

#### Oktober 2024



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

Immer wieder erreichen uns auch kleine Anfragen: In diesem Monat suchen wir Modelleisenbahn-Enthusiast\*innen, die Lust haben, sich auszutauschen – bitte meldet Euch bei uns, wir vermitteln Euch und Ihr frönt Eurem Hobby!

Am 11.10. werden in Düsseldorf weitere Stolpersteine verlegt. Weitere Infos gibt es in Kürze unter <a href="https://gedenkstättedüsseldorf.de/">https://gedenkstättedüsseldorf.de/</a>

Übrigens: Die aktuellen Regenbogennews findet Ihr immer auch unter:

- https://www.awo-duesseldorf.de/ab-55/treffs/beratung-lsbti/
- <a href="https://duesseldorf.aidshilfe.de/de/beratung-und-test/altern-unterm-regenbogen">https://duesseldorf.aidshilfe.de/de/beratung-und-test/altern-unterm-regenbogen</a>

Das Team der Fachstelle ALTERN UNTERM REGENBOGEN



## Jeden Montag von 20.00 bis 22.00 Uhr SportHIV- Stressfreier Sport für Männer mit HIV und Aids

Bei dem Sport innerhalb der Gruppe steht der Bewegungs-Spaß des sporttherapeutischen Angebotes im Vordergrund.

Es ist wissenschaftlich erwiesen, dass die Freude an der Bewegung weitere gesundheitsfördernde, präventive Ressourcen individuell fördern kann.

Durch den Sport innerhalb der Gruppe werden nicht nur soziale Kontakte, sondern auch physische und psychische Kompetenzen gefördert.

Dies kann sich unter anderem auch positiv auf das Immunsystem, den Haltungsapparat, die Körperwahrnehmung, die Herz-Kreislauftätigkeit und die allgemeine Motorik auswirken.

Selbstverständlich ist eine eventuelle, gewünschte Anonymität gegeben. Das Vertrauen der Teilnehmer untereinander ist ein gegebener Bestandteil der Gruppe.

Die Vermittlung von Freude und Spaß an der Bewegung steht immer im Vordergrund und diese kann sich dann auch auf das allgemeine Wohlbefinden und die Lebensqualität der Teilnehmer auswirken.

Turnschuhe nicht vergessen

Nicht in den Schulferien!

Eine Teilnahme ohne vorherige Anmeldung ist möglich.

Weitere Informationen: René Kirchhoff 0211-7709520, rene.kirchhoff@duesseldorf.aidshilfe.de

Ort: Turnhalle der Gemeinschaftsgrundschule, Helmholtzstraße 16



# Mittwoch, 02.10. und 30.10. 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?

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

Ort: "zentrum plus" der AWO in Unterbilk, Siegstr. 2, 40219 Düsseldorf



## Freitag 04.10. und 18.10. ab 15:30 Uhr: Café unterm Regenbogen



Willkommen im Café unterm Regenbogen, offenen dem Treffpunkt für LGBTIAQ+ ab 55 Jahren. Du bist eingeladen zum Klönen, Diskutieren, für gemeinsame Unternehmungen wie Kino, Theater, Museumsbesuche, Kochen oder Essen gehen. In Kooperation mit DRK "zentrum plus" Friedrichstadt

Leitung: Wolfgang Zons, Claudia



Büchels

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

Ort: "zentrum plus" des DRK in der Friedrichstadt, Jahnstr. 47



# Sonntag, 06.10.2024, 11:00 Uhr

#### Queerfeldein Wanderung; Liewerfrauenweg in Solingen

Die Queerfeldein-Wandergruppe trifft sich alle zwei Monate und ist offen für alle queeren Menschen.

Beschreibung: 12 km, 3:30 Stunden Gehzeit, hügelig, mittelschwer. Schlusseinkehr wenn möglich in der Taverne Mykonos, Breite Strasse / Ecke Regerstrasse, 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 <u>bernd.ploeger@awo-duesseldorf.de</u>

Die Leiterin Astrid: "Wandern bringt Menschen zusammen: Natur erleben + sich selbst erleben + evtl. Neues entdecken + wohlverdientem Genuss unterwegs oder hintendran + gesundem Herz-/Kreislauftraining + der Enge des Alltags entfliehen… = Wandern macht glücklich ③."

