

An aerial photograph of a large crowd of people, mostly wearing bright orange t-shirts, participating in a protest or rally. The scene is captured from a high angle, showing the density of the group and the shadows cast on the pavement. Several individuals are holding signs, including one that reads 'TRAUMTÄNZER\*IN'. The overall atmosphere is one of organized public demonstration.

# SELBSTVERSTÄNDLICH POSITIV!

POSITIV HANDELN // JAHRESPROGRAMM 2021

# 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](mailto:gottfried.dunkel@nrw.aidshilfe.de)

## Stephan Gellrich

Leben mit HIV | Migration  
Fon 0221 925996-11 | [stephan.gellrich@nrw.aidshilfe.de](mailto:stephan.gellrich@nrw.aidshilfe.de)

## Markus Schmidt

Öffentlichkeitsarbeit  
Fon 0221 925996-12 | [markus.schmidt@nrw.aidshilfe.de](mailto:markus.schmidt@nrw.aidshilfe.de)

## Landesarbeitsgemeinschaft POSITHIV HANDELN

Die Sprecher\*innen der Landesarbeitsgemeinschaft POSITHIV HANDELN erreichst du per E-Mail an: [sprecher@posithivhandeln.de](mailto:sprecher@posithivhandeln.de).

# SELBSTVERSTÄNDLICH POSITHIV!

HIV ist im alltäglichen Miteinander, also beispielsweise beim Sport, im Beruf oder in der Freizeit, nicht übertragbar. Und selbst beim Sex schützt die HIV-Therapie vor einer Übertragung. Deshalb sollte HIV heutzutage in allen möglichen Bereichen des Lebens keine Rolle mehr spielen. Also: ... ob auf der Arbeit, bei der Hausärztin oder beim Frisör, in der Metzgerei oder in der Buchhandlung, im Kindergarten oder Altersheim, in der Schule oder im Bett ... wir sagen: SELBSTVERSTÄNDLICH POSITHIV!

Nur wenn irrationale Ängste verschwinden und Menschen mit HIV vollwertig am gesellschaftlichen Leben teilhaben, können HIV-positive Menschen uneingeschränkt medizinische Angebote in Anspruch nehmen und sich sorglos in der Arbeitswelt bewegen. Nur so ist ein entspanntes und diskriminierungsfreies Miteinander möglich, egal ob im gesellschaftlichen, sozialen, individuellen oder sexuellen Kontext. In allen Bereichen des Lebens muss es möglich sein, selbstverständlich positiv zu leben!

## IM BETT: SELBSTVERSTÄNDLICH POSITHIV!

Die meisten Menschen haben gerne Sex: zu zweit, mit mehreren, monogam oder mit wechselnden Partner\*innen, unabhängig von ihrer sexuellen Orientierung. Und das soll auch so bleiben. Vor HIV schützen Kondome, die PrEP oder eine wirksame HIV-Therapie.

Eine HIV-Infektion ist heute zwar nicht heilbar, aber sie ist gut behandelbar. Bei rechtzeitiger Diagnose und wirksamer Therapie kommt es nicht zu Aids.

Für viele positive Menschen und ihre Partner\*innen eröffnet dies soziale und sexuelle Möglichkeiten sowie Entscheidungen hinsichtlich Familienplanung und Kinderwunsch, die viele nie für möglich gehalten hätten. Das Leben von Menschen mit HIV hat sich verändert. Sprich: nicht nachweisbar gleich nicht übertragbar ( $n=n$ ) bedeutet, dass HIV beim Sex keine Rolle mehr spielen muss und dieser ohne Angst vor einer HIV-Übertragung gelebt werden kann.

