

HELPERZELLEN GEGEN RECHTS

DEMOKRATIE LEBEN: POSITHIV HANDELN!

POSITHIVHANDELN NRW PROGRAMM 2025 2. HALBJAHR





HELFERZELLEN GEGEN RECHTS

Wir beziehen klar Stellung gegen die Normalisierung des Rechtsrucks in unserer Gesellschaft! Rassismus, Antisemitismus, Queerfeindlichkeit und Antifeminismus gefährden all das, wofür wir uns einsetzen. Es ist wichtig, dass Menschen mit HIV in Deutschland ohne Stigmatisierung und Diskriminierung leben können. Eine wichtige Grundlage dafür ist unsere Demokratie, die den Schutz der Grundrechte von allen garantiert.

Ein demokratisches Umfeld ist wichtig, um die Rechte und das Wohlergehen von Menschen mit HIV zu schützen und die Bemühungen zur Prävention und Behandlung der Krankheit zu unterstützen. Rechtspopulistische Parteien und Gruppierungen untergraben diese Bemühungen. Damit verschlechtern sie die Lebensbedingungen von Menschen mit HIV.

POSITHIV HANDELN grenzt sich in jeder Form von rechtspopulistischen und rechtsextremen Gruppierungen und Parteien ab, damit HIV-Positive in einer Gesellschaft leben können, in der die gesundheitliche Versorgung, die Antidiskriminierungsarbeit und die Akzeptanz von Lebensstilen weiter ausgebaut werden.

In einer demokratischen Gesellschaft funktioniert der offene Diskurs über eine angemessene Gesundheitsversorgung einschließlich Prävention, Behandlung und Unterstützung von Menschen mit HIV. Jederzeit kann von den Regierungsparteien eingefordert werden, alle erforderlichen Strukturen dafür zu gewährleisten. Rechtspopulistische Parteien und Gruppierungen haben diesbezügliche Anstrengungen bestehender Regierungen immer wieder kritisiert. Von ihnen ist eher zu erwarten, HIV-Präventionsprogramme einzustellen und damit die Gesundheit und das Wohlergehen von Menschen mit HIV zu gefährden.

In Deutschland gilt das Allgemeine Gleichbehandlungsgesetz (AGG), das Diskriminierung aufgrund von HIV/Aids verbietet und bekämpft. Rechtspopulistische Bewegungen fördern jedoch Diskriminierung, sei es aufgrund der sexuellen Orientierung, der ethnischen Herkunft, der Religion, des Lebensstils oder des Gesundheitszustandes. Dies führt zur Stigmatisierung von Menschen mit HIV und beeinträchtigt ihre Möglichkeiten, offen über ihre Krankheit zu sprechen und Zugang zu Bildung, Arbeit und anderen Ressourcen zu erhalten.

Eine demokratische Gesellschaft fördert ein sicheres und unterstützendes Umfeld für Menschen mit HIV und Menschen, die von HIV besonders betroffen sind, unabhängig von ihrer sexuellen Orientierung, ihrer Geschlechtsidentität, ihrem Migrationshintergrund oder ihrer aktuellen Lebenssituation. Rechtspopulistische Tendenzen setzen diese Gruppen einem deutlich erhöhten Risiko von Diskriminierung, Ausgrenzung und gesundheitlichen Problemen aus.

POSITHIV HANDELN steht für ein offenes und solidarisches Miteinander von allen Menschen, Menschen mit und ohne HIV, mit und ohne deutschen Pass, hier geboren oder neu angekommen, Queers, Bis, Heteros, Lesben, Schwule, trans, cis und nonbinäre Menschen, Menschen in der Sexarbeit und allen anderen Berufen, Menschen, die legale, illegale oder keine Drogen gebrauchen und Menschen in Haft.

DESHALB: DEMOKRATIE LEBEN – POSITHIV HANDELN!



**POSITIV HANDELN
POSITIVENSELBSTHILFE IN NRW**

Wir sind Menschen mit HIV. Wir sind vielfältig in unseren Lebensweisen. Wir kommen aus allen Teilen der Gesellschaft. Wir begegnen einander, unabhängig von ethnischer, sozialer, kultureller oder religiöser Herkunft, von sexueller Identität oder von Alter. Durch unsere Solidarität untereinander schaffen wir die Grundlage, unsere Interessen nach außen mutig zu vertreten. Im Mittelpunkt steht dabei die Akzeptanz in allen Bereichen des alltäglichen Lebens. Stark und selbstbewusst treten wir für ein selbstbestimmtes Leben mit HIV und Aids ein. Der offene Umgang mit uns und unseren vielfältigen Lebensweisen muss für alle selbstverständlich sein.

