

REGENBOGENNEWS #70

Januar 2026

Liebe Leser*innen unserer NEWS UNTERM REGENBOGEN!

Eine tolle Straßenbahnhfahrt bietet im Januar die Aidshilfe und zwei Führungen konnten wir extra für uns Queers im Alter vereinbaren. Anmeldung bitte direkt bei uns: bernd.ploeger@awo-duesseldorf.de

Freitag, 16.01.2026, 20:00-ca. 23:00 Uhr Benefiz-Strassenbahnhfahrt

Ein- und Ausstieg: An der 'Schleife' der Straßenbahn Höhe Hauptbahnhof

Und

Samstag, 17.01.26 11:00 Uhr „Die queere Moderne“

Ausstellungsführung durch Annika Schank, Leitung der Abteilung Bildung des K20

Ort: K20, Grabbeplatz 5, 40213 Düsseldorf (Zugang barrierefrei)

Und

Donnerstag, 22.01.2021 17:00 Uhr „gefährdet leben“

Ausstellungsführung durch Astrid Hirsch von Borries, M.A. Wissenschaftliche Mitarbeiterin der Mahn- und Gedenkstätte

Ort: Mahn- und Gedenkstätte Düsseldorf, Mühlenstraße 29, 40213

Düsseldorf (Zugang barrierefrei)

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/queer-im-alter>

Euer Team von „Queer im Alter“

REGENBOGENNEWS #70

Donnerstag, 08.01.2026 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.

Das Einzige, was stabil ist, sind Veränderungen. Der Nachmittagsclub entfällt daher bis auf weiteres. Abends treffen sich queere Leser*innen nun jedoch weiterhin in ihrem Club.

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 18:00-20:00 Uhr

Leitung: Markus Gickeleiter, Bibliothekar im Team der LuSBD

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

Die LuSBD bietet 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

REGENBOGENNEWS #70

Samstag, 10.01.2026, 13:00 Uhr:
Kochen unterm Regenbogen



DRK-Kreisverband
Düsseldorf e.V.



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, Kaffee, Tee, Wasser, Softgetränke sind gratis

Team: Mari Uhlig, Wolfgang Zons, Claudia Büchels

Weitere Termine: 14.2. / 28.3. / 23.5. / 27.6.

Anmeldung: bis Donnerstag vor dem Kochtermin unter: Tel.: 0211 384 9199 oder zentrumplus.friedrichstadt@DRK-duesseldorf.de

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

REGENBOGENNEWS #70

Freitag, 16.01.2026, 20:00-ca. 23:00 Uhr Benefiz-Strassenbahnhof

Endlich gibt es für unsere Benefiz-Strassenbahnhof einen neuen Termin, nachdem der vorige Termin krankheitsbedingt ausfallen musste! Wir freuen uns sehr, dass diese beliebte Veranstaltung für den guten Zweck wieder stattfinden kann. Sichert Euch also schnell Euer Ticket!

Die Tickets sind ab sofort erhältlich bei Marco Grober zum Preis von 40 Euro. In dem Preis enthalten ist ein Begrüßungsgetränk sowie ein Gastgeschenk. Dazu gibt es ein buntes Unterhaltungsprogramm mit dem Akustik-Duo Léger und Fiona Fabulous. Die Moderation übernimmt wieder Bernd Plöger. Natürlich ist für das leibliche Wohl an Bord gesorgt und eine Tombola ist ebenfalls wieder 'am Start'. Wir freuen uns auf Euch!

Tickets und Infos marco.grober@duesseldorf.aidshilfe.de 0211-77095-30

Tickets können auf Wunsch und gegen Übernahme von 1 Euro Portokosten verschickt werden.

