

01. DEZEMBER
**WELT-
AIDS-TAG**



WEIHNACHTSBALL
AIDS-HILFESTUTTGART E.V.



30.11.2018

**AIDS-Hilfe
Stuttgart e. V.
(AHS)**

Anschrift:
Johannesstr. 19
70176 Stuttgart

Telefon:
0711/2 24 69 – 0
Fax:
0711/2 24 69 – 99

E-Mail: kontakt@aidshilfe-stuttgart.de
Internet: www.aidshilfe-stuttgart.de
www.aidshilfe-stuttgart.hiv
www.facebook.com/AIDSHilfeStuttgart

Stadtbahn:

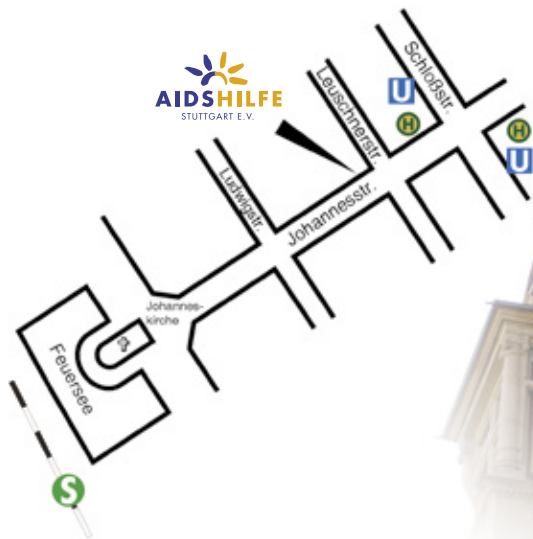
U2, U29, U34
Haltestelle
Schloß-/Johannesstrasse

S-Bahn:

S1, S2, S3, S4, S5, S6
Haltestelle Feuersee

Bus:

Linie 41
Haltestelle
Schloß-/Johannesstrasse



Öffnungszeiten der AHS-Beratungs- und Geschäftsstelle:

Mo. – Fr. 10.00 Uhr – 12.00 Uhr
Mo. – Do. 14.00 Uhr – 17.00 Uhr.

Informationen für alle, Hilfe für Betroffene:

Tel.: 0711/22 46 9 - 0.

Anonyme Telefonberatung der deutschen AIDS-Hilfen:

Tel.: 0180/33 19 411
(Bundeseinheitliche Rufnummer zu 9 Cent/Minute aus dem deutschen Festnetz, maximal 42 Cent/Minute aus deutschen Mobilfunknetzen!)
Mo. – Fr. 9.00 Uhr – 21.00 Uhr
Sa. + So. 12.00 Uhr – 14.00 Uhr.

Persönliche Beratung durch Fachkräfte der AHS nach Vereinbarung und in den Sprechstunden:

Tel.: 0711/22 46 9 - 0
Mo. – Fr. 10.00 Uhr – 12.00 Uhr
Mo. – Do. 14.00 Uhr – 17.00 Uhr.

Online Beratung:

www.aidshilfe-beratung.de

Café Strich-Punkt:

Gemeinschaftsprojekt der AHS und des Vereins zur Förderung von Jugendlichen mit besonderen sozialen Schwierigkeiten e.V. (www.verein-jugendliche.de). Treffpunkt für Jungs, die anschaffen gehen und auf der Straße leben.

Anlaufstelle für Prostituierte,

Jakobstr. 3, 70182 Stuttgart. Tel.: 0711/ 67 21 24 48, E-Mail: cafe-strich-punkt@aidshilfe-stuttgart.de, www.facebook.com/cafestrichpunkt
Öffnungszeiten:
Mo. 16.00 Uhr – 20.00 Uhr
Mi. 16.00 Uhr – 19.00 Uhr
Anspruchspartner:
AIDS-Hilfe Stuttgart e.V.
Tel.: 0711/22 46 9 - 0

Ehrenamtliche Gruppen:

Ö-Gruppe (Ö=Öffentlichkeitsarbeit),
Telefongruppe, MSM-Präventionsgruppe.

HIV-Schnelltest-Aktion in der AHS:

Monatlich am 4. Mittwoch – außer im Juli und im Dezember am 3. Mittwoch – von 18.00 Uhr bis 19.30 Uhr.

Selbsthilfegruppen:

Gemischte Gruppe, JuPo-Gruppe.

Die AIDS-Hilfe Stuttgart e.V. (AHS) wird gefördert durch die Landeshauptstadt Stuttgart und vom Ministerium für Soziales und Integration Baden-Württemberg.

Spendenkonto:

GLS Gemeinschaftsbank eG
 IBAN DE03 4306 0967 7007 0080 00
 BIC GENODEM1GLS

Impressum & RAINBOW-Auslagestellen

Das nächste RAINBOW erscheint im Juli 2019 vor dem Stuttgarter CSO.

Anzeigen- und Redaktionsschluss für Ausgabe 83: 30.04.2019.

Herausgeber:

AIDS-Hilfe Stuttgart e.V. (AHS)
 Johannesstraße 19 | 70176 Stuttgart
 E-Mail: rainbow@aidshilfe-stuttgart.de
 Tel.: 0711/22 46 9 - 0
 www.aidshilfe-stuttgart.de
 www.aidshilfe-stuttgart.hiv

Vorstand (V.i.S.d.P.): Klaus Ganzhorn | Laura Halding-Hoppenheit | Jörg Hummer
 Geschäftsführer: Franz Kibler
 Chefredaktion: Franz Kibler

Redaktion: Lea Wilde

Die RAINBOW-Redaktion behält sich vor, eingereichte Artikel zu kürzen oder abzuweisen. Beiträge bitte als Word-Datei (.doc) per E-Mail: rainbow@aidshilfe-stuttgart.de einreichen und nach Möglichkeit Fotomaterial (Auflösung 300dpi, als jpg) mitsenden. Für eingereichte Fotos und Manuskripte übernimmt die Redaktion keine Gewähr.

Anzeigenbetreuung: Lea Wilde

Für eine Anzeigenschaltung bitte E-Mail an die RAINBOW-Anzeigenbetreuung unter: rainbow@aidshilfe-stuttgart.de

Layout:

soldan kommunikation, grafik-desig-konzept, Stuttgart

Druck:

Druckerei Hertle GmbH, Kirchheim/Teck

Auflage: 5.200 Exemplare

RAINBOW erscheint zweimal jährlich und wird auf Wunsch den Mitgliedern der AHS zugesandt.

RAINBOW erhebt keinen Anspruch auf vollständige Wiedergabe und Dokumentation des Diskussionsprozesses innerhalb der AHS sowie zu medizinischen oder gesellschaftlichen Entwicklungen von HIV und AIDS.

RAINBOW versteht sich als Forum, HIV und AIDS in seiner lokalen wie globalen Dimension aufzuzeigen.

RAINBOW will informieren, zur Diskussion anregen und zur Teilnahme auffordern, um HIV und AIDS aus der Verdrängung herauszuholen.

RAINBOW gibt nicht ausschließlich die offizielle Position der AHS wieder; insbesondere geben namentlich gekennzeichnete Beiträge in erster Linie die Meinung der Verfasserin/des Verfassers wieder.

RAINBOW versucht, sich vollständig aus den Einnahmen der abgedruckten Werbung zu finanzieren. Ein herzliches Dankeschön allen Anzeigekunden!

RAINBOW-Auslagestellen:

An nachfolgend aufgeführte Einrichtungen, Arztpraxen, Kinos und Gastronomiebetriebe wird RAINBOW verteilt und öffentlich ausgelegt:

- Ackermanns – Kneipe und Bar
- AIDS-Beratungsstelle der Evangelischen Gesellschaft Stuttgart e.V.
- AIDS-Hilfe Arbeitskreis Ludwigshafen e.V.
- AIDS-Hilfe Stuttgart e.V.
- AIDS-Seelsorge der Evangelischen Landeskirche in Württemberg
- Apotheke55
- Atelier am Bollwerk
- Bahnhofsmission Stuttgart
- Blue Box
- BOOTS Westernbar Stuttgart
- Bürogemeinschaft Lazarrettstraße
- Buchladen Erbkönig
- Café Graf Eberhard
- Café Künstlerbund
- Café le Théâtre
- Café Monroe's
- Café Strich-Punk/Café La Strada
- Calwer-Eck-Bräu
- Dacapo II Erotikshop
- Die Brücke e.V./Kath. AIDS-Seelsorge
- EAGLE Stuttgart
- EGOISTIN Stuttgart
- FRAU BLUM-Boutique Erotique

- Gemeinschaftspraxis Schwabstr. 26
- Goldener Heinrich
- Jakobstube
- Jusos – Stuttgart
- K29 – Der Zieglerkeller
- Katharinenhospital (Station 12)
- KINGS CLUB
- Kiosk & Caffee Olga 120
- Kiosk-Kuhstall
- Krankenhaus Bad Cannstatt
- Kontaktstelle High Noon
- KULTURWERK
- Kulturzentrum MERLIN e.V.
- Landeshauptstadt Stuttgart – Gesundheitsamt
- Landeshauptstadt Stuttgart – Rathaus
- Lotto Café J. Braun-Büttner
- Marienhospital
- MCC Gemeinde Salz der Erde Stuttgart
- Palast der Republik
- pour lui-Sauna
- Praxis Dr. med. Jürgen Koubitz
- Praxis Dr. med. Friedrich Spilth
- Praxis Dr. med. Andreas Zsolnai
- Praxismgemeinschaft Schwabstraße 59
- Praxis Verena Wollmann-Wohlleben
- RAVEN Stuttgart
- Reinsburg-Apotheke
- Restauration-Bar-Bernstein
- Rosenau – Lokalität & Bühne
- ruben's – bar*bistro*loung
- Sarah e.V. – Kulturzentrum & Café für Frauen
- STUTTGARTER JUGENDHAUS gGmbH - Jugendhaus Mitte
- tips'n'trips Jugendinformation Stuttgart
- TOM'S BAR, Stuttgart
- U-Apotheke
- US SHOP
- Verein zur Förderung von Jugendlichen mit besonderen sozialen Schwierigkeiten e.V.
- VIVA SAUNA
- WESTEND APOTHEKE
- Zentrum Weissenburg
- Zimt & Zucker

(Stand: November 2018)

Zuständigkeitsbereiche – Wegweiser

Klaus Ganzhorn | Laura Halding-Hoppenheit | Jörg Hummer

Vorstand

Franz Kibler – M.A. Sozial- und Verhaltenswissenschaften (Univ.), Geschäftsführer
 Telefon: 0711/22 46 9 - 0
 E-Mail: franz.kibler@aidshilfe-stuttgart.de
 Zuständigkeitsbereiche: Geschäftsführung | Mitglieder I Außenvertretung |
 Personal | Finanzen I Geschäftsstelle I Öffentlichkeitsarbeit

Geschäftsführung

Bernd Skobowsky – Dipl. Ökonom Intern. Business (FH),
 Assistent der Geschäftsführung
 Telefon: 0711/22 46 9 - 11
 E-Mail: bernd.skobowsky@aidshilfe-stuttgart.de
 Präsenzzeit: Montag bis Freitag von 10.00 Uhr bis 12.00 Uhr und Montag bis
 Donnerstag von 14.00 Uhr bis 17.00 Uhr
 Zuständigkeitsbereiche: Verwaltung | Empfang I Veranstaltungen

Hauptamtliche
 Mitarbeiter

Hans-Peter Diez – Dipl.-Sozialpädagoge (FH), Sozialarbeiter
 Telefon: 0711/22 46 9 - 13
 E-Mail: hans-peter.diez@aidshilfe-stuttgart.de
 Präsenzzeit: Mittwoch von 15.00 Uhr bis 17.00 Uhr
 Zuständigkeitsbereiche: Beratung für alle und Betreuung für HIV-Betroffene |
 Wohngruppen für Menschen mit HIV/AIDS | HIV/AIDS und Männer, die Sex mit
 Männern haben (MSM)/MSM-Präventionsgruppe | Ehrenamtliche Telefonberatung/
 Telefongruppe | Ehrenamtskoordination/Abende fürs Ehrenamt | Patientencafé

Stefan Lücke – Dipl.-Pädagoge (Univ.), Sozialarbeiter
 Telefon: 0711/22 46 9 - 18
 E-Mail: stefan.luecke@aidshilfe-stuttgart.de
 Präsenzzeit: Freitag von 10.00 Uhr bis 12.00 Uhr
 Zuständigkeitsbereiche: Beratung für alle und Betreuung für HIV-Betroffene |
 Ambulant betreutes Paar- und Einzelwohnen | Junge HIV-Positive/JuPo-Gruppe |
 HIV-Prävention bei Veranstaltungen zur Information der Allgemeinbevölkerung/
 Ö-(=Öffentlichkeitsarbeit) Gruppe

