

# HELPERZELLEN GEGEN RECHTS

DEMOKRATIE LEBEN: POSITHIV HANDELN!

## POSITHIVHANDELN NRW PROGRAMM 2025 1. HALBJAHR





**POSITHIVHANDELN**

# HELPERZELLEN 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](http://posithivhandeln.de).



## IM ERSTEN HALBJAHR 2025 FINDEN FOLGENDE LANDESWEITE POSITIVENTREFFEN NRW STATT

### 24. BIS 26. JANUAR 2025

GEMEINSAM GEGEN RECHTS

WAS IST WICHTIG UND WIE MIT RECHTSEXTREMISMUS UND POPULISMUS UMGEHEN?

AKADEMIE BIGGESEE | ATTENDORN

### 11. BIS 13. APRIL 2025

GEGEN DIE ERSCHÖPFUNG: RESILIENZ IN HERAUSFORDERNDEN ZEITEN STÄRKEN

ENERGIEN ZUM FLIESSEN BRINGEN

AKADEMIE BIGGESEE | ATTENDORN

### 19. BIS 22. JUNI 2025

VOM POSITIVEN UMGANG MIT VERÄNDERUNGEN ... WIE GELINGT DAS?

AKADEMIE BIGGESEE | ATTENDORN

LANDESWEITES POSITIVENTREFFEN  
IN DER AKADEMIE BIGGESEE | ATTENDORN

24. BIS 26. JANUAR 2025  
GEMEINSAM GEGEN RECHTS  
WORKSHOP

FCK  
NZZS

## GEMEINSAM GEGEN RECHTS

### WAS IST WICHTIG UND WIE MIT RECHTSEXTREMISMUS UND POPULISMUS UMGEHEN?

Als HELFERZELLEN GEGEN RECHTS wollen wir uns mit den Grundlagen und aktuellen Erscheinungsformen von Rechtsextremismus, -radikalismus und Populismus auseinandersetzen. Anhand praxisnaher Beispiele beleuchten wir die Auswirkungen rechter Ideologien auf stigmatisierte gesellschaftliche Gruppen und erarbeiten Ansätze für eine gewaltfreie Kommunikation im Umgang mit Andersdenkenden.

Wir werden Strategien erkunden, wie wir rechten Argumentationsmustern begegnen und Diskussionen klug führen und mutig auf verbale Diskriminierung reagieren können. Die Veranstaltung richtet sich an alle, die sich fundiert mit der Thematik auseinandersetzen und im Alltag aktiv gegen rechte Tendenzen vorgehen möchten.

## REFERENTEN

Samuel Epp | Akademie Biggensee und Gottfried Dunkel | Aidshilfe NRW

A photograph of two people performing acrobatic stunts against a bright orange, vertically-ribbed wall. On the left, a person in a white t-shirt and blue jeans stands with their back to the camera, arms raised in a 'V' shape. On the right, a person in a black t-shirt and blue jeans is upside down, performing a handstand with their legs spread wide. The scene is set on a dark asphalt surface with a concrete curb.

LANDESWEITES POSITIVENTREFFEN  
IN DER AKADEMIE BIGGESEE | ATTENDORN

**11. BIS 13. APRIL 2025**  
**RESILIENZ IN HERAUSFORDERNDEN**  
**ZEITEN STÄRKEN**

## GEGEN DIE ERSCHÖPFUNG: RESILIENZ IN HERAUSFORDERNDEN ZEITEN STÄRKEN ENERGIEN ZUM FLIESSEN BRINGEN

In Zeiten starker Verunsicherungen durch Klimakrise, sich verändernder weltpolitischer Entwicklungen, Krieg in der Ukraine, Polarisierungstendenzen, Aufstieg populistischer Parteien wird uns vieles abverlangt. Um dem entgegenzuwirken, wollen wir den Fokus auf Selbstfürsorge und Fürsorge in Gemeinschaft setzen. Entschleunigung und Gesundheitsprävention praktizieren. Vertrauen und Vertrautheit in uns selbst und miteinander stärken.

Körper und Geist in Einklang bringen, Selbstwahrnehmung mit Yoga, Berührung, Massage und tiefgehender Entspannung. Ruhe, zu finden für sich selbst und in unterstützender Community, Nähe und Distanz erforschen, die gut tut, gerade in stressigen Zeiten. Sich der eigenen Stärken bewusster werden, was persönlich guttut.