HIV allein definiert uns nicht. Vielmehr sind es unsere vielfältigen Eigenschaften, unsere ganz eigenen Träume, Leidenschaften und unsere individuellen Lebensweisen, die unsere Persönlichkeit wirklich ausmachen. Auch wenn die Diagnose HIV-positiv heute immer noch ein einschneidendes Ereignis im Leben ist und sicherlich vieles verändert, so sind Menschen mit HIV doch immer mehr als nur HIV-positiv!

**DIE LANDESWEITEN
POSITIVENTREFFEN NRW**

Die von der Aidshilfe NRW veranstalteten landesweiten Positiventreffen sind seit Jahren eine feste Institution im Land. Für Menschen mit HIV/Aids sind sie ein Ort für Austausch, Vernetzung und Information. Vorbereitet und moderiert werden sie von erfahrenen Referent*innen. Die Treffen leben von dem, was du mitbringst.

Es gibt nicht nur ein Seminarprogramm, sondern auch Gesprächsgruppen und Freizeitangebote. Du kannst Sport machen oder dich als Künstler*in versuchen. Du bekommst Tipps zum Umgang mit HIV in allen Lebensbereichen oder kannst dich schlau machen, wie du etwas für dich und andere tun kannst. Bring deine Themen mit!

Die Teilnahme an den Positiventreffen ist nur für das gesamte Wochenende möglich. Mit der Anmeldung wird die verbindliche Teilnahme an allen Seminarteilen erklärt. Die Kosten für Unterkunft und Verpflegung in Höhe von 250,00 € und die der Workshop-Angebote werden von der Aidshilfe NRW übernommen. Bei allen Positiventreffen der Aidshilfe NRW wird je nach Einkommen der Teilnehmenden eine Kostenbeteiligung erhoben.

Weitere Informationen zu den jeweiligen Treffen und die Möglichkeit zur Onlineanmeldung findest du unter [posithivhandeln.de](https://www.posithivhandeln.de).



IM ZWEITEN HALBJAHR 2025 FINDEN FOLGENDE LANDESWEITE POSITIVENTREFFEN NRW STATT

22. BIS 24. AUGUST 2025

JA ZUM LEBEN- HIV nur in der in der Nebenrolle
RESSOURCEN UND KRAFTQUELLEN EINE HAUPTROLLE
AKADEMIE BIGGESEE | ATTENDORN

10. BIS 12. OKTOBER 2025

HIV UND DEPRESSION
UMGANG MIT NEGATIVEN EMOTIONEN UND BELASTUNGEN
AKADEMIE BIGGESEE | ATTENDORN

12. BIS 14. DEZEMBER 2025

POSITIVE WEGE ZUR EIGENEN SEXUALITÄT
SCHULD- UND SCHAMGEFÜHLE TRANSFORMIEREN
AKADEMIE BIGGESEE | ATTENDORN

**LANDESWEITES POSITIVENTREFFEN
IN DER AKADEMIE BIGGESEE | ATTENDORN**

22. BIS 24. AUGUST 2025

1. THEATER-WORKSHOP: JA ZUM LEBEN

1. THEATER-WORKSHOP: JA ZUM LEBEN – HIV NUR IN DER IN DER NEBENROLLE (THEATER-WORKSHOP)

In einem Leben mit HIV gibt es Momente der Unsicherheit, aber auch unzählige Augenblicke der Stärke und Resilienz. Genau diese wollen wir befördern. Hier bekommst du die Bühne, deine eigenen Erlebnisse, Zweifel und Triumphe in improvisierten Szenen zu erforschen und darzustellen. Wir spielen mit den Geschichten des Lebens, wir bringen sie ans Licht – so wahr und erfunden, wie du dich wohlfühlst. Finde die Momente, deinem eigenen Ausdruck zu vertrauen und Verbindung zu anderen herzustellen. Zusammen schaffen wir einen sicheren Raum, mutig im Jetzt zu sein. Mit humorvollen und dramatischen Übungen wagen wir den Schritt, das Leben spielerisch zu feiern und HIV in die Nebenrolle zu setzen. Bring Neugier auf Dich selbst mit und die Offenheit auch auf eine neue Perspektive deiner eigenen Geschichte.