Wir bedanken uns bei folgenden Unterstützenden, die die Veranstaltung ermöglichen: Die Rheinbahn Düsseldorf, Die Brauerei Kürzer, Bei der Peter Busch GmbH (Killepitsch)

Ein- und Ausstieg: An der 'Schleife' der Straßenbahn Höhe Hauptbahnhof

Ort: Schleife am Hauptbahnhof

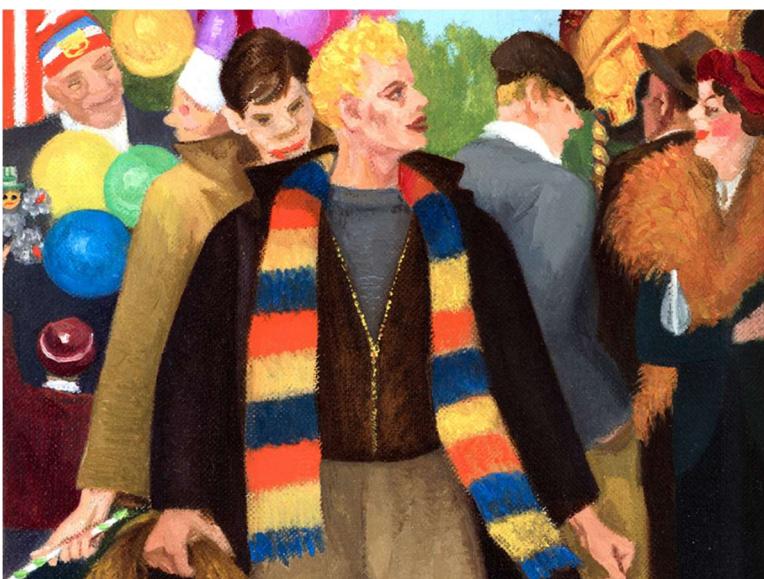
REGENBOGENNEWS #70

Queere Moderne 1900 bis 1950 im K20

Samstag, 17.01.26 11:00 Uhr Ausstellungsführung für Queer im Alter (kostenfrei)

Mittwoch, 04.02.26 18:00-22:00 Uhr Dialogführung K20 und Queer im Alter (kostenfrei)

Es ist uns gelungen, drei Führungen zu planen, die sich speziell an Euch richten! Sowohl die Führungen als auch der Eintritt sind frei! Bitte meldet Euch für die Führung am 17.01. bei uns an.



Gluck, Bank Holiday Monday, c. 1937, Painting, oil on canvas, 23.7 x 18.7 cm, Private collection, courtesy of The Fine Art Society Ltd © VG Bild-Kunst, Bonn 2025

Die Kunstsammlung Nordrhein-Westfalen zeigt mit „Queere Moderne. 1900 bis 1950“ noch bis zum 15.02.2026 die erste umfassende Ausstellung in Europa, die den bedeutenden Beitrag queerer Künstler*innen zur Moderne vorstellt. Mit über 130 Werken – darunter Gemälde, Zeichnungen, Fotografien, Skulpturen, Filme, Literatur und Archivalien – von 34 internationalen Künstler*innen richtet

REGENBOGENNEWS #70

das Ausstellungsprojekt den Fokus auf die erste Hälfte des 20. Jahrhunderts. Es erzählt eine alternative Geschichte der Moderne, in der queere Künstler*innen Themen wie Begehrten, Gender und Sexualität sowie die Politik der Selbstdarstellung in den Mittelpunkt ihres Schaffens stellten. Sie erzählt zudem Geschichten queeren Lebens in Zeiten von Krieg und Widerstand. Mit dabei sind queere Künstler*innen wie Claude Cahun, Hannah Höch, Jean Cocteau, Romaine Brooks, Marlow Moss oder Richmond Barthé.

Nachdem die K20 Sammlung in den letzten Jahren vielstimmiger, globaler und experimenteller geworden ist, eröffnet die Kunstsammlung Nordrhein-Westfalen mit dieser einzigartigen Ausstellung neue Perspektiven auf die Moderne und schenkt bisher weniger beachteten Positionen eine große Sichtbarkeit.

Ein queerer Beirat hat die Ausstellung kritisch beraten, Vermittlungssituationen konzipiert und Vorschläge zum Rahmenprogramm beigetragen.