### KURSLEITER

André Kraft | freiberuflicher Lehrer für Körperarbeit, Pilates und Tantra | Bodyworker | Düsseldorf



LANDESWEITES POSITIVENTREFFEN  
IN DER AKADEMIE BIGGESEE | ATTENDORN

**19. BIS 22. JUNI 2025**  
**VOM POSITIVEN UMGANG MIT**  
**VERÄNDERUNGEN**





## VOM POSITIVEN UMGANG MIT VERÄNDERUNGEN ... WIE GELINGT DAS?

Politische Veränderungen, ansteigende Anfeindungen und Diskriminierungserfahrungen stellen uns vor große Herausforderungen. Welche Faktoren lassen Menschen auch in hohen Belastungssituationen mental gesund bleiben?

In diesem Workshop lernen wir unsere Ressourcen besser kennen, wie Kreativität unsere Gesundheit stärken kann. Mit dem Playbacktheater gestalten wir unseren Austausch und teilen Erfahrungen. Wie lässt sich mit diesen von außen gesetzten Veränderungen auf individueller Ebene umgehen? Brauchen wir gerade jetzt mehr „Superkräfte“? Wir begeben uns auf unsere eigene Held\*innenreise? Sie ist ein Modell, das reale Lebenskrisen, sowie bekannte fiktive Geschichten, einem Narrativ folgen. In dieser Dramaturgie können wir uns selbst als Protagonist\*in setzen und unsere Ziele, Hindernisse und Ressourcen entdecken. Mit Stift und Papier, aber auch im Theaterspiel, schreiben wir unsere eigenen Geschichten und erforschen so Strategien zur Krisenbewältigung.

### SPIELLEITERIN

Svea Menne | psychologische Beraterin | Theatertherapie (B.A.) | Kulturschaffende



---

**LANDEARBEITSGEMEINSCHAFT  
POSITIV HANDELN NRW**

## SELBSTVERTRETUNG STATT STELLVERTRETUNG

In der Landesarbeitsgemeinschaft von POSITHIV 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 Landesarbeitsgemeinschaft trifft sich im ersten Halbjahr 2025 an folgenden Terminen:

### 18. JANUAR 2025

Aidshilfe Duisburg/Kreis Wesel | Bismarckstraße 67 | 47057 Duisburg

### 1. MÄRZ 2025

Aidshilfe Düsseldorf | Johannes-Weyer-Straße 1 | 40225 Düsseldorf

### 14. JUNI 2025

Aidshilfe Essen | Varnhorststraße 17 | 45127 Essen

12  
13 Fr

---

**WEITERE TERMINE  
UND WORKSHOPS 2025**

14 Sa

**1. FEBRUAR 2025 | 10.00 BIS 16.00 | AIDSHILFE DÜSSELDORF**  
**LUSTVOLL LEBEN – SEXUALITÄT GENIEßEN!**



Ein Workshoptag von und für Frauen\* mit HIV rund um das Thema weibliche Sexualität. Es wird Raum geben für die Auseinandersetzung mit der eigenen Biografie und den Austausch über Themen wie Partner\*suche, partnerschaftliche Kommunikation und Schutz durch Therapie.

**REFERENTINNEN**

Alex Frings | HIV- Aktivistin | Beraterin in WB zur Sexualberaterin

Johanna Verhoven | HIV- Aktivistin | Systemische Beraterin in WB zur Sexualberaterin

**ANMELDUNG**

Anmeldungen per Mail an [alex.xxelleplus@gmx.de](mailto:alex.xxelleplus@gmx.de).

Kinderbetreuung ist nach Anmeldung möglich.

## 20. bis 22. MÄRZ 2025 | WIENER HOFBURG DEUTSCH ÖSTERREICHISCHER AIDS KONGRESS

Im Herzen Europas gelegen spielte Wien schon immer eine Rolle im Brückenbauen und Stärken von Zusammenarbeit. Der DÖAK 2025 steht ganz im Zeichen dieser verbindenden Aufgabe und versteht sich als Ort eines interdisziplinären Zusammentreffens auf Augenhöhe. Unter dem Titel „HIV im ¾ Takt“ soll die Themendiversität rund um HIV verdeutlicht und unterschiedlichste Inhalte gleichwertig aufs Kongressparkett gebracht werden. Die Schlagwörter „Prävention – Therapie – Heilung“ stehen dabei symbolisch für die vielen Bereiche wie zum Beispiel Grundlagenforschung, Klinik und Psychosoziales, die ineinandergreifen müssen, um im gemeinsamen Takt die Zukunft zu gestalten.

