



10 JAHRE POSITIV HANDELN

MUT GEHÖRT DAZU!

MUT GEHÖRT DAZU!



10 JAHRE POSITHIV HANDELN

Wozu eigentlich das Ganze!



Mut gehört dazu, mit HIV zurechtzukommen. Noch mehr Mut gehört dazu, sich offensiv und selbstbewusst gegen Diskriminierung zu wehren und öffentlich zu positionieren. Aber es lohnt sich, denn selbstbewussten und informierten Menschen fällt es leichter, sich den Herausforderungen einer HIV-Infektion zu stellen. Darum setzt sich POSITHIV HANDELN seit zehn Jahren für Information, Selbstbewusstsein, Integration und Akzeptanz ein. Es reicht nicht, medizinisch gut versorgt zu sein, wenn sich deine Verwandten, Kolleginnen, Nachbarn oder Freunde zurückziehen, weil sie zu wenig wissen über HIV. Da hilft nur: sich blicken lassen in aller Öffentlichkeit. Mehr Selbstbewusstsein zeigen und Solidarität einfordern gegen soziale Isolierung. Selbsthilfe ist der Weg. Das Leben mit HIV ist hart genug. Du musst es nicht alleine meistern.

Weil die Zeit reif war für den Aufbruch!

Das Klima wird immer wieder auch mal rau. Ausgrenzung und Schuldzuweisungen – von wegen „Seuche und Sexualität“ – kommen dann wieder, werden salonfähig. Menschen mit HIV seien verantwortungslos und promisk. Die öffentliche Meinung passt dazu. Und wir? Wir wehren uns. Wir nehmen uns das Recht auf Teilhabe und ein selbstbestimmtes Leben mit HIV!

Weil alte Mythen und Märchen rund um HIV nicht von selbst verschwinden.

Damit nichts verharmlost,
aber auch nichts
dramatisiert wird.

Positive als Gefahr für andere ...? Jetzt geht's in die Details: Viruslast unter der Nachweisgrenze, Safer Sex, Information und Mut. Neue Bilder, wirkliche Bilder vom Leben mit HIV. Nach dem positiven Testergebnis gibt es jetzt Lotsen. Unsere Idee! Ehrenamtler für's Händchenhalten? Ja. Und gegen die Ängste rund um das „Was-mach-ich-denn-jetzt?“. Gefährdungslage unverändert? Nein. Wir sind nicht das Problem, sondern Teil der Lösung. Mut gehörte dazu!

Nur hier werden Positive
für sich selbst und
andere stark.

HIV wird zum Fachthema. Spielen nur noch medizinische Aspekte eine Rolle? Sind Positive nur noch Patientinnen und Patienten? Dagegen zeigen wir erfrischend neue Bilder auf dem CSD: TESTSIEGER, WIR SIND KEINE ENGEL, POSITIV? – RESPEKT! und MUT GEHÖRT DAZU! Dreist und lebendig. Mitten drin. Und trotzdem nicht nur Nabelschau: Alle machen mit! Das Leben kann lang sein, auch wir werden älter. Schon gemerkt? Gut so!

Weil wir verantworten, was
wir tun und selbst bestimmen,
was wir lassen.

Kommunikation und Vernetzung auf allen Kanälen. Online über soziale Netzwerke wie beispielsweise Facebook und Co. oder via Newsletter. Im „wirklichen Leben“ bei Positiventreffen oder POSITHIV HANDELN. Die (medialen) Möglichkeiten sind da, auch die zu erreichen, die bislang für sich blieben. Vernetzung geht. Je mehr sich beteiligen, desto besser!

OFFEN GESAGT ...

Du hast keinen Bock mehr auf Versteckspiele und Ausreden im Job? Du willst von deiner HIV-Infektion erzählen können ohne Angst vor negativen Konsequenzen! Eine schöne Idee, wenn du sicher sein kannst, dass alle Kolleginnen und Kollegen oder Vorgesetzte deine HIV-Infektion so normal nehmen wie eine Mitteilung über Bluthochdruck oder Diabetes. Aber weiß man's? Weißt du, wie aufgeklärt sie sind? Werden sie dich akzeptieren oder sich abwenden und dich mobben?

Am besten aber wäre es, wenn es ganz gleich ist, ob du darüber redest oder nicht, weil alle in deiner Umgebung aufgeklärt und gelassen sind. Dann brauchst du keine Energie mehr darauf zu verschwenden, deine HIV-Infektion um jeden Preis geheim zu halten. Solange das nicht die Regel ist, gehört einiger Mut dazu, über die eigene HIV-Infektion am Arbeitsplatz zu reden. Dein Mut kann sich lohnen, denn viele HIV-Positive erfahren im Job Unterstützung durch Vorgesetzte oder Kollegen und Kolleginnen. Ihr Alltag wird gelassener, denn sie kommen nicht mehr in Verlegenheit, häufigere Arztbesuche erklären oder Medikamente heimlich nehmen zu müssen.



