Protokoll des Workshops *Lesben 55+, Ideen, Lust, Engagement – Wie gestalten wir unsere Zukunft*
27.2.2024, 18-21h im AWO-Treff im Teehaus in den Wallanlagen (Katja Wrage, Ergänzungen Hilke Bleeken)

Die Gastgeberin des AWO-Treffs, Sabine Witt, hieß uns herzlich willkommen, stellte die Einrichtung vor und lud dazu ein noch vorhandene freie Zeitfenster im Teehaus für Angebote zu nutzen. Die Treff Zeiten für für Menschen 55+ sind montags, mittwochs und donnerstags von 10-15 Uhr, dienstags von 10-21 Uhr. An jedem zweiten Dienstag im Monat bietet Ulrike Spielen und Klönen für Lesben an.

Zurzeit wird eine ehrenamtliche Treffpunktleitung gesucht, die auch das Programm gestaltet. Bei Interesse bitte gerne bei Sabine Witt oder bei Hilke Bleeken melden: sabine.witt@awo-hamburg.de; hilke.bleeken@regenbogenalter.de

Das Projekt ‚Älterwerden unterm Regenbogen' wird von Hilke Bleeken vorgestellt. Es ist ein Pilotprojekt der Stadt Hamburg zur Sensibilisierung der Offenen Senior*innenarbeit mit dem Auftrag, Wünsche und Bedarfe von Lesben, Schwulen, Bi, Trans, Inter,* zu ermitteln. Die Angebote der Offenen Senior*innenarbeit finden u.a. in Nachbarschaftstreffs, Stadtteilzentren und Senior*innentreffs statt. Ein Ziel des Projekts ist die Aktivierung von Menschen in den Regenbogen Communities für die Themen des Älterwerdens und die Entwicklung von Freizeit- und Beratungsangeboten. Im Verlauf des Projekts sollen zwei bestehende Treffs zu LSBTIQ* freundlichen Orten mit entsprechenden Angeboten werden.

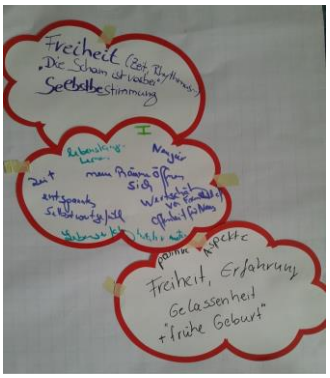
Der inhaltliche und zeitliche Ablauf des Workshops wurden von Katja Wrage vorgestellt. Es nahmen 27 Lesben teil. Mit der Methode ‚Weltcafe' haben wir drei Fragestellungen an drei Tischen bearbeitet. Die Gruppen an den einzelnen Tischen mischten sich, so dass ein möglichst breites Bild entstehen konnte. Im Folgenden werden die Ergebnisse aus allen drei Tischen jeweils zusammengefasst. Bei der zweiten Fragestellung wurde teils schon die Dritte mit beantwortet, daher kam es hier zu Überschneidungen.

Die Fragestellungen waren:

1. **Positive Aspekte des Älterwerdens**
2. **Welche Bereicherungen und Veränderungen wünschen wir uns? Wie sehen lesbenfreundliche Räume aus?**
3. **Was darf's sein? Welche Freizeit-, Begegnungs- und Beratungsangebote wünschen wir uns?**

1. Positive Aspekte des Älterwerdens

Freiheit über



Zeit, Schlaf, Essen, lange frühstücken

Rhythmus (nachts lesen, so lange frau möchte),

Alltag selbst strukturieren (Last und Lust)

körperliche Beschwerden durch Menstruation und Wechseljahre entfallen,

Platz im Bus angeboten bekommen

Kontakte, ich bestimme wann ich wen sehen möchte /

keine fremd bestimmten Kontakte über die Lohnarbeit.