Zuständigkeitsbereiche – Wegweiser

Hauptamtliche Mitarbeiter

Josefina Muanza – Gesundheits- u. Sozialmanagerin (B.A.), Sozialarbeiterin
Telefon: 0711/22 46 9 - 19

E-Mail: josefina.muanza@aidshilfe-stuttgart.de

Präsenzzeit: Montag von 10.00 Uhr bis 12.00 Uhr

Zuständigkeitsbereiche: Beratung für alle und Betreuung für HIV-Betroffene | HIV/AIDS und Migranten/Drogengebrauchende/Frauen | Ambulant Betreutes Paar- und Einzelwohnen

Lea Wilde – M.A. Public Health (Univ.), Sozialarbeiterin

Telefon: 0711/22 46 9 - 17

E-Mail: lea.wilde@aidshilfe-stuttgart.de

Präsenzzeit: Dienstag von 10.00 Uhr bis 12.00 Uhr

Zuständigkeitsbereiche: Beratung für alle und Betreuung für HIV-Betroffene | Öffentlichkeitsarbeit | Veranstaltungen | HIV-Schnelltest-Aktionen | Arbeitskreis HIV Stuttgart

Nicole Wilhelm – Pflegepädagogin (B.A.), Sozialarbeiterin

Telefon: 0711/22 46 9 - 14

E-Mail: nicole.wilhelm@aidshilfe-stuttgart.de

Präsenzzeit: Dienstag von 15.00 Uhr bis 17.00 Uhr

Zuständigkeitsbereiche: Beratung für alle und Betreuung für HIV-Betroffene | Selbsthilfe/Gemischte Gruppe | Peervermittlung/Buddys | Krankenhausbesuche | HIV-Prävention in Schulen, Jugendhäusern, Betrieben etc. | Multiplikatorenschulung | Ambulant betreutes Paar- und Einzelwohnen | HIV/AIDS und Haft

Rüdiger Schmidt – Hausdienst

Telefon: 0711/22 46 9 - 0

E-Mail: ruediger.schmidt@aidshilfe-stuttgart.de

Zuständigkeitsbereiche: Veranstaltungen | Transporte | Reparaturen

Inhalt

02 Wegweiser

06 Inhalt

07 Editorial

Aus der AIDS-Hilfe

08 „Schwitzen für den guten Zweck –
12. Stuttgarter Lebenslauf!“

10 Im Zweifel lieber testen lassen!

14 Medizinische Rundreise –
„Länger Leben“

15 Mitgliedsbeiträge 2018

16 „HIV im Kontext von Migration und Flucht“

18 „Valentins-Aktion“ in der Mitte Stuttgarts!

19 HIV und Selbsthilfe – Selbsthilfe ist
ein Anfang

20 „Frauentags-Aktion“ am
Internationalen Frauentag.

21 Oster-Präventions- und Sammelaktion 2019

AIDS-Hilfe und CSD

23 „positHIVe Expedition WIR!“
beim Stuttgarter CSD 2018

Politik

26 HIV-Selbsttest ist da!

28 AIDS-Hilfe Stuttgart e.V. bei den
„Positiven Begegnungen“

30 22. Internationale AIDS-Konferenz in
Amsterdam vom 23.07. bis 27.07.2018

32 HIV und noch viel mehr

Welt-AIDS-Tag

36 Glühweinduft und Hausgemachtes

39 Welt-AIDS-Tag 2018 in Stuttgart

42 „RED CARPET meets RED RIBBON“

44 Schirmfrau und Schirmherr des
Weihnachtsballs 2018 der AIDS-Hilfe
Stuttgart e.V. grüßen

46 Nikolaus-Präventions- und
Sammelaktion 2018

Magazin

47 Filmtipp

48 Bücher, Bücher, Bücher ...

Termine

50 Termine, Termine, Termine ...

suchen – finden –
reinschauen!





Liebe Freundinnen und Freunde der AIDS-Hilfe Stuttgart e.V. (AHS),

HIV ist mittlerweile gut therapierbar und Deutschland gehört zu den Ländern, in denen die medizinische Versorgung HIV-positiver Menschen – bis auf eigentlich nicht vorgesehene Ausnahmen – auch gewährleistet ist. Wozu also noch AIDS-Hilfe-Arbeit? Und was macht AIDS-Hilfe überhaupt? Das sind Fragen, die sich AIDS-Hilfe-Mitarbeitende nicht täglich stellen, weil sie die Antworten ja leben und erleben.

Vorneweg: Auch wenn die Nebenwirkungen der antiretroviralen HIV-Therapie meist im Placebobereich sind, gibt es sie eben doch immer noch – mehr oder weniger häufig, mehr oder weniger ausgeprägt. Das Leben mit HIV schränkt aber insbesondere auch nach wie vor sozial ein und ist psychisch belastend.

Eine HIV-Infektion ist bspw. auch nicht mit Diabetes oder Bluthochdruck vergleichbar, denn HIV ist mit dem Stigma der Schuld und der irrationalen Angst vor Ansteckung belastet. Schuld, weil verbreitet in den Köpfen ist, dass man HIV ja nicht bekommt wie bspw. eine Grippe, sondern sich durch – oft als unmoralisch gesehenes – selbstbestimmtes Verhalten, wie Sex außerhalb einer geschlossenen Zweierbeziehung oder durch intravenösen Drogengebrauch, holt. Dann fehlt es leider immer noch

an Wissen über Infektionswege, Ansteckungsrisiken und Schutzmöglichkeiten, so dass man eben nicht überall mit einem angstfreien und fairen Umgang rechnen kann.

Die Medikation strukturiert auch nicht nur den Tag, sondern schränkt ein, denn die Medikamente müssen bspw. erreichbar sein, der regelmäßige ärztliche Checkup muss gemacht werden und in manche Länder kommt man bspw. als HIV-positiver Mensch auch heute noch gar nicht rein. Schließlich beeinflusst eine HIV-Infektion, egal ob verheimlicht oder mehr oder wenig geoutet, viele soziale Beziehungen in Partnerschaft, Familie, Freundeskreis, am Arbeitsplatz etc.

HIV ist auch nichts, was zu einem gehört, was man gewollt haben kann. Los wird man das Virus aber auch nicht mehr. Damit gilt es nicht nur sozial, sondern auch psychisch klarzukommen!

Und schließlich: auch wenn wir richtigerweise solidarisch für die Kosten der HIV-Infektionen aufkommen, gibt es doch Schöneres, was wir gemeinsam anpacken können.

Schon an diesen wenigen Aspekten sieht man: es rentiert sich HIV-negativ zu bleiben und es ist nach wie vor not-

wendig, sich für die Interessen HIV-positiver Menschen einzusetzen! Natürlich ist AIDS-Hilfe-Arbeit immer im Wandel, aber im Grundsatz geht es nach wie vor um zwei Aufgaben: HIV-/AIDS-Betroffenenunterstützung und HIV-Prävention!

Wie wir unsere Arbeit machen, bildet sich immer auch etwas hier in unserem RAINBOW ab. Entsprechend wünsche ich Ihnen eine interessante Lektüre! Und da sich das Jahr dem Ende zuneigt: ein frohes Weihnachtsfest, alles Gute für 2019 und viele gute Begegnungen! Herzlichen Dank!

Mit freundlichen Grüßen

Franz Libler

*Verhaltenswissenschaften (Univ.),
Geschäftsführer, AHS*

„Schwitzen für den guten Zweck – 12. Stuttgarter LebenSlauf“

Laufen und dabei doppelt Gutes tun! 350 hochmotivierte Läuferinnen und Läufer gaben Gas beim 12. Stuttgarter LebenSlauf des Sportvereins Abseitz Stuttgart e.V. zugunsten der AIDS-Hilfe Stuttgart e.V. (AHS) und erliefen stolze 6.800 EUR!

Stuttgart, 16. September 2018 – Was war das für ein aufregender Tag! 300 Anmeldungen registrierte das Organisationsteam des Sportvereins Abseitz Stuttgart e.V. für den 12. Stuttgarter LebenSlauf! Das Wetter war optimal für die Läuferinnen und Läufer, die die Fünf- oder Zehn-Kilometerstrecken gemeistert haben. Sie alle haben Flagge für das wichtige Thema HIV/AIDS und damit Solidarität für Menschen mit HIV/

AIDS gezeigt sowie dazu beigetragen, dass die gesundheitliche Aufklärungs- und Präventionsarbeit der AHS wichtige mediale Aufmerksamkeit erlangte. „Wir von der AHS sind froh und dankbar, dass der Sportverein Abseitz Stuttgart e.V. den Stuttgarter LebenSlauf zu unseren Gunsten ausrichtet und unsere Arbeit mit in die Öffentlichkeit trägt“, erläuterte Geschäftsführer Franz Kibler am Rande des Benefizlaufs.

Der Schirmherr des diesjährigen LebenSlaufs, Balletttänzer und Choreograph Eric Gauthier, hat vor Beginn des Laufes die Läuferinnen und Läufer mit seiner guten Laune und seinem „Warm up nach Eric Gauthier“ motiviert! Nach dem Tanzen und Dehnen ging es mit dem Ohrwurm „Stadtaffe“ auf die fünf oder zehn Kilometerlaufstrecke.

Ein großer Dank geht auch in diesem Jahr nicht nur an die engagierten Läuferinnen und Läufer, sondern auch an alle haupt- und ehrenamtlich Mitwirkenden sowie an die unterstützenden Firmen - insbesondere an die DAK Gesundheit, die ihre Unterstützung um 500 EUR



„Auf die Plätze, fertig, los!“



Aufwärmen mit Eric Gauthier!



auf nunmehr 4.000 EUR erhöht hat, und an die AbbVie Deutschland GmbH & Co. KG - für ihre sehr großzügigen Spenden!

„Was für ein wunderbarer Tag! Die vielen Läuferinnen und Läufer haben es geschafft, eine stolze Summe von 6.800,- EUR für unsere wichtige Arbeit zu erlaufen. Ein herzliches Dankeschön an alle Beteiligten und ich bin sehr stolz, dass der Sportverein Abseitz Stuttgart e.V. und die AHS Seite an Seite stehen!“, freut sich der sichtlich gerührte Franz Kibler, Geschäftsführer der AHS, bei der Bekanntgabe der Spendensumme.

Für alle Läuferinnen und Läufer gibt es eine frohe Kunde: Auch 2019 soll es mit dem dann 13. Stuttgarter Lebenslauf weitergehen. Damit sich das auch sicher realisieren lässt, braucht das Orga-Team des Stuttgarter Lebenslaufs von Abseitz Stuttgart e.V. noch personelle Verstärkung. Interessierte bitte einfach über organisation@stuttgarter-lebenslauf.de melden!

Auf www.stuttgarter-lebenslauf.de finden sich alle aktuelle Infos zum Stuttgarter Lebenslauf! – Schwitzen für einen guten Zweck – auch 2019!

Lea Wilde, M.A. Public Health (Univ.), Sozialarbeiterin, AHS



V.l.n.r.: Jörg Hummer (Mitglied des Vorstandes der AHS), Franz Kibler (Geschäftsführer der AHS), Thomas Weber (DAK-Gesundheit)



Im Zweifel lieber testen lassen!

Das frühzeitige Wissen um eine HIV-Infektion ist sehr wichtig, um drohenden irreversiblen Schädigungen durch HIV zuvorzukommen – und kann unter Umständen lebensrettend sein!



„Kann ich mich mit HIV infiziert haben?“

Diese Frage stellen sich viele Menschen, die Kontakt zur AIDS-Hilfe aufnehmen. Zum Beispiel weil sie ungeschützten Sex hatten, weil das Kondom vielleicht abgerutscht ist oder weil eine andere Situation bestand, in der sie sich mit HIV angesteckt haben könnten.

Was spricht für einen HIV-Test?

