

A chair constructed from gingerbread cookies sits on a paved surface. The backrest is a large, curved cookie with the word 'WELCOME' written in red icing. The seat is a square cookie decorated with yellow icing and various German phrases: 'GLÜCK' (top right), 'ZU HAUSE' (top center), 'Hier will ich leben!' (center), 'Dein Tag' (bottom left), and 'Ich bin...' (left side). The legs are decorated with colorful patterns. The chair is positioned next to a circular manhole cover.

POSITIV HANDELN

PROGRAMM 2024

1. HALBJAHR



KONTAKT

Bei Fragen zu POSITHIV HANDELN, zu den landesweiten Positiventreffen, der Landesarbeitsgemeinschaft POSITHIV HANDELN NRW oder zu Möglichkeiten, dich engagieren zu können, wende dich bitte an:

GOTTFRIED DUNKEL

Koordination Positiven Selbsthilfe NRW
Landesweite Positiventreffen NRW
Fon 0221 925996-23
gottfried.dunkel@nrw.aidshilfe.de

CHRISTIAN HILLEN UND UWE DANIEL

Die beiden Sprecher der Landesarbeitsgemeinschaft POSITHIV HANDELN erreichst du per E-Mail an sprecher@posithivhandeln.de.

POSITIV HANDELN

Wir sind Menschen mit HIV. Wir sind vielfältig in unseren Lebensweisen. Wir kommen aus allen Teilen der Gesellschaft. Wir begegnen einander, unabhängig von ethnischer, sozialer, kultureller oder religiöser Herkunft, von sexueller Identität oder von Alter. Durch unsere Solidarität untereinander schaffen wir die Grundlage, unsere Interessen nach außen mutig zu vertreten. Im Mittelpunkt steht dabei die Akzeptanz in allen Bereichen des alltäglichen Lebens. Stark und selbstbewusst treten wir für ein selbstbestimmtes Leben mit HIV und Aids ein. Der offene Umgang mit uns und unseren vielfältigen Lebensweisen muss für alle selbstverständlich sein.

HIV allein definiert uns nicht. Vielmehr sind es unsere vielfältigen Eigenschaften, unsere ganz eigenen Träume, Leidenschaften und unsere individuellen Lebensweisen, die unsere Persönlichkeit wirklich ausmachen. Auch wenn die Diagnose HIV-positiv heute immer noch ein einschneidendes Ereignis im Leben ist und sicherlich vieles verändert, so sind Menschen mit HIV doch immer mehr als nur HIV-positiv!

A high-angle, top-down photograph of a red, hard-shell suitcase with gold-colored trim and handles. The suitcase is positioned on a grey asphalt surface. In the bottom center of the frame, the tips of a person's white sneakers are visible. The text 'DIE LANDESWEITEN POSITIVENTREFFEN NRW' is overlaid in white, bold, sans-serif font across the middle of the image. A thin white horizontal line is positioned below the text.

DIE LANDESWEITEN POSITIVENTREFFEN NRW

Die landesweiten Positiventreffen, veranstaltet von der Aidshilfe NRW, sind seit Jahren eine feste Institution im Land. Für Menschen mit HIV/Aids sind sie ein Ort für Austausch, Vernetzung und Information. Vorbereitet und moderiert werden sie von erfahrenen Referent*innen. Die Treffen leben von dem, was du mitbringst.

Es gibt nicht nur ein Seminarprogramm, sondern auch Gesprächsgruppen und Freizeitangebote. Du kannst Sport machen oder dich als Künstler*in versuchen. Du bekommst Tipps zum Umgang mit HIV in allen Lebensbereichen oder kannst dich schlau machen, wie du etwas für dich und andere tun kannst. Bring deine Themen mit!

Die Teilnahme an den Positiventreffen ist nur für das gesamte Wochenende möglich. Mit der Anmeldung wird die verbindliche Teilnahme an allen Seminarteilen erklärt. Die Kosten für Unterkunft und Verpflegung in Höhe von 250,00 € und die der Workshop-Angebote werden von der Aidshilfe NRW übernommen. Bei allen Positiventreffen der Aidshilfe NRW wird je nach Einkommen der Teilnehmenden eine Kostenbeteiligung erhoben.

Weitere Informationen zu den jeweiligen Treffen und die Möglichkeit zur Onlineanmeldung findest du unter posithivhandeln.de.

