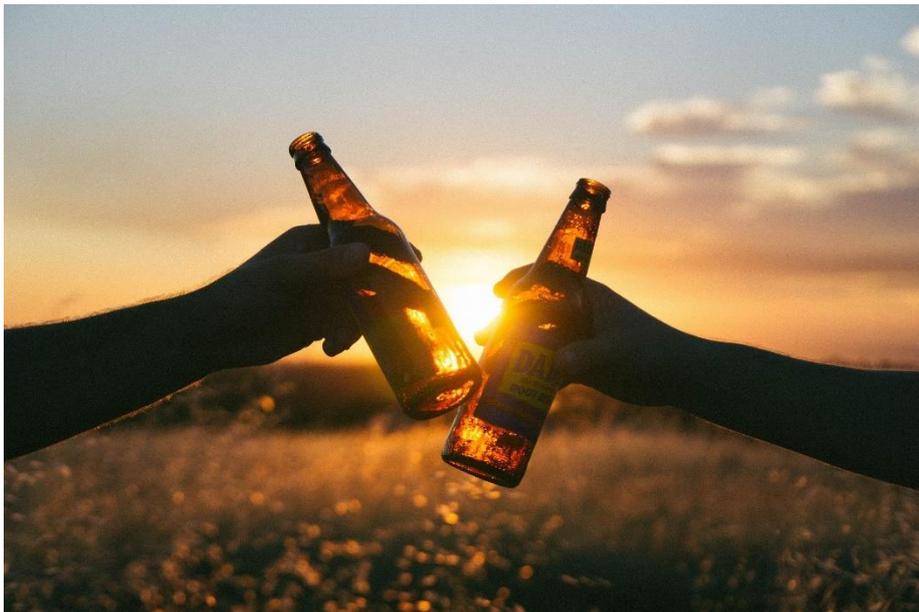


**September 2024**

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



**Freut Euch auf unser gemütliches Sommerfest im Kürtenhof!**

Besucht das Queerfilm-Festival im Bambi. Das Regenbogencafé vergrößert sich auch vielfachen Wunsch und findet nun im Saal des DRK „zentrum plus“ statt.

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

Übrigens: Die aktuellen Regenbogennews findet Ihr immer auch unter:

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

**Das Team der Fachstelle ALTERN UNTERM REGENBOGEN**

Freitag, 30.08. 2024, 16:00 Uhr:  
Spätes Glück mit 75 Filmmittag und Gespräch



Barbara outet sich mit 72 Jahren als lesbisch und fängt ein neues Leben mit Johanna an. Seit vielen Jahren wohnen die beiden nun harmonisch zusammen. Ihre Familien haben die Beziehung gut aufgenommen. Für beide nicht selbstverständlich,

denn sie kommen aus einer Generation, in denen lesbische Paare noch nicht völlig akzeptiert werden.

Die beiden Protagonistinnen des Kurzfilms, den wir an diesem Nachmittag zeigen sind anwesend und stehen für einen Austausch zur Verfügung. Außerdem wird ein weiterer Kurzfilm gezeigt, in dem verschiedene ältere queere Personen zu Wort kommen.

**Weitere Infos:** zentrum plus Benrath (Diakonie) Tel. 99 639 31 Anmeldung erwünscht.

**In Kooperation mit der Fachstelle „Altern unterm Regenbogen“**

**Weitere Infos:** zentrum plus Benrath (Diakonie) Tel. 99 639 31 Anmeldung erwünscht

**Ort:** zentrum plus Benrath (Diakonie) Calvinstr. 14

## Donnerstag, 05.09.- Mittwoch, 11.09.2024: Queer Film Festival



Zum diesjährigen Queerfilm-Festival lädt das Düsseldorfer Filmkunst kino Bambi in Kooperation mit dem Infoportal Düsseldorf Queer ein. Vom 5. bis 11. September werden die besten nicht-heteronormativen Filme des Jahres gezeigt. Insgesamt 18 Spiel- und Dokumentarfilme stehen auf dem Festivalprogramm. Eine ganze Woche lang feiert die LSBTIAQ\*-Community der Landeshauptstadt die Vielfalt des queeren Kinos. Im Rahmen des Festivals präsentieren sich zahlreiche Düsseldorfer Initiativen und Projekte den Kinobesucher\*innen.