Du hast keinen Bock mehr auf Versteckspiele und Ausreden im Job? Würdest gern sagen, dass du HIV-positiv bist?

Es kann entlastend sein, mit offenen Karten zu spielen.





Aufklärung ist nötig, damit alle wissen, dass es für Menschen mit HIV in Deutschland normal ist, zu arbeiten – und dass sie genauso gesund oder manchmal krankgeschrieben sind wie andere auch. Eine HIV-Infektion bedeutet nicht automatisch, dass du nicht mehr arbeiten kannst oder in der Arbeitsfähigkeit eingeschränkt bist. Natürlich kann es, wie bei anderen chronischen Erkrankungen auch, gesundheitliche Einschränkungen durch die HIV-Infektion oder Nebenwirkungen der Medikamente geben – aber das ist individuell sehr unterschiedlich.

Du bist kein Risiko! Das ist
wirklich wichtig für dich
und die anderen.

Du kannst im Arbeitsalltag niemanden mit HIV infizieren. Darum gibt es auch keine Berufe, die du mit HIV nicht ausüben kannst. Keiner kann dich zur Offenlegung deiner Infektion zwingen. Wenn du es tust, können dir immer wieder Menschen mit Unsicherheiten oder Ängsten begegnen, so irrational sie auch sein mögen. Da hilft nur Aufklärung, immer wieder!

Gegen Diskriminierung
und für eine bessere
Aufklärung.

Alle können etwas gegen Diskriminierung und eine besser Aufklärung tun. Allen voran die Vorgesetzten: Sie können unmissverständlich klar machen, dass sie Diskriminierungen nicht dulden und alle Mitarbeitenden über HIV und Aids offensiv aufklären. Es gibt Unternehmen, die genau das tun. Es geht nicht nur um HIV und Aids, es geht um Vielfalt, Offenheit und einen vorurteilsfreien Umgang mit HIV-positiven Menschen. Das ist die beste Strategie gegen Diskriminierung.

Wir machen dir nichts vor: Es gibt nach wie vor Diskriminierung im Arbeitsalltag – Klatsch, Mobbing oder Kündigungen. Weil die Kollegen oder Kolleginnen Angst vor HIV haben oder Arbeitgeberinnen und Arbeitgeber befürchten, deine Leistungsfähigkeit könnte nachlassen. Wenn es zu diskriminierenden Situationen und Entscheidungen kommt, kannst du dich dagegen wehren und mögliche rechtliche Schritte prüfen.

Deine Rechte: Im Arbeits- oder Berufsalltag macht es keinen Unterschied, ob du HIV-positiv bist oder nicht. Auch müssen keine besonderen Vorkehrungen getroffen werden, um dich zu beschäftigen. Ein positives Testergebnis sagt nichts aus über deine Arbeitsfähigkeit oder Belastbarkeit, und bei einer angemessenen medizinischen Versorgung bist du genauso leistungsfähig wie andere Beschäftigte auch. Du kannst jeden Beruf ausüben – wenn du willst und dich fit genug fühlst. Und keine Sorge: Auch wenn bei vielen Berufen und Beschäftigungsverhältnissen Einstellungsuntersuchungen vorgesehen sind, ist ein HIV-Test grundsätzlich weder verpflichtend, noch erforderlich. Ebenso wenig besteht eine Auskunftspflicht über deine HIV-Infektion.

Rechtliche Rahmenbedingungen, wie beispielsweise das Allgemeine Gleichbehandlungsgesetz, bieten dir einen besonderen Schutz im Arbeitsalltag. So hat das Bundesarbeitsgerichts in Erfurt im Dezember 2013 den Kündigungsschutz für HIV-positive und andere chronisch erkrankte Arbeitnehmer

Ein HIV-Test bei der Einstellungsuntersuchung ist weder verpflichtend noch erforderlich.

Sicherlich gibt es immer wieder Diskriminierung am Arbeitsplatz, aber du kannst dich wehren.

und Arbeitnehmerinnen gestärkt und ausgeführt, dass die HIV-Infektion die Merkmale einer Behinderung erfüllt und damit das Allgemeine Gleichbehandlungsgesetz (AGG) auch für Menschen mit HIV gilt.

Eine Kündigung aufgrund deiner HIV-Infektion ist unrechtmäßig.

Eine Kündigung aufgrund der HIV-Infektion, auch während der Probezeit, ist danach diskriminierend und somit unzulässig, sofern Arbeitgeberinnen und Arbeitgebern eine Beschäftigung möglich und zumutbar ist. Dies gilt ebenfalls für Kündigungen in sensiblen Bereichen, zum Beispiel in medizinischen Berufen.

Es gibt auch Wege zurück in den Job.