IM ERSTEN HALBJAHR 2024 FINDEN FOLGENDE LANDESWEITE POSITIVENTREFFEN NRW STATT

26. BIS 28. JANUAR 2024

SCHREIB-WORKSHOP

FELDENKRAIS-WORKSHOP

AKADEMIE BIGGESEE | ATTENDORN

5. BIS 7. APRIL 2024

TANZ-WORKSHOP | FOTO-WORKSHOP

AKADEMIE BIGGESEE | ATTENDORN

30. MAI BIS 2 JUNI 2024

XXL-WOCHENENDE MIT THEATER-WORKSHOP

AKADEMIE BIGGESEE | ATTENDORN

A close-up photograph of a person's hands unrolling a thick, blue, textured mat on a light-colored concrete surface. The mat is being rolled out from a large roll, and the person's hands are visible as they guide the edge. The background is slightly blurred, showing a fence and a clear blue sky.

LANDESWEITES POSITIVENTREFFEN
IN DER AKADEMIE BIGGESEE | ATTENDORN

26. BIS 28. JANUAR 2024
SCHREIB-WORKSHOP
FELDENKRAIS-WORKSHOP

SCHREIB-WORKSHOP

GUT LEBEN MIT HIV?! – ABER SICHER! VON RISIKEN, HERAUSFORDERUNGEN UND CHANCEN ...

Einige von uns leben schon seit Jahrzehnten mit HIV, andere erst seit kurzem. HIV und Aids haben viele Facetten und Gesichter und viele Geschichten. Und genau die sollen erzählt werden: in diesem Workshop, später vielleicht auch in einer Broschüre oder einem Buch. Welche Rolle spielt das Virus heute in unserem Leben? Wie beeinflusst es unser Leben, unsere Beziehungen, den Sex, den Alltag, die Freundschaften? Unter fachkundiger und lockerer Anleitung entstehen Texte zu verschiedenen Aspekten, die wir dann gemeinsam in der Gruppe vorstellen und diskutieren. Keine Angst, der Spaß am Text und am Schreiben steht immer im Vordergrund. Ungeübte oder Entwöhnte sind herzlich willkommen!

REFERENTIN

Karen-Susan Fessel | Schriftstellerin und Dozentin | Berlin

Die durchgehende Teilnahme an einem der beiden Workshops ist verpflichtend.
Ein Wechsel ist nicht möglich.

FELDENKRAIS-WORKSHOP RENDEZVOUS MIT DIR FÜR EIN BESSERES SELBSTBEWUSSTSEIN

Wie können wir unsere Offenheit und Durchlässigkeit für unsere Lebensthemen in schwierigen Zeiten, unsere Verbundenheit unserer Umwelt und ihren Menschen gegenüber aktiv gestalten und fördern? Indem wir bei uns selbst anfangen und in Resonanz gehen mit uns selbst. In diesem Workshop laden wir dich ein auf ein Rendezvous mit dir selbst. Durch Selbstwahrnehmung gelangen wir zu einem besseren Spür- und Selbstbewusstsein, vergewissern wir uns selbst und können so zu einem selbstbewussteren Umgang mit unseren Mitmenschen und unserer Umwelt kommen.

REFERENT

Joachim Foss | Feldenkrais Lehrer | Bewegungstherapeut | Lüneburg

Die durchgehende Teilnahme an einem der beiden Workshops ist verpflichtend.
Ein Wechsel ist nicht möglich.



LANDESWEITES POSITIVENTREFFEN
IN DER AKADEMIE BIGGESEE | ATTENDORN

5. BIS 7. APRIL 2024
TANZ-WORKSHOP
FOTO-WORKSHOP

TANZ-WORKSHOP KRAFT TANKEN UND VITALITÄT STÄRKEN

Es geht um Energie und Vitalität mit Bewegung, Körperarbeit und freiem Tanz. In diesem Workshop erfahren wir verschiedene Qualitäten und bekommen Zugang zu unterschiedlichen Anteilen in uns selbst und damit auch zu der Vitalität, die uns innewohnt. Wir üben, in unseren Körpern zu Hause zu sein, bringen Angestautes in Bewegung und in den Ausdruck und erfahren Zugang zu innerer Stille und Kraft. Dabei nutzen wir Methoden der dynamischen Bewegungsmeditation 5Rhythmen® und Open Floor sowie somatische Übungen zur Stressregulation und verschiedene Arten der Reflexion und des Austauschs untereinander.