Düsseldorf Queer hat u.a. mit unserer Fachstelle ein Rahmenprogramm erstellt:

### Freitag, 06.09.2024

**15:30 Uhr:** Café unterm Regenbogen im „zentrum plus“ des DRK, Jahnstr. 47, Einführung in den Abendfilm des Festivals mit Jürgen Gauert, abends dann gemeinsamer Kinobesuch

**19.00 Uhr:** „Sebastian“ und **21:15 Uhr:** „The Visitor“ (Bruce la Bruce)

### Freitag, 06.09.2024

**18:00 Uhr:** Gay & Grey Gruppentreffen im Bambi-Kino

### Dienstag, 10.9.2024

ab **18:00 Uhr** Infostand der Fachstelle

Das komplette Programm findet Ihr unter [Queerfilmfestival 2024 - Das Kinoprogramm - duesseldorf queer \(duesseldorf-queer.de\)](https://duesseldorf-queer.de)

**Ort: Bambi, Klosterstr. 80**



Ab 06.09.24 jeden 1. und 3. Freitag ab 15:30 Uhr:  
Café unterm Regenbogen

**zentrum plus**  
gemeinsam aktiv für das Alter

Deutsches Rotes Kreuz | DRK-Kreisverband Düsseldorf e.V.

**CAFÉ UNTERM REGENBOGEN** NEU

AB 06.09. NEU IM SAAL!

JEDEN 1. & 3. FREITAG, 15:30 UHR

Willkommen im Café unterm Regenbogen, einem offenen Treffpunkt für Gays und Freund\*innen ab 55+. Du bist eingeladen zum Klönen, Diskutieren, für gemeinsame Unternehmungen wie Kino, Theater, Museumsbesuche, Kochen oder Essen gehen. In Kooperation mit der Fachstelle Altern unterm Regenbogen.  
Leitung: Claudia Büchels, Wolfgang Zons

WEITERE INFORMATIONEN  
DRK "zentrum plus" Friedrichstadt  
Jahnstr. 47, 40215 Düsseldorf  
Tel. 0211-3849199  
&  
Fachstelle Altern unterm Regenbogen

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 statt. Eine größere Räumlichkeit und ein schöner Garten sind garantiert. Claudia und Wolfgang freuen sich über Euren Besuch!

**Special am 6.9.:** Jürgen Gauert gibt eine Einführung in den Film („Sebastian“) der um 19:00 zum Queerfilm-Festival im **Bambi läuft**.

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.)



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

Samstag, 07.09. 2024 14:00 - 16:00 Uhr

Jahrgang 1945, Unterwegs und Ankommen Vernissage von Britte Grassi-Oder

„Die Bilder entstanden nach meinem Coming Out 1975. Sie sind in erster Linie kreativer Ausdruck meiner Befindlichkeiten in verschiedenen Lebensphasen. In einigen Phasen war ich lange auf der Suche nach lesbisch feministisch



gleichberechtigten Beziehungsformen, nach Wegen mich im privaten und beruflichen Kontext angstfrei zu outen, nach Anerkennung meines lesbisch feministischen Lebensentwurfes und nach einem geborgenen sicheren Wohlfühl-Zuhause. Besonders anstrengend war die Zeit der Beziehungsfindung, in der ich mich sehr lange in emotional belasteter Rastlosigkeit verlor. Jetzt bin ich angekommen.

Ich schaue erstaunt auf mein einst so rastloses Leben. Die Suche, das gründliche Infrage stellen und auch das unangenehme Entscheidungen treffen haben sich gelohnt.

Ich freue mich, wie gut doch noch alles gelungen ist.

Jetzt gilt es, die Errungenschaften zu erhalten oder auch im allgemeinen Weltgeschehen konstruktiv weiter zu entwickeln.“ (Britte Grassi-Oder)

Liedermacherin Brigitte Schmitz wird die Vernissage musikalisch begleiten.

Ort: kom!ma (Raum 202), Himmelgeister Str. 107, Düsseldorf

Sonntag, 08.09.2024, 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**

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**



Sonntag, 08.09. 2024, 16:00-21:00 Uhr

## Gemütliches Sommerfest im Kürtenhof



Es gibt genug zu reden – und zwar beim Sommerfest von, mit und für Queers jeden Alters.

Veranstaltet wird das Ganze von der Fachstelle ALTERN UNTERM REGENBOGEN, der Fachstelle Regenbogenfamilien und dem Gendertreff.

Queers allen Alters grillen, feiern und kommen miteinander ins Gespräch, über Unterschiede und Gemeinsamkeiten und verschiedene Perspektiven. Kommt vorbei - live und in Farbe - bringt Eure Sicht der Dinge ein und feiert mit uns.

