

April 2024

Liebe Leser*innen unserer NEWS UNTERM REGENBOGEN!



Seminare, Ausstellungseröffnungen, Kulturfrühstücke, Filmnachmittage, Clubtreffen, Wanderungen, Workshops, Kultur und mehr, das alles findet ihr im April. Fehlt nur noch Kochen unterm Regenbogen? Auch das ist ab Mai möglich! Im „zentrum plus“ des DRK in Friedrichstadt, Jahnstr 49.

Übrigens: Die aktuellen Regenbogennews findet Ihr immer auch unter:

- <https://www.awo-duesseldorf.de/ab-55/treffs/beratung-lsbt/>
- <https://duesseldorf.aidshilfe.de/de/beratung-und-test/altern-unterm-regenbogen>

Das Team der Fachstelle ALTERN UNTERM REGENBOGEN



Freitag, 12.04.2024 11:00 Uhr

Kulturfrühstück mit den Performer*innen von Daughters of the Future

Willkommen beim Kultur-Frühstück im FFT Düsseldorf. Dieses kostenlose Angebot richtet sich an alle, die Lust haben, hinter die Kulissen des freien Theaters zu blicken und mit anderen darüber ins Gespräch zu kommen! Jeden 2. Freitag im Monat lädt das FFT Sie in das Foyer zur Begegnung mit Künstler*innen und anderen Gästen, aktuellen Themen und neuen Stücken ein.

Das FFT ist ein Ort für freies Theater im Düsseldorfer Kulturzentrum KAP1. Auf den Bühnen können Sie Tanz, Theater oder Performances sehen. Das großzügige Foyer lädt zur Begegnung ein. Gemeinsam mit den Nachbar*innen von der Zentralbibliothek und mit der Kulturliste Düsseldorf e.V. bietet das FFT einen Treffpunkt für Theaterinteressierte und alle, die es werden möchten. Bei einer Tasse Kaffee und Gebäck erhalten Sie einen Einblick in das Programm. Sie lernen die Künstler*innen kennen, die am Haus arbeiten und erfahren Details über ihre Stücke, die bald darauf zu sehen sind. Bei jedem Kultur-Frühstück besteht die Möglichkeit, sich über die Kulturliste Düsseldorf zu informieren und sich vor Ort anzumelden.

Zu diesem Frühstück kommt die Gruppe **La Fleur** und informiert über den Traumberuf Profi-Fußballer*in. Die Künstler*innen aus Frankreich, der Elfenbeinküste und Deutschland entwickeln derzeit ihr Stück **Konami – der Fußballtanz** am FFT. Es geht anschließend auf Europa-Tour.

Eintritt: Kostenlos

Anmeldung: tickets@fft-duesseldorf.de

Ort: FFT Düsseldorf, Konrad-Adenauer-Platz 1, 40210 Düsseldorf

Sonntag, 14.04.2024, 11:00 - 13:00 Uhr

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



Zum Frühstück werden angeboten: Zwei Brötchen, Butter, Marmelade, Käse und ein Sonntagsei. Mineralwasser, Tee und Kaffee.

Welche Frau darüber hinaus Lust hat, das Frühstück durch Obst, Kuchen, Salat oder andere Leckereien zu bereichern, kann dies gerne spontan und ohne vorherige Angabe tun.

Anmeldungen bitte an helgagoelitz@web.de, Kosten: 6,00 Euro

Das Frauen-Sonntagsfrühstück fällt im Februar wegen Karneval aus – ab März geht es dann wie gewohnt weiter. Das Frühstück findet normalerweise an jedem zweiten Sonntag im Monat statt.

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



Donnerstag, 11.04.2024 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 im Monat im Kürtenhof in Flingern über queere Literatur aus. Welche Leseempfehlungen gibt es? Welche Neuerscheinungen?

Der Club der queeren Bücher stellt sich in diesem Monat gegenseitig vor, was die Teilnehmer*innen gerade lesen.

Jeden 2. Donnerstag im Monat von 15:00-17:00 Uhr

Leitung: Markus Gickeleiter, Bibliothekar im Team der LuSBD

Anmeldung: markusgickeleiter@gmx.de
oder 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, 11.04.2024 16:30-18.30 Uhr

Seminar „zuhören draußen“

ZUHÖREN.
DRAUSSEN.
DÜSSELDORF.



