

# Jahres bericht 2024

Editorial

# Gemeinsam sichtbar, gemeinsam stark

## Liebe Leser:innen

Das Jahr 2024 hat erneut gezeigt, wie wichtig Solidarität, Aufklärung und Prävention sind – nicht nur für Menschen mit HIV und anderen sexuell übertragbaren Infektionen, sondern auch für die queere Community und deren Gesundheit.

Queere Menschen stehen vor vielen Herausforderungen wie Diskriminierung und fehlenden sicheren Räumen. Das Projekt queergr wurde ins Leben gerufen, um queere Menschen in unserem Kanton zu vernetzen, zu stärken und sichtbar zu machen. Dank Zusammenarbeit mit Vereinen, Fachstellen und engagierten Fachleuten konnten niederschwellige Beratungsangebote ausgebaut und Räume für Begegnungen geschaffen werden. Erfreulicherweise kann das mit grossem Einsatz aufgebaute Projekt queergr dank gesichertem Sponsoring 2025 weitergeführt werden – ein wertvoller Beitrag für eine inklusivere Gesellschaft.

Die Aids-Hilfe Graubünden konnte ihr Testingangebot fortführen. Dank der Niederschwelligkeit erreichten wir Menschen aus dem gesamten Kanton, diagnostizierten sexuell übertragbare Infektionen und leiteten Betroffene weiter. Ein weiterer Schwerpunkt unserer Arbeit ist die Beratung zu HIV/AIDS, sexuellen Risiken, queeren Themen und Sexarbeit. Die steigende Zahl an Beratungen von Sexarbeitenden zeigt den wachsenden Bedarf. Die ahgr setzt sich weiterhin für deren Rechte und Schutz ein.

Chemsex blieb 2024 eine Herausforderung, insbesondere für bestimmte Schlüsselgruppen. Prävention und Risikominimierung bleiben daher wichtige Aufgaben für die Fachstelle.

Auch unsere Präsenz an öffentlichen Anlässen in Graubünden trug zur Förderung der sexuellen Gesundheit und Selbstbestimmung bei. Besonders wirkungsvoll sind unsere sexualpädagogischen Einsätze an Schulen und Institutionen.

Im Vorstand verlief die Zusammenarbeit erneut zielgerichtet und wohlwollend. Leider verlässt uns Marianna Hutter nach 18 Jahren engagierter und wertvoller Arbeit. Wir danken ihr herzlich.

Als Präsidentin der Aids-Hilfe Graubünden danke ich allen Mitarbeitenden, meinen Vorstandskolleg:innen, unseren Partnerorganisationen und Unterstützenden, die unsere Arbeit ermöglichen.



**Bettina Melchior**

Präsidentin Aids-Hilfe Graubünden



Aids-Hilfe Schweiz  
Aide Suisse contre le Sida  
Aiuto Aids Svizzero

**THAT'S  
IT!**



**«Mein Leben mit HIV ist  
Fakt, kein Problem.»**

[aids.ch/story](https://aids.ch/story)

# APiS

Wir sind vor Ort, in Studios, Bordellen und online unterwegs und haben Begegnungen mit rund 300 Menschen aus unterschiedlichsten Ländern, mit unterschiedlichen Altersgruppen und Kulturen, mit verschiedensten Glaubensrichtungen und Geschlechtervielfalt. Sexarbeit ist ein Teil unserer Gesellschaft, auch in Graubünden.

Sexarbeit ist vielfältig. Es gibt nicht die sexarbeitende Person.

Sexarbeit ist Arbeit

Entstigmatisierung ist ein Schritt, die Rechte der Sexarbeitenden zu stärken.

Zwangsprostitution ist Menschenhandel und hat nichts mit Sexarbeit zu tun.

## Wir beraten...

... rund um sexuelle Gesundheit

... bei sozialrechtlichen Themen

## Sexarbeit

Infos zur legalen Arbeit in der Schweiz:  
[legalwork.procore-info.ch](http://legalwork.procore-info.ch)



# Testing

Das Testing-Angebot erreicht noch nicht so viele Menschen, wie wir möchten – aber mehr als im Vorjahr. Idealerweise sollte Testing regelmässig stattfinden: Wer sexuell aktiv ist, sollte sich zwischendurch testen lassen. Wie oft und auf welche sexuell übertragbaren Infektionen, finden wir gemeinsam heraus. Ein Termin bringt fast immer Erleichterung – auch bei einem positiven Befund, denn eine Therapie führt zurück zur Normalität und verhindert weitere Ansteckungen.