Leben mit HIV hat sich gewandelt und der Wandel macht sich auch im Arbeitsleben bemerkbar. Menschen, die bereits schwer erkrankt waren, geht es heute dank moderner Therapiemöglichkeiten wieder besser. Manche von ihnen waren frühzeitig verrentet. Und einige von ihnen fragen sich, welche Möglichkeiten es gibt, ins Arbeitsleben zurückzukehren. Hier gibt es unterschiedliche Lösungen und einiges zu beachten. In jedem Fall ist eine Sozialrechtsberatung sinnvoll, zum Beispiel bei einer Aidshilfe, da sich durch den Weg zurück in den Job in Einzelfällen Rentenansprüche vermindern können. Auch über die Möglichkeiten, in Voll- oder Teilzeit arbeiten zu können, solltest du dich gut informieren. Wenn eine Schwerbehinderung anerkannt ist, gibt es Unterstützungsmöglichkeiten durch das Arbeits- oder Integrationsamt.



Wie auch immer deine Situation ist, ob du fest angestellt bist, selbstständig arbeitest oder auf der Suche nach Arbeit bist: HIV ist ein Thema im Arbeitsleben. Mal ein wenig mehr, mal ein bisschen weniger. Nimm es an, in deinem Tempo und mit jeder denkbaren Rückendeckung durch Menschen, die wissen, was du vielleicht noch vor dir hast und die dir zur Seite stehen können.

Dich zu positionieren, Stellung zu beziehen, ein offenes und tolerantes Verhalten einzufordern, erfordert viel: Gespräche, Austausch, Stärkung, Zivilcourage – und Mut ohne Ende.

Mut gehört dazu! Auch im Arbeitsalltag, egal ob du deinen Kolleginnen und Kollegen sagst, dass du positiv bist.

Bei Fragen: fragen!

Willst du sagen, was Sache ist, oder einfach immer mit Kondom vögeln? Oder warten, ob du auf HIV angesprochen wirst?



HEISS BEGEHRT ...



Wirst du sagen, was Sache ist oder nicht? Wirst du gefragt, ob du „gesund“ bist? Stößt du auf Verständnis oder kommt da nur Ablehnung? Sex soll ja allen Beteiligten Spaß machen, doch wenn es zur Sache geht, ist es nicht immer einfach, offen zu reden. Furcht vor sexueller Zurückweisung, Ängste und Sehnsüchte stehen dem Bedürfnis nach körperlicher und emotionaler Nähe häufig im Weg. Das belegen die Ergebnisse der Umfrage „positive stimmen“ der Deutschen Aidshilfe: Knapp 50 Prozent der Befragten gaben an, aufgrund ihrer HIV-Infektion zurückgewiesen worden zu sein.

Wer muss sich auskennen mit Übertragungswegen und Schutzmöglichkeiten?
Nur die Menschen mit HIV?

Verantwortung ist sicherlich kein einfaches Thema und törnt beim Sex erst recht nicht an. Gerade im Rausch der Gefühle (und Stoffe) willst du nicht immer daran denken, einen kühlen Kopf zu bewahren. Ein bisschen Nachdenken schadet meistens nicht ... am besten vorher ... Safer Sex, beispielsweise das Benutzen von Kondomen, ist eine verlässliche Methode die Übertragung einer HIV-Infektion zu vermeiden. Auch bei erfolgreicher Therapie, wenn deine Viruslast unter der Nachweisgrenze ist, ist die Wahrscheinlichkeit einer HIV-Übertragung genau so gering wie beim Benutzen eines Kondoms.

Gemeinsam entscheiden.

Wenn du aber Ängste und Unsicherheiten auf deiner Seite oder bei deinem Partner oder deiner Partnerin bemerkst, ist Offenheit besser, so schwer es auch sein mag. Wenn ihr beide über den jeweiligen HIV-Status Bescheid wisst, ist es einfacher gemeinsam zu entscheiden, wie ihr mit der Situation umgehen wollt und wie ihr euren Sex gemeinsam und einvernehmlich gestaltet.

Vertrauen und Offenheit in der Partnerschaft kann hilfreich sein.

In einer längeren Partnerschaft spielen Vertrauen und Offenheit sicherlich eine besondere Rolle. Hier kann sich auf Dauer eine heikle Dynamik entwickeln, wenn deine Angst verhindert, von der Infektion zu erzählen oder auf Safer Sex zu verzichten, weil du nicht zurückgewiesen werden willst. Es führt dennoch kein Weg daran vorbei: Redet miteinander, so offen wie möglich! So könnt ihr entscheiden, welche Safer-Sex-Methoden ihr anwendet oder ob ihr darauf verzichten wollt. Wichtig ist, dass ihr beide einverstanden seid, euch gemeinsam für einen Weg entscheidet und kein schlechtes Gefühl dabei habt.



Unabhängig von einer erfolgreichen HIV-Therapie: Kondome können auch das Risiko einer Übertragung anderer sexuell übertragbarer Infektionen (STI) reduzieren. Dies kann bei häufig wechselnden Sexpartnerinnen und Sexpartnern, aber auch in einer „offenen Beziehung“ durchaus eine Rolle spielen.