EINFÜHRUNGS-Seminar zu den ZUHÖR.Bänke Lindenplatz und Zoopark

Wir möchten Sie zu einer Einführung in die
ZUHÖR.Bänke einladen und Sie in die Grundlagen
des guten ZUHÖRENS einführen.

Datum: am 11. April von 16.30 bis 18.30 Uhr

Ort: Zentrum Plus, Flurstraße 57c

Anmeldung bis 5. April unter: ehrenamt@zuhoeren-draussen.de

mit: **CHRISTINE VON FRAGSTEIN** Initiatorin, Strategie & Kooperationen von
ZUHÖREN.DRAUSSEN und **ALEXANDRA PERL** ZUHÖR.Expertin, Seminare &
Konzept ist Facilitator, Coach, Trainerin und visuelle Geschichtenerzählerin.

Ort: „zentrum plus“ der Caritas, Flurstr. 57c



Freitag, 19.04.2024 Zeit: 14:00 Uhr bis 17:00 Uhr (3 Stunden plus Ausklang)

Workshop „Positiv alt werden“

Veranstaltung für Menschen mit HIV (insbesondere ab 50 Jahre)

Dank der Fortschritte der Medizin und Therapie leben Menschen mit HIV heute deutlich länger. Was bedeutet dieses längere Leben mit HIV aus medizinischer Sicht? Welche Folgen ergeben sich auf längere Sicht aufgrund der HIV-Infektion, der Therapie und welche aufgrund des allgemeinen „Älter Werdens“? Wie kann durch Verhaltensweisen der Prozess des Älterwerdens positiv unterstützt werden?

Die im Workshop behandelten Themen und Schwerpunkte orientieren sich an den konkreten Fragen und dem unterschiedlichen Wissenstand der Teilnehmenden. Deshalb können sich im Programmablauf Veränderungen ergeben: Einzelne Themen werden möglicherweise intensiver, andere vielleicht oberflächlicher behandelt.

Veranstalter: Deutsche Aidshilfe e.V. und AIDS-Hilfe Düsseldorf e.V.

Trainer*in: Siegfried Schwarze, Projekt Information, Berlin

Tagungsleitung/Moderation: Harald Hägle, Berlin (angefragt)

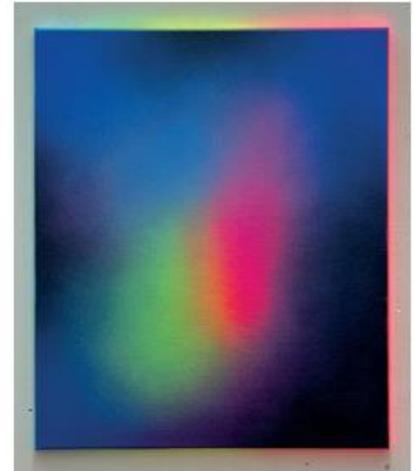
Seminargebühren werden nicht erhoben.

Anmeldung bis: 10.04.2024 bei Rene Kirchhoff, Tel.: 0211-77095-20
rene.kirchhoff@duesseldorf.aidshilfe.de

Ort: AIDS-Hilfe Düsseldorf, Johannes-Weyer-Straße 1, 40225 Düsseldorf



Donnerstag 18.04.2024, 18:00 Uhr



SOME RAINBOWS *Fabian Freese*

Vernissage
18/04/2024

EINLADUNG ZUM BESUCH DER AUSSTELLUNG **„SOME RAINBOWS“ VON FABIAN FREESE**

Hiermit möchten wir Sie herzlich zur Vernissage und Ausstellung „Some Rainbows“ von Fabian Freese in den Räumlichkeiten der Aidshilfe Düsseldorf e.V. einladen.

Ausstellungsdauer:
18.04. bis 12.07.2024
(während der Öffnungszeiten)

Eröffnung/Vernissage:
Donnerstag, 18.04.2024 von 18 bis 21 Uhr
Begrüßung: Henrietta Weithorn, Galeristin

20% der Verkaufserlöse spenden der Künstler Fabian Freese und Henrietta Weithorn (Galerie Weithorn) gemeinsam an die Aidshilfe Düsseldorf e.V.