Ort: K20, Grabbeplatz 5, 40213 Düsseldorf

REGENBOGENNEWS #70

Dienstag, 20.01.2026 ab 09:30 Uhr

Frühstück unterm Regenbogen 55+



Sie sind queer und suchen einen Ort, wo Sie in Gesellschaft eine unbeschwerete Zeit genießen können? Sie möchten sich austauschen und dabei ein leckeres Frühstück genießen? Kommen Sie zu unserem monatlichen Frühstück unterm Regenbogen und treffen Sie auf andere LGBTQI+-Senior*innen. Jeden 3. Dienstag im Monat ab 9:30 Uhr

Anmeldung bis montags 12 Uhr unter 02051-3098142 oder im Treff.

Das Frühstück kostet 7 Euro und beinhaltet zwei Brötchen (ein normales und ein Körnerbrötchen), Aufschnitt (Wurst und Käse), Tomaten, Gürkchen, Weintrauben, Quark, Marmelade, ein gekochtes Ei und zwei Tassen Kaffee oder Tee. Ganz wichtig ist, dass die Personen, die kommen möchten, sich anmelden, weil dementsprechend eingekauft wird.

**Donnerstag, 19. März ab 15 Uhr:
Kaffeeklatsch unterm Regenbogen**

Unser erster Kaffeeklatsch für LGBTQI+ Senior*innen ab 55 Jahren.

Anmeldung bis 16. März (unter 02051-3098142 oder persönlich)



Ort: AWO Generationentreff Vergissmeinnicht (Friedrich-Ebert-Str. 200 in Velbert)

REGENBOGENNEWS #70

Donnerstag 22.01.2021 17:00 Uhr Führung für Queer im Alter

durch Astrid Hirsch von Borries, M.A. Wissenschaftliche Mitarbeiterin der Mahn- und Gedenkstätte (bitte bei uns anmelden!)

„gefährdet leben“-Ausstellung

Die Wanderausstellung „gefährdet leben“ zeigt die vielfältigen und ambivalenten Lebensgeschichten queerer Menschen in der Zeit des Nationalsozialismus von 1933 – 1945.

Beim Gedenken an die Opfer des Nationalsozialismus am 27. Januar 2023 im Deutschen Bundestag standen erstmals die queeren Opfer im Fokus. Die historisch-dokumentarische Ausstellung „gefährdet leben. Queere Menschen 1933-1945“ knüpft an dieses wichtige erinnerungspolitische Signal an und macht das Thema der Ausgrenzung und Verfolgung queerer Menschen in den Jahren 1933 – 1945 nun einem breiten Publikum zugänglich.

Die vielfältigen und ambivalenten Lebensgeschichten queerer Menschen in der Zeit von 1933 – 1945 werden in der Ausstellung anhand von Dokumenten, Grafiken, Fotografien und Zitaten nachgezeichnet. Darunter auch bislang unveröffentlichtes Material. Die Ausstellung bietet sowohl einen breiten Überblick als auch tiefergehende Einblicke in die Biografien der Menschen sowie aktuelle Forschungsergebnisse. Die Ausstellung macht deutlich, wie das Leben vieler queerer Menschen gebrochen und zerstört wurde. Sie beleuchtet gleichzeitig, wie verbliebene Handlungsspielräume im Alltag genutzt wurden. Erzählt werden keineswegs nur



REGENBOGENNEWS #70

Verfolgungsgeschichten, sondern auch Wege der Selbstbehauptung in einer widrigen Lebensrealität.

