

Bundesweites Treffen für Frauen mit HIV

Fr, 10.02.2023 — So, 12.02.2023

Manche Frauen mit HIV kommen häufig mit anderen betroffenen Frauen zusammen, so etwa in ihrer Selbsthilfegruppe oder durch Mitarbeit im "Netzwerk Frauen und Aids". Auf andere trifft dies nicht zu, weil sie z.B. in einer Kleinstadt leben oder keinen Kontakt zur Aidshilfe haben, mitunter aus Angst, dass dadurch ihre HIV-Infektion bekannt werden könnte. Wie auch immer deine Situation ist: Diese Fortbildung ermöglicht es dir, dich über aktuelle gesundheitliche und soziale Fragen zu informieren und an Themen zu arbeiten, die für HIV-positive Frauen besondere Bedeutung haben oder ihnen am Herzen liegen.

Das 1. Treffen 2023 hat folgende zwei Themenschwerpunkte:

"Raus aus dem Winterblues – gestärkt aus der Krise? Und wenn ja – wie?"

Auch heutzutage erleben noch Frauen, dass ihre medizinischen Befunde besonders markiert werden um vor HIV zu warnen. Das ist nur eines der Beispiele, warum es auch 2023 wichtig bleibt, sich gegen Stigmatisierung zu schützen. Wir möchten Erfahrungen austauschen, wie wir ganz individuell mit Kränkungen umgehen: Resignation, Gelassenheit, aktives Handeln? Welche Bewältigungsstrategien helfen? Mit verschiedenen Methoden der Achtsamkeit und Selbstfürsorge wollen wir den inneren Verletzbarkeiten sowie den Belastungen des Lebens begegnen und unser Wohlbefinden und psychische Stabilität fördern.

Trainerin: Psych. Reinhild Trompke-Dau

"Selbstbestimmt, empowered und hoffnungsvoll ins neue Jahr - Warum die Botschaft von n=n auch 2023 immer noch wichtig ist!"

Die Information, dass der HI-Virus bei erfolgreicher Therapie nicht übertragen werden kann, ist seit vielen Jahren bekannt und wurde über Jahrzehnte durch wissenschaftliche Studien immer wieder eindrücklich belegt. Die daraus entstandene Botschaft n=n (nicht nachweisbar = nicht übertragbar), übersetzt aus dem Englischen u=u (undetectable = untransmittable), ist in den letzten Jahren zu einer der stärksten Kampagnen weltweit gegen HIV-bezogene Stigmatisierung und Diskriminierung geworden.

In diesem Workshop wollen wir auf die geschichtlichen Ursprünge der Kampagne n=n schauen. Wie ist sie so kraftvoll geworden, warum kam sie vermeintlich erst so spät und was braucht es gesellschaftlich womöglich noch, damit diese Information zum unanfechtbaren Allgemeinwissen wird. Individuell wollen wir beleuchten, welche positive Auswirkung n=n auf unser Leben hat(te) und in welchen Bereichen es noch Herausforderungen und Hindernisse gibt. Eine Leitfrage des Workshops wird sein, wie wir n=n für eine Verbesserung unserer Lebensqualität und ein selbstbestimmtes und selbstbewusstes Leben mit HIV aktiv nutzen und einsetzen können.

Trainerin: Psych. Linn Mehnert

Kinderbetreuung ist bei rechtzeitiger Anmeldung möglich.

In Kooperation mit der Deutschen Aidshilfe e.V. (DAH)

VA-Nummer

3381

Kosten

20,- EUR (DAH); Fahrtkosten werden erstattet

Dauer

Fr, 18:00 Uhr – So, 14:00 Uhr

Dozent*innen

[Linn Mehnert](#), [Reinhild Trompke-Dau](#)
Pädagogische Leitung: Ulli Klaum