REFERENTIN

Bettina Leuckert | Dipl. Musik- und Bewegungspädagogin | 5Rhythmen® Lehrerin

Die durchgehende Teilnahme an einem der beiden Workshops ist verpflichtend.
Ein Wechsel ist nicht möglich.

FOTO-WORKSHOP: FOTO-WORKSHOP MEINE POSITIVEN SICHTWEISEN AUF DAS LEBEN

Kreativ werden und einen persönlichen Weg finden, sich in der Portraitfotografie auszudrücken. Portraits können zum Nachdenken anregen, die Seele aufrütteln und heilsam wirken. Es geht um Darstellung, Sichtbarkeit, Unsichtbarkeit, Kreativität und Kunst, denn jeder Mensch ist ein Kunstwerk. Wer bin ich? Wie sehe ich mich? Wie würde ich mich gerne sehen? Was sind meine Wünsche und Vorstellungen für die Zukunft? Was ist meine Hoffnung? Würde ich gerne sichtbarer sein? Wie möchte ich von anderen Personen gesehen werden? (Wie) Kann ich mein Selbstbewusstsein in Szene setzen? Kann und will ich Gesicht zeigen als „positives Vorbild?“ Was benötigt es dazu?

REFERENT*INNEN

Debby (sie) & Nico (er) Team „Lovers, Sinners and Saints“ | Fotograf*innen | Bielefeld

Die durchgehende Teilnahme an einem der beiden Workshops ist verpflichtend.
Ein Wechsel ist nicht möglich.

A photograph of a woman on the left and a man on the right. Both have a large, bright red circular sticker on their noses. The woman has long brown hair and is wearing a black sleeveless top. The man has grey hair and is wearing a white dress shirt and a black tie. He has a surprised or exaggerated expression. The background is a plain, light-colored wall.

LANDESWEITES POSITIVENTREFFEN
IN DER AKADEMIE BIGGESEE | ATTENDORN

30. MAI BIS 2. JUNI 2024
THEATER-WORKSHOP

THEATER-WORKSHOP

MEIN LEBEN GEHÖRT MIR! REGISSEUR*IN DER EIGENEN BIOGRAFIE SEIN

Auch mit und trotz HIV kann das Leben gut gestaltet werden: Zu mehr Zufriedenheit mit eigenen Wünschen, Sehnsüchten und Zielen, auch in den Herausforderungen, die das Leben mit sich bringt. Inspirationen dazu können wir uns beim Theater-Workshop holen. Dabei können wir Handlungsalternativen ausprobieren und somit unsere Bewältigungsstrategien erweitern. Durch Körpererfahrungen und gemeinsames Erleben können wir spielerisch ALLES sein, sämtliche Positionen und Rollen ausprobieren und Neues erfahren. Diese Inspirationen können zu einem selbstbewussteren Leben mit HIV anregen. In diesem Sinne: HIV HIV Hurra!

REFERENT*INNEN

Anselm Wittenstein | Schauspieler und Theaterpädagoge BuT | Frankfurt
Alba-Magdalena Talamo | Theaterpädagogin BuT | Mannheim

DIE LANDESARBEITSGEMEINSCHAFT POSITIV HANDELN NRW

SELBSTVERTRETUNG STATT STELLVERTRETUNG

In der Landesarbeitsgemeinschaft von POSITHIV HANDELN NRW engagieren sich Positive, die mehr erreichen wollen und sich politisch ehrenamtlich auf Landesebene einmischen. Auch in diesem Jahr werden wir aktuelle Themen und Fragestellungen zum Leben mit HIV aufgreifen und diskutieren. Wenn du etwas für dich und für andere machen möchtest, bist du hier genau richtig. Mach mit. Wir freuen uns auf dich. Die Landesarbeitsgemeinschaft trifft sich im ersten Halbjahr 2024 an folgenden Terminen:

