

POSITIVE POST

Der Newsletter der Aidshilfe Wuppertal

Inhalt dieser Ausgabe:

Gut zu wissen

- *Jugendliche mit HIV treffen sich!
- *Einladung zum Frauenbrunch
- *WUpperputz
- *Online: Digitalisierung im Gesundheitswesen - der gläserne Patient
- *MBCT – Kurs zur Rückfallprophylaxe bei Depressionen u. Ängsten; Kursangebot für Schwule u. Menschen mit HIV
- *Wir sagen Danke!
- *Landesweites Positiventreffen
- *Deutsche Aidshilfe zu Versorgungsengpass bei HIV-Medikament: Licht am Ende des Tunnels*

HALLO AN ALLE!

Im Februar ist die Positive Post wieder etwas umfangreicher. Vor allem gibt es viele Veranstaltungshinweise - sicher ist für jeden etwas dabei!

Viel Freude mit der Februar-Ausgabe wünschen euch

Daniel, Jana, Liane & Susn

*Jugendliche mit HIV treffen sich!

Dieses Treffen richtet sich an junge Menschen mit HIV zwischen 14 und 17 Jahren.

09.05.2024, 17.00 Uhr – Sonntag, 12.05.2024, 14:00, Jugendherberge Mannheim

Leben mit HIV ist auch heute noch eine besondere Herausforderung insbesondere, wenn man noch sehr jung ist. In der Schule klarkommen, die eigene sexuelle und geschlechtliche Identität finden und lustvoll auszuleben, Krisen erleben, ohne dass es dich aus der Bahn wirft, eine Zukunftsperspektive entwickeln vielleicht in einem fremden Land und all dies, ohne dass die HIV-Infektion eine zusätzliche Hürde darstellt – geht das?

An diesem Wochenende wollen wir alle Menschen mit HIV zwischen 14 und 17 Jahren, die in Deutschland leben, einladen, unabhängig von geschlechtlicher und sexueller Identität, Herkunft, Sprache etc.

In kleinen Workshops möchte wir uns mit Euch zu Themen wie Liebe, Sexualität mit HIV, HIV-Übertragung, Tabletteneinnahme und vieles Mehr unterhalten. Sei dabei, lerne andere Menschen mit HIV in deinem Alter, aber vielleicht mit anderen Perspektiven, Sichtweisen, Kulturen und Ideen kennen. Es wird wieder ein vielfältiges Freizeitangebot geben. Das genaue Programm werden wir noch rechtzeitig zusenden.

Das Seminar wird von ausgebildeten Pädagog*innen geleitet, die schon lange mit jungen Menschen mit HIV arbeiten.

Die Teilnahmeplätze sind leider begrenzt. Wir bitten daher um baldige [Anmeldung](#).

<https://seminar.aidshilfe.de/de/ac373800da904da989b9aa942412c7ff/treffen-jugendliche-von-14-17-jahren>

Das Treffen ist kostenfrei. Die Fahrtkosten zu diesem Treffen werden nach dem Treffen erstattet.

Die Versorgung findet im Tagungshaus statt, die Unterbringung erfolgt in Mehrbettzimmern. Es fallen keine Kosten für die Teilnehmenden an.



Bild von Pixabay



*Wupperputz

09.03.2024 von 10 - 12 Uhr

In diesem Jahr wird wieder der alljährliche Wupperputz stattfinden, nachdem er letztes Jahr aufgrund starker Regenfälle abgesagt werden musste. Der Wupperputz ist eine Gemeinschaftsinitiative, die darauf abzielt, das Ufer und die Umgebung der Wupper von jeglichem Unrat und Umweltverschmutzungen zu säubern. Sie sind herzlich eingeladen, am am Wupperputz teilzunehmen – eine Anmeldung ist nicht nötig.

Mehr Infos gibt's [hier](#).

<https://www.wuppertal.de/rathaus-buergerservice/umweltschutz/abfall/wupperputz-2024.php>

*Online: Digitalisierung im Gesundheitswesen - der gläserne Patient

26.03.2024, Uhrzeit: 15.30-19.00 Uhr, Teilnahmebeitrag: 10,00 €

DigiG und GDNG? Nie gehört!

Vielleicht neue synthetische Partydrogen? Die Abkürzungen sind wahrscheinlich den meisten von uns völlig unbekannt. Aber das Digitalgesetz zur „Beschleunigung der Digitalisierung im Gesundheitswesen“ (DigiG) und das Gesundheitsdatennutzungsgesetz GDNG) sind beschlossene Sache.

Gerade das DigiG wird Berater*innen und Menschen mit HIV sehr interessieren, denn hier geht es um die ePA, die elektronische Patientenakte. Diese wird 2025 verpflichtend für alle Versicherten eingeführt und mit Daten gefüllt, außer Patient*innen widersprechen aktiv.