Ihr dürft gerne eigene Beiträge für das Buffet mitbringen, sagt uns nur kurz Bescheid. Wir legen für Euch Gegrilltes aller Art dazu. Wir freuen uns auf Euch!

**Anmeldung:** Bitte bei der Fachstelle ([Bernd.Ploeger@awo-duesseldorf.de](mailto:Bernd.Ploeger@awo-duesseldorf.de)), beim Gendertreff oder bei den Regenbogenfamilien.



*Gendertreff*



AWO Fachstelle  
Regenbogenfamilien

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



**Dienstag, 10.09. 2024, 17.00 Uhr:**

## **Informationsveranstaltung zum Selbstbestimmungsgesetz (SBGG)**

Diese Veranstaltung ist an diesem Abend für Alle geöffnet. Dies bedeutet, dass auch Angehörige, Elternteile sowie TIN\*-Personen und Personen, die ihre Geschlechtsidentität hinterfragen, kommen können. Die Veranstaltung ist altersoffen gestaltet und bietet eine wertvolle Gelegenheit, sich über die aktuellen Entwicklungen und Möglichkeiten des Selbstbestimmungsgesetzes zu informieren und beispielsweise Fragen zum Ablauf einer Namensänderung nach dem SBGG zu stellen.

Kurz zum Ablauf: Euch erwartet ein Input zu den wichtigsten Aspekten des Selbstbestimmungsgesetzes. Im PULS werden die wichtigsten Aspekte des Selbstbestimmungsgesetzes vorgestellt und erläutert, welche Auswirkungen und Möglichkeiten das SBGG für euch bietet. Im Anschluss an den Input gibt es auch die Möglichkeit, Fragen zu stellen und in den Austausch zu treten. Gerne könnt ihr diese Einladung über eure Netzwerke weiterstreuen.



Tel +49 211 210948-52, [www.puls-duesseldorf.de](http://www.puls-duesseldorf.de)

**Ort: queerer Jugendtreff PULS, Corneliusstraße 28,40215 Düsseldorf**

**Donnerstag, 12.09.2024 15:00 & 18:00 Uhr**  
**Der Club der queeren Bücher**

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

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**

Mittwoch, 18.09.2024 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: 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**

**Freitag, 20.09. 2024, 19.00 Uhr (Einlass: 18.30 Uhr)**

## **Ein Jahrhundert queere Songs - Musikalische Lesung mit Ralf Jörg Raber**

Lange vor Lady Gagas „Born This Way“ gab es queere Hymnen. Die erste war „Das lila Lied“ aus dem Jahr 1920. In dieser Lesung mit Musik gibt Buchautor Ralf Jörg Raber Wissenswertes und Anekdoten aus der homosexuellen Musikgeschichte zum Besten.

„Das lila Lied“ ist die erste Hymne der Homosexuellen aus dem Jahre 1920, der zur damaligen Zeit ein erstaunlicher Erfolg beschieden war. Zwei damals noch



unbekannte, später aber recht erfolgreiche Männer schrieben das Lied. Den Text dichtete Kurt Schwabach, welcher – unterbrochen durch Emigration – noch bis Ende der 1950er Jahre viele populäre Schlager unter anderem für Evelyn Künneke, Zarah Leander und Freddy Quinn verfasste. Als Komponist war das Pseudonym Arno Billing angegeben;

dahinter verbarg sich mit Mischa Spoliansky, einer der erfolgreichsten Kabarett- und Revuekomponisten der Weimarer Republik. Beide versahen das Lied mit der Widmung „Dem unermüdlichen Forscher und Freund Herrn Sanitätsrat Dr. Magnus Hirschfeld zugeeignet.“ (Quelle: Wikipedia)

Um den Vordenker der Homosexuellen-Bewegung drehte sich auch die erste „schwule Schallplatte“, die bereits 1908 herauskam: „Der Hirschfeld kommt!“ von Otto Reutter. Der Sänger und Komponist hielt die „analytische Art“ des deutschen Sexualforschers für überzogen: „Er wittert überall Skandal. Er hält fast keinen für normal. Und jeder kriegt 'nen Schreck - kommt Hirschfeld um die Eck““. Allerdings



missverstand Reutter die Intention Hirschfelds, der eben niemandem eine „anormale“ Veranlagung unterstellte, sondern für die Anerkennung jedweder Sexualität eintrat. Otto Reutter hätte sein „Hirschfeldlied“ vermutlich auch bei seinen angekündigten Auftritten im Düsseldorfer Apollo-Theater gesungen, wäre er nicht wenige Tage zuvor – am 3. März 1931 in einem Düsseldorfer Krankenhaus – verstorben.