Aidshilfe Düsseldorf e.V.
Johannes-Weyer-Straße, 1. Etage
40225 Düsseldorf
Tel +49 211 77095-0
www.duesseldorf.aidshilfe.de
Mo-Fr 10 bis 13 Uhr und Mo-Do 14 bis 17 Uhr

Ort: Aidshilfe Düsseldorf, Johannes Weyer Str. 1, 40225 Düsseldorf

Sonntag 21.04.2024, 11:00 Uhr

Wanderfreundinnen-Tour: „Grafen und Mönche Weg“

Die Wanderfreundinnen treffen sich alle zwei Monate - die Gruppe ist für alle Frauen & Lesben offen.

Beschreibung für die Wanderung im April:

- „Grafen und Mönche Weg“ bei Odenthal
- Länge ca. 11 km, hügelig
- Treffpunkt: 11 Uhr, Parkplatz Rösberg / Hotel Wißkirchen (nähe Altenberger Dom)
- Einkehr im "Küchenhof" zu Kaffee und Kuchen.

Die Angabe der Gehzeit berücksichtigt keine Pausen, die aber natürlich gemacht werden. Der Schwierigkeitsgrad der Wanderungen ist nicht zu hoch, das Tempo wird an alle Teilnehmenden angepasst. Mit festem Schuhwerk und etwas Trittsicherheit lässt sich die Strecke gut bewältigen. Hunde können leider nicht mitgebracht werden.



Anmeldungen bitte bis eine Woche vorher an bernd.ploeger@awo-duesseldorf.de

Die Leiterin, Astrid: „*Wandern bringt Menschen zusammen: Natur erleben + sich selbst erleben + evt. Neues entdecken + wohlverdientem Genuss unterwegs oder hintendran + gesundem Herz-/Kreislauftraining + der Enge des Alltags entfliehen... = Wandern macht glücklich 😊.*“

Treffpunkt: Parkplatz Rösberg / Hotel Wißkirchen (nähe Altenberger Dom)

Sonntag, 21.04.2024, 19:00 Uhr Culture Club

Das Programm im April:



Mo Weirich - Die Frau mit Stimme und Zylinder begann vor vielen Jahren mit Parodien bekannter Künstler auf den unterschiedlichsten Bühnen. Evergreens aber auch aktuelle Hits interpretiert sie ganz neu, auch zum Teil mit eigenen Texten. In ihren Erzählungen und Liedern erkennt sich das Publikum wieder. Ihr Motto: Alles wird gut – auch im Drama.



Marys Musik ist inspiriert von ihrem Leben, von Freunden oder gar der griechischen Mythologie. Dabei sind ihre Texte ehrlich, humorvoll und haben dennoch eine gewisse Tiefe. Das alles gepaart mit ihrer beruhigenden, sanften aber auch kraftvollen Stimme lässt das Publikum andächtig zuhören und laut eigenen Angaben "auf den Sitzen schmelzen".



Im Talk diesmal dabei: **Liz Sonnen**. In Hildesheim hat sie den Bachelorstudiengang Kulturwissenschaften und ästhetische Praxis mit Hauptfach Theater und den Masterstudiengang Inszenierung der Künste und Medien mit Hauptfach Theater studiert. In ihrer Arbeit setzt sie sich mit queerfeministischen Fragestellungen auseinander. In der kommenden Spielzeit coleitet sie einen FLINTA

Club zum Thema Freund*innenschaft am Stadtkollektiv des Düsseldorfer Schauspielhauses.

Eintritt: 7,50 EUR

Ort: Jazzschmiede, Himmelgeister Str. 107, 40225 Düsseldorf

Freitag 26.4. 16:00 Uhr Filmnachmittag 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 findet ein Publikumsgespräch mit Beteiligten der Produktion und den Fachreferent*innen der Fachstelle „Altern unterm Regenbogen“ statt.

Eine Kooperation der Fachstelle „Altern unterm Regenbogen“ mit dem „zentrum plus“ der Diakonie in Benrath

Ort „zentrum plus“ der Diakonie, Calvinstr. 14, 40597 Düsseldorf



Sonntag, 24.3.2024 und 26.04.2024, 10:00-13:00 Uhr
Frühstück für schwule Männer und ihre Freund*innen



Für 7 Euro erwartet Euch ein reichhaltiges Frühstücksbuffet, Kaffee und ein Glas Saft inklusive. Eine **Anmeldung** im „zentrum plus“ der AWO in der Mintropstraße zentrumplus-stadtmitte@awo-duesseldorf.de oder telefonisch unter 600 25 573 ist bis drei Tage vorher (Donnerstag) erforderlich. Bitte beachten: das Frühstück beginnt auf vielfachen Wunsch bereits um 10:00 Uhr!