Treffpunkt: 11 Uhr auf dem Parkplatz Peter-Höfer-Platz, Bergerstrasse.



#### 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 Oueers\* 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



# Donnerstag, 10.10.2024 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 oder bernd.ploeger@awoduesseldorf.de (0152 2168 6029)

Die LuSBD bietet sonntags von 15.00-16.30 Uhr eine kostenlose Buchausleihe an ihrem Standort in Düsseldorf-Angermund an. <a href="https://lusbd.de/">https://lusbd.de/</a>

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



# 10.10. bis 13.10. 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 Gruppenunfallund 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



#### Sonntag, 13.10.2024, 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 Frühstück findet normalerweise an jedem zweiten Sonntag im Monat statt.

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



#### Sonntag, 20.10.2024, 19:00 Uhr Culture Club



Der "Culture Club" der Kulturetten in der Jazzschmiede in Bilk ist seit über 30 Jahren die bunteste, schrillste und queerste Show Düsseldorfs! Dort präsentierten Die Kultur(r)etten von Oktober bis Mai an jedem dritten Sonntag des Monats schräge Comedy, kritisches Kabarett und alte Schlager mit neuen Texten.

Ins Rampenlicht tritt das Ensemble aus Sänger\*innen und Comedians, die unter Pseudonymen Guillotine Bajonette, JayLu, Jean Tatü oder Wilma Stelzhammer gern auch schon mal in andere Rollen schlüpfen. Für die Sicherheit vor, hinter und auf der Bühne sorgt Bodyguardine Ardo.

Durch das Rahmenprogramm führt Moderator Bernd Plöger. In ihrem Programm werden sie unterstützt durch regionalen und überregionalen Gastkünstler\*innen, vornehmlich aus und/oder für die queere Szene.

Einlass ist ab 18 Uhr. Hier findet jede\*r genügend Zeit zum gemeinsamen Austausch und natürlich für das ein oder andere Getränk vorab, um sich für die Show vorzubereiten. Das Programm beginnt um 19 Uhr, aber auch in der 20-minütigen Pause ist erneut Gelegenheit zum gegenseitigen Austausch. Das Programm endet voraussichtlich gegen 21:30 Uhr.

Eintritt: 7,50 EUR

Ort: Jazzschmiede, Himmelgeister Str. 107, 40225 Düsseldorf



## Montag, 21.10. 2024 18:00 Uhr: 3. Queerer Buch-Talk

Die LuSBD (Lesben- und Schwulenbibliothek Düsseldorf) veranstaltet in Kooperation mit der Stadtbibliothek Düsseldorf ihren 3. queeren Buch-Talk. In diesem Buch-Talk werden persönliche Buchtipps vorgestellt, die sich mit trans\*-, inter- und nicht-binären Geschlechteridentitäten auseinandersetzen. Unterstützt wird die Veranstaltung der LuSBD mit Buchvorstellungen von unterschiedlichen queeren Gruppen aus Düsseldorf und Umgebung. Moderation: Bernd Plöger

#### Ort: Stadtfenster der Zentralbibliothek (KAP1)

#### Montag 28. Oktober 18:00 Uhr: "Come together "

Für queere Menschen aus Warschau und Düsseldorf

Ein Fokus der Warschau Week 2024 liegt auf den Begegnungen zwischen den Bürgerinnen und Bürgern beider Städte. Beim "Come together" können sich die Düsseldorfer und Warschauer LSBTIQ+ Communities und Interessierte im Jugendkulturcafé Franzmann austauschen. Ein besonderer Gast ist Dr. Jakub Urbanik, der über die aktuelle Lage für LSBTIQ+ in Warschau und Polen berichtet. Danach wird es Gelegenheit für Fragen und Austausch geben. Für das leibliche Wohl wird gesorgt, der Eintritt ist frei.

Jakub Urbanik, geboren 1975 in Warschau, ist polnischer Rechtshistoriker und u.a. Universitätsprofessor an der Fakultät für Recht und Verwaltung der Universität Warschau. Veranstalter\*in ist das Amt für Gleichstellung der Landeshauptstadt Düsseldorf.