Schallplatten waren das erste Massenprodukt der modernen Unterhaltungsindustrie. Ralf Jörg Raber stellt in seinem Buch „Wir sind wie wir sind – Ein Jahrhundert homosexuelle Liebe auf Schallplatte und CD“ (erschienen 2010 im Männerschwarm-Verlag) selbstbewusste Stimmen und Texte vor, die den Sprung in dieses Medium schafften. Er zeigt, wie sich dort auch Klischees, Hohn und Spott breit machten, wie Schwule in die Camouflage auswichen. Später eroberten Liedermacher und Schlager, Lesbenbands und schwule Formationen das Terrain, doch gerade in jüngster Zeit holt der Hiphop zum homophoben Gegenschlag aus. Ralf Jörg Raber liefert eine Fundgrube, die noch den kuriosesten Erscheinungen nachgeht und sie kenntnisreich einordnet. Der in Essen beheimatete Autor war schon im vergangenen Jahr für eine musikalische Lesung über den Chansonier Paul O'Montis in Düsseldorf zu Gast.

Der Verein „Queere Geschichte(n) Düsseldorf e.V.“ ist Initiator dieser Veranstaltung, die in Kooperation mit dem Queeren Zentrum Düsseldorf e.V., dem „zentrum plus“ der AWO in Unterbilk und der Fachstelle „Altern unterm Regenbogen“ stattfindet.

Eintritt frei | Anmeldung erbeten an: [queere-geschichten-duesseldorf@web.de](mailto:queere-geschichten-duesseldorf@web.de) oder [Bernd.Ploeger@awo-duesseldorf.de](mailto:Bernd.Ploeger@awo-duesseldorf.de)

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

**Samstag, 28.09.2024, 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:** 5,00 € (inkl. Getränke)

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



**Weitere Termine:** Samstags 26.10. / 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, 29.09. 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:

Sonntag, 06.10.2024, 11:00 Uhr

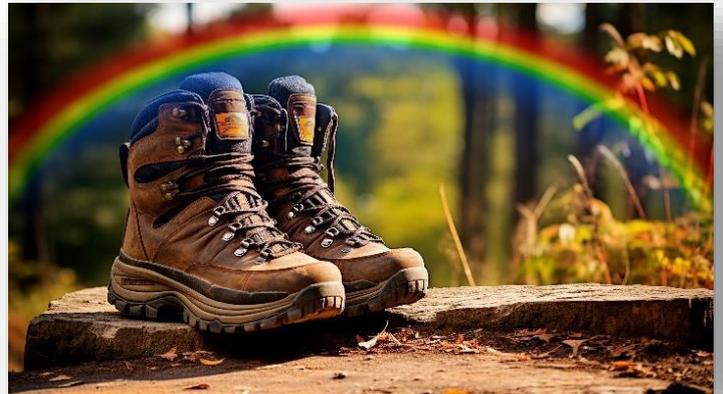
### Queerfeldein Wanderung; Liewerfrauenweg in Solingen

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

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 😊.“

**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 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**



**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.-Pfleger), 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](mailto:inkawilhelm@frauenberatungsstelle.de); 0157 7155 2064)
- Bernd Plöger ([Bernd.Ploeger@awo-duesseldorf.de](mailto:Bernd.Ploeger@awo-duesseldorf.de); 0152 2168 6029)
- René Kirchhoff ([rene.kirchhoff@duesseldorf.aidshilfe.de](mailto:rene.kirchhoff@duesseldorf.aidshilfe.de); 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, [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, 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, 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@diakonie-duesseldorf.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](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**

**Donnerstags, 15:00-17:00 Uhr und  
18:00-20:00 Uhr (jeden 2.  
Donnerstag im Monat)  
Club der queeren 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](mailto:markusgickeleiter@gmx.de)  
oder [bernd.ploeger@awo-duesseldorf.de](mailto: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)  
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



**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:**

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

(0152 2168 6029)

**Freitag 06.09. 18:00:** Gruppentreffen zum gemeinsamen Filmbesuch „Sebastian“ beim Queerfilmfestival im Bambi, Kloster Str. 80

**Freitag 13.09. 18:00:** offenes Gruppentreffen (ohne Leitung) in der AROMA Bar, Bunsenstr. 2

**Freitag 20.09. 18:00:** Gruppentreffen zur Lesung Ralf Jörg Raber im „zentrum plus“ der AWO in Unterbilk, Siegstr. 2

**Freitag 27.09. 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 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

**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

**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:**  
**Gruppentreffen Gay & Grey**

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