Projekte selbst und frei bestimmen (wozu frau Lust hat),

Prozesse von Anfang bis Ende leben

Neue Räume, Ideen, Prozesse … entdecken, Offenheit für Freundinnen

Rente ist wie Bedingungsloses Grundeinkommen

Gelassenheit + ‚Frühe Geburt'

mehr Erfahrung, weniger druckempfindlich, frau muss sich nicht mehr beweisen

höheres Selbstwertgefühl, mehr Selbstbewusstsein, größere Unabhängigkeit von der Meinung anderer

weniger Verantwortung für andere, weniger Verpflichtungen (beruflich + familiär)

Wir werden die drastischsten Folgen der ‚Klimakatastrophe' und der Kriege (??) nicht mehr erleben.

Erfahrung

Lebenserfahrung, geschichtliche Erfahrungen / gegen das Vergessen, gelebtes Wissen, Kompetenz

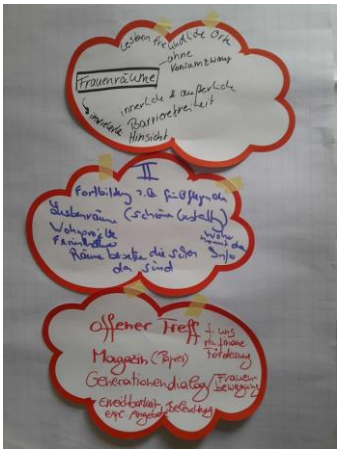
Wertschätzung von Freundinnen

‚Die Scham ist vorbei'

weniger Schamgefühle, freier Geist, mutiger, freier, selbstbestimmter

2. Welche Bereicherungen und Veränderungen wünschen wir uns? Was macht lesbenfreundliche Räume aus?

Bereicherungen / Veränderungen



Generationendialog

Frauenbewegung soll leben

explizite Angebote für Lesben

mehr Treffpunkte

Newsletter für Infosammlung, Magazin (Papier) mit Veranstaltungstipps, Treffs und inhaltlichen Artikeln

Fortbildungen für Pflegende, medizinisches Personal, Besuchsdienste (zu lesbischer Lebenswelt)

Finanzielle Förderung

Angebote

Kultursalon

Tanzveranstaltungen

Räume

Wohnprojekte, Ferienhäuser, Frauencafé / Frauenkneipe, bestehende Räume nutzen

Anforderungen an Räume

barrierefrei, schöne Gestaltung, gute Erreichbarkeit mit ÖPNV, sicherer Weg, gut beleuchtet

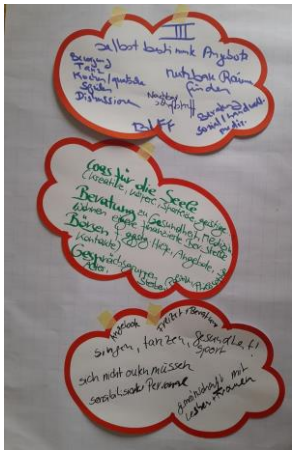
Lesbenräume, Low Budget, kein Konsumzwang, offener Treff mit finanzieller Förderung

3. Was darf's sein? Welche Freizeit-, Begegnungs- und Beratungsangebote wünschen wir uns?

Beratung

medizinische Beratung für Lesben

Beratung zu Wohnen und Pflege für Lesben



allgemeine Sozialberatung für Frauen, queerfreundliche Beratungsangebote

professionelle Sozialberatungsstelle für Lesben unter einem Vereinsdach sowie medizinische Beratung beim Servicewohnen. Die Finanzierung könnte über einen Solidarbeitrag erfolgen. Es sollte eingezahlt werden, auch bevor es eine selbst braucht.