Besucher*innen finden in der Ausstellung fünf Themeninseln

- Ausmaß und Bedeutung der Zerstörung queerer Infrastrukturen
- Ausgrenzung aus der „Volksgemeinschaft“ und Praktiken der Verfolgung
- Selbstbehauptung und Eigensinn
- Haftgründe und Haftorte (Gefängnisse, Konzentrationslager und sogenannte Fürsorgeeinrichtungen)
- Nach 1945: Opfer unter Vorbehalt, Weiterverfolgung sowie emanzipatorische und lebensweltliche Handlungsräume

Die Wanderausstellung der Bundesstiftung Magnus Hirschfeld wurde in Düsseldorf um die Schau „Queeres Leben in Düsseldorf. Von den Goldenen Zwanzigern bis 1945“ erweitert. Emanzipation, Bürgerrechtsbewegung und die Entwicklung einer lokalen Szene fanden nicht nur in Berlin statt. Auch in Düsseldorf, der modernen Großstadt am Rhein, fasste der „Freundschaftsbund“ Fuß, Lokale etablierten sich und Zeitschriften wie „Die Freundin“ oder „Der Freund“ waren am Zeitschriftenstand zugänglich. Der „Tosca-Palast“ war in aller Munde, und liberaler Rückenwind kam auf. Mit der Machtübernahme der Nationalsozialisten im Januar 1933 endete diese Entwicklung schlagartig. Die Presse wurde verboten und an Tanzabende sowie Treffen in der Öffentlichkeit war nicht mehr zu denken. Die Queere Community wurde gedemütigt, verfolgt und gezwungen, sich zu verstecken. Am 28. Juni 1935 wurde die Verschärfung des Paragrafen 175 auf den Weg gebracht. Ab September 1935 wurden nicht nur so genannte „beischlafähnliche Handlungen“, sondern allgemein „homosexuelle Handlungen“ kriminalisiert. In einigen Fällen sollten für eine Verurteilung sogar ein flüchtiger Blickaustausch oder ein kurzes Gespräch ausreichen. Im Sommer 1937 verdichtete sich der Terror: Am 28. Juni begannen mit der Festnahme von Karl Carduck und seinen Freunden die Massenverhaftungen vermeintlich homosexueller Männer in Düsseldorf. Kriminalpolizei, Gestapo und Strafjustiz arbeiteten dabei vernetzt: Allein die Gestapo verhaftete in Düsseldorf etwa 400 Männer wegen „homosexueller

REGENBOGENNEWS #70

Handlungen". Damit war Düsseldorf die Stadt mit den meisten Festnahmen nach Paragraf 175 in ganz Westdeutschland. Der Düsseldorfer Teil wurde kuratiert von Astrid Hirsch-von Borries M.A. (Mahn- und Gedenkstätte Düsseldorf). Eingerahmt wird die Schau von der Installation „Zwang und Zeichen“ (#zwangundzeichen) von der Installationskünstlerin und Bühnenbildnerin Saskia Holte.

Während der Laufzeit bis 05.07.2026 finden monatlich kostenlose Führungen statt.

Termine:

- Dienstag, 20. Januar 2026, um 18:30 Uhr
- Dienstag, 17. Februar 2026, um 18.30 Uhr
- Dienstag, 31. März 2026, um 18:30 Uhr
- Donnerstag, 23. April 2026, um 18:30 Uhr
- Dienstag, 19. Mai 2026, um 18:30 Uhr
- Dienstag, 16. Juni 2026, um 18:30 Uhr
- Sonntag, 5. Juli 2026, um 14 Uhr

Das umfangreiche und sehr sehenswerte Begleitprogramm findet sich unter <https://xn--gedenkstttedsseldorf-izb64c.de/wp-content/uploads/2025/10/Begleitprogramm-gefaehrdet-leben-1933-bis-1945.pdf>

Öffnungszeiten: Di–Fr u. So 11–17 Uhr, Sa 13–17 Uhr

Die Informationstexte der Ausstellung sind in deutscher Sprache und digital über QR-Codes auch in englischer Sprache verfügbar.