STIs sind für Menschen mit HIV eine zusätzliche gesundheitliche Belastung und einige Infektionen können bei ihnen schwerer verlaufen. Außerdem führen einige STIs zu Entzündungen der Haut- und Schleimhäute, die HIV zusätzliche Angriffsflächen bieten und so das Übertragungsrisiko erhöhen. Bei häufig wechselnden Sexpartnerinnen und Sexpartnern macht es daher Sinn, sich regelmäßig auf STIs checken zu lassen.

Egal, ob im Taumel der
Gefühle oder weil du
einfach geil bist ...
In jedem Fall: reden hilft,
auch Mut gehört dazu!

Einspruch!

Einvernehmlicher Sex
gehört nicht vor Gericht!



NICHT VERBOTEN ...



Das interessiert keinen Richter, keine Richterin: Wenn du beim Sex Kondome benutzt oder nachweisen kannst, dass du deinen Sexpartner oder deine Sexpartnerin über deine HIV-Infektion informiert hast und ihr einvernehmlich auf Safer Sex verzichtet habt.

Wenn du absichtlich oder fahrlässig deine HIV-Infektion weiter gibst, ist dies nach deutschem Recht Körperverletzung – also strafbar. Geurteilt wird nach den Paragrafen 223 und 224 des Strafgesetzbuches. Ob tatsächlich eine Strafe verhängt wird, hängt aber davon ab, ob der oder die HIV-Negative von deiner HIV-Infektion gewusst und eingewilligt hat, ungeschützten Sex mit dir zu haben.

Wenn du als HIV-Positiver alles für den Schutz vor einer HIV-Übertragung auf deine Partnerin oder deinen Partner getan hast, also beim Vögeln ein Gummi benutzt hast, bist du strafrechtlich auf der sicheren Seite. Das gleiche gilt, wenn ihr einvernehmlich auf Safer Sex verzichtet. Im Ernstfall kann es hilfreich sein, dass du dies nachweisen kannst oder dokumentiert hast. Nur so bist du im Streit- oder Trennungsfall vor Strafverfolgung sicher.

Sex mit Kondom – dafür interessiert sich kein Gericht. Leider aber auch nicht dafür, dass gute Therapie vor Ansteckung schützt.

Nicht die HIV-Infektion an sich führt zur Übertragung, sondern sexuelle Handlungen, die zwei gemeinsam vollziehen. Dabei sind beide für ihr Handeln und somit für den Schutz vor einer HIV-Übertragung verantwortlich.

Wissenschaftlich ist längst belegt, dass HIV-Medikamente die Viruslast bei Positiven so stark senken können, dass eine Ansteckung beim Sex so gut wie ausgeschlossen wird. Der Sex ist dann genauso sicher wie bei der Verwendung von Kondomen. Man spricht hier vom „Schutz durch Therapie“. Ob dies ein ausreichender Schutz für den Partner oder die Partnerin ist, wird von deutschen Gerichten zurzeit sehr unterschiedlich bewertet. Es hängt sowohl vom Vorsitzenden Richter, der Vorsitzenden Richterin und deren Bewertung des Sachverhaltes ab, als auch von unterschiedlichen Gutachterinnen oder Gutachtern. In manchen Fällen kommt es gar nicht erst zur Strafanzeige oder Anklage, je nachdem, wie Polizei oder Staatsanwaltschaft agieren.

Auch wenn es aus medizinischer Sicht Unsinn ist: Du kannst als HIV-positiver Mensch in der Regel nur bei Sex mit Kondom nachweisen, dass du die notwendigen Maßnahmen zum Schutz deines Partners oder deiner Partnerin getroffen hast. Dann drohen keine strafrechtlichen Konsequenzen. Auch nicht, wenn trotzdem eine Infektion erfolgt, beispielsweise weil das Kondom reißt oder abrutscht. Wenn deine Partnerinnen und Partner in das Risiko einwilligen, scheidet eine Strafbarkeit ebenfalls aus.

Wir müssen selbst das Klima schaffen, in dem ein offener, selbstverständlicher und nicht moralisierender Umgang mit Sexualität möglich ist und HIV und Aids nicht tabuisiert werden.



Dafür müssen auch die rechtlichen Rahmenbedingungen so gestaltet werden, dass Menschen mit HIV keine Angst mehr vor einer strafrechtlichen Verfolgung bei einvernehmlichem Sex haben müssen.

Veränderungen sind möglich, aber nur, wenn so viele wie möglich dran bleiben, sich nicht abschrecken lassen, aktiv werden, sich wehren gegen Schuldzuschreibungen oder die einseitige Zuweisung von Verantwortung. Mutig, tapfer, heldenhaft, unverzagt sein ... Nenn' es, wie du willst: Du wirst gebraucht.

Gefragt sind hier Justiz, Politik, Medien und die gesamte Gesellschaft.