### AM ARBEITSPLATZ: SELBSTVERSTÄNDLICH POSITIV!

Positiv am Arbeitsplatz? Kein Ding: Im Arbeitsalltag kann HIV nicht übertragen werden, egal ob im Supermarkt oder im Büro, in der Schule oder im Krankenhaus. Die allgemein üblichen Arbeitsschutz- und Hygienemaßnahmen bieten ausreichenden Schutz. Menschen mit HIV müssen und dürfen also nicht anders behandelt werden. Sie können grundsätzlich jede Aufgabe wahrnehmen. Wir fordern einen selbstverständlichen und vorurteilsfreien Umgang mit HIV-positiven Menschen, um ein gutes Arbeitsklima zu erreichen.

### KEINE AUSGRENZUNG: SELBSTVERSTÄNDLICH POSITIV!

Rechtliche Rahmenbedingungen wie beispielsweise das Allgemeine Gleichbehandlungsgesetz bieten Menschen mit HIV besonderen Schutz im Arbeitsleben. Das Bundesarbeitsgericht hat mit seinem Grundsatzurteil festgestellt, dass das Allgemeine Gleichbehandlungsgesetz auch auf Menschen mit HIV angewendet werden kann. Wer aufgrund der HIV-Infektion am Arbeitsplatz ausgegrenzt wird oder Nachteile erlebt, hat das Recht auf seiner Seite.

Wir fordern mehr Unterstützung und Schutz, wenn doch mal etwas falsch läuft oder es gar zur Kündigung kommt. Wir wollen, dass Rechte anerkannt und angewendet werden. Wir wollen eine offene und solidarische Gesellschaft, die dies auch im Alltag respektiert.

## MEDIZINISCHE VERSORGUNG: SELBSTVERSTÄNDLICH POSITIV!

Ausgerechnet im Gesundheitswesen erleben viele Menschen mit HIV-Diskriminierung. Also dort, wo sie am ehesten einen professionellen Umgang mit der Infektion erwarten. Somit ist es in der medizinischen und pflegerischen Versorgung dringend erforderlich, Wissenslücken zu schließen und Fragen, Unsicherheiten und Ängste abzubauen, egal ob in der häuslichen Pflege, im Krankenhaus oder in der Arztpraxis. Denn bei Einhaltung der üblichen Hygiene- und Arbeitsschutzmaßnahmen besteht keine Infektionsgefahr, weder für behandelnde Personen noch für Mitarbeiter\*innen oder für andere Patient\*innen.

## IM ALLTAG: SELBSTVERSTÄNDLICH POSITIV!

Auch wenn HIV im Leben von positiven Menschen eine wichtige und manchmal auch eine schwierige Rolle spielt, muss HIV im alltäglichen Leben und Begegnungen mit anderen egal sein. Es darf keine Rolle spielen, ob jemand positiv ist oder nicht! Es sind überwiegend Informationsdefizite, die zu irrationalen, oft diskriminierenden und stigmatisierenden Handlungen gegenüber HIV-positiven Menschen führen. Es gilt diese abzubauen, so dass Menschen mit HIV oder Aids selbstverständlich positiv leben können.

# TERMINE 2021

FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
	5	6 7
	12	13 14
18	19	20 21
	26	27 28

29. bis 31. Januar 2021

1. Positiventreffen NRW  
HIV und Alter(n)  
Haus Humboldtstein | Remagen

31. Januar 2021

LAG POSITHIV HANDELN NRW  
Haus Humboldtstein | Remagen

6. März 2021

Medizinische Rundreise:  
HIV-Infektion und Therapie 2021  
Haus der Technik | Essen

20. März 2021

LAG POSITHIV HANDELN NRW  
Aidshilfe Düsseldorf

8. bis 11. April 2021

2. Positiventreffen NRW  
Resilienz und Achtsamkeit  
Haus Humboldtstein | Remagen

17. April 2021

Runder Tisch Herzenslust  
kreathiv - präventhiv  
Köln

17. Mai 2021

IDAHOBIT  
Duisburg

12. Juni 2021

CSD Bielefeld

3. bis 6. Juni 2021

3. Positiventreffen NRW  
Schreib- und Theaterwerkstatt  
Akademie Biggensee | Attendorn

Juni 2021

Bootsfahrt mit POSITHIVHANDFELN  
Termin wird noch mitgeteilt

19. Juni 2021

LAG POSITHIV HANDELN NRW  
Aidshilfe Düsseldorf

3. Juli 2021

CSD-Empfang der Aidshilfe NRW  
und des Queeren Netzwerks NRW  
Gürzenich in Köln

