



**DIENSTAG, 18. OKTOBER 2022**

## Hetero und HIV – wie geht man damit um?

Oft sind HIV-positive heterosexuelle Menschen kaum in der Gesellschaft sichtbar. Wir reden darüber, welche speziellen Probleme hier bestehen könnten. Gemeinsam diskutieren wir z. B. die Fragen „wie gehen andere mit der Situation um“ und „wie sage ich es meinem Kind?“



**DIENSTAG, 15. NOVEMBER 2022**

## Workshop „Voneinander Lernen“

Langzeitinfizierte haben das Thema HIV unter anderen Bedingungen kennengelernt als neu Infizierte, die dank der heutigen Situation andere Zugänge entwickeln. Für den lebenslangen Umgang mit HIV können beide „Generationen“ voneinander lernen. Wir wollen an diesem Abend Erfahrungen austauschen und durch Perspektivenwechsel voneinander profitieren.

**DIENSTAG, 20. DEZEMBER 2022**

## Rückblick auf das Jahr 2022

Wir machen einen kurzen Rückblick auf die Kongresse und Themen des Jahres 2022 sowie einen Ausblick auf das kommende Jahr. Neben dem biomedizinischen Teil des Abends, wollen wir mit einer Zusammenfassung der PULSHIV Abende 2022 gemeinsam das Jahr ausklingen lassen.

Weitere Informationen unter  
[www.pulshiv.at](http://www.pulshiv.at)

### Am Punkt ...

mit Birgit Leichsenring  
[www.med-info.at](http://www.med-info.at)



### Im Gespräch ...

mit Stephanie Niederhuber  
[www.niederhuberatung.at](http://www.niederhuberatung.at)



### Veranstalter:

Verein PULSHIV  
Wiltrut Stefanek  
0699 114 03 426  
[www.pulshiv.at](http://www.pulshiv.at)  
[pulshiv@gmx.at](mailto:pulshiv@gmx.at)



### Impressum:

Herausgeber: PULSHIV 2022 / ZVR: 983694749. Für den Inhalt: PULSHIV. Spendenkonto: Bank-Austria, BIC: BKAUATWW. IBAN: AT79 1200 0006 0359 9002. Fotos: Birgit Leichsenring, Kim Heck, Wiltrut Stefanek. Layout: nussiproductions.at. Druck: druck.at, 2544 Leobersdorf

Mit freundlicher Unterstützung von



# PULSHIV

lädt ein ...

PULSHIV  
am Punkt ...

PULSHIV  
im Gespräch ...

- | 18. 1.
- | 22. 2.
- | 15. 3.
- | 26. 4.
- | 17. 5.
- | 21. 6.
- | 20. 9.
- | 18. 10.
- | 15. 11.
- | 20. 12.

# 2022

## PULSHIV

lädt zu **offenen Gesprächsrunden**  
mit verschiedenen Themenschwerpunkten ein.

Diese Runden sind offen für alle Menschen mit HIV,  
deren Angehörigen und Freund\*innen sowie  
interessierte Personen.

### Am Punkt

**Birgit Leichsenring** behandelt verschiedene biomedizinische Themen gemeinsam mit Ärzt\*innen aus dem niedergelassenen und ambulanten Bereich.



### Im Gespräch

**Stephanie Niederhuber** begleitet unsere offenen Gesprächsrunden mit verschiedenen Schwerpunkten im geschützten Rahmen und gemüthlicher Atmosphäre.

**Wir wollen informieren, miteinander reden  
und voneinander lernen.**

**Beginn:**

18.30 Uhr

**Ort:**

R.O.P.P.

1050 Wien, Margaretenstr. 60



Das R.O.P.P steht an den folgenden Terminen ausschließlich PULSHIV zur Verfügung.

Es gelten jeweils die aktuellen Corona-Maßnahmen der Wiener Stadtregierung.

Sollten die Gesprächsrunden vor Ort wegen Corona nicht möglich sein, so werden diese „online“ stattfinden.

Aktuelle Informationen findet Ihr im Vorfeld auf [www.pulshiv.at](http://www.pulshiv.at) und in den sozialen Medien.

**DIENSTAG, 18. JÄNNER 2022**

## HIV-Therapie – ein Update

Wir geben einen Überblick über aktuelle HIV-Therapien und informieren zu Neben- und Wechselwirkungen sowie die Rolle von Lifestyle, Lebensalter, Geschlecht oder z. B. Gewicht.



**DIENSTAG, 22. FEBRUAR 2022**

## Therapie kann auch mal mühsam sein

Wir sprechen offen über das persönliche Leben mit Therapie und chronischer Krankheit. Was tun bei Therapiemüdigkeit oder wenn sich mein Alltag verändert? Mit wem kann ich über meine Sorgen reden? Wie kann ich mich selbst unterstützen?

**DIENSTAG, 15. MÄRZ 2022**

## Substanzkonsum: Party- oder Alltagsdroge?

Wir beleuchten kurz unterschiedliche Substanzen und ihre Auswirkungen und diskutieren einen Zusammenhang mit HIV. Dabei machen wir keinen Unterschied, ob es sich um legale oder illegale Substanzen handelt.



**DIENSTAG, 26. APRIL 2022**

## Drogenfrei motiviert ins Leben

An diesem Abend besprechen wir unter anderem folgende Themen: Wie und wo finde ich Wege für ein substanzfreies Leben? Wie behalte ich meine Motivation dafür aufrecht? Welche Erste Hilfe-Tipps für die Seele gibt es?

**DIENSTAG, 17. MAI 2022**

## HIV-Therapie als Basis – und was hilft noch?

Zusätzlich zur HIV-Therapie gibt es viele Optionen, die Gesundheit selbständig zu stärken. Wir schauen uns an, wo man eher aufpassen sollte und was hier besonders effektiv ist.



**DIENSTAG, 21. JUNI 2022**

## Alternative Konzepte – ein Tabu?

Manche Menschen mit HIV wünschen sich neben der HIV-Therapie alternative Möglichkeiten zur Gesundheitsförderung. Wir sprechen diese Gedanken zu begleitenden Optionen offen an und überlegen, wie man z.B. mit den HIV-Behandler\*innen darüber reden kann.

**JULI UND AUGUST**

Wir wünschen Euch einen schönen und erholsamen Sommer und freuen uns auf ein Wiedersehen am ...

**DIENSTAG, 20. SEPTEMBER 2022**

## Frauengesundheit

Wir geben Frauenthemen Raum und informieren über Aspekte zu HIV-Therapie, Verhütung, Kinderwunsch und Schwangerschaft, aber auch z. B. Menopause oder Vorsorgeuntersuchungen in unterschiedlichen Altersphasen.