Gleich-Behandlung!?

„Bleiben Sie gesund, anders wär nämlich schlecht ...“
Dieser Aussage lässt sich zustimmen, wenn man das Ergebnis der Umfrage „positive stimmen“ betrachtet. Über 20 Prozent der Befragten gaben an, dass ihnen aufgrund ihrer HIV-Infektion eine medizinische Behandlung verweigert wurde.

GUT BEHANDELT?



Klar hast du ein Recht auf eine gute medizinische Versorgung. Und im Idealfall hast du ein vertrauensvolles Verhältnis zu deinem Arzt oder deiner Ärztin. Bei den meisten HIV-Ambulanzen und HIV-Schwerpunktpraxen ist dies sicherlich auch so. Beim Besuch eines anderen Facharztes, bei der Zahnärztin oder aber auch bei einem Krankenhausaufenthalt kann das schon anders aussehen. Jedem fünften Menschen mit HIV wurde eine medizinische Behandlung verweigert. Auch das ist ein Ergebnis der Umfrage „positive stimmen“.

Selbst bei einigen Ärzten und Ärztinnen ist das Wissen um HIV und Aids recht unzureichend. Sie verweigern oder verzögern Behandlungen aus irrationaler Angst vor Ansteckung oder haben Vorurteile und Moralvorstellungen, die in einer Arztpraxis nichts zu suchen haben. Das erleben Sexarbeiterinnen und Sexarbeiter, Menschen in Haft, Menschen mit Migrationshintergrund oder schwule Männer immer wieder. Der Umgang mit HIV-Positiven und Lebensentwürfen „jenseits der Norm“ muss selbstverständlicher werden im medizinischen Alltag – ob in der Arztpraxis, im Krankenhaus, beim Zahnarzt oder im Rettungswagen. Das gilt auch für die Pflege, nicht nur im Alter.

Dein Nachbar hat Panik beim Zahnarzt? Du bist froh, wenn dein Arzt oder deine Ärztin keine Panik schiebt und du nicht erst am Ende des Tages behandelt wirst!

Wir brauchen Menschen, die aufgeklärt und sensibel für den Umgang mit Menschen mit HIV sind.

Die Deutsche AIDS-Hilfe hat eine Beschwerdestelle für Diskriminierung von Menschen mit HIV eingerichtet.

Die Deutsche AIDS-Hilfe hat eine Beschwerdestelle für Diskriminierung von Menschen mit HIV eingerichtet, an die du dich wenden kannst, wenn du Unterstützung brauchst. Auch der Patientenbeauftragte der Landesregierung NRW oder Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Unabhängigen Patientenberatung können hier die richtigen Ansprechpersonen für dich sein. Ganz gleich, wie vertrauensvoll das Verhältnis zu deinem Arzt oder deiner Ärztin ist: Du entscheidest, was gemacht wird! Patientinnen und Patienten haben das Recht auf eigene Entscheidungen für oder gegen das, was man ihnen vorschlägt.

Der so genannte Behandlungsvertrag (BGB II, § 630) regelt zum Beispiel, dass Ärztinnen und Ärzte nur mit Einverständnis ihrer Patientinnen und Patienten handeln dürfen. Sie müssen stets vollständig über die Krankheit, deren Verlauf sowie Therapiemöglichkeiten aufklären. Bei möglichen Behandlungs- oder Aufklärungsfehlern geht es unter Umständen auch um Schadenersatzansprüche. Wer sie durchzusetzen will, braucht starke Verbündete: Die Unabhängige Patientenberatung (Köln, Dortmund, Bielefeld), die eigene Krankenkasse, die Schlichtungsstelle der Ärztekammer oder eine Rechtsberatungsstelle und Anwälte können unterstützend tätig werden.

Die Beweislast bei Behandlungs- und Aufklärungsfehlern liegt heutzutage unter gewissen Voraussetzungen nicht mehr vollständig bei den Patientinnen und Patienten.

Vielleicht bist du selber Pfleger oder Ärztin im Gesundheitssystem? Dann hast du unter Umständen nicht nur mit der Angst von Patientinnen und Patienten zu tun, sondern leider auch oft mit schlecht aufgeklärten Kolleginnen und Kollegen. Hier gilt dasselbe wie im Arbeitsleben allgemein: Etwas gegen Diskriminierung tun können vor allem Vorgesetzte. Sie können unmissverständlich klar machen, dass sie Diskriminierungen nicht dulden und alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter über HIV und Aids offensiv aufklären. Wir meinen: Die Themen HIV und Aids gehören durchgängig in die Aus- und Fortbildung von Beschäftigten im Gesundheitswesen.

Auch wenn es nicht leicht ist, seine Rechte einzufordern, auch wenn dir medizinisches Detailwissen verständlicherweise fehlt und du unsicher bist: Wir brauchen weniger Scham und mehr Selbstbewusstsein – denn wer sich selbst achtet, kann sich auch wehren. Nur Mut!