4. Juli 2021

CSD-Demo  
Köln

13. bis 15. August 2021

4. Positiventreffen NRW  
Clown- und Feldenkrais-Workshops  
Akademie Biggesee | Attendorn

21. August 2021

LAG POSITHIV HANDELN NRW  
Aidshilfe Düsseldorf

28. August 2021

Sommer- und Vernetzungstreffen  
POSITHIV HANDELN NRW  
Naturfreundehaus | Köln Kalk

4. September 2021

Come-Together-Cup auf Schalke

1. bis 3. Oktober 2021

5. Positiventreffen NRW  
Kunst und Bewegung  
Akademie Biggesee | Attendorn

13. November 2021

LAG POSITHIV HANDELN NRW  
Aidshilfe Düsseldorf

1. Dezember 2020

Welt-Aids-Tag

10. bis 12. Dezember 2021

6. Positiventreffen NRW  
HIV und Sexualität  
Die Wolfsburg | Mülheim an der Ruhr

## PLANUNGSTERMINE 2021

Planungstermin: Herbst 2021

Treffen für Jugendliche mit HIV in NRW  
„HIV-positiv? Ja, und?“  
Ein Kooperationsprojekt der Aidshilfen in  
Dortmund und Düsseldorf mit der  
Aidshilfe NRW.

Planungstermin: September 2021

Vernetzungstreffen für Migrant\*innen,  
die mit HIV leben  
An dem Wochenende bieten wir einen  
geschützten Rahmen, um über Erfah-  
rungen zu reden. Die Einladung findest  
du rechtzeitig auf [missa.nrw.de](https://missa.nrw.de).



DAS  
LEITBILD  
VON  
POSITIV HANDELN

## POSITIV IM LEBEN STEHEN

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 dafür, dass jede\*r seine Interessen nach außen mutig vertreten kann. Im Mittelpunkt steht dabei die Akzeptanz von Menschen mit HIV in allen Bereichen des alltäglichen Lebens.

## GEMEINSAM SELBSTBESTIMMT LEBEN

Stark und selbstbewusst treten wir für ein selbstbestimmtes Leben mit HIV und Aids ein. Der offene Umgang mit Menschen mit HIV und ihren vielfältigen Lebensweisen muss selbstverständlich sein. Wir kämpfen für Aufklärung und für den Abbau irrationaler Ängste, damit Menschen mit HIV eine vollwertige gesellschaftliche Teilhabe erhalten. Diese ermöglicht unter anderem eine uneingeschränkte medizinische Versorgung und eine freie Entfaltung in der Arbeitswelt. Des Weiteren fordern wir einen diskriminierungs- und repressionsfreien Umgang von Staat und Gesellschaft mit HIV und Aids ein.

## GEMEINSAM HANDELN – FÜREINANDER STREITEN

Wir vernetzen uns mit Menschen, die von HIV betroffen sind. Gemeinsam mit der Aidshilfe NRW, den landesweiten Positiventreffen und der Landesarbeitsgemeinschaft bringen wir unsere Themen weiter voran.

Für unsere Forderungen streiten wir. Nur durch ehrenamtliches Engagement von Menschen mit HIV sind wir da, wo wir heute sind!

## GEMEINSAM VERÄNDERUNG SCHAFFEN

Durch unser Engagement tragen wir dazu bei, dass Menschen mit HIV in unserer Gesellschaft frei und offen leben können. Um das gemeinsam Erreichte dauerhaft zu verteidigen, brauchen wir euch. POSITHIV HANDELN geht nur gemeinsam: Macht mit!

