

**August 2024**

**Liebe Leser\*innen unserer NEWS UNTERM REGENBOGEN!**



Diesen wunderbaren Käsekuchen hat Victoria Greeven auf unseren Aufruf letzten Monat, uns Regenbogen in allen Formen und Farben zu schicken, gebacken und uns ein Foto davon gemailt.

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**



## Tipps des Monats

### Servicewohnen für LSBTI\* in Köln: Plätze frei!

Im Arnold-Overzier-Haus gibt es derzeit die Möglichkeit zwei Zimmer an Paare zu vergeben. Da dies recht selten ist, wir es aber schön finden, wenn man auch im Alter die Möglichkeit hat zusammen zu bleiben, möchten wir dieses Angebot mit dem Netzwerk teilen. Vielleicht kennt ja jemand, der jemanden kennt... bei Interesse direkt bei dem Netzwerk-Koordinator Andreas Kringe im Kölner „rubicon“ melden.

Andreas Kringe (er), Netzwerkkoordinator schwule ALTERnativen  
andreas.kringe@rubicon-koeln.de, fon: +49 (0)221 - 27 66 999 - 47  
rubicon e.V., Rubensstr. 8-10, 50676 Köln, [www.rubicon-koeln.de](http://www.rubicon-koeln.de)

### Café unterm Regenbogen - Vorankündigung

Ab 6.9.24 jeden 1. und 3. Freitag ab 15 Uhr:

Auf vielfachen Wunsch findet das Café unterm Regenbogen ab dem 6. September jeden 1. und 3. Freitag im Monat im Saal des „zentrum plus“ des DRK in der Friedrichstadt, Jahnstr. 47 statt. Mehr Räumlichkeit und ein schöner Garten sind garantiert. Claudia und Wolfgang freuen sich über Euren Besuch!

Alle Termine auf einen Blick: 06.09., 20.09., 04.10., 18.10., 22.11., 6.12., 20.12.  
(nicht am 1.11. und 15.11.)

### Berlin-Fahrt: Plätze frei!

Für die Berlin-Fahrt sind kurzfristig noch zwei Plätze zu vergeben. Weitere Infos weiter unten in diesen Regenbogennews. Jetzt heißt es: Schnell zuschlagen!



# LSBTIAQ+ Workshop

## Körperlandschaften, eine geführte Reise

In diesem Workshop wirst Du eine Karte Deiner Körperlandschaft erstellen und eine\*n behutsame\*n Besucher\*in durch sie hindurchführen. Lass uns zusammen auf Expedition gehen!

Anmeldung bis 25.07.2024  
per Email unter  
[koordination@queereszentrum.org](mailto:koordination@queereszentrum.org)

Teilnahmegebühr: 5-20€  
Zahl was du kannst.

Zahlbar an  
IBAN: DE06 3005 0110 1009 1651 17  
PayPal: @qzdduesseldorf

Betreff: WS Kuem Landschaften

Begrenzte Plätze! Bis zum 15.07.24 werden Plätze für BIPoC, trans\* Menschen und Leuten Ü55 reserviert. Schreibt dazu, wenn das auf euch zutrifft.

Wann?

**03.08.2024**  
**14-17 Uhr (Einlass ab 13:30)**

Wo?

**Zentrum Plus der AWO in Unterbilk**  
**Siegstraße 2**  
**40219 Düsseldorf**



**Kuem — Somatische Begleitung**

**Kuem (keine Pronomen/er), trans\*maskuline Person of Color, ist ausgebildeter Sexological Bodyworker und Cranio-Sakral Therapeut.**

Weitere Informationen unter

[www.queerbodywork.net](http://www.queerbodywork.net)

Teilnahme kostenlos!



gefördert durch  
Landeshauptstadt Düsseldorf  
Gleichstellungsamt

**QUEERES ZENTRUM  
DÜSSELDORF**





**Donnerstag, 08.08.2024 15:00 & 18:00 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.

Dieser erfreut sich so großer Beliebtheit, dass es nun einen Ableger gibt: Um auf die zeitlichen Wünsche einzugehen, startet ab Juli ein zweiter Club in den frühen Abendstunden. Bitte bringt euer (aktuelles queeres Lieblingsbuch mit!

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 und 18:00-20:00 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 sonntags von 15.00-16.30 Uhr eine kostenlose Buchausleihe an ihrem Standort in Düsseldorf-Angermund an. <https://lusbd.de/>

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

**Neu (!) auch um 18:00  
Uhr**



Sonntag, 11.08.2024, 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 Sonntagei. 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](mailto:helgagoelitz@web.de), Kosten: 6,00 Euro

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

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

Mittwoch, 21.08.2024 19:00 Uhr

REMEMBERING | FORWARD



*"WER AUS DER GESCHICHTE NICHT  
LERNT,  
DER IST DAZU VERDAMMT SIE ZU  
WIEDERHOLEN"*

George Santayana | Historiker

In diesem Projekt geht es um eine Spurensuche der besonderen Art im Stadtteil Unterbilk | Bilk. Interessierte Besucher\*innen des „zentrum plus“ der AWO in Unterbilk entdecken besondere, durch die NS-Zeit belastete Orte im Stadtteil Bilk | Unterbilk und erforschen deren Geschichte. Auch die im Stadtteil liegenden „Stolpersteine“ werden dabei betrachtet.

Es sind Orte, die viele Unterbilker\*innen | Bilker\*innen seit Jahren aus ihren Augenwinkeln kennen. Doch welche Geschichte(n) verbergen sich hinter diesen Orten | Stellen? Welche Menschen und Schicksale?

