmeister@awo-duesseldorf.de)

**Ort:** „zentrum plus“ der AWO in Unterbilk, Siegstraße 2, 40219 Düsseldorf

**Dienstags 17:00–18:00 Uhr**

**Donnerstags 16:30–17:30 Uhr  
Tanzgymnastik**

Unter Leitung eines erfahrenen Tänzers/Tanzpädagogen werden Übungen zur allgemeinen Stärkung der Muskulatur, für die Erhaltung der Beweglichkeit von Gelenken und für die Straffung von Sehnen und Bändern angeboten.

Die anschließende Einstudierung einer einfachen Choreografie hält körperlich fit, fördert die Körper-Motorik und Koordination und trainiert das Gedächtnis.

**Ziele**

Erhalt der Beweglichkeit, Kräftigung der Muskulatur, Gleichgewichtstraining, Koordinationstraining, spielerische Kooperationsübungen, sozialer Kontakt über die Gruppenstunden hinaus

**Bitte vorher anmelden:**

[inge.wehrmeister@awo-duesseldorf.de](mailto:inge.wehrmeister@awo-duesseldorf.de)

**Ort:** „zentrum plus“ der AWO in Unterbilk, Siegstraße 2, 40219 Düsseldorf



**Dienstags 10:00-12:00 Uhr  
Frühstück für Menschen mit  
HIV/Aids und Freund\*innen**

Frühstück für Menschen mit HIV und Aids im Loft-Café der Aidshilfe Düsseldorf. Du bist herzlich eingeladen: Frühstücken, Zusammensein und Plaudern im Loft-Café der Aidshilfe.

Corona-bedingt ist eine vorherige Anmeldung unbedingt erforderlich. Bitte bei Kerstin Kollenberg unter [kerstin.kollenberg@duesseldorf.aidshilfe.de](mailto:kerstin.kollenberg@duesseldorf.aidshilfe.de) oder telefonisch unter 0211-77095-21: Wir bitten um Einhaltung der derzeit gültigen Coronaregeln.

Wir bitten um Verständnis.

Das Frühstück am Dienstag wird freundlich unterstützt von Heartbreaker, dem Förderkreis der Aidshilfe Düsseldorf e.V., der Deutschen AIDS-Stiftung und der Bäckerei Behmer. Vielen Dank dafür!

**Kostenbeitrag:** 1,50 Euro.

**Ort:** Aidshilfe Düsseldorf, Loft-Café, Johannes-Weyer-Str. 1, 40225 Düsseldorf

**Mittwochs, 18:00 Uhr  
14tägig  
(gerade Kalenderwochen)**

**Positiv Älter werden**

Gruppentreff für Schwule und bisexuelle Männer über 50 Jahren mit und ohne HIV / Aids.

Jeden zweiten **Mittwoch ab 18 Uhr**. Die Treffen finden teils im Loft-Café der Aidshilfe statt, teils an anderen Orten.

Ziel der Gruppe ist es, Menschen für gemeinsame Freizeitgestaltung sowie gegenseitige Unterstützung zusammenzuführen.

Wenn du Interesse hast und meinst, die Gruppe würde zu dir passen, melde dich einfach und komm mal vorbei.

Jeweils mittwochs ab 18 Uhr treffen wir uns.

**Orte:** Die Gruppe trifft sich an verschiedenen Orten:

04.05. Aidshilfe

18.05. Aidshilfe

**Bitte vorher anmelden:**  
[Rene.Kirchhoff@duesseldorf.aidshilfe.de](mailto:Rene.Kirchhoff@duesseldorf.aidshilfe.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: Birgit Erhardt

Infos und Anmeldung: Eva Werdermann, Frauenberatungsstelle

Kosten: 22-66 € pro Halbjahr

Anmeldung Corona-bedingt erforderlich.

Findet derzeit online statt! Die Zugangsdaten werden nach Anmeldung zugesandt.