# ENGAGIERTE SELBST VERTRETUNG



Die Landesarbeitsgemeinschaft POSITHIV HANDELN NRW verbindet die Selbsthilfe-Basis mit der Lobbyarbeit der Aidshilfe NRW. Die politische Interessenvertretung HIV-positiver Menschen in Nordrhein-Westfalen arbeitet ehrenamtlich, ist regional und bundesweit vernetzt und bestimmt ihre Themen selbst. So können Positive das politische Geschehen aktiv mitgestalten und ihre Erfahrungen von einem Leben mit HIV kommunizieren, ihre Anliegen und Forderungen deutlich und erfolgreich formulieren und dafür sorgen, dass die eigenen Themen öffentlich werden.

Wir fordern ein gesellschaftliches Klima ein, in dem HIV kein Tabu ist, und in dem die Akzeptanz HIV-positiver Menschen in allen Bereichen des Lebens selbstverständlich ist. Auch 2020 werden wir Themen und Fragestellungen zum Leben mit HIV aufgreifen und diskutieren. Welche Themen sind neu und bewegen uns? Welche Formen von Diskriminierung müssen besonders beachtet werden? Welche gesellschaftlichen Gruppen müssen wir vermehrt ansprechen? In welche gesundheitspolitischen und sozialpolitischen Debatten werden wir von POSITHIV HANDELN NRW wichtige Impulse einbringen?

In der Landesarbeitsgemeinschaft von POSITHIV HANDELN NRW engagieren sich Positive, die mehr erreichen wollen und sich politisch ehrenamtlich auf Landesebene einmischen. Wenn du etwas für dich und für andere machen möchtest, bist du hier genau richtig. Mach mit. Wir freuen uns auf dich.

Das erste Treffen der Landesarbeitsgemeinschaft am 31. Januar 2021 findet im Haus Humboldtstein in Remagen statt. Alle weiteren Treffen (20. März, 19. Juni, 21. August und 13. November) finden in der Aidshilfe Düsseldorf statt.



DIE  
POSITIVEN  
TREFFEN  
2021

Die landesweiten Positiventreffen, veranstaltet von der Aidshilfe NRW, 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!

Um die Teilnahme Erziehenden mit Kindern zu ermöglichen, gibt es die Möglichkeit einer Kinderbetreuung vor Ort. Bei Bedarf bitte rechtzeitig mitteilen.

Die Treffen finden im Haus Humboldtstein in Remagen, in der Akademie Biggese in Attendorn und in der Wolfsburg in Mülheim an der Ruhr statt. Sie beginnen freitags – beim XL-Treffen donnerstags - mit dem Abendessen um 18.00 Uhr und enden sonntags nach dem Mittagessen. Eine Übersicht zu den landesweiten Positiventreffen in Nordrhein-Westfalen und die Schwerpunktthemen in diesem Jahr findest du auf den folgenden Seiten.

# HIV UND ALTER(N)

29. BIS 31. JANUAR 2021



## HIV UND ALTER(N)

ALT SEIN HEISST FÜR MICH IMMER: 15 JAHRE ÄLTER ALS ICH!

29. JANUAR BIS 31. JANUAR 2021

Wir möchten alt werden, aber nicht alt sein oder gar als alt gelten. Doch wie gehen wir mit den Veränderungen um, die das Älterwerden mit sich bringt? An diesem Wochenende geht es darum, wie das mit deinem Älterwerden gut gelingen kann. Welche körperlichen und seelischen Herausforderungen und Aufgaben sind für unser individuelles Älterwerden von Bedeutung? Wie kannst du geistig und körperlich fit bleiben? Was kannst du tun, wenn es doch zu Einschränkungen kommt? Frühzeitig Vorsorge treffen und sich über Unterstützungsmöglichkeiten informieren ist wichtig. Welche Möglichkeiten es gibt und worauf bei einem guten „Jetzt-werd-ich-alt-Management“ zu achten ist, erfährst du an diesem Wochenende.