2024 wurden in der Schweiz noch über 300 neue HIV-Fälle diagnostiziert. Wer sich um seine Gesundheit kümmert, hilft, diese unnötigen Übertragungen zu stoppen. Ziel: keine neuen Fälle bis 2030.



192 Menschen zum Testing begrüsst

17 positive Ergebnisse auf STI (nicht HIV)

**Ob Routine, neue Beziehung oder Unsicherheit nach einer sexuellen Begegnung: Ein Test bei uns bringt dich immer weiter – und unglaublich schnell:**

-  **Online Termin vereinbaren**  
5 Minuten
-  **Anonymen Fragebogen ausfüllen**  
5 Minuten
-  **Beratung, Fragen klären**  
10 Minuten
-  **Blutentnahme und/oder Abstriche**  
5 Minuten

... und bereits nach 15 Minuten (oder 2–3 Tagen) gibt dir ein Testergebnis Sicherheit, ein gutes Gefühl, Mehrwissen, Mehrwert, mehr Freude am Sex, Gewissheit, besseres Selbstvertrauen, Zufriedenheit, Gesundheit, ...

# queergr

Die ahgr setzt mit queergr ein Zeichen für Veränderung. queergr ist ein Pilotprojekt, das queere Personen vernetzt, queerfreundliche Angebote in GR sichtbarer macht und niederschwellige Peerberatung und kostenlose Fachberatung anbietet.

«Es fällt mir noch schwer, darüber zu reden, aber es ist schön zu wissen, dass sich Menschen für Nicht-Heteronormative einsetzen.» Betroffene Person in der Fachberatung queergr

## Unsere Projekte

### Testinangebot an der Khur Pride

Die Khur Pride stand unter dem Motto «Queerbünda gründa»: Gemeinsam symbolisch ein neues Graubünden gründen – ein Graubünden, in welchem queere Stimmen nicht nur gehört, sondern auch in ihrer Vielfalt verstanden werden. Der grosse Einsatz des Vereins Khur Pride und des Testingteams der ahgr hat sich gelohnt. Rund 800 Personen haben die zweite Khur Pride besucht und Queersein als Bereicherung in Graubünden gefeiert!



«Mir geht es wieder gut, aber ich vermisse queere Personen in meinem Umfeld. Ich habe mich auf eurer Website informiert und möchte Queer Peer werden.» Anfrage Peerberatung queergr

## Queer Future



Die Frage «Was brauchen queere Menschen, insbesondere die queere Jugend von Graubünden?» stand im Jahr 2024 im Fokus. Deshalb wurde gemeinsam mit jugend.gr, der Stadt Chur und dem Gesundheitsamt GR die Arbeitsgruppe Queer Future gegründet.



«Herzlichen Dank für deine spannenden Ausführungen bei der Queer-Altern-Veranstaltung – dein Engagement, deine Kompetenz und deine Einfühlsamkeit sind grossartig!»  
Fachveranstaltung queer Altern in Lavin

# queergr Peers

Peer-to-Peer Beratung bietet einen niederschweligen Austausch mit dem Ziel, Betroffene zu stärken und mit anderen zu vernetzen. Das Angebot findet Anklang und viele tauschen sich gemeinsam aus oder wollen sogar selbst Peer werden.

Unsere Peers stellen sich vor! Wenn du mehr über unser Angebot und unsere Peers erfahren möchtest, besuche unsere Website: [queergr.ch](http://queergr.ch)



## Johanna (sie/ihr)

Hoi, ich bin Johanna, 19 Jahre alt und lesbisch. Ich bin in einem konservativen Umfeld ohne queere Vorbilder aufgewachsen und kannte lange niemanden, der geoutet lebt. Falls du Austausch suchst, melde dich gern.

## Bianca (sie/ihr)

Hey, ich bin Bianca, Jahrgang 1992, und lebe in einem Bündner Dorf. Als lesbische Frau kenne ich die Herausforderungen und schönen Seiten des queeren Lebens auf dem Land. Hast du Fragen? Dann schreib mir – ich freue mich!



