



SCHWULEN
BERATUNG
BERLIN
VIelfalt LeBEN

Gesprächskreis

„Couchgespräch +“

Offene Gruppe für schwule Männer mit Beeinträchtigungen

Moderation: Philipp Beyer und Jan Hanke

in den Räumen der Schwulenberatung

mittwochs von 14.00 bis 16.00 Uhr

----- **PROGRAMM April 2024** -----
(Änderungen möglich)

03.04 Ausflug: Kulturbrauerei Mit Ausstellung „Alltag in der DDR“ und „Heavy Metal in der DDR“

Wie gestaltete sich der Alltag in der DDR? In dieser Ausstellung bekommen wir einen Einblick mit vielen Objekten und z.B. eingerichteten Räumen: Wie sah die typische Küche oder das Wohnzimmer in dieser Zeit aus? Außerdem, für Metalfreund*innen: Heavy Metal im Osten!

Treff: 13:15 Uhr in der Schwulenberatung Niebuhrstrasse 59/60 in Charlottenburg, oder 14 Uhr vor Ort: Schönhauserallee 36, 10435 Berlin, Nähe U Eberswalderstrasse

10.04. Thema: Queeres Reisen

Wir freuen uns über den Austausch und Eure Erfahrungen zum Thema queeres Reisen: Schwule Kreuzfahrten, queerfreundliche Hotelanlagen, Reiseziele, in denen sich LSBTIQ+ sicher fühlen können. Was habt Ihr erlebt, was könnt Ihr empfehlen? Angefragt ist Kollege **Patric Jaeckel**, frisch zurück aus den Dünen von Gran Canaria.

17.04. Thema: Jobs und Karriere

Vom Fitnesstrainer zum Erzieher, wie unser Hospitant Miko neulich in der Couch von seiner Umschulung berichtete. Wir sind gespannt, was ihr von Euren beruflichen Erfahrungen und Perspektiven erzählt. Ist berufliche Neuorientierung in jeder Lebensphase möglich? Wie wichtig sind für Euch Arbeit und Karriere?

24.04. Thema: Lieder aus der Heimat

„In Hamburg sagt man Tschüss, das heißt Auf Wiedersehen!“, „Berlin, du bist so wunderschön...“ usw. Wir hören uns Lieder aus Eurer Heimat an! Ein Besucher stellt seine Boxen zur Verfügung, damit wir den Klang noch besser genießen können. Wir freuen uns auf einen musikalischen Nachmittag!



SCHWULEN
BERATUNG
BERLIN

VIelfalt LeBEN

„Couchgespräch +“

Offene Gruppe für schwule Männer mit Beeinträchtigungen

Moderation: Philipp Beyer und Jan Hanke

in den Räumen der Schwulenberatung

mittwochs von 14.00 bis 16.00 Uhr

----- **PROGRAMM Mai 2024** -----

(Änderungen möglich)

8.05. Ausflug: Mit der BVG-Fähre nach Kladow

Wir schippern gemütlich über den Wannsee nach Kladow und spazieren vor Ort, ggf. Kaffee trinken. Rückfahrt per Bus oder erneut mit der Fähre. Eine wunderschöne Erholungsfahrt und gratis, sofern Ihr eine BVG-Karte habt.

Treff: 13:00 Uhr in der Schwulenberatung Niebuhrstrasse 59/60 in Charlottenburg

15.05. Thema: Liebe

In der Gesprächsrunde möchten wir heute das faszinierende Thema Liebe gemeinsam erkunden. Was bedeutet Liebe für dich? Welche verschiedenen Arten von Liebe kennst du? Welche Erwartungen hast du an eine romantische Beziehung in Bezug auf Liebe? Wir nutzen den Wonnemonat Mai, um unseren Frühlingsgefühlen freien Lauf zu lassen.

22.05. Programmplanung Juni/Juli (und wenn noch Zeit ist, besprechen wir ein aktuelles Thema)

29.05. Thema: Unsere Problemlösestrategien

In der heutigen Welt ist es oft unvermeidlich, dass wir auf Probleme stoßen. Wie wir jedoch mit diesen Problemen umgehen, kann einen großen Unterschied machen. Welche Problemlösestrategien haben Dir geholfen oder wie gehst Du mit schwierigen Situationen um? Durch den gemeinsamen Austausch erlangen wir gemeinsam einen größeren Werkzeugkoffer mit Lösungen!