Ort: Mahn- und Gedenkstätte Düsseldorf, Mühlenstraße 29, 40213 Düsseldorf (Zugang barrierefrei)

REGENBOGENNEWS #70

Sonntag, 25.01.2026, 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. Das Frühstück wird liebevoll gestaltet von Claus, Karl, Norman und Karlheinz

Eine Anmeldung im „zentrum plus“ der AWO in der Mintropstraße zentrumplus-stadtmitte@awo-duesseldorf.de oder telefonisch unter 600 25 573 ist bis drei Tage vorher (Donnerstag) erforderlich. Bitte beachten: Das Frühstück beginnt auf vielfachen Wunsch bereits um 10:00 Uhr!

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

REGENBOGENNEWS #70

Donnerstag, 05.02., 18:30 Uhr

„Ich möchte so gerne mein Leben in die Welt schreien!“ – Adele Haas, eine intergeschlechtliche Person im Nationalsozialismus. Ein Vortrag von Jako Wende.



„So könnte ich so viel schreiben, aber ich rege mich dabei so auf, denn ich darf nicht zurückdenken, es ist mir heute wie ein Traum. Ich möchte so gerne mein Leben in die Welt schreien und veröffentlichen, aber dazu gehört Geld. Und das fehlt bei mir, es ist doch bestimmt einmalig und interessant, gar nicht zu glauben, es klingt wie ein Märchen. Überhaupt das ich das ausgehalten habe, und noch lebe ein Wunder.“, schreibt Adele Haas am 28. März 1961.

Intergeschlechtliche oder inter* Personen haben Merkmale von männlichen und weiblichen Körpern. Sie waren und sind schon immer da gewesen. Aufgrund von gesellschaftlicher Norm mal mehr

oder weniger akzeptiert, bis hin zur Verfolgung und Ermordung. Wie war es als intergeschlechtliche Person während des Nationalsozialismus zu leben? Einem System mit klaren Geschlechterbildern und konstruierten medizinischen Normen sogenannter männlicher oder weiblicher Körper. An diesem Abend wird uns Jako

REGENBOGENNEWS #70

Wende das Leben von Adele Haas näherbringen. Adele war als inter* Person im Nationalsozialismus massiver Gewalt ausgesetzt, weil sie nicht der sogenannten Norm entsprach. Jako Wende hat dafür in zahlreichen Archiven recherchiert und Kontakt zu noch lebenden Verwandten und Nachbar*innen aufgenommen, um das Leben von Adele Haas nachzeichnen zu können. Es wird auch um den allgemeinen Forschungsstand zur Situation von inter* Personen im Nationalsozialismus gehen, doch Kern des Vortrages ist es, Adele ihr Leben in die Welt schreien zu lassen.

Eintritt frei und barrierefrei. Keine Anmeldung nötig

**Ort: Beatrice-Strauss-Zentrum der Mahn- und Gedenkstätte
Düsseldorf, Marktstraße 2 (Innenhof).**

**Samstag, 7. Februar, um 19:30 Uhr und Sonntag, 8. Februar, 18:00 Uhr
„Vor dem Rosa Winkel“ - Eine szenische Lesung mit historischer
Einführung und Nachgespräch**

In den vergangenen Monaten haben sich bereits zweimal junge Menschen in einem Intensiv-Theaterworkshop zusammengefunden und sich mit der Lebensrealität queerer Menschen zwischen 1933 (Allein im Rosa Winkel) bis in die Gegenwart (Nach dem Rosa Winkel) beschäftigt. Diese Mal liegt der Fokus auf der Weimarer Republik. Trotz des Fortbestehens des Paragraphen 175 fand während der Weimarer Republik eine Wende im Umgang mit queeren Personen statt: Die homosexuelle Szene wurde weitgehend geduldet oder auch akzeptiert. Polizeiliche Ermittlungen wurden in den meisten Fällen nur bei Denunziationen angestoßen. Dies galt nicht nur für eine Metropole wie Berlin, sondern auch für Düsseldorf, dem „Klein Paris“ am Rhein. Diese liberale Stimmung bildete den Nährboden für die Emanzipation der queeren Bürgerrechtsbewegung und der

REGENBOGENNEWS #70



Entstehung eigener Presseorgane. „Vor dem Rosa Winkel“ bildet den Abschluss der Rosa-Winkel-Trilogie. Künstlerische Leitung: Marvin Wittiber Die Historikerin Astrid Hirsch-von Borries von der Mahn- und Gedenkstätte Düsseldorf wird vorab eine Einführung in das Thema geben. Im Anschluss an die Szenische Lesung findet ein Nachgespräch mit den Schauspieler*innen statt.