**Wann**: 18 Uhr (Einlass ab 17:30 Uhr), **Eintritt ist frei., Anmeldung** per E-Mail an gleichstellung@duesseldorf.de

Ort: Jugendkulturcafé Franzmann, Ratinger Straße 20



### Samstag, 26.10. 2024, 13:00 Uhr: Kochen unterm Regenbogen



Ob Lieblingsgericht oder "Das wollte ich schon immer mal testen" - wir probieren alles aus. Gemeinsam schnuppern wir uns durch vegetarische und vegane Gerichte aus aller Welt.

Du hast Lust bei der Vorbereitung des Essens zu unterstützen oder möchtest einfach nur zum Essen

vorbeikommen? Kein Problem! Du kannst uns über die Schulter schauen oder einfach mit den anderen klönen.

**Leitung:** Mari Uhlig, Wolfgang Zons, Claudia Büchels

Kostenumlage: wird vor Ort erhoben.

**Anmeldung:** DRK "zentrum plus" Friedrichstadt, Jahnstr. 47, 40215 Düsseldorf Tel.: 0211 384 9199



Weitere Termine: Samstags 09.11./ 7.12. um 13:00 Uhr



DRK-Kreisverband Düsseldorf e.V. In Kooperation mit der Fachstelle Altern unterm Regenbogen

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



# Sonntag, 27.10. 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 <u>zentrumplus-stadtmitte@awo-duesseldorf.de</u> 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



#### Samstag, 02.11. 2024

# Am 2.11.1995 wurde der Innenarchitekt Sigfried Strukmeier im Hofgarten brutal ermordet.

Vier bis fünf junge Männer waren in den Hofgarten gekommen, um dort "Schwule zu klatschen". Das Parkgelände um den Napoleonsberg ist beliebter Treffpunkt für schwule Männer. Hier trafen die Jugendlichen – laut Medienberichten in Bomberjacken gekleidet – auf ihr Opfer. Der 47-Jährige wurde niedergeschlagen und mit unzähligen Messerstichen in Hals und Brust verletzt. Er starb noch vor Ort.

Nun soll ein regelmäßiger Gedenktag entstehen. In diesem Jahr wird zum ersten Mal an die Bluttat gedacht. Einzelheiten folgen.

## Sonntag 03.11. 18 Uhr Abschlusspräsentation:

# ALLEIN IM ROSA WINKEL. INTENSIV-THEATERWORKSHOP FÜR JUGENDLICHE UND JUNGE ERWACHSENE



"Nie wieder ist jetzt!" hallt es dieser Tage durch deutsche Straßen. Seit Jahren nehmen rechtsextremer Terror und Hasskriminalität hierzulande zu – auch gegen queere Menschen. Nicht ohne Grund fordern daher viele zivilgesellschaftliche Kräfte, dass die Rechte von LSBTIQ\* endlich in Artikel 3, Absatz 3 des Grundgesetzes verankert werden sollen. Bislang fehlen sie dort als einzige Opfergruppe des Nationalsozialismus.

Über das Leben, Lieben und Leiden queerer Menschen während der NS-Diktatur ist nach

wie vor noch zu wenig bekannt – es fehlt an grundlegender Forschung. Da die Verfolgung und Unterdrückung nach Kriegsende fortgesetzt wurden und queere



Opfer aus der Gedenkkultur ausgeschlossen blieben, ist das vorhandene Wissen nicht weit verbreitet.

Dass Düsseldorf ein Zentrum der Verfolgung von Homosexuellen im Dritten Reich war, wissen vermutlich nur wenige. Bis August 1938 verhaftete allein die Gestapo hier etwa 400 Männer – mehr als in jeder anderen westdeutschen Stadt. Durch Überwachung, Razzien und Verhaftungen sollten die queere Subkultur zerstört und die Betroffenen isoliert werden. Doch was ist davon heute noch zu spüren? Wer waren diese Menschen? Wie können wir ihnen Gehör verschaffen und zu ihrer verdienten Sichtbarkeit verhelfen?