SPIELLEITER

André Pabst | Pädagoge | Trainer | Amateurschauspieler

INFO

Die durchgehende Teilnahme an einem der Workshops ist verpflichtend.
Ein Wechsel ist nicht möglich.

**LANDESWEITES POSITIVENTREFFEN
IN DER AKADEMIE BIGGESEE | ATTENDORN**

22. BIS 24. AUGUST 2025

2. KUNST-WORKSHOP: RESSOURCEN

2. KUNST-WORKSHOP: RESSOURCEN UND KRAFTQUELLEN EINE HAUPTROLLE

Welche Ressourcen und Kraftquellen habe ich? Und welche Rolle spielt dabei HIV?
Beim Kunstworkshop können wir verschiedene Anteile in uns kreativ zum Ausdruck bringen. Auch Frust, Unmut Ärger und Wut können hilfreiche Quellen sein, die oft nicht als Ressourcen erkannt werden. Im kreativen Prozess können auch sie für Veränderungen im Umgang mit HIV und den gesellschaftlichen Herausforderungen genutzt werden. Die verschiedenen Persönlichkeitsanteile und Emotionen können im künstlerischen Prozess visualisiert und umgedeutet werden, um schwierige Situationen zu meistern und die eigene HIV-Infektion zu integrieren, so dass sie nur noch eine Nebenrolle spielt.

REFERENTIN

Regine Merz | Kunsttherapeutin

INFO

Die durchgehende Teilnahme an einem der Workshops ist verpflichtend.
Ein Wechsel ist nicht möglich.



LANDESWEITES POSITIVENTREFFEN
IN DER AKADEMIE BIGGESEE | ATTENDORN

10. BIS 12. OKTOBER 2025
PRAXIS-WORKSHOP:
HIV UND DEPRESSION

HIV UND DEPRESSION – UMGANG MIT NEGATIVEN EMOTIONEN UND BELASTUNGEN

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 | Diplom-Psychologe | integrative, körperorientierte Psychotherapie (HPG)
Mental Health First Aid (MHFA)-Instruktor

LANDESWEITES POSITIVENTREFFEN
IN DER AKADEMIE BIGGESEE | ATTENDORN

12. BIS 14. DEZEMBER 2025
WORKSHOP: POSITIVE WEGE ZUR
EIGENEN SEXUALITÄT

POSITIVE WEGE ZUR EIGENEN SEXUALITÄT – SCHULD- UND SCHAMGEFÜHLE TRANSFORMIEREN

Sich der eigenen sexuellen Bedürfnisse klar zu sein, diese zu kommunizieren und die eigene Sexualität befreit zu leben- eine schöne Vorstellung. Wie ist das mit HIV? Wie mit (Sex) partner*innen über meinen HIV-Status sprechen? Wie mögliche Ängste, Schuld- und Schamgefühle überwinden? Wie mit einer Ablehnung aufgrund des HIV-Status umgehen? Diese Herausforderungen können eine Chance sein, einen (neuen) Zugang zu einer befriedigenden Sexualität finden?

Dieses Seminar bietet einen geschützten Rahmen, um sich der eigenen Sexualität bewusst zu werden und sich auf kreative Weise mit dieser auseinanderzusetzen. Neben einem biographischen Rückblick wird auch ein Raum eröffnet, über die Wirkung des HIV-Stigmas auf die eigene Sexualität zu sprechen, positive Zukunftsvisionen zu entwickeln und sich gegenseitig zu empoweren.

REFERENTIN

Franziska Hartung | Sexualwissenschaftlerin &-Beraterin | Sexuelle Bildung



**LANDESGEMEINSCHAFT
POSITIV HANDELN NRW**

SELBSTVERTRETUNG STATT STELLVERTRETUNG

In der Landesarbeitsgemeinschaft von POSITIV HANDELN NRW engagieren sich Positive, die mehr erreichen wollen und sich politisch ehrenamtlich auf Landesebene einmischen. Auch in diesem Jahr werden wir aktuelle Themen und Fragestellungen zum Leben mit HIV aufgreifen und diskutieren. Wenn du etwas für dich und für andere machen möchtest, bist du hier genau richtig. Mach mit. Wir freuen uns auf dich. Die jeweiligen Themen werden mit den Einladungen bekannt gegeben. Die Landesarbeitsgemeinschaft trifft sich im zweiten Halbjahr 2025 an folgenden Terminen:

6. SEPTEMBER 2025

Aidshilfe Wuppertal | Simonsstraße 36 42117 Wuppertal

8. NOVEMBER 2025

Aidshilfe NRW | Lindenstraße 20 | 50674 Köln



27. SEPTEMBER 2025
POSITIV HANDELN KOCHT MIT
... HERZENSLUST

POSITIV HANDELN KOCHT MIT ... HERZENSLUST

17. SEPTEMBER 2025 | AB 16.00 UHR BIS CA. 21.00 UHR

AIDSHILFE DÜSSELDORF | JOHANNES-WEYER-STRASSE 1 | 40225 DÜSSELDORF

Vernetzung und Solidarität sind wichtig. Daher wollen wir uns mit den Kollegen von Herzenslust zum gemeinsamen Kochen treffen und über gemeinsame Themen und Anliegen ins Gespräch kommen.

ANMELDUNG

Verbindliche Anmeldungen bitte per Mail an gottfried.dunkel@nrw.aidshilfe.de. oder sprecher@positivhandeln.de.

**9. AUGUST 2025
SOMMERFEST UND
VERNETZUNGSTREFFEN VON
POSITIV HANDELN NRW**

SOMMERFEST UND VERNETZUNGSTREFFEN POSITHIV HANDELN

9. AUGUST 2024 | 14.00 BIS CA. 21.00 UHR

VISION | NEUERBURGSTR. 25 | 51103 KÖLN

POSITHIV HANDELN zeigt, welche Möglichkeiten die Positivenselbsthilfe in Nordrhein-Westfalen bietet und Menschen mitHIV wieder Mut macht, gemeinsam mit der Infektion zurechtzukommen. Wir wollen uns weiter für ein selbstverständliches und selbstbewusstes Leben mit HIV einsetzen und mit unserer Kampagne HELFERZELLEN GEGEN RECHTS DEMOKRATIE LEBEN- POSITHIV HANDELN Haltung zeigen. Darum laden wir alle positiven Menschen, deren Familie und Freund*innen und Unterstützer*innen herzlich zu unserem Vernetzungstreffen und Sommerfest ein.

ANMELDUNG

Anmeldungen bitte per Mail an gottfried.dunkel@nrw.aidshilfe.de.

A large, bright sun is positioned in the upper center of the frame, creating a strong backlight effect. In the foreground, the dark silhouette of a complex industrial structure, possibly a power plant or refinery, is visible. The structure features multiple levels, scaffolding, and a tall, slender chimney on the right side. To the left of the main structure, there is a smaller, lattice-like tower. The background is a uniform orange-yellow color, suggesting a sunset or sunrise. The overall mood is industrial yet hopeful, due to the warm lighting.

POSITIV HANDELN UNTERWEGS
GEMEINSAM SIND WIR STARK! GEMEINSCHAFT ERLEBEN BEI AUSFLÜGEN,
WANDERUNGEN, FAHRRADTOUREN, KULTUR, ESSEN...

RADTOUR

20. SEPTEMBER 2025 | 12.00 BIS 19.00 UHR

Radtour entlang des Rhein-Herne-Kanals, Kaisergarten und Gasometer Oberhausen, Zeche Zollverein (UNESCO-Welterbe). Start ist am Hauptbahnhof Duisburg und das Ende der Tour wird am Hauptbahnhof in Mülheim sein (Gesamtlänge der Tour ca. 51 km).

MUSEUMSBESUCH

18. OKTOBER 2025 12:00 bis 19:00 Uhr

Besichtigung Museum Küppersmühle in Duisburg inklusive Führung „Dialogische Kunstvermittlung“. Im Anschluss gemeinsames Essen.

INFO UND ANMELDUNG

Es wird bei allen Touren Pausen und Einkehr zum Essen geben. Menschen mit HIV und Freund*innen und An- und Zugehörige sind willkommen. Verbindliche Anmeldungen pro Ausflug bitte per Mail an gottfried.dunkel@nrw.aidshilfe.de oder sprecher@positivhandeln.de.



WEITERE TERMINE UND WORKSHOPS 2025

18. JULI 2025 | 9.30 BIS 17.00 UHR | MARTAS TAGUNGSHAUS DER BERLINER STADTTMISSION | BERLIN
POSITIVE AUSSICHTEN – FACHTAG ZU HIV UND ALTER
VERSORGUNG STÄRKEN – EMPOWERMENT FÖRDERN – VERNETZUNG LEBEN

Welche Herausforderungen bestehen in der Versorgung von Menschen mit HIV und drogenkonsumierenden Menschen – persönlich, strukturell und im Hinblick auf den Abbau von Diskriminierung? Welche gelungenen Praxisbeispiele und Modelle gibt es bereits? Was können wir daraus für Beratungsstellen, die medizinische Versorgung und politische Rahmenbedingungen ableiten? Welche Handlungsempfehlungen und Maßnahmen können wir gemeinsam formulieren und wollen wir angehen?