Freitags 18:00 Uhr

Gruppentreffen Gay & Grey

Seit über zehn Jahren treffen sich in dieser Freizeitgruppe schwule und bisexuelle Männer, um in lockerer Runde Freizeitaktivitäten zu planen, sich auszutauschen oder neue und alte Bekannte zu treffen. Ob gemeinsamer Ausklang der Woche oder geselliger Start ins Wochenende – Interessierte sind jederzeit willkommen!

Termine



- |                    |  |
|--------------------|--|
| Freitag 29.04.2022 | Info- und Austauschabend Gewalt gegen Schwule, mit Dirk Jehle, zentrum plus Klosterstr 112   |
| Freitag 06.05.2022 | Gesprächsabend, zentrum plus Klosterstr 112  |
| Freitag 13.05.2022 | Info- und Austauschabend Sexuelle Orientierung(en)(asexuell, aromantisch, aces, Polyamorie, pansexuell, bi, schwul...) mit Kjell Herold, zentrum plus Klosterstr 112 |
| Freitag 20.05.2022 | Treffen im Goldenen Ring, Burgplatz 21-22, 40213 Düsseldorf  |
| Freitag 27.05.2022 | Treffen in der Nordmanns Eisfabrik, Hermannstr. 22a, 40233 Düsseldorf  |

Anmeldung und Ansprechpartner:

Toni 0177 212 4416, Wechselnde

Orte, s.o.

## „zentrum plus“ der AWO in Ludenberg

Das "zentrum plus"/AWO in Ludenberg befindet sich in der Seniorenwohnanlage der WOGEDO in einer ruhigen Seitenstraße. Der Treffpunkt ist zentral gelegen und gut erreichbar über die Benderstraße. Die Straßenbahnhaltestelle "Friedingstraße" befindet sich unweit der Einrichtung. Die Zweigstelle befindet sich auf der Blanckertzstraße Appartement 6. Hier werden Beratungen nach vorheriger Terminabsprache durchgeführt.

In unserem Treffpunkt für die Generation 55+ haben Sie Gelegenheit, Menschen aus Ihrem Stadtteil und Ihrer Nachbarschaft kennenzulernen und mit ihnen gemeinsam aktiv zu werden.

### Eine Auswahl unserer Angebote

- Frühstückstreff
- Spiele
- Fremdensprachen-Kurse
- Fitnesstraining
- Lesungen u.v.m.



Gesellschafts- und Denksportspiele gehören zum Wochenprogramm genauso wie die Klön-Nachmittagsrunden und Frühstücksangebote. Hier steht der kommunikative Austausch im Mittelpunkt.

Das Wohnen mit Versorgungssicherheit der Ambulanten Pflege, der AWO Ortsverein und das „zentrum plus“ bilden eine Kooperationsgemeinschaft, die durch die vielfältigen Angebote und Beratungen die ganze Bandbreite der Wünsche und Bedürfnisse für die Senior\*innen erfüllen.



Wir beraten, begleiten, organisieren Infoveranstaltungen zu aktuellen Themen. Alle unsere Angebote finden Sie in unserem Monatsprogramm und im Internet. Bei Interesse melden Sie sich jederzeit gerne bei uns. Wir informieren Sie zu vielen weiteren Angeboten und unterstützen Sie dabei, eine Auswahl zu treffen. Wir bieten Sozialberatung und Unterstützung für die vielfältigen Herausforderungen des alltäglichen Lebens im Alter an.