## Nicole (sie/ihr)

Ich bin Nicole, lebe in einem kleinen Bündner Dorf und bin lesbisch. Falls du dich über das Lesbischsein austauschen möchtest, schreib mir gern.

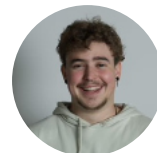


## Nic (er/keine)

Hey, ich bin Nic, 1998 geboren, schwul und genderqueer. Ich studiere Soziale Arbeit und bin in einem Bündner Dorf aufgewachsen. Hast du Fragen zu Orientierung oder Geschlecht? Dann melde dich.

## Gino (er/ihm)

Ich bin Gino, ein bodenständiger Transmann mit viel Lebensfreude aus Graubünden. Wenn du Fragen zum Transsein hast, melde dich gern.



## Dolores (sie/ihr)

Mir liegt es am Herzen, trans\* Personen und Angehörige zu unterstützen. Der erste Schritt, um Hilfe zu holen, ist oft der schwerste. Durch eigene Erfahrungen kann ich dich verstehen und deine Fragen beantworten.

## Markus (er/ihm)

Hallihallo, ich bin Markus, Jahrgang 1977, schwul und im Untertoggenburg aufgewachsen. Ich arbeite seit fast 20 Jahren bei der Aids-Hilfe Graubünden. Hast du Fragen? Dann schreib einfach – nichts muss dir peinlich sein!



# Aufsuchende Präventionsarbeit

Ob wir an Open Airs oder am Churer Stadtfest präsent sind, Fragen beantworten und Kondome verteilen, ob bei sexualpädagogischen Einsätzen, bei unserem Theater «Brennendes Verlangen» im Rahmen der Aktionstage Psychische Gesundheit oder bei Mädchenpowerkursen im ganzen Kanton: Die Zielgruppen mögen unterschiedlich sein, die Ziele bleiben ähnlich. Prävention soll Menschen mittels Wissen in ihrer Selbstbestimmung stärken und sie befähigen, bewusste Entscheidungen zu treffen.

«Schön, dass ihr so was bei uns in Disentis macht! Oft geht vergessen, dass der Kanton östlich von Ilanz noch weiter geht», meinte ein Besucher des Theaters «Desideri ardent» in Disentis/Mustér.

Offen und vorurteilsfrei über Sexualität und sexuell übertragbare Infektionen zu reden, ist für viele Menschen immer noch sehr ungewohnt und schambefahlet.



«Ich hab mir in den Ferien in Spanien mal den Tripper geholt. Das war echt schmerzhaft und eklig [...] – das versaut einem im Nachhinein die ganzen Ferien!» Dieser Teilnehmer einer Präventionsveranstaltung zu sexuell übertragbaren Infektionen erreichte mit seiner detaillierten Schilderung viele Menschen.



«Es war schön zu sehen, dass jemand, der es in der Oberstufe auch eher schwierig hatte, jetzt so selbstbewusst da oben steht und von sich erzählt!», äusserte ein junges Mädchen über eine lesbische Teilnehmerin beim Podiumsgespräch anlässlich der Aktionstage Psychische Gesundheit.

«Brauche ich nicht, ich nehme die Pille», ist die häufigste Antwort junger Frauen, wenn wir Kondome verteilen.



# Sexualpädagogik

Sexuelle Bildung klärt auf über Infektionswege, Schutzmöglichkeiten und Notfallmassnahmen. Sie beseitigt Falschinformationen und vermittelt Werte wie Respekt, Wertschätzung und Verantwortung im Umgang mit sich selbst und anderen. Als Präventionsmassnahme leistet sie so einen wichtigen Beitrag sowohl zur individuellen als auch zur öffentlichen Gesundheit.

«Die Frau mit dem Lecktuch ist da!» Man kennt uns in der Justizvollzugsanstalt. 😊



Sexualität ist ein Lebens-  
thema, die Bedürfnisse und  
Fragen sind je nach  
Lebensphase sehr unter-  
schiedlich.

«Ich finds toll, dass Sie  
über Sex und Penisse re-  
den, als wäre es ganz nor-  
mal. Das war total span-  
nend und vieles wusste ich  
gar nicht.» So der Be-  
sucher einer Präven-  
tionsveranstaltung in der  
Justizvollzugsanstalt.



