

HERZENS LUST



JAHRESPROGRAMM
2021

KONTAKT

Bei Fragen zu Herzenslust, zu den Trainings und Fachveranstaltungen oder zu Möglichkeiten, dich engagieren zu können, wende dich bitte an:

Marcel Dams

Schwule | Prävention

Fon 0221 925996-24 | marcel.dams@nrw.aidshilfe.de

Patrick Orth

Herzenslust NRW

Fon 0221 925996-19 | patrick.orth@nrw.aidshilfe.de

Markus Schmidt

Öffentlichkeitsarbeit

Fon 0221 925996-12 | markus.schmidt@nrw.aidshilfe.de



Das letzte Jahresprogramm von Herzenslust NRW haben wir wie folgt eingeleitet: „2020 wird ein besonderes Jahr für Herzenslust: Wir werden 25 Jahre!“ Es war tatsächlich ein besonderes Jahr, aber nicht so, wie wir es ans anfangs gedacht hatten. Wir konnten uns und die zahlreichen Haupt- und Ehrenamtlichen aus ganz Nordrhein-Westfalen leider nicht so feiern, wie es angemessen gewesen wäre.

Vieles von dem, was die Corona-Pandemie mit sich brachte, wird uns weiterhin beschäftigen. Das fängt damit an, dass wir gar nicht wissen, was auf uns als Gesamtgesellschaft zukommt. Wie sieht die Szene, mit und in der wir arbeiten, nach den Einschränkungen und Belastungen aus? Welche Auswirkungen haben die Abstands- und Hygieneregeln langfristig auf schwule Sexualität?

Eine grundlegende Haltung der Herzenslust Arbeit war schon immer, die Sexualität von Schwulen und anderen Männern, die Sex mit Männern (MSM) haben, von Tod, Sterben und Angst zu befreien. Die bewusste Betonung auf Lust, brachte für die Community ein lang verloren gegangenes Gefühl zurück. Lust am Sex ohne moralischen Zeigefinger und die Beteiligung unserer Zielgruppe, ob mit oder ohne HIV, sind die Eckpfeiler der Präventionsarbeit von Herzenslust.

Wir haben im letzten Jahr bewiesen, dass wir für unsere Zielgruppe da sind und uns mit Menschen solidarisch zeigen, die sich nicht immer „regelkonform“ verhalten.



Auch in 2021 werden wir dafür sorgen, dass Menschen sich körperlich und lustvoll begegnen können und dürfen. Wir machen uns dafür stark, sich - nach den veränderten Voraussetzungen aus dem vergangenen Jahr – wieder sinnlich auszuleben und setzen uns dafür ein, dass genussvoller Sex nicht unter den möglicherweise verinnerlichten Abstands- und Hygieneregeln leidet.

Die Herzenslust Teams in Bielefeld, Bochum, Bonn, Dortmund, Düsseldorf, Duisburg, Essen, Hagen, Köln, Münster, Paderborn, Unna und Wuppertal stehen bereit, um schwule Szene mitzugestalten und kompetente Ansprechpartner für Sex, Szene und die Gesundheit von Schwulen und anderen MSM zu sein. Das alles in verschiedenen Settings, wie unseren „Beratung und Test“ Angeboten, der virtuellen Prävention im Social Media Bereich oder beim „Gay Health Chat“ der Deutschen Aidshilfe; und auch durch Beteiligung an den CSDs und Straßenfesten in ganz Nordrhein-Westfalen, durch Kooperationen mit Szenebetreiber*innen und nicht zuletzt durch eigene Communityangebote, die besonders dort gebraucht und geschätzt werden, wo es kaum andere Orte und Räume für unsere Zielgruppe gibt.

Auch thematisch bleibt die Arbeit von Herzenslust vielfältig. Safer Sex 3.0, HIV-Test und STI Checks, sexuelle Bildung und Gesundheit, Substanzkonsum, Migration, Sexarbeit, Coming Out, älter werden mit und ohne HIV, Vielfalt und Akzeptanz verschiedener Lebensstile, flächendeckende Versorgung sowie das Eintreten für eine solidarische Gesellschaft sind nur ein Ausschnitt aus den Themen, die sich in der Szene und somit auch in den Angeboten von Herzenslust widerspiegeln.