Das Thema HIV und Aids sowie ein vorbehaltloser Umgang mit HIV-positiven Menschen gehören durchgängig in die Aus- und Fortbildung von Beschäftigten im Gesundheitswesen.

Hauptsache gut versichert

Einiges ist machbar,
anderes leider nicht.
Manchmal ist es schwierig,
den richtigen Durchblick zu
bekommen.



ALLES GEREGELT?



Du hast die gleichen Rechte wie Menschen ohne HIV. Ja, aber vor allem, wenn es um wichtige gesundheitliche Absicherungen geht, wird es manchmal kompliziert. In der Regel gilt, dass bei Versicherungen zur gesundheitlichen Absicherung eine umfassende Gesundheitsprüfung erforderlich ist. Eine bestehende HIV-Infektion ist für einen Abschluss in den meisten Fällen ein Ausschlusskriterium. Wenn du bereits vor Bekanntwerden deiner HIV-Infektion entsprechende Versicherungen zur gesundheitlichen Absicherung getroffen hast, besteht keine Gefahr, aufgrund deines Immunstatus deinen Versicherungsschutz zu verlieren.

Versicherungen,
Vollmachten, Verfügungen
Wer da durchblicken will,
braucht Beratung.

Da in Deutschland eine allgemeine Krankenversicherungspflicht gilt, besteht für Krankenkassen eine Aufnahmepflicht. Bei den gesetzlichen Kassen ist eine Versicherung generell ohne Probleme abzuschließen, bei den privaten Krankenkassen sieht das ein wenig anders aus. Hier kannst du lediglich eine Krankenversicherung im sogenannten Basistarif abschließen, dessen Vertragsleistungen in Art, Umfang und Höhe mit denen der gesetzlichen Krankenversicherung vergleichbar sind. Risikozuschläge oder Leistungsausschlüsse sind nicht erlaubt.

Bist du aber bereits privat versichert und erhältst während der Versicherungslaufzeit dein positives Testergebnis, dann bist du nicht verpflichtet, dies deiner Krankenkasse mitzuteilen – und kannst deinen Versicherungsschutz aus diesem Grund nicht verlieren. Da viele private Krankenversicherungen in den ersten Versicherungsjahren anbieten, ohne erneute Gesundheitsprüfung in einen höherwertigen Tarif zu wechseln, solltest du überprüfen, ob dies eine Option für dich ist.

Der Abschluss einer Privaten Zusatzversicherung ist nicht ohne weiteres möglich.

Wenn du gesetzlich krankenversichert bist, kannst du private Zusatzversicherungen, wie beispielsweise Chefarztbehandlungen oder Zweibettzimmer, nicht mehr abschließen. Allerdings bieten einige gesetzlichen Krankenkassen in Kooperation mit privaten Krankenversicherungen manchmal Zusatztarife mit vereinfachten Gesundheitsprüfungen an. Informiere dich bei deiner Krankenkasse!

Zahnezusatzversicherung

Bei Zahnezusatzversicherungen gibt es Anbieter, deren Gesundheitsprüfung sich wirklich nur auf die Zähne beziehen. Hier kannst du eine entsprechende Zusatzversicherung problemlos abschließen.

Unfallversicherung

Unfallversicherungen kannst du in der Regel abschließen, wenn du nicht an Aids erkrankt bist. Einige Versicherungen versuchen dennoch, aufgrund einer vorliegenden HIV-Infektion den Vertrag abzulehnen.

Der Abschluss einer privaten Berufsunfähigkeitsversicherung ist mit einem positiven HIV-Ergebnis nicht mehr möglich. Wenn du aber bereits eine solche Versicherung abgeschlossen hast, bist du auch hier nach einer positiven HIV-Diagnose nicht verpflichtet, deinem Versicherer dies mitzuteilen und du verlierst dadurch auch nicht den Versicherungsschutz.

Das Sozialrecht regelt die Absicherung, wenn du dich aufgrund von Arbeitslosigkeit, Krankheit oder Behinderung selber nicht versorgen kannst. Dazu gehören Kranken-, Renten- und Pflegeversicherung sowie Arbeitslosengeld I und II (Hartz IV) oder auch die so genannte Eingliederungshilfe für Menschen mit Behinderungen.

In den einzelnen Ländern, Städten und Kommunen gibt es unterschiedliche Kriterien für den Leistungsbezug und die Finanzierung erfolgt aus unterschiedlichen „Töpfen“. Hier ist es schwierig herauszufinden, welche Anträge wo gestellt werden müssen und was dafür an Unterlagen und Voraussetzungen erforderlich ist.

Damit du im Bedarfsfall eine gute Übersicht über mögliche Leistungen für deine individuelle Situation bekommst, ist eine Sozialrechtsberatung bei einer Aidshilfe oder anderen Organisationen, die unabhängig und kompetent beraten, empfehlenswert.

