

Inhalt

1. Neue Räume: Hausnummer **52**
2. Workshop **positiv arbeiten – Bedürfnisse – Wünsche – Ziele**
3. Gesundheitstraining HIV in Berlin
4. Termine bei Pluspunkt

→ 1. Neue Räume: Hausnummer **52**

Nun ist es soweit: Ab dem 5. September sind wir in unseren neuen Räumen in der Greifenhagener Str. 52 anzutreffen.

In der Woche vom 29.08. bis einschließlich 2.09. bleibt unsere Beratungsstelle geschlossen. In dieser Zeit kann es sein, dass wir zeitweise telefonisch nicht oder eingeschränkt erreichbar sein werden. Wir bitten um Verständnis, wenn in dieser Woche nicht alles wie gewohnt klappt.

In dringenden Fragen und Angelegenheiten wenden Sie sich bitte in dieser Zeit an:

Berliner Aids-Hilfe e.V. T: 8856400
Schwulenberatung Berlin T: 29369070

Und so sehen sie aus, die neuen Räume:



→ 2. Workshop **positiv arbeiten – Bedürfnisse – Wünsche – Ziele**

WS 4 Sa. 24.09.11 → 11-17 Uhr

positiv arbeiten

Bedürfnisse - Wünsche - Ziele

Harald Hägle → Diplom-Verwaltungswissenschaftler

Rupert Prossinagg → Trainer

→ Workshop für Menschen mit HIV/Aids im Erwerbsleben

Viele Menschen mit HIV/Aids, die in Deutschland leben, 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.

Teilnahme und Anmeldung

Die Teilnahme an den Workshops ist kostenlos. Bitte melden Sie sich zu den einzelnen Workshops an. Eine Teilnahmebestätigung erhalten Sie frühzeitig vor den einzelnen Veranstaltungen. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Wir behalten uns vor, einzelne Workshops bei zu geringer Teilnahme abzusagen.

Weitere Informationen zu den Workshops erhalten Sie hier: [**Workshops 2011**](#)

Eine Online-Anmeldung ist hier möglich: [**Online-Anmeldung Workshops**](#)

→ 3. Gesundheitstraining HIV/Aids in Berlin

Für wen ist das Gesundheitstraining HIV/AIDS?

- Für Menschen, die Informationen über Ihre chronische Erkrankung und die für sie dazugehörigen Themen haben möchten.
- Für Menschen, die den Umgang mit HIV für sich alltagstauglicher und zufriedenstellender gestalten wollen.
- Für diejenigen, die Lust auf gemeinsames Arbeiten und Erfahrungsaustausch in einer Gruppe haben.
- Für Menschen, denen wir mehr Raum für Fragen und Antworten zur Gestaltung eines Lebens mit HIV schaffen möchten.

Das Gesundheitstraining ist ein Angebot für Menschen mit HIV, das in Zusammenarbeit mit verschiedenen Organisationen wie DAGNÄ, DAIG, DAS, DAH, Kompetenznetz HIV, Gesellschaft für Sexualwissenschaften und der Akademie Waldschlösschen entstanden ist.

Die Trainings werden in verschiedenen Städten Deutschlands von Trainerinnen und Trainern durchgeführt, die über jahrelange Erfahrung im Bereich HIV/AIDS verfügen und eine 2-jährige Ausbildung zum Gesundheitstrainer HIV/AIDS abgeschlossen haben. Für das jeweilige Training sind 2-3 Samstagstermine und 6-8 Abendtermine vorgesehen.

Die Termine sind so konzipiert, daß auch Berufstätige gut daran teilnehmen können. Das Training findet in einer Gruppe mit 10-12 Teilnehmern statt.

Das Gesundheitstraining bietet Informationen, Training und Erfahrungsaustausch zu folgenden Themen:

- Medizinischem Grundlagenwissen



- Antiretroviraler Therapie
- Umgang mit Nebenwirkungen
- Ich und HIV
- Ernährung
- Partnerschaft / Sexualität
- Koinfektionen
- Arbeit / Beruf / Recht
- Reisen / Impfen
- Stressabbau / Bewegung

Die Themenauswahl orientiert sich an den Interessen und Bedürfnissen der Teilnehmer.

Termine in Berlin:

- Tagesveranstaltungen (Samstags): 17.09. / 29.10. / und 17.12.2011
- Abendveranstaltungen (Donnerstags): 22.09. / 06.10. / 20.10. / 03.11. / 17.11. / 01.12. und 15.12.2011

Ansprechpartnerin: Kerstin Mörsch
Kontakt:
Tel: 01577 / 4211993
E-Mail: gesundheitstraining@gmx.de

→ **4. Termine bei Pluspunkt**

→ **Therapie-Info zu HIV.Aids.Hepatitis**

Verlauf der HIV-Infektion, Kombinationstherapie, Therapiebeginn, -umstellung, Bedeutung der Laborwerte, Umgang mit Nebenwirkungen, Wechselwirkungen, Therapie der HIV/Hepatitis C-Koinfektion.

September: Montag, den 05./12./19./26.09.2011

→ 16-19Uhr, persönlich und telefonisch

→ **Psychosoziale Beratung**

Positives Coming-out, Partnerschaft, Sexualität, psychische Probleme und Krisen, Psychotherapieberatung, Krisenbewältigung, Leben mit einer chronischen Erkrankung, eigene Lebensperspektive.

→ Montag 12-19, Dienstag bis Donnerstag 12-18 Uhr und nach Vereinbarung

→ **Sozialberatung**

Arbeitslosigkeit, Rente, Schwerbehinderung, Wohngeld, Arbeit und Beruf/Erwerbsleben, HIV am Arbeitsplatz, Krankenversicherung, medizinische und berufliche Rehabilitation.

→ Montag 12-19, Dienstag bis Donnerstag 12-18 Uhr und nach Vereinbarung

Für Erwerbstätige bieten wir individuell Beratungstermine außerhalb unserer Beratungszeiten an.



→ **Gesprächsgruppe für Frauen mit HIV/Aids**

Ansprechpartnerin: Brigitte Popp

September: Donnerstag, den 15. und 29.09.2011 von 16:30 – 18:30 Uhr

→ **Gesprächsgruppe für HIV-positive Männer, die Sex mit Männern haben**

Ansprechpartner: Leszek Thomas & Kai Schwabe

September: Dienstag, den 06. und 20.09.2011 von 19 – 21 Uhr

Die Teilnahme an den Gruppen ist nur nach einem Vorgespräch möglich.

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

greifenhagener str. **52** | 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: schwulenberatung berlin ggmbh, kto. 1029900, bank für sozialwirtschaft, blz. 100 205 00, verwendungszweck: pluspunkt | pluspunkt ist ein projekt der schwulenberatung berlin ggmb | www.schwulenberatungberlin.de