Auf den folgenden Seiten sind zahlreiche Möglichkeiten zu finden, sich weiterhin oder neu in die Arbeit von Herzenslust einzubringen und diese mitzugestalten. Wir freuen uns auf eine rege Teilnahme an unseren Veranstaltungen.

Einladungen und Ausschreibungen mit ausführlicheren Informationen zu den jeweiligen Veranstaltungen werden ca. vier Wochen vorher per Mail versandt. Interessierte, die bisher noch keine Veranstaltung besucht haben, wenden sich bitte per Mail an die entsprechenden Kontaktpersonen der jeweiligen Veranstaltungsangebote.

Danke an alle, die Herzenslust möglich gemacht haben und auch weiterhin möglich machen!





SAFER SEX 3.0
EINE KAMPAGNE VON HERZENSLUST NRW

TERMINE 2021

20. Februar 2021
10.00 bis 17.00 Uhr

Landesarbeitsgemeinschaft Schwule | Herzenslust NRW
ZOOM-Konferenz

Für Koordinator*innen der Herzenslustgruppen aus NRW, Ehrenamtliche sowie Multiplikator*innen.

Im Mittelpunkt der Veranstaltung stehen die Vernetzung und der Fachaustausch zu aktuellen Themen auf Landesebene. Neben der Jahresplanung 2021 werden u. a. der landesweite CSD-Auftritt von Herzenslust, die Gesundheitswochen und der Einfluss von Abstands- und Hygieneregeln in der Coronapandemie auf den sexuellen Alltag schwuler Männer Themen sein.

Anmeldung und Kontakt: marcel.dams@nrw.aidshilfe.de





SAFER SEX 3.0
EINE KAMPAGNE VON HERZENSLUST NRW

TERMINE
2021

5. März 2021

12.00 bis 17.00 Uhr

Fachgespräch „Schwule & Alter“

Veranstaltungsort wird noch bekannt gegeben

TERMINE

Für Ehren- und Hauptamtliche aus NRW, die in der LSBTTIQ*-Senior*innenarbeit aktiv sind, sowie Multiplikator*innen und Interessierte.

Das Fachgespräch dient dem Austausch der Akteur*innen im Bereich der LSBTTIQ*-Senior*innenarbeit. Neben der Vernetzung gibt es einen Impuls zu einem Schwerpunktthema und es wird analysiert, welche Themen und Entwicklungen für die zukünftige Arbeit wichtig sind oder werden könnten.

Anmeldung und Kontakt: patrick.orth@nrw.aidshilfe.de





SAFER SEX 3.0
EINE KAMPAGNE VON HERZENSLUST NRW

TERMINE 2021

6. März 2021
10.00 bis 17.00 Uhr
Update-Tag Präventionsberatung
Bochum

Für Ehren- und Hauptamtliche von Herzenslust, die in HIV-Testprojekten oder im Gay Health Chat beraten.

Das Seminar setzt sich mit aktuellen Entwicklungen und Erkenntnissen der HIV- und STI-Prävention auseinander. Neben dem Erfahrungsaustausch und kollegialer Beratung steht die Vermittlung von Beratungstechniken und Fallbeispielen im Vordergrund. Referenten sind Arne Kayser (Aidshilfe Bochum) und Patrick Orth (Aidshilfe NRW).

Anmeldung und Kontakt: patrick.orth@nrw.aidshilfe.de





SAFER SEX 3.0
EINE KAMPAGNE VON HERZENSLUST NRW

TERMINE 2021

13. März 2021

10.00 bis 17.00 Uhr

Hepatitis-Training: Impfung, Testung, Behandlung
Düsseldorf

Für Ehren- und Hauptamtliche in der Prävention mit und rund um Herzenslust.

Neben der HIV- und Aidsprävention war die Hepatitisprävention immer schon ein relevantes Thema der Aidshilfearbeit in Deutschland. Denn ein erheblicher Teil der Zielgruppen der HIV-Prävention ist auch von Hepatitis betroffen. In einem Input-Vortrag werden alle wichtigen Informationen zu Hepatitis A, B, und C vermittelt, auf deren Grundlage wir in Gruppenarbeiten Aufträge und Botschaften für die Präventionsarbeit von Herzenslust entwickeln wollen. Referenten sind Rainer Rybak (Gesundheitstrainer für Menschen mit HIV, Köln) und Patrick Orth (Aidshilfe NRW).

