

JANUAR 2025

Liebe Leser\*innen unserer NEWS UNTERM REGENBOGEN!



## Good Bye Altern unterm Regenbogen! Oder?

Wie heißt es oft so kitschig: „Niemals geht man so ganz“ – Trude Herr hat das mit Wolfgang Niedecken und Tommy Engel wunderbar gesungen. Das Lied gibt auch ein wenig die momentane Situation wieder. Die Finanzierung der Fachstelle Altern unterm Regenbogen ist zum 31.12.2024 ausgelaufen. Unsere Versuche im letzten Jahr, die Politik umzustimmen sind leider gescheitert. Nun haben Aidshilfe und AWO ein neues Konzept für eine Fachstelle „Leben unterm Regenbogen“ mit ganz neuen Zielen und Aufgaben erstellt, deren Finanzierung durch die Stadt Düsseldorf derzeit abschließend geklärt wird. Sobald wir hier genaueres wissen geben wir Euch gerne Bescheid. Da wir aber auch alte Zirkuspferde sind, haben wir trotzdem unsere Regenbogennews zusammengestellt. Denn: Wie geht es weiter im Lied? „...irgendwas von mir bleibt hier - es hat seinen Platz immer bei dir.“

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 queeren News unterm Regenbogen

## Was haben wir uns gefreut!!

Der Start des Winterpride Ende 2024 wurde bereits am Nachmittag im „House of Friends“ am Worringer Platz gefeiert. Neben Poetry Slam und dem Auftritt von Künstler\*innen war der Höhepunkt die Verleihung des „Stein des An#Stoßes“.



Der Preis wurde zum zweiten Mal verliehen und ehrt Menschen oder Projekte in Düsseldorf, die „uns zeigen, dass Mut, Weitblick und achtsames Handeln zentrale Werte für die Community sind“. Ausschlaggebend für die Auswahl sind die besondere gesellschaftliche Verantwortung der Preistragenden und deren Engagement für ein nachhaltig besseres Miteinander.

**Preisträger 2024 ist die Fachstelle „Altern unterm Regenbogen“**, die nach dem Urteil der Jury beispiellos ist. Ihre Form des Entstehens, sowie die Einbindung dreier Träger weisen auf die Umfänglichkeit und die strukturelle Art vorbildlichen Community-Netzwerks hin“. Das Team von „Altern unterm Regenbogen“ leistet

Pionierarbeit und gibt immer wieder An#Stöße für gelebte Vielfalt und soziale Verantwortung.

Der Preis „Stein des An#Stoßes“ besteht aus einem schwingenden versilberten Rheinkiesel in einer rostigen Schiene und soll die ehren, die trotz Widerständen den Weg zum Empowerment unermüdlich gehen und voranbringen.

Die anschließende Demo durch die Stadt war klein aber fein: In sehr stimmungsvoller ??? ging es zum Grabbeplatz und danach ins Queenz zum Aufwärmen – ein sehr gelungener Tag!



*Inka Wilhelm beim Winterpride im vorletzten Jahr – mit dem Ende des Projektes „Altern unterm Regenbogen“ fängt für Inka 2025 ein neuer Lebensabschnitt an. Alles Guuuute wünschen deine „Jungs“ und „Lovelies“ René und Bernd!!*

# NEWS UNTERM REGENBOGEN!

**Donnerstag, 09.01.2025 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?

Die Teilnehmer\*innen des Club der queeren Bücher stellen sich in diesem Monat gegenseitig vor, was sie 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**



# NEWS UNTERM REGENBOGEN!

**Samstag, 11.01.2025, 13:00 Uhr:  
Kochen unterm Regenbogen**



Queere Rezepte unterm Regenbogen: Ob Lieblingsgerichte, oder „das wollte ich schon immer einmal testen!“. Wir probieren alles gemeinsam aus, schnuppern durch die Küchen und Gerichte dieser Welt. Wir köcheln gemeinsam in der queeren Küche nach unserem

Geschmack und unseren Lieblingsrezepten ein vegetarisches oder veganes Essen. Vielleicht hast du Lust uns bei der Vorbereitung des Essens zu unterstützen, Gemüse schälen, schnippeln, schneiden oder in der Küche helfen.