Gerade in Berufsschul-  
klassen merkt man, dass  
der Übergang in die  
Erwachsenensexualität  
(sexuelle Aktivität) für viele  
mit Unsicherheiten und  
offenen Fragen verbunden  
ist.

«Ich danke dir [...], dass du den Inhalt genau so vermittelst,  
wie du es tust: locker, ungezwungen, in der genau richtigen  
Balance zwischen Humor und Ernsthaftigkeit. Das holt die  
Patienten sehr ab!» erfreuliches Feedback der Verant-  
wortlichen für die Präventionsveranstaltungen in der foren-  
sischen Psychiatrie.

«Dieses Kleid hatten Sie  
schon einmal an!» Stamm-  
gästin der Informationsver-  
anstaltung in der forensi-  
schen Psychiatrie – nicht  
immer bleibt das im  
Gedächtnis, was beab-  
sichtigt war ...

«Gott hat nur zwei  
Geschlechter geschaffen.  
Homo ist Sünde!»  
Gymnasiast, 16 Jahre.



Der Blick auf Sexualität ist auch für zahlreiche Erwachsene  
geprägt von Mythen, Idealen und Rollenvorstellungen,  
welche mit der gelebten Realität oft wenig gemein haben.

Wem haben wir  
im letzten Jahr  
geholfen?

Im vergangenen Jahr durften wir 200 Menschen persönlich beraten und ihnen bei Fragen zum Thema HIV, sexuelle Orientierungen, Geschlechtsidentitäten und Sexarbeit weiter helfen und genau 105 Fachpersonen im Bereich Bildung, Gesundheit und Arbeit beraten. Dabei haben wir in insgesamt 250 Risiko- und Präventionsberatungen 200 anonyme HIV- und andere STI-Testempfehlungen abgegeben.

# Ein erfolgreiches Jahr mit vielen Anlässen, einem gesteigerten Testingvolumen und erneut viel Raum für queere Themen

## Schulungen

Amt für Migration und Zivilrecht Chur | Bündner Sozialjahr Chur, Ressort Zwischenkurs | Oberstufe Felsberg | Oberstufe Val Müstair | Bildungszentrum Palottis Schiers | Gewerbliche Berufsschule Chur, Grundbildung mit Attest | Justizvollzugsanstalt Realta | Asylsuchende und UMAS | Bildungszentrum Gesundheit und Soziales Chur | Internat Lyceum Zuoz | Nido del Lupo, Alva-neu Dorf | Klinik Beverin Cazis, Forensik | Forensic Nursing, Kantonsspital Chur | Peerschulung queerg

## Anlässe und Aktionen

Mitgliederversammlung in der Werkstatt Chur mit anschl. Auftritt von Piera Cadruvi, Spoken Word Künstlerin | Stand am Forum Soziale Arbeit und Diakonie | Stand und kostengünstiges HIV-/STI-Testing an der Pride in Chur | Welt-Aids-Tag, Unterwegs am Christkindlimarkt in Chur | Aktionstage psychische Gesundheit: Aufführung Theaterstück „Brennendes Verlangen“ in Disentis, Chur und Valendas | Mitgestaltung „Queer im Engadin“ in Lavin | Anlass Queer Future: Wie muss ein queerer Jugendtreff für dich sein? | Gratis Testing und Beratung - exklusiv für trans & non-binäre Personen

## Testangebot

192 Menschen auf HIV und STI vor Ort getestet | 17 positive Ergebnisse auf STI (nicht HIV)

## Präventionsarbeit

### Amar la vita mobil / Sexueller Gesundheitsdienst

Aufsuchende Präventionsarbeit mit Peers, Abgabe von Präventionsmaterial und Infos vor Ort am Open Air Rheinwald, Val Lumnezia, Stadfest Chur und Fasnacht Chur

### APiS

Aids-Prävention im Sexgewerbe im ganzen Kanton und aufsuchende Arbeit inkl. Online Beratung