### Referent

Andreas Krings | Seniorenassistenz | Sozialmanagement | Köln

### Tagungshaus

Haus Humboldtstein | Remagen

### Anmeldung

Etwa vier Wochen vor dem Positiventreffen kannst du dich online unter [posithivhandeln.de](http://posithivhandeln.de) anmelden.

# RESILIENZ UND ACHTSAMKEIT

8. BIS 11. APRIL 2021

I LOVE ME



RESILIENZ UND ACHTSAMKEIT  
KRISEN STANDZUHALTEN LÄSST SICH LERNEN  
8. BIS 11. APRIL 2021

Krisen, Rückschläge oder Verluste zu meistern, ohne sich davon dauerhaft unterkriegen zu lassen? Das kann man trainieren. Sich selber zu stärken und Freundschaft mit sich schließen hilft, wenn es mal schwierig wird. Du kannst lernen, mit deinen Energien gut umzugehen. Das gibt dir mehr Kraft, die Herausforderungen des Lebens zu meistern. Optimismus, (Selbst-)Akzeptanz, Lösungsorientierung und Zukunftsplanung sind hier wichtige Punkte, um die es an diesem Wochenende gehen soll. So kannst du Möglichkeiten schaffen, die eigene psychische Widerstandskraft zu stärken.

Referent

Peter Paanakker | MBSR-Trainer | Körpertherapeut | Achtsamkeitstrainer | Maastricht

Tagungshaus

Haus Humboldtstein | Remagen

Anmeldung

Etwa vier Wochen vor dem Positiventreffen kannst du dich online unter [posithivhandeln.de](http://posithivhandeln.de) anmelden.

# SCHREIB- UND THEATER- WERKSTATT

3. BIS 6. JUNI 2021



SCHREIB- UND THEATERWERKSTATT  
SCHREIBEN UND HANDELN MACHEN STARK!  
3. BIS 6. JUNI 2021

Schreibwerkstatt: Schreibend sich selbst zu vergewissern, zu erinnern, Wünsche und Hoffnungen zu notieren – all das gibt Kraft und stärkt das Selbstwertgefühl. Hier bekommst du Inspiration, lebendige (Kurz-)Texte zu verfassen, in deren Zentrum die Erfahrungen deines Lebens mit HIV stehen. Sich „den Kummer von der Seele schreiben“ oder einfach Spaß haben mit Stift und Papier. Alles ist möglich. Tipps zum Handwerk des Schreibens werden vermittelt und praktische Hilfestellung gegeben.

Theaterwerkstatt: Spielerisch in der Gruppe mit Sprache und Bewegung Stimmungen zum Ausdruck bringen. Zeigen, was dich rund um HIV bewegt, ärgert, aber auch stark gemacht hat. Herausforderungen darstellen, die ein Leben mit HIV mit sich bringen. Improvisation fördert die Kreativität, bietet neue Blickwinkel, öffnet neue Wege und macht eine Menge Spaß.

### Referent\*innen

Karen Susan Fessel | Schriftstellerin und Dozentin für Schreibworkshops | Berlin  
Matthias Brandebusemeyer-Fislage | Impro-Coach und Spontanitätstrainer | Köln

### Tagungshaus

Akademie Biggensee | Attendorn

### Anmeldung

Etwa vier Wochen vor dem Positiventreffen kannst du dich online unter [posithivhandeln.de](http://posithivhandeln.de) anmelden.

A woman with short, dark, messy hair is shown from the chest up. She is wearing a light blue tank top. A single, bright red tomato is balanced on her nose. Her eyes are closed, and she has a slight smile. The background is a plain, light-colored wall.