Wir wollen in der Veranstaltung der Fragen nachgehen, was in den beiden Gesetzen steht und welche Auswirkungen das für uns als potentielle Patiet*innen haben kann. Ist es weiterhin möglich, dass Menschen die Hoheit über ihre Daten behalten und was gibt es dafür zu tun?

Manuel Hofmann, Digitalreferent der Deutschen Aidshilfe, wird Licht ins Dunkel der Gesetze bringen. Gemeinsam wollen wir diskutieren, wie wir mit den konkreten Auswirkungen umgehen können und die Interessen von Menschen mit HIV Gehör finden.

[Hier](#) geht's zur Anmeldung. Anmeldeschluss ist der 20.03.2024. Der Zoomlink für die Veranstaltung wird mit der Anmeldebestätigung versendet.

<https://seminar.aidshilfe.de/de/a0bed61e244b4d2b99f41f57080e39a1/online-digitalisierung-im-gesundheitswesen---der-glaserne-patient>

*MBCT – 8-Wochenkurs zur Rückfallprophylaxe bei Depressionen und Ängsten; Kursangebot für Schwule und Menschen mit HIV

MBCT (engl.: mindfulness-based cognitive therapy = achtsamkeitsbasierte kognitive Therapie) ist für Menschen gedacht, die ein- oder mehrmals eine Depression erlebt haben, zurzeit nicht akut depressiv sind und einem Rückfall vorbeugen möchten. Außerdem eignet es sich für Menschen, die unter Ängsten leiden oder häufig ins Grübeln verfallen.

Das achtwöchige Konzept kombiniert Achtsamkeitsübungen mit Techniken der kognitiven Verhaltenstherapie. Durch ein intensives Training lernen Menschen depressionsfördernde Wahrnehmungs-, Denk- und Handlungsmuster früher zu erkennen und anders mit ihnen umzugehen. Negative Grübelspiralen und ungünstige Verhaltensweisen können zunehmend durch hilfreiche Maßnahmen ersetzt werden.



Wissenschaftliche Studien legen nahe, dass MBCT eine wirkungsvolle Methode ist und das Rückfallrisiko um bis zu 50 Prozent reduzieren kann.

Der MBCT-Kurs umfasst ein Vorgespräch (auch zur gegenseitigen Entscheidungsfindung, ob dieses Programm zum jetzigen Zeitpunkt sinnvoll ist), 8 wöchentliche Termine in der Gruppe von 2,5 Stunden und einen Achtsamkeitstag am Wochenende, schriftliche Arbeitsmaterialien und Audioübungen. Da der Kurs über Projektgelder finanziert wird, ist das Angebot kostenlos. Über Spenden freut sich die Aidshilfe Wuppertal natürlich sehr!

***Wir sagen Danke!**

Ganz herzlich möchten wir uns an dieser Stelle bei allen ehrenamtlich Helfenden bedanken! Ohne euch wäre ein Großteil der Arbeit, die mit und durch die AHW passiert, nicht möglich! **Danke für euren Einsatz, für euer Engagement, für eure Zeit, für eure Kraft und für eure Ausdauer!**

Eine kleine Form des Dankes soll am 05. März im Rahmen des Ehrenamt-Treffens zum Ausdruck kommen: Wir laden euch ein zu Kaffee und selbstgebackenen Kuchen! - Ab 16:30 Uhr in der Aidshilfe.

Bitte meldet euch an, wenn ihr kommen wollt: info@aidshilfe-wuppertal.de



*Wir sagen Danke!

Eine kleine Form des Dankes soll am 05. März im Rahmen des Ehrenamt-Treffens zum Ausdruck kommen: Wir laden euch ein zu Kaffee und selbstgebackenen Kuchen! - Ab 16:30 Uhr in der Aidshilfe.

Bitte meldet euch an, wenn ihr kommen wollt: info@aidshilfe-wuppertal.de

SAVE THE DATES

*25.06.24: Sommerfest
*14.09.24: CSD in Wuppertal und Remscheid

*Landesweites Positiventreffen

Das zweite landesweite Positiventreffen NRW vom 05. – 07. April 2024 bietet wieder ein Doppelt Plus mit zwei Workshops ganz im Sinne von Empowerment.

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 |Berlin

Foto-Workshop: „MEINE POSITHIVEN 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 Workshops ist verpflichtend. Ein Wechsel ist nicht möglich. Anmelde-Details: [Siehe hier](#).

Termin: 05. – 07. April 2024; Ort: Akademie Biggensee | Ewiger Str. 7-9 | 57439 Attendorn

*Deutsche Aidshilfe zu Versorgungsengpass bei HIV-Medikament: Licht am Ende des Tunnels ([Artikel online hier](#))

Bundesgesundheitsministerium erklärt Versorgungsmangel bei einem wichtigen HIV-Medikament – dem einzigen, das auch als Schutz vor einer HIV-Infektion zugelassen ist. Zusätzliche Lieferungen angekündigt.