Empowerment: Viele ältere Menschen aus der Community bringt wertvolle Erfahrungen in Selbstorganisation und Aktivismus mit. Wir möchten den Raum öffnen, diese kraftvollen Ressourcen sichtbar zu machen und gemeinsam Wege zu finden, selbstbestimmt und gestärkt dem Älterwerden zu begegnen.

ANMELDUNG

seminar.aidshilfe.de

24. JULI 2025 | 18.00 | AIDSHILFE DUISBURG/KREIS WESEL
ZWISCHEN TABU UND AUFBRUCH – FRAUEN MIT HIV IM POLITISCHEN DISKURS
PODIUMSDISKUSSION MIT POLITIKER*INNEN



Frauen sind im Gesundheitssystem strukturell benachteiligt: Tabus, fehlende Zugänge, Diskriminierung, mangelnde Repräsentation in Leitlinien erschweren den Zugang zu adäquater Versorgung.

In dieser Podiumsdiskussion mit politischen Vertreter*innen und Aktivistinnen von XXelle Plus diskutieren wir zentrale Fragen: Wie können Versorgungslücken geschlossen, Diskriminierung abgebaut und Frauen mit und ohne HIV im Gesundheitswesen mitgedacht werden?

Die Veranstaltung findet im Rahmen des Kultur-Programm zum CSD in Duisburg statt.

MODERATION

Hannah Maria Kolbe-Harms | HIV- Aktivistin | Sexualpädagogin

19. BIS 21. SEPTEMBER 2025 | VER.DI BILDUNGS- UND TAGUNGSZENTRUM WALSRÖDE

FACHTAG: SELBSTHILFE IM ZEICHEN DES GESELLSCHAFTLICHEN WANDELS

Der Fachtag richtet sich an Menschen mit HIV, die in der Selbsthilfe aktiv sind. Wir setzen uns mit den Herausforderungen eines wachsenden Rechtsrucks auseinander. Themen wie Rassismus, Antifeminismus, Queerfeindlichkeit und Diskriminierung stehen dabei im Fokus – sowohl in der Gesellschaft als auch innerhalb unserer eigenen Reihen. In Workshops entwickeln wir konkrete Strategien, um diesen Tendenzen entgegenzuwirken. Du erhältst Impulse, wie du HIV, Teilhabe und Selbstbestimmung in deinem Selbsthilfe-Engagement stärken kannst. Tausche dich aus, erarbeite Lösungen und setze diese um. Sei dabei und gestalte eine inklusive Zukunft mit!

Eingeladen zu diesem Fachtag sind alle Selbsthilfe-Akteur*innen aus den Netzwerken und Themenwerkstätten sowie anderen (über-)regionalen Zusammenschlüssen der Selbsthilfe.

ANMELDUNG

seminar.aidshilfe.de

KONTAKT

Bei Fragen zu POSITHIV HANDELN, zu den landesweiten Positiventreffen, der Landesarbeitsgemeinschaft POSITHIV HANDELN NRW oder zu Möglichkeiten, dich engagieren zu können, wende dich bitte an:

GOTTFRIED DUNKEL

Koordination Positiven Selbsthilfe NRW

Landesweite Positiventreffen NRW

Fon 0221 925996-23

gottfried.dunkel@nrw.aidshilfe.de

CHRISTIAN HILLEN UND UWE DANIEL

Die beiden Sprecher der Landesarbeitsgemeinschaft POSITHIV HANDELN erreichst du per E-Mail an sprecher@posithivhandeln.de.

IMPRESSUM

HERAUSGEBERIN

Aidshilfe NRW e.V.

Lindenstraße 20 · 50674 Köln

Fon 0221 925996-0 · Fax 0221 925996-9

info@nrw.aidshilfe.de · nrw.aidshilfe.de

REDAKTION

Gottfried Dunkel

Markus Schmidt

LAYOUT UND SATZ

Markus Schmidt



Gefördert vom

**Ministerium für Arbeit,
Gesundheit und Soziales
des Landes Nordrhein-Westfalen**



POSITIVHANDELN.DE