Zusammen mit Regisseur Marvin Wittiber und seinem Team begeben sich Jugendliche auf eine theatrale Spurensuche ins nationalsozialistische Düsseldorf und widmet sich den Geschichten und Lebensrealitäten der aufgrund ihrer vermeintlichen Homosexualität Verfolgten. Wie können wir unsere eigene Stimme und unseren Körper einsetzen, um von ihnen zu erzählen?

Kooperation: Mahn- und Gedenkstätte Düsseldorf, Queere Geschichte(n) Düsseldorf e.V., Theatermuseum Düsseldorf, Amt für Gleichstellung und Antidiskriminierung Düsseldorf, in Zusammenarbeit mit Stadtarchiv Düsseldorf, Lesben- und Schwulenbibliothek Düsseldorf (LuSBD)

Gefördert vom Fonds Soziokultur aus Mitteln der Beauftragten der Bundesregierung für Kultur und Medien, Jugendfonds Demokratie leben!

#### Ort: Theatermuseum Düsseldorf



# Freitag, 08.11. 2024, 09:00-14:00 Uhr: Vernetzung unterm Regenbogen

Wir möchten bestehende Netzwerke stärken und neue Verbindungen stricken! Dass wir nur gemeinsam eine offene und diverse Angebotsstruktur in Düsseldorf schaffen und sichern können, ist für uns klar.

Wir laden herzlich ein zu einem Tag der queeren Vernetzung. Hier wird es Gelegenheit geben untereinander und mit Menschen aus der älteren queeren Community in Düsseldorf neue Netzwerke zu knüpfen oder bestehende Vernetzung zu stärken.

Los geht es mit einem kurzen Fachvortrag von Heiko Gerlach (systemischer Therapeut und Berater, Dipl.-Pflegewirt), der sich seit vielen Jahren theoretisch und auch praktisch mit dem Themenbereich Queerness und Pflege auseinandersetzt. Danach wird es im Rahmen eines Welt-Cafés die Möglichkeit geben, miteinander zu unterschiedlichen Themen in Bezug auf Queerness, Alter, Pflege und offene Senior\*innenarbeit ins Gespräch zu kommen.

Gerahmt wird das Ganze von einem Markt der Möglichkeiten, bei dem die eigene Einrichtung oder das eigene Angebot persönlich und mit Infomaterial präsentiert werden kann. Für Getränke und Snacks ist ebenfalls gesorgt.

- Inka Wilhelm (inkawilhelm@frauenberatungsstelle.de; 0157 7155 2064)
- Bernd Plöger (Bernd.Ploeger@awo-duesseldorf.de; 0152 2168 6029)
- René Kirchhoff (<u>rene.kirchhoff@duesseldorf.aidshilfe.de</u>; 0211-77095-20)

Wir freuen uns sehr darauf, ins Gespräch zu kommen, zu spinnen, zu stricken und zu weben – denn gemeinsam wird das Netz besonders schön!

Ort: "zentrum plus" der AWO in Unterbilk, Siegstraße 2, 40219 Düsseldorf (barrierearm)



#### **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, <u>bernd.ploeger@awo-</u> duesseldorf.de

Bei der frauenberatungstelle: Inka Wilhelm, 0157 7155 2064,

inka.wilhelm@frauenberatungsstelle.de

Bei der Aidshilfe: René Kirchhoff, 01590 4125 977,

rene.Kirchhoff@duesseldorf.aidshilfe.de

#### Jeden Montag von 20.00 bis 22.00 Uhr

# SportHIV- Stressfreier Sport für Männer mit HIV und Aids

Bei dem Sport innerhalb der Gruppe steht der Bewegungs- Spaß des sporttherapeutischen Angebotes im Vordergrund.

Es ist wissenschaftlich erwiesen, dass die Freude an der Bewegung weitere gesundheitsfördernde, präventive Ressourcen, individuell fördern kann.

Durch den Sport innerhalb der Gruppe werden nicht nur soziale Kontakte, sondern auch physische und psychische Kompetenzen gefördert.

Turnschuhe nicht vergessen, Nicht in den Schulferien!

Eine Teilnahme ohne vorherige Anmeldung ist möglich.