Weitere Informationen zur individuellen Absicherung wie beispielsweise Erwerbsminderungsrente oder Lebensversicherungen findest du unter aidshilfe.de.

Grundsicherung im Krankheitsfall oder bei Arbeitslosigkeit

Leider gibt es eine für Laien kaum überschaubare Vielzahl an gesetzlichen Bestimmungen und Regelungen.

Das kannst du alles
selber regeln!

Auch wenn es dir mitten im Leben schwer fällt darüber nachzudenken, solltest du dich außerdem auf Situationen vorbereiten, in denen du selbst nicht mehr „Herr der Lage“ bist – zum Beispiel aufgrund von Bewusstlosigkeit oder geistiger Verwirrung. Dann müssen andere Menschen für dich – aber in deinem Sinne! – entscheiden.

Patientenverfügung

Mit einer Patientenverfügung kannst du sicherstellen, dass Ärzte und Angehörige wissen, wie du behandelt werden möchtest und welche medizinischen Maßnahmen du wünschst und welche du ablehnst. Mit einer Vorsorgevollmacht kannst du eine Vertrauensperson bevollmächtigen, deine geschäftlichen Angelegenheiten zu regeln. Du selbst legst dabei im Einzelnen fest, welche Aufgaben diese Person übernehmen soll und welche nicht. Beide Verfügungen kommen (nur) in Frage, wenn zwischen dir und der benannten Person ein sehr starkes Vertrauensverhältnis besteht.

Betreuungsverfügung

In einer Betreuungsverfügung erklärst du, welcher Mensch im Bedarfsfall dein gesetzlicher Vertreter sein soll: Sei es, dass du bei wichtigen Finanz- oder Gesundheitsfragen nicht mehr selbst entscheiden kannst oder eine Entscheidung gefällt werden muss, wo du am besten wohnen und versorgt werden kannst. Vorteil für dich: Die Betreuungsverfügung wird erst rechtskräftig, wenn ein Gericht entschieden hat, dass du bei diesen Entscheidungen unterstützt werden sollst.

In deinem Testament kannst du festlegen, wem du was vererben willst. In einer Bestattungsverfügung entscheidest du, wie deine Trauerfeier ablaufen soll.

Testament

Vertrauen ist gut, Beratung (vorher) ist besser. Nicht jedes im Internet verfügbare Formular ist sinnvoll oder passt zu dem, was dir wichtig ist. Auch hier sind in aller Regel die Aidhilfen mit vertrauenswürdigen und erfahrenen Organisationen gut vernetzt, die kompetent und unabhängig beraten können.

Vorher informiern!

Es ist – zugegeben – eine Herausforderung, sich mit Vorsorgefragen und dem Ende des Lebens zu beschäftigen. Notwendige Verfügungen und möglichen Regelungen können aber nicht spontan und schnell getroffen werden. Wenn deine Wünsche am Ende zählen sollen, musst du an das Thema ran. Ohne Mut wird es nicht gehen.

Älter werden mit HIV

Jetzt zeigt sich, ob die Gesellschaft wirklich reif ist für Respekt und Akzeptanz:

Wenn wir Hilfe brauchen, Pflege, Zuspruch, Unterstützung ... Wir werden grau und wir werden mehr. In den nächsten 15 Jahren kommen mit wirksamen Therapien immer mehr ins Rentenalter. Gut, dass wir wissen, was uns gut tut, und den Profis sagen können, was wir brauchen. Und dabei wird es nicht nur um HIV gehen.



ENDLICH GESCHAFFT!?



HIV ist Privatsache, geregelt durch eine gute medizinische Versorgung, eine Angelegenheit zwischen dir und deinen Ärztinnen und Ärzten? Die Gesellschaft? Fein raus!?! Vergessen die Zeit, als Aids als „Schwulenseuche“ galt, die alte Ängste und Vorurteile neu befeuerte? Das wirkliche Leben zieht oft nicht nach: Das Leben mit HIV hat sich verändert, in der Gesellschaft ist das noch nicht angekommen. Da tut es verdammt gut, sich im Kreis von anderen Gleichgesinnten fallen zu lassen! Wohin mit Wut, Scham und Selbstzweifel, aber auch mit Freude, Lust und Engagement? Informier' dich über das Leben mit HIV, Sex, Liebe, Partnerschaft, über rechtliche Fragen, Arbeit und Gesundheit. Teile deine Erlebnisse zu Diskriminierung, Stigmatisierung und Ablehnung im Alltag. Rede mit anderen Positiven, profitiere von ihren Erfahrungen.

Es ist nie gut, wenn man anderen das Reden über HIV überlässt. Zum Beispiel die gute Nachricht, dass HIV-Positive unter Therapie nicht mehr infektiös sind. Und schwups denken alle wieder nur an Sex und an die Guten, die mit Kondomen oder unter Therapie Safer Sex praktizieren und die Bösen, die einfach drauflos vögeln.