Ein HIV-Test schafft auf jeden Fall Klarheit. Heute ist das frühzeitige Wissen um eine HIV-Infektion sehr wichtig, um drohenden irreversiblen Schädigungen durch HIV zuvorzukommen – und unter Umständen lebensrettend. HIV-Infekti-

onen sind heutzutage nämlich so gut behandelbar, dass weder Lebensqualität noch Lebenserwartung von Menschen mit HIV durch die Infektion stark beeinträchtigt werden müssen – unbehandelt verursacht das Virus aber über kurz oder lang die bekannten AIDS-Symptome und letztlich meist den Tod der Patientin/ des Patienten. Hinzu kommt, dass HIV-Infizierte mit der modernen Antiretroviralen Therapie (ART) oft so gut behandelt werden können, dass ihre Viruslast unter die Nachweisgrenze sinkt und sie nicht mehr infektiös sind – also die HIV-Infektion nicht mehr weitergeben können. Je eher man mit der HIV-Therapie beginnt, desto besser.

Es gibt verschiedene HIV-Tests:

- Da ist zunächst der „klassische“ HIV-Labortest. Er wird von Checkpoints und Gesundheitsämtern angeboten. Immer anonym, oft auch kostenlos. Das Ergebnis dauert einige Tage.
- Die HIV-Schnelltests bieten ein Ergebnis in wenigen Minuten und werden auch von Checkpoints und Gesundheitsämtern anonym angeboten, in der AIDS-Hilfe Stuttgart e.V. (AHS) kostenlos.
- HIV-Selbsttest (auch Heimtests genannt) sind HIV-Schnelltests zum selbst testen. Einige sind mittlerweile so ausgereift, dass sie leicht anwendbar sind und zuverlässig. Der Verkauf von des HIV-Selbsttests ist in Deutschland seit Oktober 2018 erlaubt. (Mehr Infos zum Selbsttest in diesem Heft auf Seite 26).
- Bei Einsendetests nimmt man zu Hause selbst Blut ab und schickt es in ein Labor. Das Ergebnis bekommt man dann telefonisch oder online mitgeteilt.

Allen diesen Tests ist eines gemeinsam: sie sind HIV-Antikörper-Suchtests. Das bedeutet, sie suchen im Blut nach Anti-

körpern auf HIV, die sich meistens schon nach sechs und spätestens nach zwölf Wochen nachweisen lassen. Werden keine Antikörper gefunden, ist man sicher HIV-negativ. Bei einem HIV-Schnelltest redet man von einem reaktiven – also möglicherweise positiven – Ergebnis. Das Ergebnis muss durch einen weiteren spezifischeren Test bestätigt werden.

- Ein Sonderfall: HIV-PCR-Test.

Der HIV-PCR-Test weist keine Antikörper, sondern das Virus direkt im Blut nach. Als HIV-Test kann er in der frühen Infektionsphase zusätzlich zum HIV-Labortest eingesetzt werden. Der PCR-Test kostet etwa 100 bis 180 EUR. Wird der Test nicht im Rahmen einer HIV-Behandlung oder bei Verdacht auf eine akute Infektion durchgeführt, müssen die Kosten selbst bezahlt werden.

Grundsätzlich kann man sich auch in jeder Arztpraxis auf HIV testen lassen; dort sind HIV-Tests aber weder anonym noch in der Regel kostenlos.

Um mehr Menschen zu ermutigen, sich einem HIV-Test zu unterziehen, bietet die AHS seit Mai 2014 deswegen **kostenlose und anonyme HIV-Schnelltests mit qualifizierter Beratung regelmäßig an jedem vierten Mittwoch im Monat, von 18.00 Uhr bis 19.30 Uhr, in der Beratungs- und Geschäftsstelle der AHS, Johannesstr. 19, 70176 Stuttgart** an.

(Achtung: Im Juli findet nie eine HIV-Schnelltest-Aktion in der Beratungs- und Geschäftsstelle der AHS statt; und im Dezember verschiebt sich der Termin aufgrund der Weihnachtsfeiertage auf den dritten Mittwoch!).

Weitere Testmöglichkeiten im Umkreis von Stuttgart:

Gesundheitsamt Stuttgart

Schloßstr. 91
70176 Stuttgart
Tel.: 0711/216-59444
Fax: 0711/216-59329
sex.gesundheit@stuttgart.de
www.stuttgart.de/hiv-beratung

Hier können Sie kostenlos und anonym einen HIV-Antikörpertest machen. Eine Terminvereinbarung ist sinnvoll. Telefonische Terminvereinbarungen sind zu den folgenden Zeiten möglich: Mo. und Di. 13.00 Uhr bis 15.30 Uhr, Mi. 9.00 Uhr bis 11.30 Uhr und Do. 9.00 Uhr bis 12.00 Uhr. Das Testergebnis wird nur persönlich (nicht schriftlich oder telefo-

...



July's mobiler MassageService

Unsere transsexuelle Massagetherapeutin mit 15jähriger Berufserfahrung kommt mit ihrer Massageliege und dem Massageöl zu Ihnen nach Hause oder ins Büro und bietet Ihnen folgende Massagen an:

- Rückenmassage
- Ganzkörpermassage
- Fussreflexzonenmassage

Jede Massage dauert ca. 60 Minuten und kostet pro angefangene Stunde 49,- €

Von jeder stattgefundenen Massage spendet July 10% der AIDS-Hilfe Stuttgart e.V.

Lassen Sie sich entspannt verwöhnen!

Es finden KEINE sexuellen Dienstleistungen statt !!!



July's Massagen

- Stuttgart's mobiler Massageservice -
seit 15 Jahren

Buchungshotline:

0176 680 79 518

oder

julys.massagen@gmail.com

Im Zweifel lieber testen lassen!

nisch) mitgeteilt und kann eine Woche nach dem Test eingesehen werden. In der offenen Sprechstunde – Di. 9.00 Uhr bis 11.30 Uhr und Do. 14.00 Uhr bis 17.00 Uhr - können Sie ohne Terminvereinbarung HIV-Tests durchführen lassen. Ihr Eintreffen bestimmt die Reihenfolge. Die offene Sprechstunde ist unter Umständen mit längeren Wartezeiten verbunden.

Gesundheitsamt Böblingen

Parkstr. 4
71034 Böblingen
Tel.: 07031/663 - 1777
Fax: 07031/633 - 1778

Ansprechpartner: Albert Mayer
a.mayer@lrabb.de
www.dr-winter-team.de/beratung/
aids-beratung

Beratung und kostenlose Testmöglichkeiten zur offenen Sprechstunde (Mo. 13.00 Uhr bis 15.30 Uhr und Do. 8.30 Uhr bis 11.30 Uhr) oder nach telefonischer Vereinbarung. HIV-Tests finden außerdem in der Außenstelle Leonberg (Tel.: 07152/9399 00) statt.

Landratsamt Ludwigsburg

Dezernat Gesundheit und Verbraucherschutz
Hindenburgstr. 20/1
71638 Ludwigsburg
Tel.: 07141/144 - 41304
Fax: 07141/144 - 49502

Ansprechpartnerin: Dr. Uschi Traub
uschi.traub@landkreis-ludwigsburg.de
www.landkreis-ludwigsburg.de

Beratung und Testmöglichkeit

(anonym und kostenlos) zu den folgenden **Sprechzeiten:** Do. 15.00 Uhr bis 17.30 Uhr (Terminvereinbarung nicht erforderlich). Mehrmals im Jahr werden in Kooperation mit derAHS HIV-Schnelltests während der Sprechzeiten angeboten (siehe www.aidshilfe-stuttgart.de AKTUELLES). An diesen Terminen werden keine anderen Tests auf HIV und andere sexuell übertragbaren Infektionen angeboten.

Gesundheitsamt Esslingen

Am Aussichtsturm 5
73207 Plochingen
Tel.: 07111/3902 - 41642
Fax: 0711/3965 - 51642

Ansprechpartnerin: Dr. Gertie Soßna
sossna.gertie@lra-es.de
www.landkreis-esslingen.de

Beratung und Testmöglichkeit

(anonym und kostenlos) zu den folgenden Sprechzeiten: Do. 13.30 Uhr bis 17.00 Uhr (Terminvereinbarung nicht erforderlich).

Gesundheitsamt Rems-Murr

Geschäftsbereich Gesundheit
Bahnhofstr. 1
71332 Waiblingen
Tel.: 07151/501 - 1612 oder -1608
Fax: 07151/501 - 1634

Ansprechpartner: Mathias Bolter
m.bolter@remm-murr-kreis.de
www.remm-murr-kreis.de

Termine für anonyme HIV-Tests nur nach telefonischer Rücksprache. HIV-Tests werden kostenlos angeboten; HIV-Schnelltests zum Preis von 11 EUR

Labor Enders & Partner

Rosenbergstr. 85
70193 Stuttgart
Tel.: 0711/6357 - 0
Fax: 0711/6357 - 202
oder

Hirschlandstr. 97
73730 Esslingen
Tel.: 0711/3103 - 3251
Fax: 0711/3103 - 3344
info@labor-enders.de
www.labor-enders.de

HIV-Antikörpertests: Keine Beratung, kostenpflichtig, anonym möglich.

Weitere Auskünfte zum HIV-Test und zur HIV-Schnelltest-Aktion in der AHS erteilt gerne:

Lea Wilde

Sozialarbeiterin/Master of Arts Public Health (M.A.), AIDS-Hilfe Stuttgart e.V., Präsenzzeit in der Beratungs- und Geschäftsstelle der AHS:
Dienstag 10.00 Uhr bis 12.00 Uhr,
E-Mail: lea.wilde@aidshilfe-stuttgart.de,
Tel.: 0711/22 46 9 - 17.

Lea Wilde, M.A. Public Health (Univ.), Sozialarbeiterin, AHS



**„ICH KOMME
IN FRIEDEN,
STI'S* NICHT.“**



GenïLe Man
www.gentle-man.eu
www.facebook.com/GentleManBaWue

Jeder Mensch sollte selbst entscheiden, ob er sich testen lassen möchte.

Gründe, die dafür sprechen sowie Informationen rund um deine sexuelle Gesundheit und HIV/STI-Teststellen findest du auf www.gentle-man.eu.

Gentle Man wird unterstützt durch das Ministerium für Soziales und Integration Baden-Württemberg aus Mitteln des Landes Baden-Württemberg.

*Sexuell übertragbare Infektionen

VIVA
VIVASAUNA.DE

TÄGLICH 14-24 UHR Fr.+Sa. - 02 UHR
CHARLOTTENSTRASSE 38 70182 STUTTGART 0711/2368462

Medizinische Rundreise – „Länger Leben“

Die AIDS-Hilfe Stuttgart e.V. (AHS) und die Deutsche AIDS-Hilfe e.V. (DAH) boten am 18.10.2018 im Rahmen der Medizinischen Rundreise der DAH ein Seminar zum Thema „Länger Leben“ an.



In Deutschland leben rund 88.400 (Ende 2016) Menschen mit HIV, von denen etwa 75.000 eine antiretrovirale Therapie erhalten (RKI, 2016). HIV ist jedoch nach wie vor nicht heilbar. Bei einer gut behandelten HIV-Infektion ist es möglich, den Ausbruch des Krankheitsbilds AIDS fast immer zu verhindern. Man kann davon ausgehen, dass Menschen mit einer HIV-Infektion inzwischen eine fast normale Lebenserwartung haben.

Die verfügbaren Medikamente ermöglichen den HIV-Infizierten auf physischer Ebene grundsätzlich eine gute Lebensqualität und ein nahezu normales Leben. Jedoch kann sich die individuelle Gesundheitsituation der Menschen mit HIV sehr unterschiedlich darstellen. Faktoren, die darauf eine entscheidende Auswirkung haben, sind der Zeitpunkt von Diagnose und Therapiebeginn, psy-

chische Erkrankungen, Drogenmissbrauch sowie die Verträglichkeit der antiretroviralen Therapie.

Immer wieder zeigt sich, wie zahlreich die Fragen der Betroffenen zu diesem Thema sind. Beispielsweise: Wie wirken sich HIV und antiretrovirale Therapie auf das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Osteoporose, Krebs und Einschränkungen auf das Zentralnervensystem aus? Was können HIV-Positive selbst für ihre Gesundheit tun? Wie können AIDS-Hilfen sie unterstützen?

Die AHS und die DAH haben deshalb ganz herzlich zu einem gemeinsamen Seminar im Rahmen der Medizinischen Rundreise der DAH mit dem Thema „Länger Leben“ eingeladen. Das Seminar fand am Donnerstag, 18. Oktober 2018, von 10.00 Uhr bis 17.00 Uhr in der AHS statt.

Es waren 16 Teilnehmende aus ganz unterschiedlichen Bereichen wie z.B. haupt- und ehrenamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter im (AIDS-)Hilfesystem, HIV-positive Menschen, Multiplikatoren und Multiplikatorinnen sowie Mitarbeitende kooperierender Institutionen im Seminar dabei. Die Fragen und Diskussionen waren dadurch sehr informativ und bereichernd für die Teilnehmenden. Es konnten verschiedene Perspektiven und Standpunkte beleuchtet werden. Alle Teilnehmenden konnten individuelle Erkenntnisse mitnehmen.

