

Gesprächskreis Anders Altern für schwule und bisexuelle Männer

Montags, 14:00 bis 16:15 Uhr, Madame Wodé Raum, Schwulenberatung Berlin,
Gotenstr. 51, 10829 Berlin.
Bitte Außentermine beachten!

09. März:

Erfüllte Sexualität im Alter

Über Sexualität im Alter wird allgemein nicht viel gesprochen. LSBTI*-Menschen im Alter sind oft weniger sichtbar als ältere Heterosexuelle. Daher ist es nicht überraschend, dass Sexualität bei älteren LSBTI*-Personen in der öffentlichen Wahrnehmung so gut wie nicht vorkommt. Die Gesellschaft zeigt uns täglich, worauf Wert gelegt wird: Potenz, Vitalität und Erscheinungsbild. Wir sprechen heute darüber, was das alles mit uns als älteren schwulen und bisexuellen Männern macht. Wir diskutieren über unser Verhältnis zu unseren Körpern und darüber, wie sich unsere Wünsche im Laufe der Zeit verändert haben (oder auch erhalten geblieben sind) und was uns wichtig ist. Wir möchten darüber diskutieren, was ein erfülltes Sexualleben bedeutet und wie wir es erlangen bzw. ausleben können.

16. März:

Selbstbestimmtes Sterben

(Vorwarnung: dieses Thema könnte starke Emotionen auslösen)

Mit zunehmendem Alter machen sich viele von uns vermehrt Gedanken über die eigene Sterblichkeit. Oft sind Informationen und Wissen gute Mittel gegen Verunsicherung und Angst. Heute sprechen wir über Selbstbestimmung in den letzten Lebenstagen, über unsere Gedanken zur rechtlichen Lage und die Möglichkeiten, eigene Entscheidungen für ein würdevolles Lebensende zu treffen.

23. März:

Filmvorstellung und Gespräch mit dem Filmemacher: *Growing Wild (2025)* & *Wood for the Trees (2023)*

Heute schauen wir uns gemeinsam zwei Kurzfilme von Rob Crosse an, der regelmäßig am Gesprächskreis teilnimmt. Es geht um Robs Filme *Growing Wild (2025)*, 24 Min. und *Wood for the Trees (2023)*, 14 Min., die über Bewohner*innen im Lebensort Vielfalt gedreht wurden. Rob wird über seine Arbeit als Künstler mit der Gruppe diskutieren.

30. März:

Kochen und Ernährung

Heute beschäftigt sich der Gesprächskreis mit den Themen Kochen und Ernährung. Wir diskutieren, ob sich unsere Einstellung zur Ernährung im Laufe der Jahre verändert hat und ob wir Gefallen am Kochen finden. Wie gehen wir mit Essen um? Geht es uns beim Kochen um Kalorien, Genuss oder Gesundheit? Oder ist es für uns eine eher lästige Notwendigkeit? Wir besprechen unsere Gedanken zu Essen, Ernährung und der leiblichen Versorgung und teilen Erfahrungen, Einstellungen und Tipps miteinander.

06. April:

Ostermontag – fällt aus

13. April:

Filmvorstellung und Gespräch mit dem Filmemacher: *Ich kenn keinen – Allein unter Heteros*(2003)

Gemeinsam schauen wir uns den preisgekrönten Dokumentarfilm, „Ich kenn keinen – Allein unter Heteros“ (2003) an. Anschließend sprechen wir mit dem Regisseur Jochen Hick über seinen Film, der unter anderem einen Teddy bei der Berlinale 2003 gewann. Der Film zeigt den Alltag einiger homosexueller Menschen, die auf dem Land leben – überwiegend in Baden-Württemberg.

20. April:

Trauer und Abschiedsprozesse – Teil I

(Vorwarnung: dieses Thema könnte starke Emotionen auslösen)

Heute findet der erste Teil des Gespräches zu Trauer und Abschiedsprozessen statt. Wir wollen heute unter uns beim Gesprächskreis über unsere Erfahrungen mit Trauer, mit Abschiedsprozessen, und unseren Emotionen dazu sprechen.

27. April:

Trauer und Abschiedsprozesse – Teil II – mit Gast

(Vorwarnung: dieses Thema könnte starke Emotionen auslösen)

Heute findet der zweite Teil des Gesprächs über Trauer und Abschiedsprozesse statt. Zu Gast ist Jan S. Möllers von Memento: Kultur Trauer e. V.. Jan wird mit uns über das Trauern und Möglichkeiten, mit Verlusten zu leben, sprechen.