

Bundesweites Positiventreffen

Treffen für HIV-Positive im Erwerbsleben

Do, 11.02.2021 — So, 14.02.2021

Die Bundesweiten Positiventreffen sind ein Fortbildungsangebot für Menschen mit HIV. Bei einer Anmeldung sollte beachtet werden, dass jedes Treffen sich an eine besondere Zielgruppe richtet oder einen thematischen Schwerpunkt hat.

Neben Diskussionen, Fortbildungs- und Informationsangeboten zu den jeweiligen Schwerpunktthemen gibt es genügend Raum für Begegnung und den so wichtigen "informellen Austausch". Mit diesen Treffen wollen wir die Selbsthilfearbeit von HIV-Positiven fördern und diese als Multiplikator*innen miteinander vernetzen.

Wir gehen grundsätzlich von einer Bereitschaft aller Teilnehmenden aus, sich aktiv und offen mit sich und den anderen sowie den unterschiedlichen Lebens- und Sichtweisen auseinanderzusetzen.

Kinderbetreuung ist bei rechtzeitiger Anmeldung möglich.

In Kooperation mit Positiv e.V. und der Deutschen AIDS-Hilfe e.V. (DAH).

Übersicht der angebotenen Workshops

- Workshop: Feldenkrais "Bewusstheit durch Bewegung" - Beweglicher Körper, wacher Geist

-Freitag und Samstag / jeweils vor- und nachmittags, Sonntagvormittag-

Jeder Mensch lernt im Laufe seines Lebens, sich auf bestimmte Weise zu verhalten, zu bewegen, zu denken und zu fühlen. So entwickeln sich Gewohnheiten, die zu einem großem Teil sein Handeln bestimmen und ihm Sicherheit geben. Wie gut und zweckmäßig diese Gewohnheiten sind oder wie notwendig es ist, diese zu variieren und weiterzuentwickeln wird spätestens in neuen Lebensmomenten angesichts neuer Aufgaben und Herausforderungen erfahrbar.

FELDENKRAIS® nutzt körperliche Bewegung zur Initiierung von Lernprozessen, um im spielerischen Ausprobieren und Erforschen der eigenen Möglichkeiten mit Neugier und Respekt größere Handlungsfreiheit zu entwickeln. Mit welchen Themen wir uns im Workshop beschäftigen werden, ergibt sich aus den Fragestellungen und Bedürfnissen der Teilnehmenden. Die Arbeit findet im Liegen, Sitzen oder Stehen statt. Bequeme Kleidung ist vorteilhaft, Vorerfahrung ist nicht notwendig.

Trainer: Joachim Foss, FELDENKRAIS®-Lehrer, Lüneburg

Fotoworkshop – "Portraits zum Thema: positiv arbeiten"

-Freitag und Samstag / jeweils vor- und nachmittags

Portraits und Portraitserien sollen entstehen in der spielerischen Auseinandersetzung mit unseren Erfahrungen als HIV-Positive in der Arbeitswelt und unseren Wünschen. Wie lässt sich die Persönlichkeit des Portraitierten am besten herausarbeiten? Vielleicht findet auch eine Transformation in ein völlig anderes Ich oder Wesen statt. Es bleibt der Fantasie der Teilnehmenden überlassen, das Thema so frei wie

möglich umzusetzen. Dabei nutzen wir auch die Möglichkeiten der Nachbearbeitung der Fotos im Photoshop. Die Ergebnisse wollen wir in einer kleinen Ausstellung am Ende des Workshops vorstellen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Es besteht die Möglichkeit sowohl vor als auch hinter der Kamera zu stehen. Die eigene Kamera kann mitgebracht werden. Es steht aber auch eine Profikamera mit Equipment zur Verfügung.

Trainer: Michael Bidner, bildender Künstler und Fotograf, Berlin

Endlich positiv am Arbeitsplatz?!

-Freitag / vor- und nachmittags-

Wir sind HIVpositiv und stehen mitten im Arbeitsleben, erbringen Leistung und tragen zum Bruttosozialprodukt bei. HIV und Arbeit sind in den letzten Jahr(zehnt)en zu keinen Widersprüchen mehr geworden. Aber wie schaut es am Arbeitsplatz aus? Arbeiten wir auch dort offen mit unserer HIV-Infektion oder verheimlichen wir sie? Es gibt unterschiedliche Umgangs- und Entscheidungsmöglichkeiten - und keine davon ist falsch! Jede*r muss für sich selbst entscheiden, ob mensch am Arbeitsplatz sein Leben mit HIV offenlegt. Manche gehen sehr offensiv damit um, manche möchten auf Arbeit keine persönlichen / intimen Themen teilen. Aber da gibt es auch noch was dazwischen... Noch immer gibt es Menschen, die ihre HIV-Infektion am Arbeitsplatz aus Angst und Scham verheimlichen. Angst vor Diskriminierung und Ausgrenzung. Angst, trotz Leistung aus falscher Rücksicht nicht gefordert oder befördert zu werden. Angst sich Vorhaltungen anhören zu müssen. An diese Menschen richtet sich dieser Workshop!

In einer Mischung aus Selbsterfahrungsworkshop und Gesprächsrunde wollen wir uns damit beschäftigen, was uns davon abhält sich am Arbeitsplatz als Positiv zu outen, wie wir mit den Gründen dafür umgehen und was wir vielleicht ändern können. Dabei geht es nicht darum, sich nach dem Workshop zu outen. Es geht darum, eventuell einen neuen Zugang und Umgang zu finden. Denn Angst am Arbeitsplatz wirkt sich auf unsere Psychische, Physis, Leistung, Konzentration, Lebensqualität etc. aus., führt unter Umständen zu Stress.

