

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,

POSITIV 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

Termin: 10. – 12. Oktober 2025

Ort: Akademie Biggesee | Ewiger Str. 7-9 | 57439 Attendorn

Anmeldung und Teilnahmebedingungen:

Die Teilnahme ist nur für das gesamte Wochenende (Freitag, 18 Uhr bis Sonntag, 12 Uhr) möglich. Mit der Anmeldung wird die verbindliche Teilnahme an allen Seminarteilen erklärt.

Anmeldungen können bis 26. September 2025 auf beigefügtem Formular oder online über www.positivhandeln.de vorgenommen werden.

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. (Bitte in der Anmeldung ankreuzen!)

Erst wenn der Betrag überwiesen und in der Anmeldefrist eingegangen ist, ist die Anmeldung gültig!

Konto der Aidshilfe NRW e.V. - Sozialbank AG,

IBAN: DE20 3702 0500 0008 1176 05, BIC: BFSWDE33XXX

„Verwendungszweck“: PT Oktober 2025 an.

Eine mögliche Zusage versenden wir ab 30. September 2025.

Wir freuen uns auf Deine Anmeldung.

Schriftliche Einwilligung gemäß Datenschutz

Die im Formular angegebenen personenbezogenen Daten, insbesondere Name, Anschrift, Telefonnummer, werden zur Organisation und Durchführung der landesweiten Positiventreffen genutzt und auf Grundlage gesetzlicher Berechtigungen erhoben.

Die Weitergabe der personenbezogenen Daten (Vorname, Name, Anschrift) erfolgt an die Akademie Biggesee | Ewiger Str. 7-9 | 57439 Attendorn zwecks Anmeldung und Zimmerbuchung der an den landesweiten Positiventreffen teilnehmenden Personen.

Einwilligung in die Datennutzung

- ☐ Ich bin mit den oben aufgeführten Nutzungszwecken meiner personenbezogener Daten einverstanden.
- ☐ Ich bin damit einverstanden, dass eine Weitergabe der Daten (Name, Telefonnummer, E-Mail) an Dritte weitergegeben wird zum Zwecke der Bildung von Fahrgemeinschaften.
- ☐ Ich bin damit einverstanden, dass meine personenbezogenen Daten gespeichert werden und zur Organisation, Abgleich und Anmeldeverfahren zukünftiger landesweiter Positiventreffen genutzt werden.
- ☐ Ich bin damit einverstanden, dass die im Zusammenhang mit der Abrechnung erforderliche Verarbeitung und ggf. Speicherung meiner personenbezogenen Daten (Vorname, Name, Kontoverbindung) durch die Aidshilfe NRW e.V. erfolgt.
Die Daten werden nicht an Dritte veräußert und nur zu Abrechnungszwecken ermittelt und gespeichert.

[Ort, Datum]

[Unterschrift]

Auskunft, Berichtigung, Löschung und Sperrung, Widerspruchsrecht

Sie sind gemäß Artikel 15 DSGVO jederzeit berechtigt, bei der Aidshilfe NRW e.V. um umfangreiche **Auskunftserteilung** zu den zu Ihrer Person gespeicherten Daten zu ersuchen.

Gemäß Artikel 17 DSGVO können Sie jederzeit gegenüber der Aidshilfe NRW e.V. die **Berichtigung, Löschung und Sperrung** einzelner personenbezogener Daten verlangen.

Sie können darüber hinaus jederzeit ohne Angabe von Gründen von Ihrem **Widerspruchsrecht** Gebrauch machen und die erteilte Einwilligungserklärung mit Wirkung für die Zukunft abändern oder gänzlich widerrufen. Sie können den Widerruf entweder postalisch, per E-Mail oder per Fax an die Aidshilfe NRW e.V. übermitteln. Es entstehen Ihnen dabei keine anderen Kosten als die Portokosten bzw. die Übermittlungskosten nach den bestehenden Basistarifen.

Verbindliche Anmeldung zum Landesweiten Positiventreffen NRW 2025

Thema:

➤ **HIV UND DEPRESSION – UMGANG MIT NEGATIVEN EMOTIONEN UND BELASTUNGEN**

Termin: **10. – 12. Oktober 2025**

Ort: Akademie Biggensee | Ewiger Str. 7-9 | 57439 Attendorn

Anmeldeschluss: **26. September 2025**

Auch Stichtag für den Zahlungseingang des Teilnahmebetrages

Hiermit melde ich mich **verbindlich** zum oben genannten Treffen an.

Ich weiß, dass ich bei Absage oder Nichtteilnahme ohne triftigen Grund nach Erhalt der Anmeldebestätigung, eine Ausfallgebühr von bis zu 250,00 Euro bezahlen muss.

Die Daten werden zum Zwecke der Positiventreffen gespeichert und unterliegen den allg. Datenschutzrichtlinien.

Vorname | Name:

Straße | Nr.:

Postleitzahl | Ort:

Telefon:

E-Mail:

Verpflegung/Unterbringung:

- ☐ Vegetarisch ☐ Vegan ☐ Unverträglichkeiten _____
- ☐ Behindertengerechtes Zimmer
- ☐ Ich nehme das erste Mal an einem landesweiten Positiventreffen teil.
- ☐ Ich habe bisher an _____ Positiventreffen teilgenommen.

- ☐ Ich komme mit dem PKW und kann _____ Personen mitnehmen und bitte um Veröffentlichung:
- ☐ meiner E-Mailadresse
- ☐ meiner Telefonnummer

Bitte hier die Teilnahmegebühr selbst einschätzen und den Überweisungsbetrag ankreuzen:

Einkommen	bis 563,00 €	bis 1.000,00 €	über 1.000,00 €
Teilnahmegebühr	19,00 €	29,00 €	39,00 €

Bitte die Teilnahmegebühr (Verwendungszweck: **PT Oktober 2025**) auf das Konto der Aidshilfe NRW überweisen:

IBAN: DE20 3702 0500 0008 1176 05 BIC: BFSWDE33XXX

Wichtig: Eine Anmeldung wird nur nach Eingang des Teilnahmebetrags berücksichtigt.

Damit wir im Falle einer Absage den gezahlten Betrag zurücküberweisen können, bitten wir um Angabe der Kontoverbindung:

Kontoinhaber(in):

IBAN:

BIC: