Zentrum für Gesundheit, Sexualität und Selbstbestimmung im Bergischen
Aidshilfe Wuppertal

POSITIVE POST

Der Newsletter der Aidshilfe Wuppertal

Inhalt dieser Ausgabe

*Wahlparty: Vorläufiger 6. Platz

*Ausstellung: Wir sind die Aidshilfe ...und das machen wir auch!

*Zu wenig

*Neue DAH-Homepage Positive Aussichten

*Workshop geschlechter-inklusive Sprache

*Fachtag für Selbsthilfe-Aktive

*Positiv Handeln NRW

*Online-Veranstaltung: Open your Mindset

HALLO AN ALLE!

Und da ist er, der Herbst! Zeit für die ersten gemütlichen Stunden auf dem Sofa - mit der PoPo als Unterhaltungslektüre. ;)

In dieser Ausgabe haben wir einige Meldungen aus dem Newsletter der Aidshilfe NRW übernommen. Solltet ihr den auch alle bekommen, gebt gerne eine Rückmeldung!

Herzliche Grüße

Daniel, Jana, Liane, Sarah & Susn

RÜCKBLICK für Wuppertal

Safe the Dates

- **13.9.**: CSD in Wuppertal.
- **20.9.**: CSD in Remscheid
- **22.9.**: PrEP-Infoabend in Remscheid
- **30.9.**: Veranstaltung zu Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht
- **11.12.**: PrEP-Infoabend in Wuppertal

*Wahlparty: Vorläufiger 6. Platz

Am 27.08. fand die Wahlparty zum Bürger*innen-Budget statt. Die Aidshilfe war mit dem Projekt „Sex, Drugs and Rock'n'Roll" vertreten und hatte, wie alle anderen 29 Akteur*innen des Abends,1 Minute Zeit, das Anliegen vorzustellen. Wahrlich nicht viel Zeit für so viel Inhalt und Erklärungsbedarf! Aber Susn, Anne, Jörg und Martina ist es dennoch gelungen zu überzeugen und auf Stimmenfang zu gehen. An dem Abend haben wir den 6. Platz belegt.

Nun haben alle Wuppertaler*innen noch bis zum 18.09. Zeit für ihre (fünf) Favoriten abzustimmen. Wenn ihr auch für uns voten wollt, geht das hier oder unter dem QR Code.

Sollte das mit der Abstimmung bei euch nicht funktionieren: Wir helfen gerne! ;) Man kann aber auch analog in eine der 12 Bezirksstationen seine Stimme abgeben.

Aidshilfe Wuppertal
Zentrum für Gesundheit, Sexualität und Selbstbestimmung im Bergischen

*Ausstellung: Wir sind die Aidshilfe … und das machen wir auch

Die AHW hat eine neue Wanderausstellung. Unter dem Titel „Wir sind die Aidshilfe … und das machen wir auch!“ stellen wir unsere Arbeitsbereiche und Schwerpunktthemen vor. Ziel ist es, Menschen darüber zu informieren, wie vielseitige die Aidshilfe-Arbeit ist. Und sie bietet darüber hinaus viel Wissenswertes zur sexuellen Gesundheit im Allgemeinen. Auf 13 ellipsenförmigen Säulen gibt es allerlei zu lesen.

Bis zum Ende des Monats ist die Ausstellung in der Geschäftsstelle der AOK (Bundesallee 265) zu sehen. Danach wird sie durch die Stadtteil-Bibliotheken Wuppertals wandern.

News der AH NRW und DAH

*Zu wenig….

Zu wenige Praxen für immer mehr Patient*innen: Ein im Juli vorgestelltes Gutachten zur HIV-Versorgung in Deutschland warnt vor erheblichen Versorgungsengpässen in den kommenden Jahren. So könnten bis 2035 bis zu 130 spezialisierte HIV-Ärzt*innen fehlen, um den steigenden Bedarf zu decken. Dies entspräche etwa 26 Prozent der benötigten Gesamtzahl an ärztlichen HIV-Spezialist*innen. Besonders in ländlichen Regionen drohen massive Zugangsprobleme. Deutschland verfügt derzeit über ein leistungsfähiges Versorgungssystem mit spezialisierten HIV-Schwerpunktpraxen und Klinikambulanzen. Knapp 80 Prozent der Menschen mit einer HIV-Diagnose werden erfolgreich von Vertragsärzt*innen behandelt, die auf das HI-Virus spezialisiert sind. Doch das System stößt an seine Grenzen: Zwischen 2014 und 2023 stieg die Zahl der Patient*innen mit spezialisierter Versorgung um 38 Prozent – von 49.500 auf 68.500 jährlich.

*Neue DAH-Homepage "Positive Aussichten: Gut ins Alter mit HIV"

Immer mehr Menschen mit HIV in Dtl. werden älter – und stellen sich dabei neuen Fragen: Wie kann man gut alt werden? Was bleibt, was verändert sich? Welche Unterstützung steht einem zu? Und wie lässt sich dieser neue Lebensabschnitt möglichst selbstbestimmt gestalten? Diese neue Internetseite richtet sich an Menschen mit HIV, die älter werden – und an alle, die sich mit ihnen verbunden fühlen. Sie bietet Inspiration, Information und Orientierung für den Alltag und die Zukunft. Und sie erinnert daran: Auch im Alter können wir aktiv sein und über unser Leben bestimmen. Die Homepage findet ihr unter aidshilfe.de.