Es geht nicht um einheitliche Lösungen oder vorgefertigte Antworten, sondern es soll um die individuelle Auseinandersetzung mit sich selbst, den Austausch und Ideen und Denkanstöße gehen. Dies geschieht in Einzelarbeit, Kleingruppen und im Plenum.

Trainer: Christoph Schaal-Breite, Diplom-Pädagoge, pro plus berlin e.V., Buddy und PositHIVES Gesicht (DAH), Berlin

Neues aus der Medizin und Forschung

-Freitagvormittag-

Wir leben in spannenden Zeiten. Nicht zuletzt durch Corona hat auch die HIV-Forschung einen deutlichen Schub bekommen. Was ist davon zu erwarten? Wird die mRNA-Technologie auch im HIV-Bereich Fuß fassen? Wie sehen die neuen Therapieformen aus und wo steht die Heilungsforschung? Darüber und über mitgebrachte Fragen wollen wir reden.

Referent: Siegfried Schwarze, projekt information, Berlin

Gesund leben mit HIV

-Freitagnachmittag-

Durch die moderne HIV-Therapie hat die Infektion weitgehend ihre Schrecken verloren. Doch die Herausforderung bleibt bestehen: Wie gestalte ich ein gesundes Leben? Was kann ich meinem Körper, meinem Geist und meiner Seele Gutes tun? Und wie kann man möglichst gesund alt werden?

Grundlegende Infos, praktische Tipps und die Diskussion mitgebrachter Fragen sollen uns dabei helfen.

Referent: Siegfried Schwarze, projekt information, Berlin

Mediation als Werkzeug zur Konfliktlösung

-Samstag / vor- und nachmittags-

HIV-positive Menschen treffen häufig auf sehr unterschiedliche Vorstellungen zu gesundheitlichen, moralischen oder gesellschaftlichen Grundhaltungen. Schnell kommt es dann zu Konflikten, die aus augenscheinlich unvereinbaren Positionen heraus entstehen. In der Mediation werden Haltungen und Methoden vermittelt, die einen Perspektivwechsel zwischen den Beteiligten ermöglichen. So entsteht wieder Raum für individuelle, gemeinsam erarbeitete Lösungsstrategien. Im Rahmen des Workshops können anhand von Fallbeispielen die vermittelten theoretischen Elemente erprobt und die eigene Haltung zu Konflikten hinterfragt werden.

Themen und Inhalte, u.a.:

- Grundlagen der Kommunikation /Aktives Zuhören
- Strategien zum Führen von Konfliktgesprächen
- Grundlagen der Mediation und der Konflikttheorie
- Strategien der Konfliktbearbeitung / Wertschätzendes Feedback geben

Trainer: Tim Vogler, Freiberuflicher Trainer und Moderator für partizipative Prozesse, Mediator, HIV-Aktivist, Berlin

Frieden schließen mit dem inneren Antreiber - Stress und Burnout vorbeugen

-Samstag / vor- und nachmittags-

Oft sind es nicht nur äußere Faktoren, die uns dazu bringen, dauerhaft über die eigenen Belastungsgrenzen hinauszugehen, mehr aushalten, mehr leisten, noch perfekter sein zu wollen.

Wir wollen in diesem Workshop unserem "inneren Antreiber" und seinen Motiven auf die Spur kommen. Welche unserer Verhaltensmuster werden von ihm bestimmt sind und in welchen Momenten wird er besonders laut?

In Übungen und Gesprächen wird es darum gehen, diesen Anteil der eigenen Persönlichkeiten besser zu verstehen, zu integrieren sowie alltagstaugliche Tools zu entwickeln, die helfen, es auch einmal genug sein zu lassen.

Trainer: Sven Kerkhoff, Heilpraktiker (Psychotherapie), Jurist/Mediator, Psychosynthese-Coach, Systemischer Paar- und Sexualtherapeut,

Forum: positiv arbeiten

-Sonntagvormittag-

Über 100 Unternehmen, Organisationen, Städte, Ministerien und Betriebe haben die Deklaration #positivarbeiten gegen Diskriminierung von Menschen mit HIV im Arbeitsleben bereits unterzeichnet. Wir wollen euch das Projekt vorstellen und gemeinsam überlegen, wie noch mehr Menschen mit HIV Teil der Kampagne werden können und was das für die positive Community bedeutet. Mehr Infos: www.positiv-arbeiten.de

Referent*innen: N.N., Heike Gronski, HIV-Referentin der DAH, Berlin

Änderungen im Programm sind möglich / Stand: 12. Januar 2021

VA-Nummer

1790

Kosten

30,- EUR (DAH); Fahrtkosten werden nicht erstattet.

Dauer

Do, 18:00 Uhr – So, 14:30 Uhr

Dozent*innen

[Michael Bidner](#), [Joachim Foss](#), [Heike Gronski](#), [Sven Kerkhoff](#), [Guido Kissenbeck](#), [n.n.](#),
[Stefan Reck](#), [Christoph Schaal-Breite](#), [Christoph Schreiber](#), [Siegfried Schwarze](#) [Tim Vogler](#),

Pädagogische Leitung: Ulli Klaum

 [1790 Ankündigung/Programm \(123,4 KiB\)](#)