Das Bundesgesundheitsministerium hat offiziell bekanntgegeben, dass bei dem HIV-Medikament mit den Substanzen Emtricitabin/Tenofovirdisoproxil ein Versorgungsmangel besteht. Eine entsprechende Mitteilung wurde heute im Bundesanzeiger veröffentlicht.

Das HIV-Medikament ist das einzige, das in Deutschland auch für die HIV-Prophylaxe PrEP („Prä-Expositions-Prophylaxe“) für Menschen mit erhöhtem HIV-Risiko zugelassen ist.

Die Deutsche Aidshilfe begrüßt die Erklärung des Versorgungsmangels. Dazu sagt DAH-Vorstand Stefan Miller: „Es ist ein wichtiges Zeichen, offiziell festzustellen, was längst unübersehbar ist: ein dramatischer Versorgungsausfall bei einem wichtigen HIV-Medikament. Die Folgen sind bereits fatal: Wir müssen mit vermeidbaren Neuinfektionen rechnen, Therapieumstellungen belasten die Menschen, die mit HIV leben. Dieser Notlage gilt es mit aller Kraft entgegenzuwirken.“

weiter auf der nächsten Seite



Schrittweise Entspannung?

Das Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM) hat zudem heute an einem Runden Tisch zur PrEP-Versorgung angekündigt, dass ab sofort zusätzliche Medikamentenlieferungen von zwei Herstellern zu erwarten sind. Wenn diese Lieferungen tatsächlich erfolgen, würde sich die Situation in den nächsten Wochen deutlich entspannen.

„Dank der gemeinsamen Anstrengungen aller Beteiligten ist jetzt Licht am Ende des Tunnels sichtbar. Wann sich die Versorgungslage wieder vollständig normalisieren wird, lässt sich zurzeit aber noch nicht sagen“, erklärt DAH-Vorstand Stefan Miller.

Krankenkassen müssen Kosten übernehmen

Um rasche Verbesserung der Versorgung zu ermöglichen, sollten die Krankenkassen zudem die Kostenübernahme für alle verfügbaren Präparate zusichern – auch für importierte Medikamente und für das deutlich teurere Original-Präparat. Der Verband der gesetzlichen Krankenkassen (GKV-Spitzenverband) sollte die Kostenübernahme unverzüglich offiziell bestätigen, damit Ärzt*innen und Apotheker*innen keine Angst vor finanziellen Verlusten haben müssen. Diese Sorge kann ein großes Hemmnis bei der Verschreibung und Aushändigung der jeweils verfügbaren Präparate sein.

Der offiziell erklärte Versorgungsmangel ermöglicht den Ländern, Importe des Medikaments zu erlauben. Welche Rolle dies angesichts der angekündigten Lieferungen noch spielt, ist zurzeit ungewiss.

Versorgungskrisen in Zukunft vermeiden

Nach dem Ende der aktuellen Krise muss es dann darum gehen, die Ursachen zu bestimmen und ähnliche Situationen in Zukunft zu vermeiden, auch angesichts von ähnlichen Lieferengpässen bei anderen Medikamenten in den letzten Jahren. Dabei spielen wahrscheinlich auch die Konzentration auf relativ wenige Hersteller und die deutsche Preispolitik bei Generika eine Rolle.

„Dass ein lebenswichtiges Medikament in Deutschland plötzlich nicht mehr verfügbar ist, darf sich nicht wiederholen. Die Bundesregierung steht in der Pflicht, das zu verhindern“, sagt DAH-Vorstand Stefan Miller.

Die PrEP ist eine wichtige Säule der Prävention

Die HIV-Prophylaxe PrEP ist in Deutschland seit 2019 Leistung der Gesetzlichen Krankenkassen. Etwa 40.000 Menschen nutzen sie nach Schätzungen des Robert Koch-Instituts. In der Fachwelt herrscht Einigkeit, dass sich noch deutlich mehr Menschen mit der PrEP vor einer HIV-Infektion schützen könnten und dass sich so die Zahl der Neuinfektionen weiter senken ließe. Die Deutsche Aidshilfe arbeitet im Rahmen ihrer Präventionsarbeit seit Jahren daran, die PrEP noch bekannter zu machen und deren Akzeptanz zu steigern.

„Um Menschen diese Schutzmethode nahezubringen braucht es jedoch eine verlässliche Verfügbarkeit des Medikaments“, betont DAH-Vorstand Stefan Miller.

KONTAKT

Aidshilfe Wuppertal e. V. Zentrum für Gesundheit, Sexualität und Selbstbestimmung im Bergischen

Simonsstraße 36
42117 Wuppertal

info@aidshilfe-wuppertal.de
Telefon 0202 450003
Fax 0202 452570

Montag bis Donnerstag,
09:00-16:00 Uhr

Bilder: Pixabay, Aidshilfe NRW

www.aidshilfe-wuppertal.de

Spendenkonto

Stadtparkasse Wuppertal +++ IBAN: DE02 3305 0000 0000 9376 49 +++ BIC: UPSDE33XXX