Die AHS freut sich auf die nächste Medizinische Rundreise in Kooperation mit der DAH im Jahr 2019. Das Thema und der Termin wird im nächsten RAINBOW Nummer 83 bekannt gegeben!

Lea Wilde, M.A. Public Health (Univ.), Sozialarbeiterin, AHS

Mitgliedsbeiträge 2018

Die AIDS-Hilfe Stuttgart e.V. (AHS) informiert über den Einzug der Mitgliedsbeiträge für 2019.

Liebe Mitglieder der AHS,

zunächst vielen Dank für Ihre Mitgliedsbeiträge – und ein besonderer Dank, wenn Sie es uns möglich machen, diese per Lastschrift einzuziehen! Seit 01. Februar 2014 müssen Überweisungen und Lastschriften in Euro im Rahmen der SEPA-Zahlverfahren abgewickelt werden. SEPA ist die Abkürzung für Single Euro Payments Area – den einheitlichen Euro-Zahlungsverkehrsraum. Auch die Zahlung der AHS-Mitgliedsbeiträge ist von SEPA betroffen.

SEPA sieht bei Lastschriften auch eine Vorabinformation – eine sogenannte „Pre-Notifikation“ – über Betrag und Zeitpunkt des Einzugs vor, der wir hiermit genügen wollen: Nach der Beitragsordnung der AHS wird der Mitgliedsbeitrag jährlich zum 15. Februar fällig. 2019 erfolgt der Einzug der Mitgliedsbeiträge zum 08.03.2019!

Der einzuziehende Betrag ergibt sich aus der mit Ihnen vereinbarten Zuordnung gemäß der gültigen Beitragsordnung der AHS: Verdienende (derzeit 60 EUR/Jahr), Nichtverdienende (derzeit 30 EUR/Jahr) und Bedürftige (derzeit 5 EUR/Jahr). Sollten Sie freiwillig einen Beitrag über dem Beitrag für Verdienende mit uns vereinbart haben oder sollten wir mit Ihnen eine anderweitig abweichende Regelung getroffen haben, werden wir diese Beträge einziehen.

Sollten Sie sich nicht für das Lastschriftverfahren entscheiden haben, werden Ihnen die Mitgliedsbeitragsrechnungen 2019 ebenfalls im März 2019 zugehen.

Mit freundlichen Grüßen und bestem Dank

*Franz Kibler M.A.
Sozial- und Verhaltenswissenschaften (Univ.),
Geschäftsführer, AHS*



WIRTSCHAFTSPRÜFER STEUERBERATER
WOLFGANG GRUNDMANN

Möglinger Str. 3
71636 Ludwigsburg

TELEFON 0 71 41 / 23 34 0
TELEFAX 0 71 41 / 23 34 23

EMAIL: MAIL@WPGRUNDMANN.DE

Gemeinsam
statt **einsam**

*Hilfe die ankommt,
wo sie gebraucht wird...*

Gemeinsam statt einsam e.V. hilft HIV-infizierten Menschen in Not, vorrangig durch Hilfe zur Selbsthilfe, Fürsorge, die Vermittlung von Sachspenden und finanzielle Unterstützung.

Gemeinsam statt einsam e.V. organisiert Theateraufführungen, Konzerte und Musical-Abende zugunsten von HIV-infizierten Menschen. Durch das ehrenamtliche Engagement aller Mitglieder kommen die erzielten Erlöse und eingehenden Spenden den Betroffenen vor Ort direkt zugute.

Mobil: 0172-7 248 248

Email: info@gemeinsam-statt-einsam-cv.de

Internet: www.gemeinsam-statt-einsam-cv.de

„HIV im Kontext von Migration und Flucht“

Seit 2014 betreibt die AIDS-Hilfe Stuttgart e. V. (AHS) ihre HIV-Prävention bei Migrantinnen und Migranten über ihr „Migrationsnetzwerk“.

Durch die Flüchtlingsbewegungen im Jahr 2015 ist noch einmal besonders bewusst geworden, welche gesellschafts- und gesundheitspolitischen Herausforderungen mit der Integration von Migranten/-innen und Geflüchteten in der Gesellschaft verbunden sind. Dies gilt auch für das Thema HIV/AIDS und andere sexuell übertragbare Infektionen (STIs).

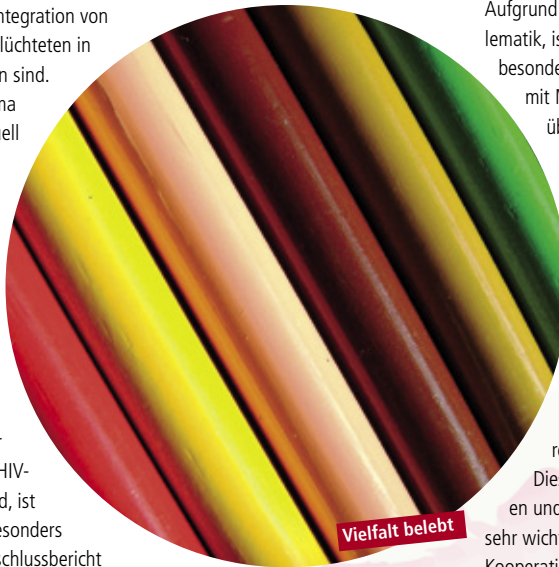
Rund ein Drittel der HIV-Neudiagnosen in Deutschland entfallen auf Menschen, deren Herkunftsland nicht Deutschland ist. 38 Prozent dieser Menschen sind Frauen. Der Anteil der Menschen, bei denen die HIV-Diagnose spät gestellt wird, ist unter Migranten/-innen besonders hoch (MITEST-STUDIE: Abschlussbericht des Robert-Koch-Instituts, 2016).

Dennoch erreichen Präventionsangebote und gesundheitsfördernde Maßnahmen in Deutschland lebende Migranten/-innen nach wie vor nur unzureichend. Die Ursachen hierfür sind vielschichtig und haben stark mit den Rahmenbedingungen in Deutschland und dem sozialen Umfeld der Migranten/-innen zu tun. Desweiteren ist vielen Migranten/-innen ihr positiver HIV-Status nicht bekannt, weshalb sie bislang keinen Zugang zu

Behandlung und Betreuung durch die Versorgungssysteme in den Aufnahme-ländern haben.

kultursensiblen und bedarfsgerechten Vermittlung von Themen ohne Sprachbarrieren.

Aufgrund der oben benannten Problematik, ist es der AHS seit Jahren ein besonderes Anliegen, für Menschen mit Migrationshintergrund Wissen über HIV und andere sexuell übertragbare Infektionen zu vermitteln und ihnen den Zugang zum Gesundheitssystem und deren Versorgung zu erleichtern. Dies schließt auch eine engere und intensivere Zusammenarbeit sowie eine stärkere Kooperation mit anderen Institutionen im Bereich der Migrationsarbeit ein. Diese Kooperationen aufzubauen und langfristig zu stabilisieren, ist sehr wichtig. Ein Beispiel für eine solche Kooperation ist das von der AIDS-Hilfe Baden-Württemberg e.V. entwickelte Schulungskonzept SALAM. SALAM steht in diesem Zusammenhang für Sexualität, Akzeptanz, Liebe, Anderssein und Migration. Im Rahmen des SALAM-Projekts werden Menschen mit Migrationserfahrung und Interesse an Präventionsarbeit zu Multiplikatoren/Multiplikatorinnen bzw. sog. Peers ausgebildet, die anschließend im Auftrag der AHS und anderen AIDS-Hilfen Präventionsveranstaltungen durchführen.



Im Aktionsplan der Bundesregierung zur Umsetzung der HIV/AIDS-Bekämpfungsstrategie ist vorgesehen, dass alle Menschen, die in Deutschland leben, den gleichen Zugang zu Informationen, Prävention, Beratung und Versorgung haben. Zur Erreichung dieses Ziels ist eine kultur- und zielgruppenspezifische Prävention unerlässlich. Um qualitative Aufklärungs- und Präventionsarbeit leisten zu können, bedarf es somit der

Da sich HIV-Präventionsarbeit mit Migranten/-innen immer in einem Spannungsfeld zwischen Tabuisierung und Stigmatisierung von HIV/AIDS innerhalb der Communities bewegt, ist es wichtig, Gesundheitspräventionen für und mit Migranten/-innen innerhalb dieser Communities zu gestalten. Die Gesundheits- und Präventionsveranstaltungen finden zum Beispiel in Gemeinschaftsunterkünften für geflüchtete Menschen, in Wohngruppen für unbegleitete minderjährige Flüchtlinge, in Vorbereitungsklassen an Schulen, in Kulturvereinen, in Frauencafés, in Integrationskursen und an weiteren Orten in den Communities statt. Auf diese Weise wird ein kultursensibler und niederschwelliger Zugang zu Präventions- und Versorgungsangeboten gewährleistet.

Die Präventionsveranstaltungen umfassen verschiedene Themen und Inhalte und können anhand verschiedener Module aufgebaut sein, die individuell gewählt werden können:

- Sexuell übertragbare Infektionen und HIV, HIV-Testangebote
- Allgemeine Gesundheit, Gesundheitssystem
- Geschlechter und Sexualität
- Verhütung/Schwangerschaft
- Vorurteile, Diskriminierung, Stigmatisierung

Das Ziel der community-basierten Präventionsarbeit ist, vorhandene Zugangsbarrieren zur HIV/STI-Beratung, -Testung und -Behandlung für Menschen mit Migrationserfahrung abzubauen. Sie



Präventionsmaterial für die Veranstaltungen

schaft eine Grundlage dafür, dass die HIV-/STI-Übertragungsrisiken in relevanten Communities reduziert und Spät Diagnosen und deren Folgeschäden, häufiger verhindert werden können.

Weiter umfasst das Angebot der AHS im Bereich Migration:

- Anonyme und vertrauliche Beratung zu sexuell übertragbaren Infektionen & HIV sowie zu HIV- und STI-Testangeboten
- Betreuung und Begleitung von HIV-positiven Patientinnen/Patienten
- Beratung zu ausländerrechtlichen und sozialrechtlichen Ansprüchen und medizinische Fragen

Josefina Muanza, Gesundheits- u. Sozialmanagerin (B.A.), Sozialarbeiterin, AHS

Weitere Auskünfte zum „Migrationsnetzwerk der AHS“ erteilt gerne:

Josefina Muanza
Gesundheits- und Sozialmanagerin (B.A.), Sozialarbeiterin der AHS, E-Mail: josefina.muanza@aidshilfe-stuttgart.de, Tel.: 0711/22 46 9 - 19.

„Valentins-Aktion“ in der Mitte Stuttgarts!

Traditionell informiert die AIDS-Hilfe Stuttgart e.V. (AHS) jährlich am Valentinstag in der Stuttgarter Innenstadt und verteilt dabei Blumen an Passantinnen und Passanten.



Blumengruß mit Infos!

Schon seit 2004 werden bei der jährlichen Valentins-Aktion der AHS – am 14. Februar, dem Valentinstag – von Mitarbeitenden der AHS in der Stuttgarter Innenstadt, Rosen verteilt. Der AHS ist es ein Anliegen, gerade am traditionellen Liebes- und Freundschaftstag, dafür zu sorgen, dass der Safer-Sex-Gedanke wach gehalten wird. Die Erfahrung zeigt, dass eine geschenkte Rose nicht nur erfreut, sondern oft auch der Beginn eines guten Präventionsgespräches ist.

Am Donnerstag, 14. Februar 2019 präsentiert sich die AHS erneut zum Valentinstag – dem Fest der Liebenden – in der Zeit von 11.00 Uhr bis 16.00 Uhr mit einem Infostand zu HIV/AIDS in Stuttgart-Mitte, untere Königsstraße.

Bei der Valentins-Aktion der AHS gibt es auch vielfältige Broschüren zu den Themen HIV/AIDS, Hepatitis und anderen sexuell übertragbaren Infektionen. Auch viele Kondome werden verteilt. Und es werden auch ein paar Spendenboxen vorgehalten, mit denen für die AHS gesammelt wird.

Für Geldspenden bedanken sich die Mitarbeitenden der AHS mit Blumenpräsentationen, gestiftet von der Firma KURZ Blumen GmbH (www.kurz-blumen.de), Kornthal-Münchingen. Ein herzliches Dankeschön an die KURZ Blumen GmbH, die seit über 13 Jahren die Valentins-Aktion der AHS mit ihren großzügigen Blumen Spenden möglich macht!