24. FEBRUAR 2024

Aidshilfe Düsseldorf

4. MAI 2024

Aidshilfe Essen

22. JUNI 2024

Seniorenwohnheim in Köln | Schwerpunktthema HIV und Versorgung im Alter



**XXELLE PLUS VERNETZUNGSTREFFEN
IN DER AKADEMIE DIE WOLFSBURG | MÜLHEIM A.D.R.**

**28. BIS 29. JUNI 2024
HIV-POSITIVE
AKTIVISTINNEN IN NRW**

XXELLE PLUS

Selbstbewusst leben und selbstbestimmt handeln. Den fachlichen Austausch ermöglichen und gemeinsam Stellung beziehen! Hierzu treffen sich bei XXelle PLUS HIV-positive Aktivistinnen aus ganz Nordrhein-Westfalen, die sich in HIV- und Aidsprojekten engagieren. Ziel von XXelle PLUS ist die Vernetzung von Frauen mit HIV und Aids, die Interesse an einer aktiven Selbsthilfe haben.

WORKSHOP PRÄSENTIEREN VOR PUBLIKUM

Im Rahmen des Vernetzungstreffens wird ein Workshop „Präsentieren vor Publikum“ angeboten. Hier sollen über die Arbeit an Körpersprache, Stimme und Sprachmustern ein selbstbewussterer Auftritt sowie eine überzeugungsstarke Kommunikation und Präsentation erlernt werden.

Für weitere Informationen zu XXelle PLUS kannst du dich per Mail an Alexandra Frings, Aidshilfe Aachen (alexandra.frings@aidshilfe-aachen) oder an Birgit Körbel, Aidshilfe Köln (koerbel@aidshilfe-koeln.de) wenden.



**ONLINE
SCHREIB-WORKSHOPS**

**30. JANUAR BIS 5. MÄRZ
UND 19. MÄRZ BIS 23. APRIL 2024
GUT LEBEN MIT HIV?! WEITER GEHT'S!**

ONLINE SCHREIB-WORKSHOPS GUT LEBEN MIT HIV?! WEITER GEHT'S

Das neue Jahr hat begonnen und HIV in Deutschland geht ins 43. Jahr. Eine lange Zeit und genug Zeit für viele Geschichten. Ob frischinfiziert oder langzeitpositiv, ob alt oder jung, Frau, Mann, nicht-binär oder trans: HIV hat viele Gesichter und Facetten. Genau diesen wollen wir uns in den Onlineworkshops nähern und versuchen sie festzuhalten. Die Workshops sollen dazu anregen, kürzere Texte, Geschichten und Gedichte unter Anleitung zu schreiben und diese einem interessierten Publikum aus Gleichgesinnten zu präsentieren. Auch des Schreibens Ungeübte oder Entwöhnte sind herzlich willkommen!

Jeden Dienstagabend zwischen 18.00 und 21.00 Uhr kannst du dich über Zoom in den Online-Workshop einloggen, bekommst kurze Aufgaben und Übungen mit einer bestimmten Zeitvorgabe und schreibst einfach los. Gemeinsam diskutieren wir die vorgetragenen Texte. Also los, ran an den Text!

REFERENTIN

Karen-Susan Fessel | Schriftstellerin und Dozentin | Berlin

A desk calendar with a white spiral binding and a green sidebar is the central focus. The calendar shows a grid of dates from 1 to 30. The days of the week are labeled at the top: Monday, Tuesday, Wednesday, Thursday, Friday, Saturday, and Sunday. The numbers 1 through 30 are arranged in a grid. The text 'WEITERE TERMINE UND SAFE THE DATES' is overlaid in large, bold, orange letters. A horizontal orange line is positioned below the text. The background is a blurred office desk with a computer monitor and keyboard.

WEITERE TERMINE UND SAFE THE DATES

WEITERE TERMINE & SAFE THE DATES

24. JANUAR 2024

Symposium „Die Zukunft der HIV-Therapie“ | Studio DuMont | Köln

2. BIS 4. FEBRUAR 2024

Klausur- und Konzepttreffen POSITHIVHANDELN | Die Wolfsburg | Mülheim a.d. R

16. APRIL 2024

Jahresempfang der Aidshilfe NRW | Maxhaus Düsseldorf

21. JULI 2024

ColognePride Demo | Köln

23. NOVEMBER 2024

HIV KONTROVERS | Maritim | Köln

IMPRESSUM

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

Gottfried Dunkel
Markus Schmidt

LAYOUT UND SATZ

Markus Schmidt

DRUCK

Januar 2024



Gefördert vom

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



POSITIVHANDELN.DE