### MSM

Verhaltenspräventive Einsätze für Männer, die Sex mit Männern haben

### Justizvollzugsanstalt Realta

Infoveranstaltungen zu HIV/Aids und STI

### Mädchenpower Graubünden

3 Wen-Do Grundkurse für Mädchen von 7 bis 16 Jahren in Chur, Ilanz/Glion und Davos

# Erfolgsrechnung 2024

	Rechnung 2024	Rechnung 2023	Budget 2024
<b>Ertrag</b>			
Beiträge	249'988.00	244'745.45	242'000.00
Veranstaltungen/ Projekte	72'047.04	64'345.39	55'000.00
Diverse Einnahmen	2'199.35	2'196.95	800.00
Entnahmen Fonds	1'000.00	-	28'000.00
<b>Total Ertrag</b>	<b>325'234.39</b>	<b>311'287.79</b>	<b>325'800.00</b>
<b>Aufwand</b>			
Prävention/Projekte	72'920.80	79'343.73	97'000.00
Personalaufwand	204'770.65	205'137.70	204'900.00
Raumaufwand	15'360.00	15'360.00	15'360.00
Unterhalt/Reparaturen/ Ersatz	5'202.45	3'494.75	5'200.00
Büro-/ Verwaltungskosten	6'481.58	6'183.10	6'900.00
Abschreibungen	-	-	-
Einlage Fonds	18'000.00	-	-
<b>Total Aufwand</b>	<b>322'735.48</b>	<b>309'519.28</b>	<b>329'360.00</b>
Vorschlag	2'498.91	1'768.51	
Rückschlag	-	-	-3'560.00
	<b>325'234.39</b>	<b>311'287.79</b>	<b>325'800.00</b>

# Bilanz per 31.12.2024

		31.12.2024	31.12.2023
<b>Aktiven</b>			
Liquide Mittel		202'973.87	168'882.74
Forderungen/Abgrenzungen		5'172.05	8'927.85
Vorräte		1.00	1.00
Sachanlagen		2.00	2.00
<b>Total Aktiven</b>		<b>208'148.92</b>	<b>177'813.59</b>
<b>Passiven</b>			
Kurzfristiges Fremdkapital		1'993.62	5'157.20
Passive Rechnungsabgrenzungen		14'000.00	-
Fondskapital		84'745.80	67'745.80
Vereinsvermögen	01.01.	104'910.59	103'142.08
Vorschlag		2'498.91	1'768.51
Vereinsvermögen	31.12.	107'409.50	104'910.59
<b>Total Passiven</b>		<b>208'148.92</b>	<b>177'813.59</b>

Danke

Herzlichen Dank  
an alle Mitglieder,  
Spender:innen,  
dem Kanton  
Graubünden ...

## ... den politischen Gemeinden

Bever, Cazis, Domat/Ems, Falera, Flims, Klosters-Serneus, Laax, Landquart, Luzein, Mesocco, Obersaxen, Poschiavo, Safiental, Seewis, Scuol, Silvaplana, Soazza, Sumvitg, Stadt Chur, Stadt Maienfeld

## ... den Evangelischen Kirchgemeinden

Landeskirche des Kantons Graubünden, Chur, Davos Dorf/Laret, Landquart, Sagogn

## ... den Katholischen Kirchgemeinden

Landeskirche des Kantons Graubünden, Sumvitg |

## ... und vielen weiteren!

Gilead Sciences | Graubündner Kantonalbank | IDEA Helvetia | IKEA Schweiz | Kath. Frauenverein, Davos | Repower Poschiavo/Ilanz | Rotary Stiftung, Chur-Herrschaft | Schule Ilanz/Glion, Gesundheits-förderung | SGF Schweizerischer gemeinnütziger Frauenverein, Chur | Soroptimist Club Chur | Soziale Dienste der Stadt Chur | Stiftung Dr. M.O. Winterhalter, Chur | Stiftung Dr. Valentin Malamoud, Chur | Stiftung für Sozial- und Kulturhilfe, Sagogn | Stiftung Spiert Aviart | Stiftung Tür auf – Mo Vinavon | Viiv Healthcare | Zonta Club Engiadina