Anmeldung und Kontakt: patrick.orth@nrw.aidshilfe.de





SAFER SEX 3.0
EINE KAMPAGNE VON HERZENSLUST NRW

TERMINE 2021

26. bis 28. März 2021
18.00 Uhr (Freitag) bis 17.00 Uhr (Sonntag)
Basistraining Herzenslust
Frankfurt am Main

Für Ehren- und Hauptamtliche in der Prävention mit und rund um Herzenslust.

Das Herzenslust-Basistraining informiert über die Entwicklung der Aidshilfearbeit und HIV-Prävention in Deutschland. Hier werden die Werte und Haltungen von Herzenslust vermittelt und diskutiert. Des Weiteren werden Kenntnisse zu Übertragungswegen und Symptomen von HIV und anderen STIs erläutert. Ferner werden Methoden der Verhaltens- und Verhältnisprävention sowie Verbindungen zwischen Primär- und Sekundärprävention beschrieben. Das Training individueller Kommunikationsfähigkeiten und die Möglichkeit zur Auseinandersetzung mit eigenen Grenzen runden das Programm ab. Referenten sind Rainer Rybak (Gesundheitstrainer für Menschen mit HIV, Köln) und Patrick Orth (Aidshilfe NRW).

Anmeldung unter: seminar.aidshilfe.de
Kontakt: simon.herchenbach@dah.aidshilfe.de





SAFER SEX 3.0
EINE KAMPAGNE VON HERZENSLUST NRW

26. bis 28. März 2021
16.00 Uhr (Freitag) bis 12.00 Uhr (Sonntag)
Fachseminar Onlinekommunikation
Nürnberg

Für Berater*innen aus dem Gay Health Chat und der Onlineberatung.

Zwei Beratungsangebote der Aidshilfen finden ausschließlich virtuell statt: die Onlineberatung und das Peer-Projekt Gay Health Chat. Hier müssen Berater*innen nicht nur mit den technischen Anforderungen vertraut sein; die Kommunikation über geschriebene Sprache, der Stellenwert bestimmter Ausdrucksweisen sowie das Fehlen von Körperlichkeit und Sinneseindrücken stellen zudem besondere Herausforderungen für die Beratung dar. Das Seminar vermittelt grundlegendes Wissen für die Beratung im Netz. Neben Strukturierungshilfen für die Onlinekommunikation stehen der Umgang mit schwierigen Situationen und Notfällen im Chat, die Selbstfürsorge, rechtliche Rahmenbedingungen sowie Datenschutz im Mittelpunkt. Für Neueinsteiger*innen ist diese Schulung Voraussetzung für die Mitarbeit sowohl in der Onlineberatung als auch beim Gay Health Chat. Erfahrene Mitarbeiter*innen beider Projekte, die ihre Kenntnisse auffrischen wollen, sind ebenfalls willkommen.

Anmeldung: bis zum 4. März 2021 unter seminar.aidshilfe.de
Kontakt: klaus.purkart@dah.aidshilfe.de





SAFER SEX 3.0
EINE KAMPAGNE VON HERZENSLUST NRW

10. April 2021
10.00 bis 17.00 Uhr
Ein Tag mit Herzenslust
Dortmund

Für Ehren- und Hauptamtliche in der Prävention mit und rund um Herzenslust.

Menschen mit Rassismuserfahrung, Migrationsbiografie oder Fluchterfahrung sind Teil der Zielgruppe in der Arbeit von Herzenslust. Häufig kommt es bei ihnen zu Mehrfachdiskriminierungen: Menschen erleben z. B. Diskriminierungen aufgrund von Herkunft und ihrer sexuellen Identität. Dies hat Auswirkungen auf das Gelingen der Prävention. Wie können wir individuellen und systemischen Rassismus stoppen und die Ängste, die mit Rassismus zusammenhängen, erkennen? Mit theoretischen Inputs, Einzel- und Gruppenarbeiten wollen wir uns dem Thema Rassismus widmen und Rückschlüsse auf unsere Arbeit ziehen. Referent*innen sind Dahlia Al Nakeeb (Re_Struct, IDA-NRW) und Patrick Orth (Aidshilfe NRW).