Ort: „zentrum plus“ der AWO in Stadtmitte, Mintropstraße 20-22, 40215 Düsseldorf

09.10. bis 12.10.2024: KULTUR & GESCHICHTE BERLIN - ALTERN unterm Regenbogen



Gemeinsam mit dem Caritasverband Düsseldorf e.V. planen wir eine Kulturreise nach Berlin!

Berlin ist ein Schmelztiegel vieler Kulturen und Persönlichkeiten. Hier wird erlebbar, wie tolerant und offen gelebt wird - aber auch, welche Folgen die Ausgrenzung und Verfolgung vieler Menschen im Nationalsozialismus hatte und wie dies in die heutige Zeit hinüberschwappt.

Das elegante InterCityHotel Berlin Hauptbahnhof befindet sich im Zentrum der Stadt, nur 200 Meter vom Berliner Hauptbahnhof entfernt. Das Brandenburger Tor liegt 1,5 Kilometer vom Hotel entfernt und den Reichstag erreichen Sie nach 10 Gehminuten. Vom Potsdamer Platz trennt Sie ein 30-minütiger Spaziergang.

Die Reise kann mit Unterstützung der W. und K. Festag-Stiftung angeboten werden.

Reisepreis: Einzelzimmer: € 462,-Doppelzimmer: € 318, - pro Person



DIE LEISTUNGEN DER CARITAS:

- Zugfahrt von Düsseldorf nach Berlin in der 2. Klasse inklusive Platzreservierung
- 3× Übernachtung mit Frühstück im 4-Sterne-Intercity-Hotel
- Halbpension am ersten Abend
- Welcome Card Berlin für 3 Tage zur Nutzung der öffentlichen Verkehrsmittel und weitere Vergünstigungen
- Schifffahrt über Berlins Kanäle am ersten Tag
- Besuch des Bundestages auf Einladung des ersten Queer-Beauftragten Sven Lehmann
- Besuch des Schwulen Museums
- Besuch des Immanuel Seniorenzentrums, einem Modellprojekt für LSBTI*-sensible Pflege
- Besuch von RuT, der Offenen Initiative Lesbische Frauen e.V.
- Reiserücktrittskostenversicherung mit Selbstbehalt sowie Gruppenunfall- und Haftpflichtversicherung
- Gruppenbegleitung durch zwei Kolleg*innen der Fachschaft „Altern unter dem Regenbogen“ und der Caritas
- Sicherungsschein

NICHT EINGESCHLOSSEN:

- Kurtaxe
- Weitere nicht aufgeführte Leistungen

Reservierung telefonisch unter: 0211 1602 1762

Montag-Freitag

„Gespräche unterm Regenbogen“

Die Fachstelle ALTERN UNTERM REGENBOGEN bietet LSBTI* ab 55 Jahren an, sich am Telefon mit den Fachreferent*innen auszutauschen.



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

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

Montags, 15:00-17:00 Uhr
(jeden 2. und 4. Montag)

Café unterm Regenbogen

Ein Angebot, das im Rahmen der Ideenbörse „Männer im Quartier“ entstanden ist: Offener Treffpunkt für Gays und Freund*innen ab 55+ zum Klönen, Diskutieren, für gemeinsame Unternehmungen wie Kino, Theater, Oper, Museumsbesuche, Kochen oder Essen gehen. In Kooperation mit der Fachstelle Altern unterm Regenbogen.

Leitung: Wolfgang Zons, Claudia Büchels
Eine Anmeldung ist nicht erforderlich



Ort: DRK „zentrum plus“ Friedrichstadt,
Jahnstr. 47, 40215 Düsseldorf

Montags, 14:00–17:00 Uhr

Bleib Du!

Treff für schwule
Männer mit Demenz
im geschützten
Raum

Zu dem Angebot
gehört:

- Fachliche Gruppenbegleitung mit Regenbogenkompetenz
- Angebote im Rahmen der persönlichen Interessen
- Demenzspezifische Aktivierung
- Gemeinsame Mahlzeit
- Austausch untereinander
- Fahrdienst

Kosten: 33,00 € inkl. Mahlzeit. Die Kosten können über die Leistungen der Pflegekasse abgerechnet werden, auch ein Fahrdienst. Die Caritas berät gerne dazu.

