

Workshops.10

Workshop 1 Sa. 24.04.10

HIV und Beruf / Bedürfnisse einschätzen – Ziele erarbeiten

Harald Hägle → Diplom-Verwaltungswissenschaftler

Rupert Prossinagg → Trainer und Moderator

Workshop 2 Sa. 29.05.10

Auch das noch!? / HIV + HepC + Sex + Therapie

Stephan Jäkel → Systemischer Therapeut (SG)

Axel Schmidt → Arzt

Workshop 3 Sa. 26.06.10

Alles (schon) geregelt?! / Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht

Stephan Jäkel → Systemischer Therapeut (SG)

Ralf Rötten → Diplom-Pädagoge

Workshop 4 Sa. 25.09.10

positiv-negativ / Liebe + Sex + EKAF

Stephan Jäkel → Systemischer Therapeut (SG)

Kerstin Mörsch → Gesundheitstrainerin HIV/Aids

Workshop 5 Sa. 23.10.10

selbst_bewusst_positiv / Achtsamkeit, Identität, Wahrnehmung, Selbstbild

Leszek Thomas → Diplom-Sozialarbeiter/-pädagog

Kai Schwabe → Diplom-Psychologe

Workshop 6 Sa. 27.11.10

Wie viel Rausch gönne ich mir? / Umgang mit Partydrogen

Ralf Nicodemus → Diplom-Psychologe, Verhaltenstherapeut

Conor Toomey → Diplom-Pädagoge, Suchttherapeut

Teilnahme und Anmeldung

Die Teilnahme an den Workshops ist kostenlos. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Für die Workshops melden Sie sich bitte an (per Post, Fax oder Online). Die Anmeldung erfolgt vorbehaltlich noch freier Plätze. Sie erhalten von uns eine Anmeldebestätigung. Eine Teilnahmebestätigung versenden wir frühzeitig vor Beginn der einzelnen Workshops. Nutzen Sie bitte das beiliegende Anmeldeformular, Online-Anmeldung über: www.pluspunktberlin.de. Wir behalten uns vor, einzelne Workshops bei zu geringer Teilnahme abzusagen.

www.pluspunktberlin.de

Pluspunkt Berlin

Greifenhagener Str. 53 → 10437 Berlin → Prenzlauer Berg

Fon (030) 44 66 88 0 → Fax (030) 44 66 88 22

S/U Schönhauser Allee

Beratungs- und Öffnungszeiten

Montag → 12–19 Uhr,

Dienstag bis Donnerstag → 12–18 Uhr

Freitag → nach Vereinbarung

Pluspunkt ist ein Projekt der Schwulenberatung Berlin gGmbH

→ www.schwulenberatungberlin.de



Für Menschen mit HIV • Aids • Hepatitis

Workshop 1 Sa. 24.04.10 →10–18 Uhr

HIV und Beruf

Bedürfnisse einschätzen – Ziele erarbeiten

Harald Hägle → Diplom-Verwaltungswissenschaftler

Rupert Prossinagg → Trainer und Moderator

Viele Menschen mit HIV/Aids sind erwerbstätig. Da stellen sich Fragen wie: Bin ich mit meiner Arbeit zufrieden? Wo sehe ich Veränderungsbedarf? Welchen Gestaltungsspielraum habe ich? Kann ich mir auch eine andere Tätigkeit vorstellen? Welche Stärken und Schwächen habe ich? Welches sind die nächsten Schritte zur Veränderung? In diesem Seminar beschäftigen wir uns mit unseren Bedürfnissen und Wünschen in der Arbeit. Wir spüren Hindernisse für mehr Zufriedenheit im Job auf. Und wir entwerfen die ersten Schritte zu einer möglichen Veränderung.

Workshop 2 Sa. 29.05.10 →10–15 Uhr

Auch das noch!?