Anmeldung und Kontakt: patrick.orth@nrw.aidshilfe.de



TERMINE
2021

17. April 2021
10.00 bis 17.00 Uhr
Runder Tisch „kreativ präventiv“
Köln

TERMINE

Für Ehren- und Hauptamtliche aus dem landesweiten Herzenslust-Projekt, interessierte und engagierte schwule, bisexuelle und queere Jungs und Männer sowie Multiplikator*innen.

Im Herbst 2021 werden wir uns dem Themenschwerpunkt Gesundheit widmen. Beim Runden Tisch wollen wir Ergebnisse verschiedener Arbeitsgruppen zusammentragen, die in den letzten Monaten an Inhalten und möglichen Formen der Umsetzung gearbeitet haben. Gemeinsam wollen wir entwickeln, welche Botschaften und Aussagen wichtig sind und mit welchen Angeboten sich die regionalen Herzenslustprojekte an den Themenwochen beteiligen können.

Anmeldung und Kontakt: marcel.dams@nrw.aidshilfe.de



TERMINE 2021

7. bis 9. Mai 2021

16.00 Uhr (Freitag) bis 12.00 Uhr (Sonntag)

Bundesweiter Erfahrungsaustausch für Health Supporter
München

Für Berater*innen aus dem Gay Health Chat.

Im Vordergrund der Veranstaltung stehen die Vernetzung und der fachliche Austausch auf Bundesebene. Neben kollegialer Beratung und Fallbesprechungen stehen aktuelle Themen aus der HIV- und STI-Prävention auf dem Programm. Durch die Veranstaltung führt Klaus Purkart (Deutsche Aidshilfe).

Anmeldung: bis zum 15. April 2021 unter seminar.aidshilfe.de

Kontakt: klaus.purkart@dah.aidshilfe.de



TERMINE
2021

11. Juni 2021

Einstieg 17.45 Uhr, Abfahrt 18.00 Uhr, Ende 22.00 Uhr

Wir sind 25: XXelle und Herzenslust an Bord!

Köln

Für Ehren- und Hauptamtliche aus den landesweiten Projekten Herzenslust und XXelle sowie Multiplikator*innen.

Die Landesarbeitsgemeinschaft Frauen und HIV/Aids in NRW und das Herzenslustprojekt machen gemeinsame Sache auf dem Rhein. Beide Projekte arbeiten seit über 25 Jahren für ihre Zielgruppen und das wird heute gewürdigt. Gemeinsam sind wir an Bord und nehmen uns Zeit für Anekdoten, Austausch und Networking. Die Einladung zu diesem Event erreicht die Projekte und Beteiligten im Frühjahr 2021.

Anmeldung und Kontakt: marcel.dams@nrw.aidshilfe.de
und petra.hielscher@nrw.aidshilfe.de



TERMINE 2021

3. Juli 2021

13.00 Uhr

CSD-Empfang des Schwulen Netzwerks und der Aidshilfe NRW
Köln

Für Ehren- und Hauptamtliche aus dem landesweiten Herzenslust-Projekt, interessierte und engagierte schwule, bisexuelle und queere Jungs und Männer sowie Multiplikator*innen.

Am Anfang im Tanzsaal des SchULZ, später im Media-Park, schließlich im Gürzenich, der besten Stube der Stadt Köln. Im Rahmen des Empfangs verleiht das Schwule Netzwerk NRW den Preis DIE KOMPASSNADEL. Nach dem festlichen Programm gibt es für die Gäste die Gelegenheit, bei einem kleinen Umtrunk miteinander ins Gespräch zu kommen, alte Kontakte aufzufrischen und neue zu knüpfen.

Anmeldung und Kontakt: guido.schlimbach@nrw.aidshilfe.de
und markus.schmidt@nrw.aidshilfe.de





SAFER SEX 3.0

EINE KAMPAGNE VON HERZENSLUST NRW

TERMINE 2021

4. Juli 2021

11.00 Uhr

Landesweiter Herzenslust-Auftritt - Demoparade im Rahmen des ColognePride Köln

Für Ehren- und Hauptamtliche aus dem landesweiten Herzenslust-Projekt, interessierte und engagierte schwule, bisexuelle und queere Jungs und Männer sowie Multiplikator*innen.

Herzenslust präsentiert sich auch in dieser CSD-Saison in kreativen Outfits und mit passenden Botschaften rund um das Thema Sex. In den vergangenen Jahren waren weit über hundert Ehren- und Hauptamtliche mit dabei. Auch in diesem Jahr informiert Herzenslust also die Besucher*innen des ColognePride.