Die Moderation übernimmt Dr. Sascha Förster, Leiter des Theatermuseums Düsseldorf.

Eine Produktion von Düsseldrama in Kooperation mit dem Theatermuseum Düsseldorf, der Mahn- und Gedenkstätte

Düsseldorf, Queere Geschichte(n) Düsseldorf e. V., dem Amt für Gleichstellung und Antidiskriminierung und dem Queeren Netzwerk NRW e.V. In Zusammenarbeit mit dem Stadtarchiv Düsseldorf und der Lesben- und Schwulenbibliothek Düsseldorf.

Gefördert durch das Kulturamt Düsseldorf.

Zugang nur bedingt barrierefrei, Tickets an der Abendkasse: 10€ / 5€ (ermäßigt)
Reservierungen: kasse_theatermuseum@duesseldorf.de oder 0211 89-96130

Weitere Information erhalten auf der Homepage des Theatermuseums unter
www.theater-museum.de

Ort: Theatermuseum Düsseldorf, Jägerhofstraße 1

REGENBOGENNEWS #70

Dienstag, 24. Februar, um 18:30 Uhr

„Was wird aus uns werden.“ Queere Menschen in Düsseldorf zwischen 1933 bis 1945.

Ein Vortrag von Astrid Hirsch-von Borries: Wie war, es als queere Person im nationalsozialistischen Düsseldorf zu leben? Ein Großteil unseres Wissens basiert auf der Täterperspektive. Das hat sich in den letzten Jahren ein Stück weit gewandelt. Intensive Recherche von Historiker*innen hat gezeigt, dass es mehr zu erzählen gibt und Geschichten, trotz gesellschaftlicher Stigmatisierung, in Familien bewahrt wurden. Astrid Hirsch-von Borries ist wissenschaftliche Mitarbeiterin der Mahn- und Gedenkstätte und ihre Forschungsschwerpunkte sind Frauengeschichte und queere Geschichte. Sie hat den Düsseldorfer Teil „Queeres Leben in Düsseldorf. Von den Goldenen Zwanzigern bis 1945“ kuratiert und gibt in ihrem Vortrag einen tieferen Einblick in Lebensrealitäten der Personen, deren Biographien in der Ausstellung erzählt werden.

Eintritt frei und barrierefrei. Keine Anmeldung nötig.

**Ort: Beatrice-Strauss-Zentrum der Mahn- und Gedenkstätte
Düsseldorf, Marktstraße 2 (Innenhof).**

REGENBOGENNEWS #70

„Gespräche unterm Regenbogen“

„Queer im Alter“ bietet LSBTIAQ+ ab 55 Jahren an, sich beraten zu lassen, sich auszutauschen.



Im „zentrum plus“ der AWO in Unterbilk, Siegstr. 2, 40219 Düsseldorf:
Bernd Plöger (Personalpronomen: er), 0152 2168 6029, bernd.ploeger@awo-duesseldorf.de

In der Aidshilfe Düsseldorf, Johannes Weyer Str. 1, 40225 Düsseldorf:
René Kirchhoff (Personalpronomen: er), 01590 4125 977, rene.Kirchhoff@duesseldorf.aidshilfe.de

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

Ort: Turnhalle der Gemeinschaftsgrundschule, Helmholtzstraße 16

REGENBOGENNEWS #70

Montags, 14:00–17:00 Uhr

Bleib Du!