Kontakt: Bernhard Bauer
demenz@caritas-duesseldorf.de 0170
9383354

Ort: Caritas, Klosterstr. 92, 40211
Düsseldorf



Dienstags, 18:30 Uhr

Viel Wände+ Wohngruppen-Treffen

„Wir haben sehr unterschiedliche Lebensläufe 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)

Termine: alle 3 Wochen

Bitte vorher anmelden:

bernd.ploeger@awo-duesseldorf.de

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



Dienstags, 16:30–18:00 Uhr
Tanzgymnastik

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

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.

Bitte vorher anmelden:
bernd.ploeger@awo-duesseldorf.de

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

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.

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



Dienstags 17:00-19:00

„Queerness, Behinderung und Alter“

Mittwochs 15:00-16:00

Offene Pflegeberatung

Die Gruppe ‚Queerness, Behinderung und Alter‘ gibt älteren queeren Menschen mit Behinderung die Möglichkeit, in einem sicheren Rahmen und exklusiven Raum miteinander ins Gespräch zu kommen und sich zu vernetzen.

Was: Gruppentreffen

Wann: 14 tällig

Für wen: queere, ältere Menschen mit Behinderung

Anmeldung an: bernd.ploeger@awo-duesseldorf.de

Ort: „zentrum plus“ der AWO in Stadtmitte, Mintropstraße 20-22, 40215 Düsseldorf

Ohne Anmeldung, kostenfrei
Die Tagespflege Heerdt steht allen queeren Menschen zur Verfügung, die persönlich, unabhängig von dem Besuch in einer Veranstaltung eine Beratung in Anspruch nehmen möchten.

Infos und Anmeldung:

Tagespflege.Heerdt@diakonie-duesseldorf.de, 0211 56 66 93 48

Ort: Tagespflege Heerdt, Pariser Straße 97a, 40549 Düsseldorf



Mittwochs, 18:00 Uhr
14-tägig (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.

Termine: 14. Dezember

Bitte vorher anmelden:
Rene.Kirchhoff@duesseldorf.aidshilfe.de

Ort: Aidshilfe Düsseldorf, Johannes-Weyer-Straße 1, 40225 Düsseldorf

Mittwochs, 18:00 Uhr
(wechselnde Termine)
Queere Reisegruppe

Im Oktober 2022 organisierte die Fachstelle gemeinsam mit der Caritas eine gemeinsame Fahrt nach Berlin. Auf dem Programm standen neben einem Besuch im Bundestag mit anschließendem Gespräch mit MdB Nyke Slawik auch eine queerer Stadtrundgang und der Besuch verschiedene LSBTIQ+ Ausstellungen und Kultureinrichtungen.

Nun hat die Reisegruppe einen queergemischten Stammtisch ins Leben gerufen, bei dem nicht nur die Reise rekapituliert werden soll sondern auch ein Austausch zu aktuellen Themen stattfindet. Vielleicht wird hier auch die nächste Reise geplant? 2024 könnte es in Berlin zu einer Begegnung mit dem Queer-Beauftragten der Bundesregierung Sven Lehmann kommen!

Ort: AROMA; Bunsenstr. 2



Mittwochs, 19:00-22:15 Uhr
(meist jeden 2. und 4. Mittwoch –
genaue Termine bitte erfragen)
Treff für Lesben um 50 und älter

„...Und was machst Du am Mittwoch?“ –
„Ich bin beim Mittwochs-Treff der
Lesben in der Frauenberatungsstelle.“ Es
fühlt sich gut an, mit anderen lesbisch-
queeren Frauen zusammen zu sein. Wir
reden und verabreden uns zu
gemeinsamen Aktivitäten.

Jede kann ihre Ideen mitbringen.

Leitung: Nadine Albrecht

Infos und Anmeldung: Svea Menne,
Frauenberatungsstelle Anmeldung
erforderlich.



Kosten: 20-60 € pro Halbjahr

Diese Veranstaltung wird von der Paritätischen
Akademie NRW in Kooperation mit der
Frauenberatungsstelle Düsseldorf durchgeführt.

Ort: frauenberatungsstelle düsseldorf e.
V. Talstr. 22-24 (Hof), 40217 Düsseldorf

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. Interessierte sind
jederzeit willkommen!