Weitere Informationen: René Kirchhoff 0211-7709520, rene.kirchhoff@duesseldorf.aidshilfe.de

Ort: Turnhalle der Gemeinschaftsgrundschule, Helmholtzstraße 16



## Montags, 14:00–17:00 Uhr Bleib Du!

Treff für schwule Männer mit Demenz im geschützten Raum



Zu dem Angebot gehört:

- Fachliche
   Gruppenbegleitung
   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 <a href="mailto:demenz@caritas-duesseldorf.de">demenz@caritas-duesseldorf.de</a> 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 Denkund Lebensweisen bildet die Basis für die Idee eines gemeinsamen Wohnprojektes." (www.vielwaendeplus.de)

#### 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

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 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: <a href="mailto:bernd.ploeger@awo-">bernd.ploeger@awo-</a>

duesseldorf.de

Ort: "zentrum plus" der AWO in Stadtmitte, Mintropstraße 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@diakonieduesseldorf.de, 0211 56 66 93 48

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



## Mittwochs, 18:00 Uhr 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)

<u>Queere Reisegruppe</u>

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

Nun hat die Reisegruppe einen queer-Stammtisch gemischten 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)

<u>Treff für Lesben um 50 und älter</u>

"...Und was machst Du am Mittwoch?" – "Ich bin beim Mittwochs-Treff der Lesben in der Frauenberatungsstelle." Es fühlt sich gut an, mit anderen lesbischqueeren 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

Donnerstags, 15:00-17:00 Uhr und 18:00-20:00 Uhr (jeden 2. Donnerstag im Monat)
Club der gueeren Bücher

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.

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

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

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





# Freitags, 15:30-17:30 Uhr (am 1. und 3. Freitag) <u>Café unterm Regenbogen</u>

Ein Angebot, dass im Rahmen der Quartier" "Männer Ideenbörse im entstanden ist: Offener Treffpunkt für LGBTOIA+ 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

# 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!

#### **Anmeldung und Infos:**

<u>bernd.ploeger@awo-duesseldorf.de</u> (0152 2168 6029)

Freitag 04.10. 18:00: offenes Gruppentreffen (ohne Leitung) in der AROMA Bar, Bunsenstr. 2

Freitag 11.10. 18:00: Gruppentreffen im "zentrum plus" der AWO Stadtmitte, Mintropstr. 20-22 (Planung des 4. Quartals)

Freitag 18.10. 18:00: offenes Gruppentreffen (ohne Leitung) in der AROMA Bar, Bunsenstr. 2

Freitag 25.10. 18:00: Gruppentreffen im "zentrum plus" der AWO Stadtmitte, Mintropstr. 20-22

Wechselnde Orte, s.o.



## 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 frauenberatungstelle: 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 Montag von 20.00 bis 22.00 Uhr: SportHIV- Stressfreier Sport für Männer mit HIV und Aids

Ort: Turnhalle der Gemeinschaftsgrundschule, Helmholtzstraße 16

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: <u>Viel Wände+ Wohngruppen-Treffen</u>

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 <u>Gruppentreffen "Queerness, Behinderung und Alter'</u>

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

Jeden zweiten Donnerstag im Monat, 15:00 <u>& 18:00</u> Uhr: <u>Der Club der queeren Bücher</u>

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

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

<u>Telefonische Pflegeberatung</u>

Maria Gerdes, 0157-71552064

Jeden ersten und dritten Freitag 15:30-17:30 Uhr Café unterm Regenbogen

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

Freitags 18:00 Uhr:

<u>Gruppentreffen Gay & Grey</u>



Ort u.a. "zentrum plus" der AWO in Stadtmitte, Mintropstr. 20-22, 40215 Düsseldorf

# Samstags 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

#### Hier findet Ihr die queeren Bücher der "LuSBD":

- "zentrum plus" der AWO in Unterbilk, Siegstr. 2
- "zentrum plus" der Caritas in Hassels, Am Schönenkamp 146
- "zentrum plus" der AWO in Ludenberg, Benderstraße 129c
- "zentrum plus" der AWO Stadtmitte, Mintropstr. 20-22
- Tagespflege Heerdt (Diakonie), Pariser Str. 97 a