## Danke für die Zusammenarbeit

Adebar, Chur | Aids-Hilfe Schweiz, Netzwerk | Alexia Cusini | Ambulatorium Neumühle, Chur | Amt für Kultur, Chur | APIS-Netzwerk Schweiz | Arge verdi, Vermittlungsdienst für Interkulturelles Dolmetschen | Astrid Schröder | Barbara Bosshard | Benny Meier | Blaues Kreuz, Chur | Bundesamt für Gesundheit, Bern | Bündner Medien | Bündner Sozialjahr, Chur | Caroline Suter | Checkpoint Zürich | Chris Lehnerr | Christiane Eggert | Christoph Pflugfelder | Cornelia Plaz Algi | Damian Caduff | Daniel Stolz | Daniela Cortese, Ferienpass Chur | David Pfulg | Denise Rudin | Dr. Med. Marina Jamnicki | Dr. med. Ramina Simonet | Dr. med. Simon Simonet | Emil Gartmann | Eric Petrini | Fabio Gartmann | Fachhochschule Nordwestschweiz | Fachstelle Integration Graubünden | Felix Fleisch | Forensic Nursing, Chur | Franziska Marti | Frauenzentrale GR, Chur | Gabriela Cabalzar | Gemeinde Distenis/Mustér | Gemeinde Safien | Gesundheitsamt Graubünden | Gewerbliche Berufsschule, Chur | Gisella Belleri | Giu Schmid | Giuvenetegna Cadi | Graubünden reformiert | Gruppo da teater Mustér | Hannah Thullen | Holla Basel, Kristin Stalder und Oruscha Rinn | Infektiologie, Kantonsspital Chur | Joel Levy | Johannes Kuoni | Jugend Safien | Jugendarbeit Chur | Justizvollzugsanstalt Realta, Cazis | Kantonales Sozialamt Graubünden | Kantonsspital Chur | Karin Bürstl | Katharina Lange | Khur Pride, Graubünden | Kinder- und Jugendpsychiatrie Chur | Labor Risch Team, Schweiz | Lisa Janisch | Luzia Bühler | Margrith Meier-Kessler | Mathias Heinz | Milchbar Chur | Netzwerk GeSo, Chur | Nico Bär | Nicole Löttscher | OK Open Airs: Lumnezia, Rheinwald | OK Stadtfest Chur | Opferhilfe Graubünden | Paco Pajic | Pesche Lebrument | Peter Peyjer, DJSG | Petra Meliti, Ferienpass Chur | Piera Cadruvi | Postremise Chur | Praxis Dr. med. Andreas Knoflach | Pro Infirmis, Chur | ProCoRe Schweiz, Bern | Psychiatrische Dienste Graubünden | Ramona Roussette | Riccarda Menghini Sutter | Robert Näfgen | Roman Heggli | Romano Zoppi | Rudolf Leuthold | Sandro Niederer | Sandro Schrofer | Seges Team, Aargau | Silvia Maag | Simon Gstoehl | Sina Legeland | Soziale Institutionen des Kantons Graubünden | Stabsstelle für Chancengleichheit von Frau und Mann, Chur | Stadtbibliothek, Chur | Stadtpolizei, Chur | Streetwork, Chur | Tamara Rutishauser | Theaterverein Versam-Arezen | Tina Bundl | Tina Oberhauser | Transgender Network Schweiz | Uorschla Rupp | Verein LISA, Luzern | Verein Lysistrada, Olten | Verein Überlebenshilfe, Chur | Vereinigung Ostschweizer Psychotherapeut:innen | Werkstatt, Chur | Wiebke Schwing | Xenia Bischof

## Vorstand

Bettina Melchior, Marianna Hutter, Paul Camichel, Helene Oehy,  
Gianna Fetz

## Geschäftsstelle

Judita Arenas, Kandid Jäger, Michelle Bühlmann, Ricciarda Pieth

## Freie Mitarbeitende

Giuseppina Derungs, Dolores Menegon, Oxana Feger, Xanim  
Kurt, Markus Hilber, Markus Paris, Stefan Vogt, Team amar la vita

## Peers queergr

Bianca, Johanna, Nicole, Nic, Gino, Markus, Dolores

Aids-Hilfe Graubünden +41 81 252 49 00  
Lürlibadstrasse 15 hallo@ahgr.ch  
CH-7000 Chur ahgr.ch & queergr.ch

GKB IBAN CH24 0077 4110 0129 3560 0  
Jahresbeitrag Einzelmitglied CHF 30.-  
Kollektivmitglied CHF 200.-

Wir sind Mitglied der Aids-Hilfe Schweiz und ProCoRe



**ProCoRe**

# Deine Unterstützung ermöglicht unser Engagement.

Danke!



Jetzt spenden



Mitglied werden





Aids-Hilfe Graubünden  
Lürlibadstrasse 15  
CH-7000 Chur

+41 81 252 49 00  
hallo@ahgr.ch  
ahgr.ch & queergr.ch