Konzeption und Koordination: Rainer Rybak, Christoph Klaes, Christopher Tocha und Danny Frede (Aidshilfe Köln), Marcel Dams, Patrick Orth und Markus Schmidt (Aidshilfe NRW)

Anmeldung und Kontakt: marcel.dams@nrw.aidshilfe.de und patrick.orth@nrw.aidshilfe.de



TERMINE
2021

9. Juli 2021

10.00 bis 17.00 Uhr

Landesarbeitsgemeinschaft Schwule | Herzenslust NRW

Düsseldorf

TERMINE

Für Koordinator*innen der Herzenslustgruppen aus NRW, Ehrenamtliche sowie Multiplikator*innen.

Im Vordergrund der Veranstaltung stehen die Vernetzung und der Fachaustausch auf Landesebene. Themenschwerpunkt ist die Projektvorstellung für die ZSP-Anträge 2022.

Anmeldung und Kontakt: marcel.dams@nrw.aidshilfe.de



TERMINE 2021

27. August 2021

12.00 bis 17.00 Uhr

Fachgespräch „jung & schwul“ mit Herzenslust

Bonn

Für Ehren- und Hauptamtliche aus dem landesweiten Herzenslust-Projekt, Youthworker*innen, Kolleg*innen aus den LSBTTIQ*-Beratungseinrichtungen und interessierte Jugendliche.

Das Fachgespräch dient dem Austausch der Akteur*innen im Bereich Youthwork und Beratung von LSBTTIQ*-Jugendlichen. Neben der Vernetzung gibt es einen Impuls zu einem Schwerpunktthema und es wird analysiert, welche Themen und Entwicklungen für die zukünftige Arbeit wichtig sind oder werden könnten.

Anmeldung und Kontakt: patrick.orth@nrw.aidshilfe.de





SAFER SEX 3.0
EINE KAMPAGNE VON HERZENSLUST NRW

TERMINE 2021

4. bis 5. September 2021

10.00 Uhr (Samstag) bis 15.00 Uhr (Sonntag)

Ein Wochenende mit Herzenslust | Workshop zu aktuellen Themen aus der Prävention

Essen

Für Ehren- und Hauptamtliche aus dem landesweiten Herzenslust-Projekt, interessierte und engagierte schwule, bisexuelle und queere Jungs und Männer sowie Multiplikator*innen.

Das Thema unseres Workshop-Wochenendes leitet sich im Laufe des Jahres aus aktuellen Erkenntnissen der Präventionsforschung oder Entwicklungen innerhalb der Community ab. Über den Inhalt der zwei Veranstaltungstage informieren wir rechtzeitig im Newsletter und auf herzenslust.de.

Anmeldung und Kontakt: marcel.dams@nrw.aidshilfe.de





SAFER SEX 3.0
EINE KAMPAGNE VON HERZENSLUST NRW

TERMINE 2021

24. bis 26. September 2021

16.00 Uhr (Freitag) bis 12.00 Uhr (Sonntag)

Bundesweiter Erfahrungsaustausch für Health Supporter
Köln

Für Berater*innen aus dem Gay Health Chat.

Im Vordergrund der Veranstaltung stehen die Vernetzung und der fachliche Austausch auf Bundesebene. Neben kollegialer Beratung und Fallbesprechungen stehen aktuelle Themen aus der HIV- und STI-Prävention auf dem Programm. Durch die Veranstaltung führt Klaus Purkart (Deutsche Aidshilfe).

Anmeldung: bis zum 26. August 2021 unter seminar.aidshilfe.de

Kontakt: klaus.purkart@dah.aidshilfe.de



9. Oktober 2021
10.00 bis 17.00 Uhr
Ein Tag mit Herzenslust
Köln

Für Ehren- und Hauptamtliche in der Prävention mit und rund um Herzenslust.