Die Mitarbeitenden der AHS freuen sich über reges Interesse und ergebnisreiche Gespräche!

Franz Kibler, M.A. Sozial- und Verhaltenswissenschaften (Univ.), Geschäftsführer, AHS

Bei Interesse an einer Mitarbeit oder bei sonstigen Fragen steht gern zur Verfügung:

Lea Wilde

Sozialarbeiterin/Master of Arts Public Health (M.A.), AHS, Präsenzzeit in der Beratungs- und Geschäftsstelle der AHS: Dienstag 10.00 Uhr bis 12.00 Uhr, E-Mail: lea.wilde@aidshilfe-stuttgart.de, Tel.: 0711/22 46 9 -17.

HIV und Selbsthilfe – Selbsthilfe ist ein Anfang

Dank vorhandener HIV-Medikamente ist es heute möglich, lange und gut mit dem HI-Virus zu leben. Dabei stehen Menschen mit HIV aber noch immer vor vielen Herausforderungen. Gerade weil heute ein fast normales Leben mit HIV möglich ist, wirft der Alltag eine Menge Fragen auf.

Jeder kann in seinem Leben in Situationen kommen, mit denen er nicht gerechnet hat. Das kann uns allen zu jeder Zeit passieren - niemand kann das vorhersehen. Auf einmal ist nichts mehr, wie es war! Eine HIV-Diagnose, mit der man nicht gerechnet hat, wirft Betroffene aus der Bahn. Was dann?

Selbsthilfegruppen gibt es schon lange, fast jeder hat eine Vorstellung von ihnen, auch wenn sie vielleicht eine ungenaue oder eine vorurteilsbeladene ist. Was Selbsthilfegruppen wirklich leisten, bleibt oft im Verborgenen, dabei kann Selbsthilfe mehr, als man denkt! Die Selbsthilfe unterstützt bei der Bewältigung einer belastenden Lebenssituation. Durch den Austausch zu bestimmten Themen mit anderen Betroffenen in einer ähnlichen Lebenssituation kann für das eigene Leben ein Gewinn erzielt werden. Selbsthilfe lebt davon, dass Menschen initiativ werden.

Gerade Menschen mit HIV müssen dabei noch immer mit Ausgrenzung rechnen, zum Beispiel am Arbeitsplatz. Stigmatisierung und die Angst davor bedrohen das Wohlbefinden und erschweren ein erfülltes Leben. Daher kann die Selbsthilfegruppe ein wichtiger Bestandteil bei der Bewältigung einer HIV-Diagnose und dem selbstbewussten Leben mit HIV sein:



- Hier wird man nicht bemitleidet, sondern wirklich verstanden
- Hier wird man konkret unterstützt, wenn Familie und Freunde viel leicht nicht mehr weiter wissen
- Hier fühlt man durch die Geschichte anderer wieder eine Perspektive, an die man nicht mehr geglaubt hat
- Hier bekommt man professionelle Informationen zu einem konkreten Problem, bei welchem das Surfen im Internet nur weiter verunsichern würde
- Hier bekommt man Tipps im Umgang mit bürokratischen

Angelegenheiten, an die man noch gar nicht gedacht hat:

Wie stelle ich einen Antrag für einen Rollstuhl? Wie muss mein Arbeitgeber mit meiner Diagnose umgehen? Wie unterstützt mich die Krankenkasse?

Die AIDS-Hilfe Stuttgart e. V. (AHS) fördert Selbsthilfe und Selbstorganisation von HIV-positiven Menschen und deren Angehörigen. In den Gruppenangeboten der AHS, der Gemischte Gruppe und der JuPo-Gruppe, oder auch in überregionalen Angeboten, findet sich schnell Kontakt zu anderen Menschen, die sich mit bestimmten Anliegen zusammengefunden haben. So bekommen Betroffene die Möglichkeit, offen und unter sich über das Leben und die Herausforderungen mit HIV und AIDS zu sprechen. Denn vielen ist es wichtig, mit ihren Erfahrungen, Sorgen und Ängsten nicht alleine zu sein.

Selbsthilfegruppen der AHS

Die „Gemischte Gruppe“ der AHS ist eine Selbsthilfegruppe für HIV-positiv Menschen jeden Alters und jeder sexuellen Orientierung bzw. Identität.

Gerade auch für Menschen mit HIV/AIDS ist es wichtig, gut und positiv zu leben – nur eben mit HIV. Zu einem guten Leben können auch HIV-Betrof-

HIV und Selbsthilfe – Selbsthilfe ist ein Anfang

fene einen großen Teil selbst beitragen. Deshalb können Begegnung und Austausch mit anderen HIV-Positiven Orientierung geben und helfen, selbstbewusster mit der eigenen Lebenssituation umzugehen. Solche Gelegenheiten der Begegnung bieten die Treffen der „Gemischten Gruppe“ der AHS, die für alle HIV-positiven Menschen angeboten werden.

Die „Gemischte Gruppe“ trifft sich in der Regel monatlich im geschützten Rahmen zum Erfahrungsaustausch in lockerer Atmosphäre. Einige der Treffen sind Themenabende, zu denen Referenten/-innen eingeladen werden. Gerade auch für HIV-Positive, die erst kürzlich von ihrer HIV-Diagnose erfahren haben, kann die „Gemischte Gruppe“ der AHS ein guter Anlaufpunkt sein, sich mit Menschen auszutauschen, die z.T. schon sehr lange mit der HIV-Infektion leben.

Die Teilnahme an den Treffen ist kostenlos! Vor der ersten Teilnahme ist unbedingt Rücksprache mit der zuständigen sozialarbeiterischen Fachkraft der AHS über untenstehende Kontaktdaten nötig.

Bei Interesse an einer Teilnahme oder weiteren Auskünften zur „Gemischten Gruppe“ der AHS ist Ansprechpartnerin:

Nicole Wilhelm

Pflegepädagogin (B.A.),
Sozialarbeiterin der AHS, E-Mail:
nicole.wilhelm@aidshilfe-stuttgart.de,
Tel.: 0711/22 46 9 – 14.



Die „JuPo-Gruppe“ steht für Jung & Positiv. Junge HIV-Positive erleben ihre Situation oft anders als ältere HIV-Positive. Oftmals fehlt es an gleichaltrigen Ansprechpartnern/Ansprechpartnerinnen in den lokalen AIDS-Hilfen und anderen Beratungsstellen. Deshalb kann der Erfahrungsaustausch mit gleichaltrigen HIV-Positiven Orientierung geben und helfen, selbstbewusster mit der eigenen Lebenssituation umzugehen.

Die JuPo-Gruppe der AHS trifft sich im geschützten Rahmen zum Erfahrungsaustausch und für gemeinsame Unternehmungen. Die Gruppe besteht seit 2006. Das Angebot richtet sich geschlechterübergreifend und unspezifisch der sexuellen Orientierung, an junge HIV-Positive bis 35 Jahren.

Der Gruppe ist es wichtig, füreinander da zu sein sowie Erfahrungen auszutauschen, zu reden und Spaß zu haben.

Gesprächsthemen sind u.a.:

- (Jugendliche) Lebenslust und HIV/AIDS
- Medizinische Aspekte (Blutwerte, Kombinationstherapien etc.)
- das Leben als Experiment
- Träume
- berufliche Zukunft (Ausbildung, Job, Uni...)
- Partnerschaft und positive Sexualität
- Und vieles mehr ...

Weitere Auskünfte zur Jung & Positiv-Gruppe der AHS, insbesondere zum nächsten Treffen, erteilt gerne:

Stefan Lücke

Dipl.- Pädagoge, Sozialarbeiter der AHS,
stefan.luecke@aidshilfe-stuttgart.de,
Telefon: 0711/22 46 9 - 18.

*Lea Wilde, M.A. Public Health (Univ.),
Sozialarbeiterin, AHS*

„Frauentags-Aktion“ am Internationalen Frauentag

Die AIDS-Hilfe Stuttgart e.V. (AHS) beteiligt sich auch 2019 an der gemeinsamen, landesweiten Aktion des Arbeitskreises Frauen der AIDS-Hilfe Baden-Württemberg e.V. zum Internationalen Frauentag.

In Deutschland leben – Stand Ende 2017 – ca. 16.600 Frauen mit HIV – ca. 2.400 davon in Baden-Württemberg. Weltweit sind 54% der Menschen, die mit HIV leben, Frauen. AIDS ist weltweit die Haupttodesursache für Frauen im gebärfähigen Alter. Deshalb ist es der AHS wichtig, auch Frauen aller Altersgruppen auf das Thema HIV aufmerksam zu machen, denn HIV/AIDS geht auch in Deutschland Frauen an.

Anlässlich des Internationalen Frauentages, der jährlich am 08. März begangen wird, beteiligt sich die AHS seit 2013 an der gemeinsamen Aktion von AIDS-Hilfen und anderen Einrichtungen aus Baden-Württemberg, die in der HIV-/AIDS-Arbeit mit Frauen tätig sind.

Mitarbeiterinnen der beteiligten Organisationen verteilen dabei an Infotischen, in Einkaufszentren, bei Kundgebungen und bei Aktionen anderer Veranstalter zum Internationalen Frauentag Tütchen mit kleinen Präsenten, einem Kondom und einem Femidom an Frauen. An diesen Tütchen ist außen der selbst entworfene Flyer des Arbeitskreises Frauen der AIDS-Hilfe Baden-Württemberg e.V. befestigt.

Die Aktivistinnen der AHS werden am **Freitag, 08. März 2019, von 11.00 Uhr bis 16.00 Uhr** auf der Königstraße in 70173 Stuttgart anlässlich des Internationalen Frauentages im Einsatz sein.

Interessierte Frauen sind herzlich dazu eingeladen, sich zu informieren und ins Gespräch zu kommen!

Wir bitten Sie: Schützen Sie Ihre Gesundheit in allen Situationen! Holen Sie sich Rat, wenn Sie Unterstützung brauchen!

Die landesweite Frauentags-Aktion wird vom Arbeitskreis Frauen der AIDS-Hilfe Baden-Württemberg e.V. (www.aidshilfe-bw.de) koordiniert, in dem viele AIDS-Hilfen, aber auch andere Organisationen des AIDS-Hilfesystems, aus Baden-Württemberg zusammenarbeiten.

Franz Kibler, M.A. Sozial- und Verhaltenswissenschaften (Univ.), Geschäftsführer, AHS

Weitere Auskünfte erteilt gerne:

Josefina Muanza

Gesundheits- und Sozialmanagerin (B.A.)/Sozialarbeiterin, AHS, E-Mail: josefina.muanza@aidshilfe-stuttgart.de, Tel.: 0711/22 46 9 - 19.



Stigmatisierungsfrei sichtbar!

Oster-Präventions- und Sammelaktion 2019

Aus dem Stuttgarter Nachtleben nicht mehr wegzudenken: die jährliche HIV-Präventions- und Spendensammelaktion der AIDS-Hilfe Stuttgart e.V. (AHS) zu Ostern.

Die HIV-/AIDS-Präventionsarbeit der AHS ist in erster Linie auf die Zielgruppen MSM (= Männer, die Sex mit Männern haben), Drogengebrauchende, Prostituierte und zugewanderte Menschen aus HIV-Hochprävalenzländern ausgerichtet. Darüber hinaus besteht auch ein allgemeiner HIV-Präventionsauftrag.

Haupt- und Ehrenamt ergänzen sich bei der AHS nicht nur bei der zielgruppenspezifischen Prävention, sondern in der Öffentlichkeitsarbeits-Gruppe – „Ö-Gruppe“ – auch bei der allgemeinen Information der Bevölkerung zu HIV/AIDS. Die Ö-Gruppe der AHS bietet

hierzu dann z. B. Infotische/-stände bei öffentlichen Veranstaltungen an. Gelegentlich wird die Präsenz auch mit einer Spendensammelaktion zu Gunsten der AHS kombiniert bzw. kann auch das Spendensammeln im Vordergrund stehen.

Seit vielen Jahren hat sich z. B. schon die jährliche Oster-Aktion der AHS etabliert. Am Karsamstagabend, 20. April 2019 ist es wieder soweit: Passend kostümiert gehen Engagierte der Ö-Gruppe der AHS durch Stuttgarter Restaurants, Kneipen, Clubs und Cafés, um Spenden für die AHS zu sammeln. Dabei werden

zum Dank kleine Osterpräsente verteilt. Selbstverständlich gibt es auch HIV-Präventionsmaterial und natürlich ergibt sich auch das eine oder andere Gespräch über HIV/AIDS sowie die Leistungen der AHS.