# CLOWN- UND FELDENKRAIS WORKSHOPS

13. BIS 15. AUGUST 2021

CLOWN-UND FELDENKRAIS-WORKSHOPS  
BEWUSSTHEIT DURCH SELBSTAUSDRUCK UND BEWEGUNG  
13. BIS 15. AUGUST 2021

Clownerie und Maske: Was bedeutet selbstbestimmtes, offenes Leben mit HIV? Fast alle Clown\*innen tragen eine Maske. Auf den Spuren der Clownerie wollen wir die Themen von „Nähe und Distanz“ sowie „sich zeigen und sich verstecken“ spielerisch erforschen. Was zeigen Clown\*innen? Was versteckt die Maske? Und umgekehrt. Welche Rolle spielst du wann und warum? Wo ist diese hilfreich? Wo engt diese dich ein oder behindert dich sogar? Wo kannst du deine Maske abstreifen und wie findest du die eigene Souveränität im Umgang mit Maskerade?

Beweglicher Körper, wacher Geist: Im Laufe unseres Lebens haben wir gelernt, uns auf bestimmte Weise zu verhalten, zu bewegen, zu denken und zu fühlen. Daraus haben sich Gewohnheiten entwickelt. Wie gut oder zweckmäßig sind diese? Welche kannst du verändern oder neu entwickeln? Mit Feldenkrais-Übungen kannst du spielerisch und neugierig eigene und neue Möglichkeiten ausprobieren, um Körper und Geist in Einklang zu bringen.

### Referent\*innen

Michèle Meyer | HIV-Aktivistin | Clownin | Künstlerin | Schweiz  
Joachim Foss | Feldenkrais-Lehrer | Lüneburg

### Tagungshaus

Akademie Biggeseesee | Attendorn

### Anmeldung

Etwa vier Wochen vor dem Positiventreffen kannst du dich online unter [posithivhandeln.de](https://www.posithivhandeln.de) anmelden.

# KUNST UND BEWEGUNG

1. BIS 3. OKTOBER 2021



KUNST UND BEWEGUNG  
MIT KREATIVITÄT UND TANZ STRESS ABBAUEN  
1. BIS 3. OKTOBER 2021

Experimentelles Malen: Du bist eingeladen, künstlerisch zu experimentieren und in einen inneren Dialog einzutreten. Bringe Neugier und Interesse mit und lass dich inspirieren. Das Material liegt bereit und du wirst je nach individuellem Bedürfnis betreut, geleitet oder auch in Ruhe gelassen. Du erlernst unterschiedliche künstlerische Techniken zur Entspannung und zum Stressabbau, und kannst aus deinen individuellen Möglichkeiten frei schöpfen und gestalten.

Impulsen folgen: Die 5Rhythmen® sind eine Bewegungsmeditation, die von Gabrielle Roth in den USA entwickelt wurde. Flowing, Staccato, Chaos, Lyrical und Stillness: Das sind fünf verschiedene Prinzipien, die in vielen Lebensprozessen sichtbar werden. Sie sind Einladungen, mit unterschiedlichen Teilen unserer Persönlichkeit in Kontakt zu kommen und Energien im Zusammenspiel mit Geist und Körper zu aktivieren. Sie fördern die Gesundheit und steigern die persönliche Wahrnehmung: einfach und doch intensiv in ihrer Wirkung.

#### Referent\*innen

Ulrich Behr | Künstler und Kunsttherapeut | Gersheim  
Bettina Leukert | Musikpädagogin | Berlin

#### Tagungshaus

Akademie Biggeseesee | Attendorn

#### Anmeldung

Etwa vier Wochen vor dem Positiventreffen kannst du dich online unter [posithivhandeln.de](http://posithivhandeln.de) anmelden.

The background is a close-up of a concrete wall. At the top, there is large, black graffiti that appears to be the word 'FUCK'. Below the graffiti, there are several red hearts of varying sizes. A horizontal blue line is also visible on the wall. The overall aesthetic is urban and raw.