Zurück auf Los? Mit Beginn der COVID-19 Pandemie hat sich für viele Schwule und andere MSM das soziale, aber auch das sexuelle Leben stark, mitunter schockartig, verändert. Die Aussicht auf verschiedene Impfstoffe haben uns Ende letzten Jahres einen hoffnungsvollen Blick auf das Jahr 2021 erlaubt. Im Herbst wollen wir uns einen Tag lang einem Rückblick auf unsere bisherige Arbeit in der Pandemie widmen, aber vor allem auch einen Blick nach vorne werfen. Oft wird davon gesprochen „Corona als Chance“ zu begreifen, aber welche Erkenntnisse und Aufträge für eine adäquate Präventionsarbeit ergeben sich aus der Pandemie für Herzenslust? Was nehmen wir mit und was lassen wir zurück? Das Format beinhaltet einen theoretischen Input und interaktiven Teil, in dem alle ihre eigene Sichtweise einbringen und reflektieren können. Referenten sind Marco Kammholz (Sexualpädagoge GSP) (angefragt) und Patrick Orth (Aidshilfe NRW).

Anmeldung und Kontakt: patrick.orth@nrw.aidshilfe.de



TERMIN
2021

23. Oktober 2021

10.00 bis 17.00 Uhr

Landesarbeitsgemeinschaft Schwule | Herzenslust NRW
Dortmund

TERMIN
2021

Für Koordinator*innen der Herzenslustgruppen aus NRW, Ehrenamtliche sowie Multiplikator*innen.

Im Vordergrund der Veranstaltung stehen die Vernetzung und der Fachaustausch zu aktuellen Themen auf Landesebene. Neben einem Ausblick auf 2022 werden wir uns einem inhaltlichen Schwerpunktthema widmen, welches sich aus der aktuellen Präventionsarbeit ergibt.

Anmeldung und Kontakt: marcel.dams@nrw.aidshilfe.de



TERMINE
2021

6. November 2021
10.00 bis 17.00 Uhr
Fachtreffen Gay Health Chat NRW
Essen

Für Berater*innen aus dem Gay Health Chat in Nordrhein-Westfalen.

Im Vordergrund der Veranstaltung stehen die Vernetzung und der fachliche Austausch auf Landesebene. Neben kollegialer Beratung und Fallbesprechungen stehen aktuelle Themen aus der HIV- und STI-Prävention auf dem Programm.

Anmeldung und Kontakt: patrick.orth@nrw.aidshilfe.de



TERMINE 2021

12. bis 14. November 2021

16.00 Uhr (Freitag) bis 12.00 Uhr (Sonntag)

Bundesweiter Erfahrungsaustausch für Health Supporter
Frankfurt am Main

Für Berater*innen aus dem Gay Health Chat.

Im Vordergrund der Veranstaltung stehen die Vernetzung und der fachliche Austausch auf Bundesebene. Neben kollegialer Beratung und Fallbesprechungen stehen aktuelle Themen aus der HIV- und STI-Prävention auf dem Programm. Durch die Veranstaltung führt Klaus Purkart (Deutsche Aidshilfe).

Anmeldung: bis zum 14. Oktober 2021 unter seminar.aidshilfe.de

Kontakt: klaus.purkart@dah.aidshilfe.de





SAFER SEX 3.0
EINE KAMPAGNE VON HERZENSLUST NRW

TERMINE 2021

1. Dezember 2021
ganztäglich
Welt-Aids-Tag
in ganz NRW

Für Koordinator*innen der Herzenslustgruppen aus NRW, Ehrenamtliche sowie Multiplikator*innen.

Wir wünschen viel Erfolg bei allen Events, Infoveranstaltungen und Spendensammelaktionen rund um den diesjährigen Welt-Aids-Tag.

Kontakt: guido.schlimbach@nrw.aidshilfe.de





SAFER SEX 3.0
EINE KAMPAGNE VON HERZENSLEIST NRW

Herausgeberin

Aidshilfe NRW e.V.

Lindenstraße 20 · 50674 Köln

Fon 0221 925996-0 · Fax 0221 925996-9

info@nrw.aidshilfe.de · nrw.aidshilfe.de

Redaktion

Marcel Dams und Patrick Orth

Layout und Satz

Markus Schmidt

Druck

Druckhaus Süd Köln | © Januar 2021

Fotos

Danny Frede

Gefördert vom

**Ministerium für Arbeit,
Gesundheit und Soziales
des Landes Nordrhein-Westfalen**



HERZENSLUST

Um regelmäßig aktuelle Informationen rund um das Thema schwule Prävention von und mit Herzenslust zu erhalten, informiere dich einfach auf herzenslust.de und abonniere unseren Newsletter. Weitere Infos zu unseren Aktionen findest du auch unter facebook.com/herzenslustNRW.