Wer das Präventionsteam bei dieser lustigen Aktion unterstützen und als Osterhase mit von der Partie sein will, ist herzlich willkommen!

Allen Beteiligten – den Engagierten, den Gastronominnen und Gastronomen sowie deren Gästen – viel Spaß und herzlichen Dank!

Franz Kibler, M.A. Sozial- und Verhaltenswissenschaften (Univ.), Geschäftsführer, AHS

Weitere Informationen zur Oster-Aktion und zur Ö-Gruppe der AHS erteilt gerne:

Stefan Lücke

Dipl.- Pädagoge (Univ.), E-Mail: stefan.luecke@aidshilfe-stuttgart.de, Tel.: 0711/22 46 9 – 18.



„positHive“ Expedition WIR beim Stuttgarter CSD 2018

Schwule und bisexuelle Männer waren und sind in Deutschland die stärkste Hauptbetroffenengruppe von HIV/AIDS. Grund genug für die AIDS-Hilfe Stuttgart e.V. (AHS), auch beim Stuttgarter CSD 2018 informierend und solidarisch Präsenz zu zeigen.

Unter dem Motto „Expedition WIR“ rief die IG CSD Stuttgart e.V. (www.csd-stuttgart.de) in diesem Jahr Sympathisantinnen und Sympathisanten aus nah und fern zu den CSD-Kulturtagen der Landeshauptstadt Stuttgart. Ein bunter Veranstaltungsreigen war dem Höhepunkt des Stuttgarter CSD-Kultur- und Politfestival vorgelagert, der am Samstag, 28.07.2018 und am Sonntag, 29.07.2018 in der CSD-Polit-Parade und der CSD-Hocketse gipfelte. Und die AHS war in gewohnter Manier mittendrin!

Auch 2018 setzte sich die traditionelle Präsenz der AHS beim Stuttgarter CSD in gewohntem und ambitioniertem Umfang fort:

- Teilnahme an der CSD-Politparade im Rahmen der Präsenz der baden-württembergischen AIDS-Hilfen mit Fußgruppe und LKW.
- HIV-Präventionseinsätze bei Parties und anderen Veranstaltungen im Kontext des Stuttgarter CSD.
- Zentrale Gedenkveranstaltung für die Opfer von HIV/AIDS am Hocketse-Sonntag, auf dem Stuttgarter Marktplatz: Wortbeiträge des Evangelischen AIDS-Seelsorgers Pfarrer Eckhard Ulrich sowie von Jörg Hummer, Mitglied des Vorstandes der AHS, auf der Hocketse-Hauptbühne leiteten in eine allgemeine Schweigeminute über. Und der traditionelle Aufstieg



von links: Franz Kibler (Geschäftsführer der AHS) und Laura Halding-Hoppenheit (Mitglied des Vorstandes der AHS) nehmen 1.000 EUR Spende der Deutschen Bank AG entgegen.

hunderter Luftballons mit der „Roten Schleife“ bildete auch in diesem Jahr wieder einen würdigen Abschluss dieser Gedenkzeremonie – stimmungsvoll begleitet mit „Somewhere Over the Rainbow“, gespielt vom Saxophonisten Nico Theodossiadis.

- Direkt im Anschluss an die Gedenkzeremonie gab es das Grußwort der AHS zur „Expedition WIR“ des Stuttgarter CSD 2018.
- Sowohl am Hocketse-Samstag als auch am Hocketse-Sonntag, stand die AHS wieder – wie gewohnt an der Ecke Stuttgarter Marktplatz/ Kirchstraße – mit ihrem Infostand zum Thema HIV/AIDS und zu ihrer Arbeit für Fragen und mit Präventionsmaterialien zur Verfügung.

- Am Hocketse-Sonntag gab es – direkt neben dem Infostand der AHS in der Kirchstraße – auch wieder das Gedenkzelt der AHS für die Opfer von HIV/AIDS.
- Während der kompletten CSD-Hocketse 2018 bewirtschaftete die AHS – wie gewohnt – sowohl auf dem Marktplatz als auch auf dem Stuttgarter Schillerplatz je einen Getränkestand.
- Und schließlich gab es am Hocketse-Sonntag auch 2018 weiterhin den beliebten Kaffee- und Kuchenstand der AHS. In diesem Jahr – baustellenbedingt – an den Rathaustreppen, Ecke Marktplatz/Hirschstraße!

„positHive“ Expedition WIR beim Stuttgarter CSD 2018



Laura Halding-Hoppenheit, seit Mai 2017 neu im Vorstand der AHS, hielt am späten Nachmittag des 29.07.2018 noch das Grußwort der AHS zum Ausklang der Stuttgarter CSD-Saison 2018 bei der CSD-Hocketse auf dem Stuttgarter Marktplatz: „Liebe Besucherinnen und Besucher des Stuttgarter CSD,

liebe Freundinnen und Freunde der AIDS-Hilfe Stuttgart und der IG CSD Stuttgart, liebe Gäste, es ist mir eine große Freude, heute als Vorständin der AIDS-Hilfe Stuttgart e.V. bereits im zweiten Jahr ein paar Worte an Sie und Euch alle hier richten zu können! Herzlichen Dank dafür!

Das diesjährige Motto des Stuttgarter CSD - „Expedition WIR“ - spiegelt Sein und Ziel unserer Gesellschaft im WIR wider. Was bedeutet WIR-Gefühl in der heutigen Zeit? WIR als Familie, als Gruppe, als Nachbarschaft, als Mitglieder von Parteien, Gewerkschaften oder Kirchen, WIR als Demokraten, WIR als Deutsche, WIR als Europäer, WIR als Weltbürger.... ein wohliges und kuscheliges Gefühl, so unter Seinesgleichen zu sein!? Bei der genauen Betrachtung wird deutlich, dass es nicht so einfach zu beantworten ist, was dieses WIR ist, denn es stellt sich dabei die Frage an Jede und Jeden nach der eigenen Identität!

Eine offene, bunte, vielfältige und flexible Gesellschaft basiert auf den unterschiedlichen Perspektiven, die ihre Menschen einzunehmen vermögen. Empathie und Verständnis für die vielfältigen Lebenswelten unserer Mitmenschen,

liegen in der Verantwortung jedes und jeder Einzelnen. Die Bereitschaft für den Wechsel der Perspektiven, ist Voraussetzung für die wechselseitige Akzeptanz der Lebenswelten. Ein WIR-Gefühl können wir nur gemeinsam erarbeiten! Dabei spielt es keine Rolle, ob jemand heterosexuell, lesbisch, schwul, bisexuell, transsexuell, transident, intersexuell ist oder sich als queer definiert. Die Erkundung der Lebenswelten geht uns alle gleichermaßen an – alle können WIR unsere Beiträge leisten! Falsche Muster zu durchbrechen, richtige Eindrücke zu bekommen und eine faire Gemeinschaft zu gestalten, ist das Ziel der „Expedition WIR“.

Das Zusammenleben in einer vielfältigen und heterogenen Gesellschaft ist nie konfliktfrei und erfordert engagierte Arbeit. Wir brauchen Dialog, Diskussion und im Zweifel auch Auseinandersetzungen, um zu einem gesellschaftlichen Konsens zu gelangen, der unser Zusammenleben künftig gestalten soll: Wie wollen WIR in einer durch Vielfalt und Verschiedenheit geprägten Gesellschaft künftig zusammenleben?

Ihr wollt mitmachen und dabei sein? Besucht doch einfach die AIDS-Hilfe Stuttgart e.V. und führt die Diskussion auch mit uns! Gelegenheit gibt es auch hier auf der CSD-Hocketse: WIR sind auf dem Markt- und Schillerplatz mit unseren Verkaufsständen und mit unserem Infostand am Marktplatz/Ecke Kirchstraße. Kommt vorbei, WIR freuen uns!

Schätzungsweise 13.000 Menschen in Deutschland wissen nicht, dass sie HIV-

positiv sind. Damit riskieren sie nicht nur die eigene Gesundheit. Sie gefährden auch andere, die sich bei ihnen infizieren könnten – rund 3.400 HIV-Neudиаgnosen sind es immer noch pro Jahr in Deutschland und ungefähr 60 bis 70 in Stuttgart. Viel zu viele! Mehr als 1.000 HIV-positive Menschen erkranken auch jährlich in Deutschland an AIDS oder einem schweren Immundefekt. Diese Erkrankungen wären durch eine rechtzeitige HIV-Diagnose und eine Behandlung vermeidbar! Wird HIV rechtzeitig erkannt und behandelt, kann man heute nicht nur gut damit leben, sondern man hat eine durchschnittliche Lebenserwartung. Die Therapie unterbindet darüber hinaus auch die Übertragung von HIV und verhindert somit Neuansteckungen! HIV-positive Menschen unter erfolgreicher Behandlung sind nicht infektiös!

„Kein AIDS für alle!“ – Ab 2020 soll in Deutschland niemand mehr an AIDS erkranken müssen! In Europa verfügen wir bereits über alle Mittel, die dafür notwendig sind: HIV-Medikamente und ein leistungsfähiges Gesundheitssystem sowie Test- und Beratungsangebote. Die meisten Menschen erkranken an AIDS, weil sie jahrelang mit HIV gelebt haben, ohne es zu wissen. Viele machen aus Angst keinen HIV-Test oder ziehen schlicht nicht in Betracht, dass sie HIV haben könnten. Die AIDS-Hilfe Stuttgart leistet auch mit ihrem HIV-Schnelltest-Angebot – mit fast 1.000 Tests pro Jahr! – einen gewichtigen Beitrag! WIR können es schaffen: „Kein AIDS für alle!“



Die Schwestern der Perpetuellen Indulgenz!
Immer ein Augenschmaus!



Spendenübergabe der Deutschen Bank AG an die
AIDS-Hilfe Stuttgart e.V. und die IG CSD Stuttgart e.V.

Daher freuen WIR bei der AIDS-Hilfe Stuttgart uns auch sehr über einen Meilenstein auf dem Weg zur Realisierung von ‚Kein AIDS für alle!‘: Die baldige Zulassung des frei verkäuflichen HIV-Selbsttests! Der Selbsttest – oder auch Heimtest genannt – kann mehr Menschen die Möglichkeit zu einem HIV-Test eröffnen, weil er Aufwand und Hemmschwelle zur Testung senkt. Manche Menschen scheuen sich zum Beispiel, in der Arztpraxis, im Gesundheitsamt oder in Checkpoints einen Test zu machen, weil sie sich schämen oder fürchten, für ihr sexuelles Verhalten verurteilt zu werden. Der Selbsttest ermöglicht mehr frühe HIV-Diagnosen und damit die Chance auf schnellere Behandlung von mehr HIV-positiven Menschen! Die AIDS-Hilfe Stuttgart sieht hier auch eine große Chance für die Entstigmatisierung von HIV-Infizierten Menschen, da durch die Möglichkeit sich Zuhause auf HIV selbst zu testen die HIV-Infektion entdramatisiert wird! WIR sind auch HIV-positiv!

Ein weiterer Meilenstein in der HIV-Prävention ist die offizielle Zulassung der HIV-Präexpositionsprophylaxe - der PrEP! Wie Ihr sicher schon gehört habt, besteht die Möglichkeit mit der PrEP,

dass sich HIV-negative Menschen durch die vorbeugende Einnahme einer Tablette pro Tag sicher vor einer HIV-Infektion schützen können. Ein wichtiger Schritt nicht nur in der HIV-Prävention, sondern auch in Richtung angstfreier Sexualität - besonders mit HIV-Positiven!

WIR sind auch beim Thema HIV/AIDS auf dem Weg nach vorne! Die AIDS-Hilfe Stuttgart e.V. blickt dieser „Expedition WIR“ insgesamt zuversichtlich, erwartungsfroh sowie tatkräftig entgegen und sieht in ihr große Chancen für noch mehr Akzeptanz und Fairness. Durch den Denkanstoß „Expedition WIR“ gibt die IG CSD Stuttgart e.V. einen Wegweiser aus Komfortzonen, um andere Lebensrealitäten zu erforschen und weiteren Fortschritt möglich zu machen! Gerade auch mit und für Menschen mit HIV/AIDS!

Die AIDS-Hilfe Stuttgart wird weiter - wie auch an diesem Wochenende - die „positHive“ Expedition WIR leben, gestalten und zeigen! Wir danken allen, die uns auf diesem Weg bisher unterstützt haben und freuen uns auf weitere

Begegnungen, spannende Etappenziele und gute Ergebnisse!