‚was für die Seele und den Körper'

Bewegung, Tanz, kochen, spielen, Kreativangebote, singen, quatschen,

Gesundheits- und Präventionsangebote, Gehirnjogging,

Frauensportangebote, auch über die Krankenkasse finanziert

Gesprächsgruppen zu Umgang mit dem Älterwerden und Sterben, Diskussionen (zu Themen, Texten und Büchern)

Erholungsangebote, Ausstellungsbesuche, Exkursionen

Börsen / Hilfen

allgemein für gegenseitige Unterstützung, Handwerkerinnenbörse, Kontakt- und Partnerinnenbörse, nutzbare Räume, Börse für Angebote, Übersicht zu bestehenden Angeboten

Was weg kann (Papierkorb)

fehlende Wertschätzung, Ignoranz, stressresistent sein müssen, nicht auf Augenhöhe sprechende Ärzt*innen, Bilder für technische Inkompetenz = alte Frauen, „man sieht dir dein Alter gar nicht an", Ageism, Altersarmut, Kaffee und Kuchen

Depression, Traurigkeit, weniger Kraft-mehr Müdigkeit

Fazit

Insgesamt überwog das Bedürfnis nach eigenen FrauenLesbenräumen oder einem eigenen generationsübergreifendem Zentrum mit Angeboten für Lesben 55+. Der Wunsch war, dass es hierfür professionelles möglichst lesbisches Personal sowohl für die Begegnungs- als auch für die Beratungsangebote geben sollte. Angebote in bestehenden Räumen/Treffs sollten explizit an Lesben gerichtet sein und durch sensibilisiertes, professionelles Personal geleitet und begleitet werden. Die Teilnehmerinnen regten eine Fortsetzungsveranstaltung an.

Anhang

Tanzangebote:

Standard-Tanzcafé, Party ‚Von acht bis Mitternacht' https://haus-drei.de/projekt/tanzveranstaltungen-fuer-frauen/

Denise Lau ist DJane und veranstaltet verschieden Partys https://www.deniselau.de/tanztakt/

https://nuevasmilongueras.com/?ved=2ahUKEwj547vavM2FAxWZS_EDHetsDd8QgU96BAglEA4

Social Club https://socialclubhamburg.wixsite.com/thesocialclub

Newsletter:

Von der Netzwerkstelle Lesben bei Intervention: netzwerkstelle@lesbenverein-intervention.de

von Inanna Susanne Meyer: info@ham-burg-news.de

Nützliche Adressen:

Älter werden unterm Regenbogen www.regenbogenalter.de
Hilke Bleeken hilke.bleeken@regenbogenalter.de
Aidshilfe Hamburg e.V.
Lange Reihe 30, 20099 Hamburg
Tel.: 0176 14140052 (auch WhatsApp)

Netzwerkstelle Lesben www.intervention-hamburg.de
Lesbenverein Intervention e.V. netzwerkstelle@lesbenverein-intervention.de
Glashüttenstraße 2, 20357 Hamburg
Tel.: 040245002

Magnus Hirschfeld Centrum www.mhc-hamburg.de
Borgweg 8, 22303 Hamburg
Tel.: 040 27877800

AWO-Treff Teehaus Große Wallanlagen
Sabine Witt
Tel.: 017614140086
https://www.awo-hamburg.de/im-quartier/seniorentreffs

Teehaus Große Wallanlagen, Hamburgseite
www.plantenunblomen.hamburg.de/teehaus-grosse-wallanlagen-565142

Eine **Übersicht zu den Treffs in den Stadtteilen** findet sich auf der Homepage der Servicestelle für Senior*innentreffs der AGFW:
www.agfw-hamburg.de/Seniorentreffs/Treffpunkte/default.aspx?fid=35833

Wenn sich **eine Gruppe** zusammengefunden hat, und einen Raum und weitere Unterstützung sucht:
Seniorenbüro Hamburg, www.seniorenbüro-hamburg.de
Mail: seniorenrunden@seniorenbüro-hamburg.de

Sisters Living - Das FrauenLesben Wohnprojekt (in Gründung)
www.sistersliving.de, Mail: kontakt@sistersliving.de