# HIV UND SEXUALITÄT

10. BIS 12. DEZEMBER 2021

## HIV UND SEXUALITÄT

### SEX UND HIV – WO GEHT'S HIER ZU DEN TOLLEN GEFÜHLEN?

10. BIS 12. DEZEMBER 2021

Die meisten Menschen haben gerne Sex: zu zweit, mit mehreren, monogam oder mit wechselnden Partner\*innen, unabhängig von ihrer sexuellen Orientierung. Und das soll auch so bleiben. Vor HIV schützen Kondome, die PrEP oder eine wirksame HIV-Therapie. Sprich: nicht nachweisbar bedeutet nicht übertragbar ( $n=n$ ). Das heisst, dass HIV beim Sex keine Rolle mehr spielen muss und dieser ohne Angst vor einer HIV-Übertragung gelebt werden kann. Somit wäre alles gut ... oder etwa nicht?

Wie zufrieden bist du mit deinem jetzigen Sexleben? Welche Wünsche und Träume sind noch offen? Lasst uns darüber reden, was es braucht, um zu einer zufriedenen, stressfreien und lustvollen Sexualität zu gelangen? Aber auch darüber, was es vielleicht schwierig macht, Sexualität zu leben. Willkommen sind auch ungetestete und HIV-negative Partner\*innen.

#### Referent\*innen

Torsten Denter | Diplompsychologe und Coach | Berlin (angefragt)

#### Tagungshaus

Die Wolfsburg | Katholische Akademie | Mülheim an der Ruhr

#### Anmeldung

Etwa vier Wochen vor dem Positiventreffen kannst du dich online unter [posithivhandeln.de](https://www.posithivhandeln.de) anmelden.

A young girl with long brown hair is captured in mid-air, jumping joyfully. She is wearing a black t-shirt and colorful, patterned leggings. Her hair is flying, suggesting movement. The background is a wall made of vertical wooden slats, each painted with a different color in a repeating pattern of red, orange, yellow, green, and purple. The ground is a grey cobblestone path.

XXelle PLUS  
POSITIVE  
AKTIVISTINNEN

XXelle PLUS  
POSITIVE AKTIVISTINNEN

Selbstbewusst leben und selbstbestimmt handeln. Den fachlichen Austausch ermöglichen und gemeinsam Stellung beziehen! Hierzu treffen sich bei XXelle PLUS HIV-positive Aktivistinnen aus ganz Nordrhein-Westfalen, die sich in HIV- und Aidsprojekten engagieren.

Ziel von XXelle PLUS ist die Vernetzung von Frauen mit HIV und Aids, die Interesse an einer aktiven Selbsthilfe haben.

Geplant ist ein eintägiges Vernetzungstreffen am 12. Juni 2021 in Köln.

Für weitere Informationen zu XXelle PLUS kannst du dich telefonisch unter 0221 20203-32 an Birgit Körbel, Aidshilfe Köln, oder per E-Mail an [koerbel@aidshilfe-koeln.de](mailto:koerbel@aidshilfe-koeln.de) wenden.

# IMPRESSUM

## Herausgeberin

Aidshilfe NRW e.V.  
Lindenstraße 20 · 50674 Köln  
Fon 0221 925996-0 · Fax 0221 925996-9  
[info@nrw.aidshilfe.de](mailto:info@nrw.aidshilfe.de) · [nrw.aidshilfe.de](http://nrw.aidshilfe.de)

## Redaktion

Markus Schmidt und Gottfried Dunkel

## Layout und Satz

Markus Schmidt

## Druck

Druckhaus Süd Köln | © Januar 2021

## Fotos

Markus Schmidt | Aidshilfe NRW  
cobalt | istockphoto.com  
allzweckjack | photocase.de  
as\_seen | photocase.de  
bellagee | photocase.de  
david-w- | photocase.de  
inkje | photocase.de  
kallejipp | photocase.de  
mages | photocase.de  
sandra wenzel | photocase.de

Gefördert vom

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





Informationen rund um das Thema Leben mit HIV sowie die Einladungen zu unseren landesweiten Positiventreffen und die Möglichkeit zur Online-Anmeldung findest du unter [positivhandeln.de](http://positivhandeln.de) oder bei facebook unter [facebook.com/positiv.handeln](https://facebook.com/positiv.handeln).