Nun wünsche ich Ihnen und Euch – uns allen hier! – noch einen wunderbaren Sonntagabend im WIR der CSD-Hocketse und gratuliere der IG CSD Stuttgart sehr herzlich für eine großartige Stuttgarter CSD-Saison 2018!

Alles Liebe, Eure Laura“

Lea Wilde, M.A. Public Health (Univ.), Sozialarbeiterin, AHS

Der HIV-Selbsttest ist da!

Ende September hat der Bundesrat die Abgabe von HIV-Selbsttests – sogenannten „Heimtests“ – erlaubt.

Was ist ein HIV-Selbsttest?

Ein HIV-Selbsttest ist ein HIV-Test, der sich einfach selbst durchführen lässt, zum Beispiel zu Hause. Dabei wird etwas Blut aus der Fingerkuppe abgenommen und in eine Testvorrichtung gegeben. Der HIV-Selbsttest zeigt das Ergebnis nach ungefähr einer Viertelstunde an. Wie andere übliche Testverfahren auch, weist der Selbsttest nicht HIV direkt nach, sondern Antikörper gegen das Virus. Achtung: Die Antikörper bilden sich erst nach einiger Zeit. Das Ergebnis „HIV-negativ“ ist erst dann zuverlässig, wenn die mögliche Übertragung zwölf Wochen zurückliegt. Eine bestehende HIV-Infektion nachweisen kann der Test oft schon früher.

Warum ist der HIV-Selbsttest wichtig?

Mehr als 1.000 Menschen erkranken in Deutschland jedes Jahr an AIDS bzw. an einem schweren Immundefekt, weil sie lange unwissentlich mit HIV lebten. Die Hälfte aller HIV-Diagnosen erfolgt zu spät. Von den 3.700 neuen HIV-Diagnosen im Jahr 2016 erfolgten 1.100 erst, als die betroffenen Menschen bereits AIDS oder einen schweren Immundefekt hatten. Die Diagnose „HIV-positiv“ ist heutzutage kein Todesurteil mehr, sondern eröffnet die Chance auf eine rechtzeitige, sehr wirksame Therapie, die meist gut vertragen wird! Menschen mit

HIV haben eine normale Lebenserwartung und können bei erfolgreicher Therapie auch niemanden anstecken. Der HIV-Selbsttest wird dieses Problem freilich nicht alleine lösen. Doch der Selbsttest macht den entscheidenden Schritt leichter. Viele testen sich erstmals oder häufiger. Das zeigen Studien und Erfahrungen in anderen Ländern wie Frankreich und Australien.

Für wen ist der Selbsttest geeignet?

Der HIV-Selbsttest ist geeignet für Menschen, die überprüfen möchten, ob sie sich mit HIV infiziert haben und lieber keine Arztpraxis oder Teststelle aufsuchen möchten. Er soll leicht erhältlich sein, und man muss sich nicht offenbaren. Der Selbsttest ist also auch eine Chance für alle, die sich bisher nicht getraut haben. Andere möchten vielleicht einfach ihren Aufwand reduzieren. Der Selbsttest soll und wird andere Testangebote nicht ersetzen, sondern ist ein zusätzliches Angebot, das hoffentlich Menschen zum Test motiviert, die bisher keinen Test gemacht haben oder sich lange nicht mehr haben testen lassen. Es gibt verschiedene Motivationen sich testen zu lassen:

- Wer sich mit HIV infiziert haben könnte, sollte sich testen lassen.
- Mit HIV kann man heute leben.
- Es lohnt sich, Bescheid zu wissen.

Welche HIV-Selbsttests gibt es?

Die Deutsche AIDS-Hilfe e.V. (DAH) empfiehlt drei verschiedene HIV-Selbsttests. Alle drei Selbsttests arbeiten mit Blut

aus der Fingerbeere. Ebenso verfügen alle drei Tests über eine Sensitivität von über 99 %, d.h. sie erkennen eine HIV-Infektion (ab zwölf Wochen nach der Ansteckung) mit größtmöglicher Wahrscheinlichkeit.



Beim **Autotest-VIH** ist der „Blutsauger“ in den Teststick eingearbeitet, ein kleiner Blutstropfen genügt. Das Blut wird direkt vom Teststäbchen aufgenommen, dann in die Pufferlösung verabreicht, nach 15 Minuten kann das Testergebnis abgelesen werden. Der Test gilt als leicht handhabbar.



Die Anwendung des **INSTI HIV Self Test** ist nicht ganz so einfach. Nach aktuellen Rückmeldungen braucht man einen etwas größeren Blutstropfen. Wenn nicht genug Blut eingetropt wird, liefert der Selbsttest kein Ergebnis. Also nicht zu sparsam abzapfen! Leider gibt es hier keine Mengenkontrolle. Der Blutstropfen wird dann direkt in die Testflüssigkeit (rot) getropft. Die Mischung

aus Blut und Testflüssigkeit wird in die Testkassette gefüllt, dann werden die zwei Testflüssigkeiten nachgefüllt. Nach ein bis zwei Minuten erscheint der Kontrollpunkt und bei reaktivem/positivem Ergebnis ein zweiter Punkt. Vorteil am INSTI ist seine sehr kurze Ablesezeit. Er liefert ein Ergebnis bereits nach zwei Minuten.



Der **Exacto** benötigt nur eine sehr kleine Menge Blut, das mit einer einfach zu handhabenden Pipette in ein Feld auf der Testkassette übertragen wird. In ein zweites Feld werden dann zwei Tropfen Pufferlösung hinzugefügt und nach zehn Minuten ist das Ergebnis ablesbar. Anwendungsfehler sind hier kaum zu erwarten. Alle drei HIV-Selbsttests verfügen über eine leicht verständliche Benutzungsanleitung mit Bildern und zusätzlichem Video, das die Durchführung Schritt für Schritt zeigt. In der Anleitung wird bei allen drei Tests die Telefonberatung der DAH angegeben.

Wichtig zu beachten ist:

Reaktive/positive Schnelltest-Ergebnisse müssen immer durch einen Western-Blot-Test oder auch einen Nukleinsäure-Nachweis bestätigt werden! Erst wenn der Bestätigungstest ebenfalls positiv ist, ist eine HIV-Diagnose sicher. Einen Bestätigungstest kann man bei einem Arzt, einem Checkpoint oder beim Gesundheitsamt machen lassen.

Ein negatives Ergebnis ist nur dann zuverlässig negativ, wenn der Test lange genug nach dem letzten Risiko durchgeführt wird. Dieser Zeitraum beträgt bei allen Selbst- und Schnelltests zwölf Wochen. Wenn man den Selbsttest schon früher machen will, sollte man ihn nach Ablauf der zwölf Wochen wiederholen. Eine fehlerhafte Anwendung der Selbsttests kann zu falschen Ergebnissen führen. Darum die Anleitung in der Packungsbeilage immer genau befolgen!

Um die künftigen Selbsttester mit verlässlichen Informationen zu versorgen, hat das Paul-Ehrlich-Institut ein Anwenderportal aufgebaut (www.pei.de). Dort finden sich Informationen zu den in der EU zugelassenen HIV-Selbsttests, Weblinks zu den Anwendervideos der jeweiligen Tests, Hinweise darauf, was bei der Testung zu beachten ist und weitere Links zur DAH und zur Bundeszentrale für Gesundheitliche Aufklärung, wo sich weitere Informationen für Testnutzer finden.

Lea Wilde, M.A. Public Health (Univ.), Sozialarbeiterin, AHS



*Hauseigene Konditorei • 30 Kaffeespezialitäten
Internationale Küche • Klassische Cocktailbar
350 Terrassenplätze • Beste Innenstadtlage*

best in town



**Charlottenplatz 17
(am Karlsplatz)**

**D-70173 Stuttgart
Tel.: 0711 / 29 25 53
Fax: 0711 / 29 25 54**

ÖFFNUNGSZEITEN:

**Mo.-Do.: 7.00 - 2.00 Uhr
Fr.-Sa.: 7.00 - 3.00 Uhr
So.: 7.00 - 1.00 Uhr
täglich geöffnet**

AIDS-Hilfe Stuttgart e.V. bei den „Positiven Begegnungen“

Vom 23. bis 26. August 2018 fand die Konferenz zum Leben mit HIV „Positive Begegnungen“ (PoBe) im Maritim Hotel und in der Liederhalle in Stuttgart statt.



Informierend sichtbar!

In 2018 feierte sie in Stuttgart ein Jubiläum: Zum 20. Mal trafen sich Menschen mit HIV aus dem gesamten Bundesgebiet, um gemeinsam mit An- und Zugehörigen, Mitsreitern/Mitsreiterinnen aus den AIDS-Hilfen, dem Medizinbetrieb, dem Rechtswesen, aus Wissenschaft, Politik und Medien über die Herausforderungen des heutigen Lebens mit HIV zu diskutieren. Ziel der Konferenz „Positive Begegnungen“ war es, sich über das Leben mit HIV auszutauschen, Forderungen an Politik, Gesundheitssystem sowie AIDS-Hilfe-Bewegung zu formulieren und Veränderungen der eigenen Lebenssituation in die Wege zu leiten.

Die AIDS-Hilfe Stuttgart e.V. (AHS) hat die Konferenz vor Ort in Stuttgart unterstützt und war in vielen Bereichen präsent:

Unser Vorstandsmitglied, Laura Halding-Hoppenheit, stand in diesem Jahr nicht nur mit ihrem traditionellen Café „Lauras Café“ im Zentrum der Konferenz, sondern sie war auch Schirmherrin der 20. Positiven Begegnungen. Laura Halding-Hoppenheit möchte ein Zeichen gegen Stigmatisierung setzen und mit der Konferenz zeigen „Wir sind überall!“, ein Teil der Gesellschaft wie alle anderen auch! „Lauras Café“ befand sich während der PoBe in der Mitte des Geschehens und alle Teilnehmenden der Konferenz haben sich gerne zum Aus-



Jean-Luc Tissots „Sprache der leeren Stühle“ bei der PoBe 2018

tausch, Diskutieren und zum lockeren Beisammensein in „Lauras Café“ zusammengefunden.

Auf dem Markt der Möglichkeiten, der am Donnerstag, den 23.08.2018 von 15.00 Uhr bis 21.00 Uhr im Foyer der Liederhalle stattgefunden hat, war die AHS mit einem Informationsstand vertreten. An diesem Stand konnten sich die Teilnehmer_innen der „Positiven Begegnungen“ über das aktuelle Programm, Angebote und die neuesten Entwicklungen in und um die AHS ein Bild machen. Die gesamte Zeit waren Mitarbeitende, vor allem auch Ehrenamtliche, vor Ort und haben Fragen beantwortet. Die Mitarbeit der ehrenamtlichen Helfer der AHS war ein wichtiger Bestandteil der viertägigen PoBe. Ein Vorteil der helfenden Hände aus der AHS war, dass sie sich vor Ort in Stuttgart bestens aus-



PoBe-Demo durch Stuttgart

kennen und somit mit Insiderwissen das Organisationsteam der PoBe super unterstützen konnten! Vielen Dank an dieser Stelle an die helfenden Hände der AHS!

Das Highlight des Wochenendes war das 4. Sommerfest der AHS. Alle Teilnehmenden der Positiven Begegnungen wurden zum Sommerfest der AHS eingeladen, sie haben beim Check-In Gutscheine für das Fest bekommen. Das Wetter hat sich am Freitagnachmittag erst regnerisch gezeigt, nachdem die ersten Gäste eintrafen, blieb es dann jedoch zur großen Freude der Gäste den ganzen Abend trocken. Die Gäste aus ganz Deutschland konnten sich in der AHS umschauen und den Abend bei Speis und Trank unter den Bäumen der Johannesstraße genießen. Die AHS hat sich sehr gefreut, dass viele Teilnehmende der Positiven Begegnungen der Einladung gefolgt sind und mit der AHS zusammen gefeiert haben!

Lea Wilde, M.A. Public Health (Univ.), Sozialarbeiterin, AHS

10 haarkULT
JAHRE STYLEN WIR STUTT GART!