Treff für schwule Männer mit Demenz im geschützten Raum

Zu dem Angebot gehört:

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



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

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

Ort: Caritas, Klosterstr. 92, 40211 Düsseldorf

Dienstags, 18:30 Uhr

(jeden 2. Dienstag im Monat)

Viel Wände+ 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 unterschiedlichen Denk- und Lebensweisen bildet die Basis für die Idee eines gemeinsamen Miteinanders.“

Bitte vorher anmelden:

bernd.ploeger@awo-duesseldorf.de

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

REGENBOGENNEWS #70

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

REGENBOGENNEWS #70

Dienstags, 17:00-19:00

Ungehindert Queer

Die Gruppe „Ungehindert Queer“ gibt 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, Menschen mit Behinderung

Anmeldung an:

ungehindertqueer@queerhandicap.de

Ort: „zentrum plus“ der AWO
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

REGENBOGENNEWS #70

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.

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

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

Mittwochs, 18:00 Uhr

(wechselnde Termine)

Queere Reisegruppe

Im Oktober 2022 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 queergemischten Stammtisch ins Leben gerufen, bei dem nicht nur die Reise rekapituliert werden soll, sondern auch ein Austausch zu aktuellen Themen stattfindet. Vielleicht wird hier auch die nächste Reise geplant?

Wechselnde Orte

REGENBOGENNEWS #70

**Mittwochs, 18:40-22:00 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: Eva Werdermann,
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, 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
oder bernd.ploeger@awo-duesseldorf.de (0152 2168 6029)

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

REGENBOGENNEWS #70

**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

Auch am 7.11., 21.11., 5.12., 19.12. (schon um 15:00 Uhr), 16.1., 6.2., 20.2., 6.3., 20.3., 17.4., 15.5., 5.6., 19.6. (nicht: 2.1. 3.4. (Karfreira), 1.5. (Maifeiertag)

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.



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

**Freitags 11:00-14:00 Uhr
Lila Leben - anders vertraut
Geschützter Raum für lesbische
Frauen* mit Demenz**

„Hier entsteht ein geschützter Raum, um authentisch wir selbst sein können – mit allem, was uns bewegt. Wir freuen uns auf Euch!“



Jeden Freitag, mit Aktivierung und Mittagessen. Ein Fahrdienst innerhalb Düsseldorfs wird angeboten

Diese Gruppe ist offen für Frauen* mit Demenz. Bei einem bestehenden Pflegegrad kann über die Pflegekasse abgerechnet werden. Sie haben Lust teilzunehmen, aber keinen Pflegegrad? Lorena Born hilft gerne

Ansprechperson:

Lorena Born, 0160 9499 0089,
lorena.born@caritas-duesseldorf.de

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

REGENBOGENNEWS #70

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 willkommen!

Anmeldung und Infos:

bernd.ploeger@awo-duesseldorf.de

(0152 2168 6029)

Programm:

Freitag 09.01.	18:00 Uhr	Gesprächs abend
Freitag 16.01.	18:00 Uhr	Offener Gruppena bend
Freitag 23.01.	18:00 Uhr	Filmabend
Sonntag 25.01	10:00 Frühstück	Gestaltung : Claus, Karl, Norman, Karlheinz
Freitag 30.01.	18:00 Uhr	Spieleaben d

Ort: „zentrum plus“ der AWO Stadtmitte,
Mintropstr. 20-22, wenn nicht anders
vermerkt

REGENBOGENNEWS #70

Regelmäßige Termine Queer im Alter

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 "Ungehindert Queer"

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

REGENBOGENNEWS #70

**Jeden 2. Mittwoch 18:00 Uhr:
Positiv Älter werden**

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

**Jeden 2. und 4. Mittwoch 18:45-22:00 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 11:00-14:00 Uhr:
Lila Leben anders vertraut. Geschützter Raum für lesbische Frauen* mit Demenz**

Ort: caritas, Klosterstr. 92, 40211 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

REGENBOGENNEWS #70

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
- „zentrum plus“ der Diakonie Benrath, Calvinstr 14, 40597 Düsseldorf
- Tagespflege Heerdt (Diakonie), Pariser Str. 97 a
- In Planung: DRK Senior*innenzentrum Grafental