*Workshop "Geschlechterinklusive Sprache, Neopronomen und Co" in Köln

17. Oktober 2025

Die Vielfalt queerer Communities und ihrer unterschiedlichen Bewegungsgeschichten spiegelt sich auch im Umgang mit einer geschlechterinklusiven Sprache wider. In vielen queeren Vereinen und Gruppen ist gendern eine Selbstverständlichkeit – zumindest vom theoretischen Anspruch her. In der Praxis zeigen sich erlernte Gewohnheiten, auch in Bezug auf binäre Sprache, noch immer als erstaunlich robust. Dieser Workshop wendet sich daher an alle, die den selbstverständlichen und sicheren Umgang mit geschlechtsneutraler und geschlechterinklusiver Sprache lernen möchten. Er hat zum Ziel, im Umgang mit vielfältigen Pronomen, Gendern und Co. Sicherheit und Professionalität zu erlangen und damit respektvolle Räume für alle zu schaffen. Weitere Informationen findet ihr auf der Homepage der AH NRW.

*Fachtag für Selbsthilfe-Aktive

19. bis 21. September 2025 | Walsrode

Selbsthilfe im Zeichen des gesellschaftlichen Wandels Der Fachtag richtet sich an Menschen mit HIV, die in der Selbsthilfe aktiv sind. Hier wird sich mit den Herausforderungen eines wachsenden Rechtsrucks auseinandergesetzt. Themen wie Rassismus, Antifeminismus, Queerfeindlichkeit und Diskriminierung – sowohl in der Gesellschaft als auch innerhalb unserer eigenen Reihen – stehen dabei im Fokus. In Workshops werden konkrete Strategien entwickelt, um diesen Tendenzen entgegenzuwirken. Weitere Informationen findet ihr unter aidshilfe.de.

Köln, September 2025

Einladung

zum landesweiten Positiventreffen NRW vom 10. – 12. Oktober 2025
in der Akademie Biggesee | Ewiger Str. 7-9 | 57439 Attendorn

Liebe Freund*innen,

POSITHIV HANDELN NRW steht für Solidarität, Vielfalt und Demokratie.
Der Respekt vor unterschiedlichen Lebenswelten, Kulturen und Geschlechtern bildet eine wichtige Grundlage unserer Arbeit. Jegliche Form von Ausgrenzung, Rassismus und Rechtspopulismus widerspricht unserer Haltung. Alle, die diese Überzeugung mit uns teilen, sind uns herzlich willkommen.

Wir bieten wieder ein landesweites Positiventreffen für ein selbstverständliches und selbstbewusstes Leben mit HIV an. Dieses Mal mit dem Thema:

HIV UND DEPRESSION – UMGANG MIT NEGATIVEN EMOTIONEN UND BELASTUNGEN

Praxisworkshop: Depressionen verstehen und bewältigen
Es werden die Hintergründe und Zusammenhänge von Depressionen erläutert sowie alltagsnahe Wege zur Bewältigung aufgezeigt. Wir werden der Frage nachgehen, warum Depressionen bei HIV so häufig auftreten und welche professionellen Therapiestrategien zur Verfügung stehen.
Du hast die Gelegenheit, verschiedene Methoden kennenzulernen, die dir im Alltag helfen können, depressiven Entwicklungen entgegenzuwirken und die Häufigkeit sowie Dauer von Rückfällen zu reduzieren. Im Mittelpunkt steht der Ansatz der achtsamkeitsbasierten kognitiven Therapie (Mindfulness Based Cognitive Therapy, MBCT), der speziell zur Behandlung von Depressionen entwickelt wurde. Wir werden uns mit Gedanken- und Verhaltensmustern auseinandersetzen, die Depressionen verstärken und aufrechterhalten. Darüber hinaus werden Körper-, Atem- und Meditationsübungen vorgestellt, die Stress abbauen und ein positives Körpergefühl fördern.
Referent: Leon Taubert: Dipl.-Psychologe / integrative, körperorientierte Psychotherapie (HPG), Mental Health First Aid (MHFA)-Instruktor

*Online-Veranstaltung: Open your Mindset

17. und 24. September 2025

Interkulturelle Öffnung für Menschen mit und ohne Migrationsbiografien im Kontext der Arbeit im Gesundheitswesen. Den Blick über den Tellerrand aktivieren, das eigene Denken für andere kulturelle Vorstellungen von Gesundheit und Krankheit öffnen, das ermöglicht „Open your Mindset". "Racial Trauma" als Grundlage für Verständnis, sowie die physischen und psychischen Auswirkungen von "Racism related stress" sollen den Personen der Zielgruppe nähergebracht werden, damit die Empathie für rassifizierte und von Intersektionalität betroffene Menschen hinsichtlich Gesundheit und Krankheit gesteigert wird. Des Weiteren wird es eine Einführung in koloniale Kontinuitäten in der Medizin geben, damit die strukturelle Problematik, die im Gesundheitswesen herrscht, verdeutlicht wird. "Klassische Schulmedizin" als Goldstandard vs. alternativ tradiertes Heilwisssen als Diskurs gelingender Heilbehandlung. Weitere Informationen findet ihr unter aidshilfe.de

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

www.aidshilfe-wuppertal.de

Montag bis Donnerstag,
09:00-15:00 Uhr

Bilder: AHW, AHW NRW

Spendenkonto
Stadtsparkasse Wuppertal +++ IBAN: DE02 3305 0000 0000 9376 49 +++ BIC: UPSDE33XXX