### Verkehrsanbindung

Straßenbahn: U 73 Haltestelle Friedingstraße, (Fußweg ca. 4 Minuten)

Bus: 733 und 738 bis Haltestelle Blanckertzstraße, (Fußweg ca. 2 Minuten)

### Öffnungszeiten Benderstraße

Montags:	10.00 bis 12.00 u. 14.00 bis 18.00
Dienstags:	10.00 bis 11.30 u. 14.00 bis 18.30
Mittwochs:	10.00 bis 16.30
Donnerstags:	10.00 bis 13.00
Freitags:	10.00 bis 12.00

### Öffnungszeiten Blanckertzstraße: Beratung nach Vereinbarung



AWO Kreisverband Düsseldorf e.V.  
"zentrum plus" der AWO in Ludenberg  
Elisabeth Lange  
Benderstraße 129c, 40625 Düsseldorf



[zentrumplus-ludenberg@awo-duesseldorf.de](mailto:zentrumplus-ludenberg@awo-duesseldorf.de)



0211 600 25 -579

Homepage

<https://www.awo-duesseldorf.de/ab-55/treffs/zentren-plus/ludenberg/>

## Das „zentrum plus“ Gerresheim

### Gemeinsam aktiv für das Alter - Diakonie Düsseldorf

Das „zentrum plus“ Gerresheim der Diakonie Düsseldorf e.V. liegt mitten im Herzen von Gerresheim, direkt an der Haltestelle Gerresheim Rathaus. Vor der Tür halten die U-Bahn U 73 und verschiedene Buslinien. Unsere Räume sind barrierefrei.



Alle zentren plus sind Anlaufstellen für alle Menschen ab 55 Jahren bis ins hohe Alter.

Darüber hinaus hat das „zentrum plus“ Gerresheim noch zusätzliche Schwerpunkte. Seit fast 20 Jahren widmen wir uns besonders dem Thema Demenz. Wir haben ein Betreuungsangebot, ein Café für gesellige Treffen, machen kleine Ausflüge, organisieren regelmäßig Oasentage und planen in Kooperationen mit anderen Akteur\*innen Fachtage und Vorträge.



Das Thema Armut ist auch in Gerresheim präsent uns so haben wir seit mehr als 10 Jahren ein „Netz gegen Armut“. Mit dem Netz unterstützen wir die Caritas-Diakonie Sprechstunde der evangelischen und katholischen Kirchengemeinden in Gerresheim, geben Gutscheine für Mittagessen aus und ermöglichen Einzelfallhilfen. Ab Donnerstag, 28. April 2022 gibt es in Gerresheim auch eine Tafel.

All diese Angebote wären nicht möglich ohne gute Nachbarschaft. Eine Quartiersmanagerin ist für den Gerresheimer Süden zuständig und plant und organisiert dort kleine Begegnungen und Hilfen. Das „zentrum plus“ Gerresheim lädt immer wieder ein zu





Frühstückchen vor der Haustür, kleinen Aktionen draußen und alle zwei Jahren zu einem großen Senior\*innentag in der Fußgängerzone. Und natürlich haben wir Literaturlesungen, Malgruppen, eine Initiative für Nachhaltigkeit, Stick- und Strickkränzchen, Aktuelle Stunde, Mittagstisch und Internetcafé. Alle Veranstaltungen und Treffen finden Sie in unserem Programm oder auf der Homepage.

Zu einer guten Nachbarschaft gehört auch, dass wir offen sind für alle Menschen in Gerresheim und uns freuen –auch auf Sie.



**Öffnungszeiten:** Mo-Fr von 9.30 bis 16.30 Uhr und nach Vereinbarung



Diakonie Düsseldorf  
„zentrum plus“ Gerresheim  
Am Wallgraben 34  
40 625 Düsseldorf



Ansprechpartnerinnen: Petra Wienß, Corinna Bernshaus,  
Sabine Dasenbrock und Britta Keil für Beratungen

[zentrum-plus.Gerresheim@diakonie-duesseldorf.de](mailto:zentrum-plus.Gerresheim@diakonie-duesseldorf.de)



0211 / 29 65 28

Homepage

<https://www.diakonie-duesseldorf.de/leben-im-alter/beratung-und-begegnung-im-quartier/zentren-plus/zentrum-plus-gerresheim>