HIV + HepC + Sex + Therapie

Stephan Jäkel → Systemischer Therapeut (SG)

Axel Schmidt → Arzt

Eine Therapie und Heilung der Hepatitis C-Koinfektion ist in vielen Fällen möglich, aber nebenwirkungsreich und langwierig. In der medikamentösen Therapie gibt es neue Ansätze. Die Behandlung wird vielleicht nicht einfacher, aber erfolgreicher. Gleichzeitig wird immer deutlicher, welche Faktoren eine Übertragung des Hepatitis C-Virus beim Sex begünstigen. Eine Mischung aus Informationsveranstaltung über die Behandlung der Hepatitis C und Diskussion über das persönliche Risikomanagement beleuchtet das Thema umfassend. Eine nicht nur für HCV-positive Menschen interessante Veranstaltung.

Workshop 3 Sa. 26.06.10 →10–18 Uhr

Alles (schon) geregelt?!

Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht

Stephan Jäkel → Systemischer Therapeut (SG)

Ralf Rötten → Diplom-Pädagoge

Die persönliche Auseinandersetzung mit HIV/Aids berührt auch heute noch existenzielle Fragen. Medizinisch ist zwar Vieles möglich geworden, was vor Jahren noch undenkbar schien. Aber die Fragen nach Berücksichtigung der persönlichen Bedürfnisse bei eventueller Krankheit, Pflegebedürftigkeit oder Hilflosigkeit bleiben. Informationsvermittlung über Möglichkeiten der Planung bildet den einen Teil der Veranstaltung. Es geht aber auch um die persönlichen Wünsche und Bedürfnisse. Ziel ist, sich individuell darüber klar zu werden, ob und welche rechtlichen Vorsorgemöglichkeiten genutzt werden möchten und welche auch nicht.

Workshop 4 Sa. 25.09.10 →10–18 Uhr

positiv-negativ

Liebe + Sex + EKAF

Stephan Jäkel → Systemischer Therapeut (SG)

Kerstin Mörsch → Gesundheitstrainerin HIV/Aids

HIV spielt im Erleben von Sex und im Beziehungsleben eine große Rolle. Egal ob es sich um Beziehungen, Affären oder Sexdates handelt: oft sind sie von Wünschen, Ängsten, unterschiedlichen Bedürfnissen, Verantwortungs- oder Schuldgefühlen beeinflusst. Diesen Facetten wollen wir nachgehen und mit HIV-positiven wie HIV-negativen bzw. ungetesteten Teilnehmer/-innen diskutieren. Workshop für Menschen in HIV-positiven Beziehungen, HIV-positiv-negativen Beziehungen und HIV-positive Singles.

Workshop 5 Sa. 23.10.10 →10–18 Uhr

selbst_bewusst_positiv

Achtsamkeit, Identität, Wahrnehmung, Selbstbild

Leszek Thomas → Diplom-Sozialarbeiter/-pädagoge

Kai Schwabe → Diplom-Psychologe

HIV-positiv zu sein, kann das bisherige Leben in Frage stellen. Nach wie vor ist ein Leben mit HIV/Aids mit vielen belastenden Ereignissen verbunden, die den Blick auf die eigene Person und den Selbstwert verändern können: Der Erhalt eines positiven Testergebnisses, der Beginn einer Therapie und der mögliche Verlust von sozialen Beziehungen können Fragen aufwerfen. Wie sehe ich mich? Wie sehen mich andere? Wie möchte ich mich selbst sehen? Wie möchte ich, dass andere mich sehen? Der Workshop soll Antworten auf diese Fragen finden und dabei eigene Fähigkeiten und Werte in den Fokus rücken.

Workshop 6 Sa. 27.11.10 →10–18 Uhr

Wie viel Rausch gönne ich mir?

Umgang mit Partydrogen

Ralf Nicodemus → Diplom-Psychologe, Verhaltenstherapeut

Conor Toomey → Diplom-Pädagoge, Suchttherapeut

Motive für den Konsum von Drogen sind so unterschiedlich wie die Menschen, die sie konsumieren. In diesem Workshop steht der Umgang mit den individuellen Wünschen und deren Befriedigung im Mittelpunkt. Tritt mit dem Konsum auch die gewünschte Wirkung ein? Die Fragen nach persönlicher Grenzziehung und kritischer Selbstreflexion gemachter Erfahrungen können helfen, in Zukunft Situationen besser einzuschätzen, Gesundheitsrisiken abzuschätzen und Abhängigkeiten zu vermeiden.