Infos zum Scholarship der Deutschen Aidshilfe (Beantragungsfrist ist der 20 Januar 2025) findest du unter [aidshilfe.de](https://aidshilfe.de).

Infos zum Kongressprogramm und zur Onlineregistrierung findest du unter [doeak-2025.com](https://doeak-2025.com).

**1. APRIL 2025 | 19.00 UHR | MAX HAUS | DÜSSELDORF**  
**JAHRESEMPFANG DER AIDSHILFE NRW**

Am 1. April 2025 lädt der Landesverband zum Jahresempfang anlässlich seines 40-jährigen Bestehens ins Düsseldorfer Maxhaus ein.

Neben der Verleihung des Ehrenamtspreises merk|würdig der Aidshilfe NRW stehen aktuelle gesellschaftspolitische Themen im Mittelpunkt der Veranstaltung. Freue dich auf interessante Gäste und eine spannende Diskussionsrunde in der Landeshauptstadt.

4. BIS 6. APRIL 2025 | AKADEMIE BIGGESEE | ATTENDORN  
XXELLE PLUS VERNETZUNGSTREFFEN  
POSITIVE WEIBLICHE SICHTWEISEN UND SICHTBARKEIT



Selbstbewusst leben und selbstbestimmt handeln. Den Austausch ermöglichen und gemeinsam Stellung beziehen! „Wir passen nicht in eure Schubladen!“ Sich wehren gegen Zuschreibungen und Vorurteile, die es gegenüber HIV-positiven Frauen gibt. Schubladendenken von außen kann sehr verletzend und diskriminierend sein. Wir setzen und bestimmen unsere eigene Sichtbarkeit! HIV ist auch weiblich! Etwa 20 Prozent der HIV-positiven Menschen in Deutschland sind Frauen! Darum geht es bei diesem Treffen mit Foto-Workshop: sich selbstbewusst zu zeigen.

Bei Fragen zu XXelle PLUS, einfach eine Mail schreiben an:

**ALEXANDRA FRINGS:** [alex.xxelleplus@gmx.de](mailto:alex.xxelleplus@gmx.de)

**JOHANNA VERHOVEN:** [johannaverhoven@gmail.com](mailto:johannaverhoven@gmail.com)



**24. Mai 2025 | 10.00 BIS 17.00 UHR | AIDSHILFE DÜSSELDORF**  
**MEDIZINISCHE RUNDREISE – HIV-INFEKTION UND THERAPIE 2025**  
**DETAILLIERTES WISSEN UND AKTUELLE ERKENNTNISSE ZUR ANTIRETROVIRALEN THERAPIE (ART)**

Wirksamkeit und Verträglichkeit, Nebenwirkungen, Therapiebeginn, Kontrolluntersuchungen, Viruslast-Nachweisgrenze, Therapiewechsel und-pausen. Ausblick auf die Zukunft der HIV-Therapie und neue bzw. zukünftige Therapieoptionen.

**REFERENT**

Sieggi Schwarze | Berlin

**MODERATION**

Birgit Körbel | Köln

# 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)

## **CHRISTIAN HILLEN UND UWE DANIEL**

Die beiden Sprecher der Landesarbeitsgemeinschaft POSITHIV HANDELN erreichst du per E-Mail an [sprecher@posithivhandeln.de](mailto: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](mailto:info@nrw.aidshilfe.de) · [nrw.aidshilfe.de](http://nrw.aidshilfe.de)

## REDAKTION

Gottfried Dunkel  
Markus Schmidt

## LAYOUT UND SATZ

Markus Schmidt

## FOTOS

cw-design | [photocase.de](http://photocase.de)  
fult | [photocase.de](http://photocase.de)  
john kreml | [photocase.de](http://photocase.de)  
sianaïs | [photocase.de](http://photocase.de)  
suze | [photocase.de](http://photocase.de)  
willma | [photocase.de](http://photocase.de)  
zach | [photocase.de](http://photocase.de)  
zettberlin | [photocase.de](http://photocase.de)



Gefördert vom

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



**POSITIVHANDELN.DE**