- **Mittwochs 19:00 Uhr**, weitere Termine: 18.09., 02.10., 30.10.2024

**Anmeldung:** bernd.ploeger@awo-duesseldorf.de, 0211 600 25 251

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



Sonntag, 25.08. 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](mailto: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



Save the Dates:



## Eine Feier des queeren Kinos!

Seit 2019 präsentiert das Queerfilmfestival jeweils im Spätsommer die besten queeren Filme des Jahres.

Im Jahr 2023 fand das Queerfilmfestival parallel in 16 Kinos und 12 Städten statt und umfasste 25 herausragende nicht-heteronormative Spiel- und Dokumentarfilme. Mit dabei waren Highlights aus Venedig und Toronto, von Sundance und der Berlinale. Eine Retrospektive und ein Spotlight ergänzten online das Kinoprogramm, das von Olivier Peyons schwuler Liebesgeschichte „Hör auf zu lügen“ über Paul B. Preciados meisterhaftem trans Essayfilm „Orlando, meine politische Biografie“ und Georgia Oakley mitreißendem lesbischen Befreiungsdrama „Blue Jean“ bis zu Hannes Hirsch' queerem Coming-of-Age-Film „Drifter“ reichte.

Vom Donnerstag, 5. September, bis Mittwoch, 11. September, feiert das Queerfilmfestival auch 2024 wieder eine ganze Woche lang die Vielfalt des queeren Kinos – dieses Jahr parallel in elf Städten, auch in Düsseldorf, wieder im Bambi.

Das Programm wird unter <https://queerfilmfestival.net> veröffentlicht.

In Kooperation mit [www.duesseldorf-queer.de](http://www.duesseldorf-queer.de) - dort werdet Ihr auch weitere Infos zum Festival finden.

Sonntag, 08.09.2024, 11:00 Uhr

## Wanderfreundinnen-Tour: Wällertour in Waldbreitbach

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



**Beschreibung: 11,8 km, 4 Stunden Gehzeit, hügelig, schwer Schlusseinkehr wenn möglich in Waldbreitbach, bitte angeben, ob gewünscht**

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](mailto: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: 11 Uhr am kostenlosen Parkplatz an der Marktstraße, 56588 Waldbreitbach, Anfahrt (96 km) wenn möglich in Fahrgemeinschaften**



**Montag, 07.10.24, 19:30–22:00 Uhr:**

## **Kommunikation in queeren Paarbeziehungen**

Diese Veranstaltung ist Teil der Reihe „Let’s talk about Sex Café“ im Haus Spilles. Das Angebot existiert bereits seit ein paar Jahren und soll ein sicherer Ort insbesondere für junge Erwachsene sein, um sich auszutauschen und über Themen rund um Sexualität, Beziehungen und LGBTQ+ zu informieren.

Dieser Workshop richtet sich an alle Queers\* und Allies, die sich mit gewaltfreier Kommunikation auseinandersetzen möchten. Im gemeinsamen Alltag oder schon beim Dating ist es manchmal schwierig, die eigenen Grenzen früh genug wahrzunehmen oder Bedürfnisse mitzuteilen. Durch kreative Methoden und Theaterspiel werden die eigenen Rollen innerhalb von Beziehungen reflektiert. Außerdem können die eigenen Werte erforscht und klassische Kommunikationsstrukturen beleuchtet werden.

Vorkenntnisse sind nicht notwendig. Mitzubringen sind bequeme Kleidung und die Lust sich auszuprobieren.

**Referentin:** Svea Menne, frauenberatungsstelle

**Kosten:** Eintritt frei, Getränke gibt es zu den üblichen Preisen im Haus, fremde Getränke mitbringen ist nicht erwünscht.

Anmeldung erforderlich!

**Ort: Selbstverwaltetes Jugendzentrum Haus Spilles, Initiativkreis „Jugend in Benrath“ e.V., Benrather Schloßallee 93, 40597 Düsseldorf**

Es gibt noch zwei Plätze für unsere wunderbare Berlin-Fahrt!

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](mailto:inka.wilhelm@frauenberatungsstelle.de)

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

Montags, 15:00-17:00 Uhr  
(12.8. und 26.8., ab September  
immer am 1. und 3. Freitag)

## 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](mailto:demenz@caritas-duesseldorf.de) 0170  
9383354

**Ort:** Caritas, Klosterstr. 92, 40211  
Düsseldorf

**Dienstags, 18:30 Uhr**

**(jeden 2. Dienstag im Monat)**

**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](http://www.vielwaendeplus.de))

**Bitte vorher anmelden:**

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

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



**Dienstags, 16:30–18:00 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.

**Bitte vorher anmelden:**  
[bernd.ploeger@awo-duesseldorf.de](mailto:bernd.ploeger@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.

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“**

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 tägig

**Für wen:** queere, ältere Menschen mit Behinderung

**Anmeldung an:** [bernd.ploeger@awo-duesseldorf.de](mailto:bernd.ploeger@awo-duesseldorf.de)

**Ort:** „zentrum plus“ der AWO in Stadtmitte, Mintropstrae 20-22, 40215 Düsseldorf

**Mittwochs 15:00-16:00**

**Offene Pflegeberatung**

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](mailto: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 queer-gemischten 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 wird 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 zwanzig 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 herzlich willkommen!

Im August trifft sich die Gruppe unter  
dem Motto „Summer Breeze in der  
AROMA-Bar“ zu einem Offenen  
Stammtisch – es bedarf keiner  
Anmeldung: Wer kommt, der kommt.

Ort Alle Augusttermine finden in der  
Aroma-Bar, Bunsenstr. 2 statt



**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  
(ab September jeden ersten und dritten Freitag)

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

Dienstags, (jeden 2. Dienstag im Monat) 18:30 Uhr:

Viel Wände+ Wohngruppen-Treffen

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

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 & 18:00 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

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

Kochen unterm Regenbogen

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