**INHABERGEFÜHRT
(KEINE FILIALENT!)**

ÖFFNUNGSZEITEN
MONTAGS GESCHLOSSEN
DI-FR 9.00 - 19.00
SA 9.00 - 16.00
UND NACH TERMIN

WELLA

haarkULT

SASCHA LORENG SILBERBURGSTRASSE 146 A
(NUR 2 MIN. VON HALTESTELLE FEUERSEE)
70176 STUTT GART TELEFON (0711) 61 68 98
WWW.HAARKULT-STUTT GART.DE

Reisen,
Entdecken,
Erleben mit

Discovery Tours

Rotebühlplatz 37
D-70178 Stuttgart
mail@discoverytours.de
www.discoverytours.de
Tel. 0711-613031

.... wir freuen uns auf Sie

22. Internationale AIDS-Konferenz in Amsterdam vom 23.07. bis 27.07.2018

Die alle zwei Jahre stattfindende AIDS-Konferenz ist die größte und wichtigste Veranstaltung zum Gesamtkomplex HIV und AIDS. – Teilnehmerbericht.



Roland Baur (Mitte) mit zwei Mitstreitern der „PositHIVen Gesichter“.

Mehr als 10 000 Menschen aus allen Kontinenten treffen sich seit 1985 zur Internationalen AIDS-Konferenz. Dies sind zwar überwiegend Fachleute aus Medizin, Pharmaforschung und Pflegeberufe, aber auch Politiker, Aktivistinnen und von dem Thema selbst Betroffene und daran Interessierte.

An einer solchen Konferenz teilzunehmen ist schon Erlebnis an sich. Diese Teilnahme sich finanziell leisten zu können – wenn man sie nicht berufsbedingt bezahlt bekommt – ist nicht einfach, da außer Fahrt- und Übernachtungskosten eine relativ hohe Teilnahmegebühr anfällt. Mir war dies nur durch ein sog. „Scholarship“ der Deutschen AIDS-Hilfe

e.v. möglich. Eine dieser seltenen Förderungen zu erhalten, war ein Glücksfall. Ein bisschen empfand ich dies aber auch als Anerkennung meines jahre-, ja jahrzehntelangen Engagements in der Selbsthilfe sowohl im Bereich HIV/AIDS als auch von drogengebrauchenden Menschen.

Warum möchte man an einer solchen Fachkonferenz überhaupt teilnehmen? Schließlich ist die Konferenzsprache ausschließlich Englisch, das Programm mehr als umfangreich und oft doch sehr spezifisch. Nun: Für mich gab es vor allem drei Gründe, mich um ein Scholarship (und damit um eine Teilnahme) zu bewerben:

1. Mich grundsätzlich über aktuelle Entwicklungen zu informieren, sowohl im medizinischen wie im pharmakologischen Bereich.
2. Das Interesse an einem der Schwerpunktthemen bei der diesjährigen Konferenz, nämlich die „Situation von drogengebrauchenden Menschen“ besonders in Osteuropa bzw. den Staaten der ehemaligen Sowjetunion.
3. Ein persönlicher Vergleich zwischen meiner ersten Teilnahme an einer Internationalen AIDS-Konferenz, nämlich der 9. in Berlin 1993, und 25 Jahre später.

Um mit dem dritten Punkt zu beginnen: Zwischen den Konferenzen in Berlin 1993 und Amsterdam 2018 kann man im Grunde nichts mehr vergleichen – zu verschieden war bzw. ist die Situation. Seinerzeit herrschte in der Bevölkerung eine große Angst, um nicht zu sagen: Panik. Politiker machten Vorschläge zur „Bekämpfung der Seuche“, an die man heute gar nicht mehr denken und erinnern will. Als selbst Betroffener (und Aktivist) hatte ich wie die meisten von uns gewissermaßen mit dem Leben abgeschlossen. Wir wollten aber um die Verbesserung unserer Situation kämpfen, um mehr Mittel für die Forschung, um Erprobung und Zulassung von neuen Medikamenten und vieles mehr. Damals während der gesamten Konferenz sowohl diese allgemeine Angst aber auch die Power, der Kampfeswille und Kampfesmut zur Veränderung der



eigenen, aber auch der gesellschaftlichen Lage zu spüren. Für mich aus der Community der Drogengebraucher (damals genannt vulgo: Junkies) war es ein tolles Gefühl und sehr beeindruckend, wie solidarisch die Menschen aus den verschiedenen sogenannten Hauptbetroffenen-Gruppen miteinander umgingen und sich austauschten.

Von dieser Stimmung war dieses Jahr in Amsterdam nichts mehr zu spüren. Oder etwas weniger negativ gesagt: man spürt kaum noch was. Erfreulicherweise gibt es zwar wenig Abgrenzung untereinander, aber wirklicher Austausch findet kaum statt bzw. nur jeweils innerhalb der eigenen Community. Die einzelnen Veranstaltungen sind professionell gemanagt und werden so auch „heruntergespult“. Alles ganz perfekt. Oder sagen wir: fast perfekt. Denn allein wegen der schieren Größe, der Ausstellungsfläche, der Anzahl der Konferenzsäle und der Teilnehmerzahl kam es dann doch gelegentlich zu kleineren Irrungen und Verwirrungen. Anstatt dann aber miteinander zu reden oder Fragen zu stellen, gibt's meist nur den Blick aufs Smartphone. Hierauf wird eh mehr geschaut als in die Gesichter der Mitmenschen.

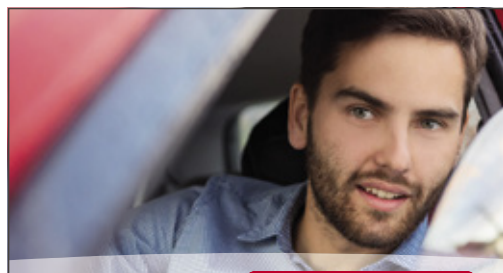
Gerade der zweite Punkt ist in dieser Hinsicht dann erfreulicher. Zwar ist die Situation vieler Drogengebrauchenden in Osteuropa (aber nicht „nur“ dort!) katastrophal. Ausgrenzung ist dort so aktuell wie bei uns vor Jahrzehnten; Behandlung findet nur ansatzweise statt, in Haft so gut wie überhaupt nicht. Dafür ist dort aber bei vielen Gruppen ein Engagement zu spüren, was schon sehr beeindruckend war. Begegnungen mit vielen Selbsthilfe-Aktivisten und -Aktivistinnen konnte ich im „Global Village“ erleben. Diesen Teil der Konferenz gibt es seit einigen Jahren. Für mich ist er ein unverzichtbarer Kern für die Selbsthilfeaktivisten. Dort ist viel vom früheren Kampfgeist zu spüren. Und eigentlich gab's da nur einen kleinen Wermutstropfen zu schlucken: Viele der Aktivistengruppen aus der ehemaligen Sowjetunion sprechen fast nur Russisch und Englisch lediglich in Ansätzen. Es bleibt die Hoffnung, dass Kontakte, die während der Konferenz entstanden sind, sich auch weiter entwickeln.

Um mich – wie im ersten Punkt erwähnt - über die neuesten Entwicklungen im Pharma- und Behandlungsbereich zu informieren, dafür war die Konferenz schlicht zu groß bzw. zu

unübersichtlich das Programm. Als medizinischer Laie sich die richtigen und damit interessanten Veranstaltungen herauszusuchen, bei einer „Session“ die medizinischen Fachbegriffe dann auch zu verstehen, ist eine riesige Herausforderung. Einige Veranstaltungen und Vorträge habe ich besucht. Inhaltlich an dieser Stelle darüber zu berichten würde den Rahmen sprengen.

Gleichwohl bleibt als Fazit: Es war ein tolles Erlebnis, an der Amsterdamer Konferenz teilgenommen zu haben. Ich hatte einige emotional sehr berührende Begegnungen. Und last but not least: es war ein guter und runder Abschluss meines persönlichen Engagements.

Roland Baur, Ehrenamtlicher Mitarbeiter, AHS



stadtmobil
carsharing

Ich habe kein
eigenes Auto,
aber immer das
Richtige.



www.stadtmobil-stuttgart.de

HIV und noch viel mehr

Alle Jahre wieder treffen sich in Köln die HIV-Behandler zur DAGNÄ-Tagung. Die Meinungsbildner vermitteln den neuesten Stand in Sachen HIV, Hepatitis und anderer sexuell übertragbarer Infektionen (STI=engl. für Sexually Transmitted Infections).



Dr. Dietmar Hoffmann

Die medikamentöse Therapie der chronischen HIV-Infektion ist heute, eine gute Einnahmequalität vorausgesetzt, sehr gut aufgestellt. Über 95% der Patientinnen und Patienten sprechen auf die Ersttherapie innerhalb wenigen Wochen an. Die Behandlung wird nach dem Ergebnis einer internationalen Studie (START-Studie) bei gesicherter Therapie begonnen. Wie in den letzten Jahren stehen dafür fünf Wirkstoffgruppen zur Verfügung. Das Verordnungsverhalten hat sich dahingehend geändert, dass in über 50% der Fälle die Gruppe der Integrasehemmer zum Einsatz kommt. Gründe hierfür sind die geringen Nebenwirkungen und die nahezu fehlenden Wechselwirkungen dieser Medikamente, zu denen Raltegravir/Isentress, Dolutegravir/Tivicay, Elvitegravir in Stribild, das neue Bictegravir und bald auch das Cabotegravir gehören. Sie werden bevorzugt in Kombinationen eingesetzt, da die one-pill-Regime die Zuverlässigkeit der Einnahme verbessern. Es stehen

Kombinationen mit zwei Wirkstoffen der NRTI-Gruppe zur Verfügung, wie z.B. Truvada oder Kivexa. Letzteres darf nicht bei Patienten mit dem positiven genetischen Merkmal HLA B5701 eingesetzt werden, da das in Kivexa enthaltene Abacavir schwere Überempfindlichkeit verursachen kann.

Neuerdings wird zunehmend über eine Nebenwirkung der Integrasehemmer berichtet. Vor allem Dolutegravir in Tivicay und Triumeq zeigt zentralnervöse Probleme wie Kopfschmerzen, Übelkeit, Schlaflosigkeit, Ängste, auch von Diarrhoe wird berichtet. Die Nebenwirkungsrate wird bei Dolutegravir mit 2,7%, bei Raltegravir mit 1,7% und bei Elvitegravir mit 1,3 % angegeben. Bei Patienten unter 50 Jahren und bei denjenigen mit psychiatrischer Vorgeschichte wurde auch die Neigung zu Suizidalität berichtet.

Als noch schwerwiegender wird das Auftreten von Neuralrohrdefekten bei Neugeborenen angesehen, wenn Dolutegravir-haltige Präparate in den ersten acht Wochen der Gravidität eingenommen werden. In der Allgemeinbevölkerung liegt die Rate bei 0,1%, unter Dolutegravir bei 0,9%, im Vergleich bei Efavirenz bei nur 0,05%. Das Problem muss mit den Schwangeren früh besprochen werden, in Afrika bestehen die Frauen auf der Einnahme dieser Substanz, da sie sie für effektiver und nebenwirkungsärmer im Vergleich zu Efavirenz/Sustiva halten. Dessen zentral-

nervöses Nebenwirkungsprofil hat dazu geführt, dass es von Atripla kein Nachfolgepräparat durch den Ersthersteller gibt, wohl aber ein Nachfolgepräparat. Seit Langem geht es um die Verminderung der Nebenwirkungen. Das in Truvada enthaltene Tenofovir kann die Nierenfunktion beeinträchtigen und die Knochensubstanz vermindern, was zur Osteoporose mit erhöhter Bruchgefahr führen kann. Aus diesem Grund wird bei den drei bis sechs monatlichen Kontrolluntersuchungen die Nierenfunktion überprüft. Knochendichtemessung DXA wird bei Risikopatienten in regelmäßigen Abständen empfohlen, was jedoch noch nicht als Kassenleistung anerkannt ist.

Ein neuer Ansatz ist deshalb der Ersatz von Tenofovir TDF durch das weniger toxische Tenofovirafenamid TAF, das in den neueren Kombinationspräparaten zum Einsatz kommt. Beispiele hierfür sind Genvoya, Odefsey, Symtuza und Bictarvy. Ein anderer Weg ist der Verzicht auf TDF und TAF in Präparaten wie Juluca, in dem Dolutegravir mit dem NNRTI Präparat Rilpivirin kombiniert wird. Ein neues Präparat aus den USA, Pifeltro, kombiniert das NNRTI-Präparat Doravirin mit den NRTI-Wirkstoffen Lamivudin, aber noch mit TDF. Die TDF-Diskussion wird durch die Tatsache brisant, dass für die PrEP (HIV-Präexposition prophylaxe) die kontinuierliche Einnahme von Truvada zugelassen ist, das bekanntlich das TDF enthält. Davon später.