Hast Du keine Lust zu kochen und möchtest einfach nur zum Essen vorbeikommen? Kein Problem! Du kannst uns über die Schulter schauen oder einfach mit anderen klönen. Also, meldet euch an und kommt zu uns! Lasst uns gemeinsam schnelles und gesundes Essen für uns entdecken!

**Kostenumlage** von ca. 5 EUR, Kaffee, Tee, Wasser, Softgetränke sind gratis

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

**Termine** für das erste Halbjahr 2025: 11. Januar, 15. Februar, 29. März, 24. Mai, 28. Juni

**Anmeldung:** bis Donnerstag vor dem Kochtermin  
unter: Tel.: 0211 384 9199 oder  
[zentrumplus.friedrichstadt@DRK-duesseldorf.de](mailto:zentrumplus.friedrichstadt@DRK-duesseldorf.de)



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



DRK-Kreisverband  
Düsseldorf e.V.

4



Arbeiterwohlfahrt  
Düsseldorf e.V.

## NEWS UNTERM REGENBOGEN!

Sonntag, 12.01.2025, 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 Sonntagesei, 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**

## NEWS UNTERM REGENBOGEN!

**Sonntag, 19.01.2025, 19:00 Uhr Culture Club**

Seit 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, Mrs Smithers, 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 regionale und überregionale 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.

**Am 11.01. 20:00 Uhr im Dortmunder KCR**

**Am 19.01. 19:00 Uhr in der Düsseldorfer  
Jazzschmiede**

Eintritt: 7,50 EUR

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



## NEWS UNTERM REGENBOGEN!

Sonntag 26.01.2025, 10:00 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**

7

## NEWS UNTERM REGENBOGEN!

Queere Geschichte(n) Düsseldorf e.V.  
erinnert im Januar an die Verfolgung  
queerer Menschen im Nationalsozialismus

**QUEERE GESCHICHTE(N)  
DÜSSELDORF** 

### Sonntag 26.01.2025, 14.00 Uhr: Stolperstein-Spaziergang

Es sollen drei Stolpersteine besucht und gepflegt werden. Vor Ort soll der Opfer gedacht werden: Wilhelm Zitschka (Hunsrückenstr. 4), Karl Carduck (Steinstraße 19B) und Josef Herkenrath (Paulusstraße 15). Interessierte sind herzlich willkommen.

**Treffpunkt: Kay-und-Lore-Lorentz-Platz (Eingang Kom(m)ödchen), 40213 Düsseldorf**

### Montag 27.01.2025, 19.00 Uhr: Bent (Großbritannien/Japan 1997, 102 Min., Original mit deutschen Untertiteln, FSK 16)

Bambi Filmstudio zeigt anlässlich des Internationalen Holocaust-Gedenktags den Film „Bent“ – in Kooperation mit Queere Geschichte(n) Düsseldorf e.V. Der Film aus dem Jahre 1997 von Regisseur Sean Mathias ist ein Klassiker des queeren Kinos. Er basiert auf dem gleichnamigen Theaterstück von Martin Sherman, der auch das Filmdrehbuch geschrieben hat. „Bent“ ist eine erschütternde Erinnerung an die Grauen der Homosexuellen-Verfolgung durch die Nazis – und ein zutiefst berührendes Zeugnis davon, dass sich Liebe und Menschlichkeit selbst in der dunkelsten Stunde nicht brechen lassen.



