

Sa. 24.04.2010 (10-18 Uhr)

HIV und Beruf

Bedürfnisse einschätzen – Ziele erarbeiten

→ Harald Hägle (Diplom-Verwaltungswissenschaftler)
Rupert Prossinagg (Trainer und Moderator)

„Pläne machen und Vorsätze fassen bringt viele gute Empfindungen mit sich.“ Friedrich Nietzsche

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 für Menschen mit HIV/Aids im Erwerbsleben

Sa. 29.05.2010 (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 beleuchten das Thema umfassend.

Eine nicht nur für HCV-positive Menschen interessante Veranstaltung.

Sa. 26.06.2010 (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.

Sa. 25.09.2010 (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.

Sa. 23.10.2010 (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.

Sa. 27.11.2010 (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 stehen 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.

→ Teilnahme und Anmeldung

Die Teilnahme an den Workshops ist kostenlos. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Bitte melden Sie 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 Anmeldeformular (siehe weiter unten) oder auf unserer website → www.pluspunktberlin.de

Wir behalten uns vor, einzelne Workshops bei zu geringer Teilnahme abzusagen.

Online-Anmeldung über → www.pluspunktberlin.de

pluspunkt | leben mit hiv.aids.hepatitis → beratung : hilfe : information

greifenhagener str. 53 | 10437 berlin | bürozeiten: montag 12-19 uhr , dienstag-donnerstag 12-18 uhr | fon 030-4466880 | fax 030-44668822 | info@pluspunktberlin.de | www.pluspunktberlin.de | spenden: kursiv e.v., kto. 3337111, bank für sozialwirtschaft, blz. 100 205 00, verwendungszweck: pluspunkt | pluspunkt ist ein projekt der schwulenberatung berlin ggmb | www.schwulenberatungberlin.de

Mit freundlicher Unterstützung von:
Tibotec, MSD, Boehringer Ingelheim, Abbott

→ Anmeldung

<input type="checkbox"/>	<p>HIV und Beruf Bedürfnisse einschätzen – Ziele erarbeiten Sa. 24.04.10 (10-18 Uhr) <i>Harald Hägle (Dipl-Verwaltungswissenschaftler)</i> <i>Rupert Prossinagg (Moderator, Trainer)</i></p>	<input type="checkbox"/>	<p>positiv-negativ Liebe + Sex + EKAF Sa. 25.09.10 (10-18 Uhr) <i>Stephan Jäkel (Systemischer Therapeut)</i> <i>Kerstin Mörsch (Gesundheitstrainerin HIV/Aids)</i></p>
<input type="checkbox"/>	<p>Auch das noch?! HIV + HepC + Sex + Therapie Sa. 29.05.10 (10-15 Uhr) <i>Stephan Jäkel (Systemischer Therapeut)</i> <i>Axel Schmidt (Arzt)</i></p>	<input type="checkbox"/>	<p>selbst_bewusst_positiv Achtsamkeit, Identität, Wahrnehmung, Selbstbild Sa. 23.10.10 (10-18 Uhr) <i>Leszek Thomas (Diplom-Sozialarbeiter)</i> <i>Kai Schwabe (Diplom-Psychologe)</i></p>
<input type="checkbox"/>	<p>Alles (schon) geregelt? Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht Sa. 26.06.10 (10-18 Uhr) <i>Stephan Jäkel (Systemischer Therapeut)</i> <i>Ralf Rötten (Diplom-Pädagoge)</i></p>	<input type="checkbox"/>	<p>Wie viel Rausch gönne ich mir? Umgang mit Partydrogen Sa. 27.11.10 (10-18 Uhr) <i>Ralf Nicodemus (Diplom-Psychologe)</i> <i>Conor Toomey (Diplom-Pädagoge)</i></p>

→ Vor- und Nachname: _____

→ Straße: _____

→ Postleitzahl: _____

→ Wohnort: _____

→ Telefon: _____

→ E-Mail: _____
(freiwillige Angabe)

→ Datum und Unterschrift: _____

Anmeldungen bitte per **Post** oder **Fax** (030-44668822) an:

Pluspunkt
Greifenhagener Str. 53
10437 Berlin