Du lebst, du fühlst dich gut,
bist glücklich und
gesundheitslich ist alles
im grünen Bereich.
Reicht dir das?

Jung sein und HIV-positiv

Wir haben noch viel vor: leben, lieben, alles ausprobieren und verändern, was uns nicht passt. Jemand Besonderes sein. Anders sein als die Alten. Auffallen. Das geht – auch mit HIV. Jenseits von Therapie gibt es ein Arbeitsleben, Liebesleben, Alltagsleben ... Es kommt darauf an, nicht zuzulassen, dass sich HIV wie ein Grauschleier über deine Zukunft legt. Selbsthilfe für ein Leben ohne Diskriminierung und Stigmatisierung funktioniert auch unter 30. Danke an die alten Hasen für den Aktiv-Baukasten. Den Rest machen wir selber.



So geht unter, dass niemand sich im alltäglichen Miteinander mit HIV bei dir anstecken kann – unabhängig davon, ob du Pillen nimmst oder nicht. Die wichtigsten Botschaften müssen Positive also weiterhin selbst überbringen. Die wichtigste an uns selbst ist: Schütz dich vor Selbst-Stigmatisierung. Nutz' die Kraft der Selbsthilfegruppe.

Weg mit dem Stigma! Das heißt: Selbstbewusstsein durch Selbsthilfe stärken und gegen Diskriminierung vorgehen.

SOS. Strand war gestern.

Heute segelst du im Sturm zwischen Betriebsamkeit und Schockstarre. Wie geht's weiter? Für manche ist es am besten, einfach drauflos zu rudern und den Kurs selbst zu bestimmen.

Wir werden schnell Expertinnen und Experten, tun, was wir für richtig halten. Manche von uns brauchen jetzt ein Mannschaftsboot, weil wir die Untiefen voraus nicht kennen und es leichter ist, einen Lotsen an Bord zu haben. Jemand der weiß, dass es dauert, bis man wahrhaben kann, dass HIV ab jetzt zu einem gehört und nicht mehr weggeht.

POSITHIV HANDELN



Ohne ehrenamtliche Arbeit von Menschen mit HIV wären wir nicht da, wo wir heute sind. Auf Landesebene bringen wir von POSITHIV HANDELN unsere Themen auch in Zukunft weiter voran. Gemeinsam mit der Aidshilfe NRW und im Forum der landesweiten Positiventreffen geht es um Landespolitik, Jobfragen, Stigmatisierung, Perspektiven für ein positives Leben und immer wieder auch darum, Grundrechte wie Respekt, Akzeptanz und Selbstbestimmung zu verteidigen.

Gemeinsam schaffen wir es, individuelle Interessen nach außen zu vertreten: gegen den Druck zur „Nicht-Infektiösität“, für die Befreiung von den alten Bildern vom Leben mit HIV und immer wieder für die Entkriminalisierung der HIV-Übertragung. POSITHIV HANDELN – die Marke der aktiven Selbsthilfe ist gesetzt. Ohne Engagement in eigener Sache läuft es auch in den kommenden Jahren nicht. Selbstbewusste, informierte Positive bleiben Herz und Rückgrat der Bewegung.

Das Tolle an Selbsthilfe ist: Sie geht auch nicht weg und ist da, wann immer du bereit bist, etwas für dich zu tun.

Bei Fragen: fragen!

Auf dem neuesten Stand,
gut im Bilde, ohne falsche
Scheu vor den richtigen
Fragen ... selbstbewusst
und offensiv werden,
geht – nach und nach.



BESTENS INFORMIERT

Stell' deine Fragen – offensiv und frei. Geh' deine Themen rund um HIV an, lass nichts aus, was dich bedrückt, bewegt, nervt, ärgert oder auch einfach nur interessiert. Nutz' jede Unterstützung, die du bekommen kannst: über Freunde oder Bekannte, in der Selbsthilfegruppe oder bei den Aidshilfen. Jeder einzelne Schritt hilft dir selbstbewusster zu handeln, dich und andere zu stärken und mutiger zu werden. Darauf kommt es an.



Informationen zum Leben mit HIV findest du beispielsweise auch online unter:

aids-stiftung.de
aidshilfe.de
antidiskriminierungsstelle.de
hivandmore.de
hiv-med-info.de
hiv.net
hivreport.de
lsvd.de/recht
posithivhandeln.de
positive-stimmen.de
projektinfo.de

Impressum

Herausgeberin

Aidshilfe NRW e.V.

Lindenstraße 20

50674 Köln

Fon 0221 925996-0

Fax 0221 925996-9

info@nrw.aidshilfe.de

nrw.aidshilfe.de

Redaktion kabine 1

Layout Markus Schmidt

Druck Hundt Druck Köln

Foto Umschlag

john krempf | photocase.de

© Juni 2014

Gefördert vom

Ministerium für Gesundheit,
Emanzipation, Pflege und Alter
des Landes Nordrhein-Westfalen



positivhandeln.de