Tickets: 9 Euro (mit Gilde-Pass 7 Euro)

**Ort: Bambi Filmstudio, Klosterstraße 78, 40211 Düsseldorf**



# NEWS UNTERM REGENBOGEN!

## Vorschau

Freitag 14.02. 2025, 16:00: Vollmachten & Verfügungen



Wenn ein Mensch nicht mehr eigenverantwortlich für sich sorgen und entscheiden kann, ist es notwendig, Personen zu bestimmen, die es an ihrer/seiner Stelle tun. Andreas Kringe (er), Netzwerkkordinator schwule ALTERnativen im Kölner rubicon erläutert die Notwendigkeit und informiert u. a. über Vorsorgevollmachten, Betreuungsvollmachten und Patient\*innenverfügungen.

Vor Ort gibt es die Möglichkeit einen kompletten Ordner zum Ausfüllen zu erwerben, gegen Unkostenbeitrag (ca. 20,00).

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

# NEWS UNTERM REGENBOGEN!

Sonntag, 16.02. 2025, 11:00 Uhr Wanderfreundinnen/ Queerwandern



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

**Beschreibung:** Rundwanderweg von SG-Glüder - Höhrath - Schloss Burg – Glüder

Länge: 10 km, hügelig

**Anreise:** mit PKW (gerne Fahrgemeinschaften)

## Zwischeneinkehr in Burg

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). Bei der Anmeldung zu dieser Tour bitte angeben, ob mit eingekehrt werden möchte.

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 😊.*“

**Start: Wanderparkplatz Glüder**

## NEWS UNTERM REGENBOGEN!

### Jeden Montag von 20.00-22.00 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](mailto: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 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



## NEWS UNTERM REGENBOGEN!

**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.“

**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



## NEWS UNTERM REGENBOGEN!

**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  
Stadtmitte, Mintropstraße 20-22, 40215  
Düsseldorf

## NEWS UNTERM REGENBOGEN!

**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](mailto:Rene.Kirchhoff@duesseldorf.aidshilfe.de)

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

## NEWS UNTERM REGENBOGEN!

**Mittwochs, 18:00 Uhr  
(wechselnde Termine)**

**Queere Reisegruppe**

Im Oktober 2022 und 2024 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 ein queerer Stadtrundgang und der Besuch verschiedener 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?

**Wechselnde Orte**

**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

## NEWS UNTERM REGENBOGEN!

**Donnerstags, 15:00-17:00 Uhr und  
18:00-20:00 Uhr (am 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?

Die Teilnehmer\*innen des Club der queeren Bücher stellt sich in diesem Monat gegenseitig vor, was sie 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**

Viele Angebote für LGBTQIA+ sind in den Abendstunden. Nicht so das Café unterm Regenbogen. Die Gastgeber\*innen Claudia und Wolfgang freuen sich darauf, neue Gäste ab 55 Jahren (LGBTQIA+) begrüßen zu können. In den zwei Stunden ist viel Zeit für einen regen Austausch über alle möglichen Themen – einfach vorbeikommen und sich wohlfühlen.

**Leitung:** Wolfgang Zons, Claudia Büchels  
Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.  
Nicht am 20.12.24 und 03.01.25



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



## NEWS UNTERM REGENBOGEN!

**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!

Anmeldung und Infos:  
[bernd.ploeger@awo-duesseldorf.de](mailto:bernd.ploeger@awo-duesseldorf.de)  
(0152 2168 6029)

#### Programm:

Freitag 03.01. 18:00: Vortrag Lesung  
„Die kleine Meerjungfrau“ mit Detlef

Freitag 10.01. 18:00: Spieleabend

Freitag 17.01. 18:00: Filmabend

Freitag 24.1. 18:00: Lesung mit Sven

Freitag 31.1. 18:00: Gesprächsabend

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

In naher Zukunft wird es eine Gruppe für lesbische Frauen mit Demenz geben – nähere Infos schon jetzt über Andrea Konkel 0211 16021752

# NEWS UNTERM REGENBOGEN!

## Regelmäßige Termine Altern unterm Regenbogen

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:

### 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

## NEWS UNTERM REGENBOGEN!

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 & 18:00 Uhr:

Der Club der queeren Bücher

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

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
- In Planung: DRK Senior\*innenzentrum Grafental