29.3.: wegen Karfreitag geschlossen

05.04.: offenes Treffen
(Aroma, Bunsenstr. 2)

12.04.: Spieleabend
(AWO im Kürtenhof, Bruchstr. 12)

19.04.: Gesprächsabend
(AWO im Kürtenhof, Bruchstr. 12)

26.04.: Wir bestellen und essen
gemeinsam (zentrum plus
Mintropstr.20, ggf. AWO im Kürtenhof)

Ansprechperson: Toni 0177 212 4416



Ort u.a.: „zentrum plus“ der AWO in
Stadtmitte, Mintropstraße 20-22, 40215
Düsseldorf



Jeden 1. Freitag im Monat 15:00-16:30 Uhr

Telefonische Pflegeberatung

Von der Community für die Community
Im Alter gut versorgt möchten wir alle sein – doch wie kommen wir dahin?

Was muss ich wissen, wenn ich einen geliebten Menschen pflegen möchte – oder von ihm gepflegt werde? Was finanziert die Pflegeversicherung?

Wie läuft eigentlich so ein Besuch zur Pflegeeinstufung ab?

Telefonische Pflegeberatung: Maria Gerdes, 0157-71552064

Weitere Infos über Inka Wilhelm, Fachstelle ALTERN UNTERM REGENBOGEN

(inka.wilhelm@frauenberatungsstelle.de)

Kostenfrei, ohne Anmeldung

Regelmäßige Termine Altern unterm Regenbogen

Montag-Freitag:

Gespräche unterm Regenbogen

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

Bei der frauenberatungsstelle: Inka Wilhelm (Personalpronomen: sie), 0157 7155 2064, inka.wilhelm@frauenberatungsstelle.de

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

Jeden zweiten und vierten Montag 15:00-17:00 Uhr

Café unterm Regenbogen

Ort: DRK „zentrum plus“ Friedrichstadt, Jahnstr. 47, 40215 Düsseldorf



Montags, 14:00–17:00 Uhr:

Bleib Du!

Treff für schwule Männer mit Demenz im geschützten Raum

Ort: Caritas, Klosterstr. 92, 40211 Düsseldorf

Alle drei Wochen Dienstags, 18:30 Uhr:

Viel Wände+ Wohngruppen-Treffen

Ort: Schrebergarten

Dienstags, 16:30–18:00 Uhr

Tanzgymnastik

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

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

Alle zwei Wochen Dienstags 17:00-19:00

Gruppentreffen "Queerness, Behinderung und Alter"

Ort: „zentrum plus“ der AWO in Stadtmitte, Mintropstr. 20-22, 40215 Düsseldorf

Mittwochs 15:00-16:00 Uhr:

Offene Pflegeberatung

Ort: Tagespflege Heerdt, Pariser Straße 97a, 40549 Düsseldorf

Mittwochs 18:00 Uhr (wechselnde Termine)

Queere Reisegruppe

Ort: AROMA, Bunsenstr. 2

Alle zwei Wochen Mittwochs, 18:00 Uhr:

Positiv Älter werden

Ort: Aidshilfe Düsseldorf, Johannes-Weyer-Straße 1, 40225 Düsseldorf



Jeden 2. und 4. Mittwoch 19:00-22:15 Uhr:

Treff für Lesben um 50 und älter

Ort: frauenberatungsstelle düsseldorf e.V., Talstraße 22-24, 40217 Düsseldorf

Jeden zweiten Donnerstag im Monat, 15:00 Uhr:

Der Club der queeren Bücher

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

Jeden 1. Freitag im Monat 15:00-16:30 Uhr:

Telefonische Pflegeberatung

Maria Gerdes, 0157-71552064

Freitags 18:00 Uhr:

Gruppentreffen Gay & Grey

Ort u.a. „zentrum plus“ der AWO in Stadtmitte, Mintropstr. 20-22, 40215 Düsseldorf und AWO im Kürtenhof, Bruchstr. 12, 40235 Düsseldorf

Jeden zweiten Sonntag im Monat, 11:00 - 13:00 Uhr:

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

Ort AWO im Kürtenhof, Bruchstr. 12, 40235 Düsseldorf

Jeden letzten Sonntag im Monat, 10:00-13:00 Uhr:

Frühstück für schwule Männer und ihre Freunde

Ort: „zentrum plus“ der AWO in Stadtmitte, Mintropstr. 20-22, 40215 Düsseldorf

Samstags, ab 11.05., einmal im Monat 13:00 Uhr:

Kochen unterm Regenbogen

Ort: DRK „zentrum plus“ Friedrichstadt, Jahnstr. 47, 40215 Düsseldorf