

Inhalt

1. Workshop HIV und Ernährung
2. Eröffnung Pluspunkträume
3. Externe Veranstaltungen
4. Termine bei Pluspunkt

→ 1. Workshop HIV und Ernährung

WS 3 Sa. 29.09.12 → 11-17 Uhr

HIV und Ernährung

Richtig Essen und Trinken – aber was?

Claudia Adam → Ernährungsberatung, Diplom-Oecotrophologin

Ein unübersichtliches Lebensmittelangebot, Heilversprechen durch bestimmte Nahrungsmittel, eine Vielzahl an Diäten und Ernährungsempfehlungen – das führt zu Verunsicherungen und wirft Fragen auf:

- Was hält mich gesund und schmeckt mir trotzdem?
- HIV und Ernährung – was ist zu beachten?
- Welche Ernährung passt am besten zu meinem persönlichen Lebensstil?

Dieser Workshop vermittelt Grundlagen über die Ernährungsempfehlungen nach der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) und wird durch praktische Beispiele ergänzt.

ⓘ Dieser Workshop ist nicht geeignet für Menschen, die eine spezielle Diät- oder Ernährungstherapie benötigen.

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 2012](#)

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

→ 2. Eröffnung Pluspunkträume

Der Umzug in unsere neuen Räume in der Greifenhagener Str. 52 liegt nun schon ein Jahr zurück. Er war verknüpft mit der Einführung unseres neuen



Testangebotes auf HIV, Syphilis und Hepatitis C im Rahmen der Berliner Testkampagne. Nun hat sich nicht nur das Testangebot etabliert, ebenso wurden die neuen Räume gut angenommen und wir haben uns eingelebt. Das wollen wir gemeinsam mit Kolleg_innen, Kooperationspartner_innen, Interessierten und Klient_innen feiern.

Wer das Projekt, unsere neuen Räume und die Mitarbeiter_innen kennen lernen möchte ist herzlich eingeladen vorbeizuschauen und mit uns zu feiern. Für das leibliche Wohl ist gesorgt.

Wann: Am **Freitag, den 28. September in der Zeit von 13-18 Uhr**
In der Zeit zwischen 14-15 Uhr werden Redebeiträge erwartet.

Wo: Bei **Pluspunkt** Greifenhagener Straße 52, 10437 Berlin (Prenzlauer Berg)

→ **3. Externe Veranstaltungen**

→ **HIV IM FOKUS 2012**

Der internationale Fachkongress **HIV IM FOKUS 2012** findet in diesem Jahr zum ersten Mal statt. Im Gegensatz zum thematisch breit angelegten HIV im Dialog beleuchtet **HIV IM FOKUS** ein zentrales Thema. Der Kongress findet unter dem Motto „Ohne Kondom – Aber sicher?!“ statt und bietet Informationen sowie Diskussionen zur Beurteilung von Übertragungsrisiken, zu neuen Möglichkeiten der Risikominimierung, zu Fragen der Selbstbestimmung in der Sexualität und zu ethischen wie juristischen Fragen im Zusammenhang mit einer HIV-Übertragung.
Der Eintritt ist frei.

Termin:

Freitag, 21.09.2012 (ab 11 Uhr)

Samstag, 22.09.2012 (ab 10 Uhr)

Ort: Rotes Rathaus, Jüdenstr. 1, Berlin-Mitte

Mehr Infos unter: www.hiv-im-fokus.de

→ **4. Termine bei Pluspunkt**

→ **Anonymer HIV/Syphilis-Schnelltest**

September: Montag, den 03./10./17./24.09.2012

→ 17-20:30 Uhr, ohne telefonische Anmeldung

→ **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: Dienstag, den 25.09.2012

→ 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 12-16, 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 12-16, 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 13. und 27.09.2012 von 16:30 – 18:30 Uhr

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

Ansprechpartner: Leszek Thomas & Kai Schwabe

September: Dienstag, den 04. und 18.09.2012 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 12-20:30 uhr dienstag-12-19 uhr, mittwoch -
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