

## NEUE BUFDINE

Hallo ihr Lieben,  
mein Name ist Laetitia, ich bin 19 Jahre alt und für das nächste Jahr eure neue Bufdine. Im Juni 2016 habe ich meine Schullaufbahn mit dem schulischen Teil der Fachhochschulreife beendet und freue mich darauf in der Braunschweiger AIDS-Hilfe nun den praktischen Teil zu erlangen.



Da ich sehr interessiert daran bin später auch im sozialen Bereich tätig zu werden und ich mich für Präventionsarbeit interessiere, erschien es mir als richtig und auch spannend hier meinen Bundesfreiwilligendienst zu absolvieren. Ich freue mich darauf euch kennenzulernen!

## NACHRUF

Am 10. Juli 2016 starb völlig unerwartet Armin von Hagen im Alter von 64 Jahren. Armin kämpfte lange Zeit seines Lebens gegen seine Suchterkrankung mit unermüdlicher Energie an. Dabei hatte er großes Glück; seine Eltern unterstützten ihn wo sie nur konnten. Er hat den Tod seiner Eltern nie überwunden. All seine Versuche „clean“ zu bleiben scheiterten. Ich erlebte mit ihm viele Höhen und Tiefen in den vielen Jahren, in denen ich ihn begleiten durfte. Auch reichte ihm die Substitution nicht. Armin ging in die „Diamorphinambulanz“ nach Hannover. Dort stabilisierte sich sein Gesundheitszustand erheblich. Sein Wunsch aber war nach Braunschweig zurück zukehren. Diesen Wunsch setzte er im Juni dieses Jahres um. Armin freute sich über jede Form von Unterstützung. Jetzt hat er den Kampf verloren.

Elke Kreis

## YOGAKURS

Hallo,  
mein Name ist Sonja Lixfeld. Ich bin ausgebildete Yogalehrerin und möchte Euch herzlich auf die Yogamatte einladen und euch Hatha Yoga vorstellen und näher bringen. Hatha Yoga (Ha=Sonne/Tha=Mond) verbindet Asanas (Körperstellungen) und Atemübungen, Körper und Geist. Die Asanas, so sagt man, wirken auf den gesamten Körper. Unter anderem kräftigen sie den Rücken, kurbeln den Stoffwechsel an, die Durchblutung kann gefördert werden und es kann zu einer besseren Haltung kommen. Eine richtige Atmung belebt den Körper und Geist und beruhigt das Nervensystem. Und Entspannung ist eine wunderbare Möglichkeit, sich wieder mit neuer Energie aufzuladen.



Ab Dienstag, dem 13. September um 19:30 Uhr, beginnt der Kurs in der Aidshilfe. 10 Einheiten à 90 Minuten werden dort stattfinden. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt und Yogamatten werden gestellt. Der Kostenbeitrag für die 10 Einheiten beträgt 20 €. Um Anmeldung bei Elke wird gebeten. Kontakt: Elke Kreis 0531-58003-32, elke.kreis@braunschweig.aidshilfe.de

Ich freue mich auf Euch.  
Herzliche Grüße  
Sonja Lixfeld

## TESTAKTION

Unter dem Motto „SveN kommt – SveN testet“ finden erstmals in ganz Niedersachsen 12 Monate lang kostenlose Beratungs- und Testangebote für Schwule und andere Männer, die Sex mit Männern haben (MSM) statt.

In Braunschweig beteiligt sich das Gesundheitsamt an der Aktion. Jeweils zu den regulären Öffnungszeiten können sich MSM kostenlos zu HIV und anderen sexuell übertragbaren Infektionen (STIs) beraten und untersuchen lassen. Zusätzlich wird es über das Jahr verteilt vier Sondertermine für Berufstätige geben, die wir unter anderem in unserem Infobrief veröffentlichen. Der erste Sondertermin findet am 24.10. statt. Weitere Infos finden sich unter „Wir laden ein“.

Weitere Infos: [www.svenkommt.de/sventestet](http://www.svenkommt.de/sventestet)

## ZUM TITELBILD

### „Namen und Steine“

Seit September 1995 liegen an der Martini-Kirche Steine zur Erinnerung an Menschen, die an den Folgen von Aids gestorben sind. Die Steine tragen die Namen von Bekannten, von Freundinnen aus Braunschweig, der Region sowie der ganzen Welt. Sie stehen für Verlust, Trauer und Verzweiflung, aber auch für Solidarität, Engagement und Kraft. Der Denkraum soll der Trauer über den Verlust geschätzter Menschen Raum geben und zum Nachdenken anregen. Am 21. Oktober 2016 kommen acht neue Steine hinzu. Weitere Infos dazu finden Sie unter „Wir laden ein“.

## KONTAKT

Braunschweiger AIDS-Hilfe e.V.

Eulenstraße 5  
38114 Braunschweig  
Telefon 05 31-58 003 0 Fax 58 003 30  
[info@braunschweig.aidshilfe.de](mailto:info@braunschweig.aidshilfe.de)



[www.braunschweig.aidshilfe.de](http://www.braunschweig.aidshilfe.de)  
[www.facebook.com/weltaidstag.braunschweig](https://www.facebook.com/weltaidstag.braunschweig)

Sie erreichen uns  
Montag, Dienstag und Donnerstag von 10–16 Uhr  
Freitag 10–13 Uhr, Beratung nach Vereinbarung

### ANONYME BERATUNG

Telefon 05 31-19 411

### SPENDENKONTO

Deutsche Apotheker- und Ärztekbank  
BIC DAAEDEDDEDDXXX  
IBAN DE40 3006 0601 0004 3995 52  
Spenden und Mitgliedsbeiträge sind steuerabzugsfähig.

Die Braunschweiger AIDS-Hilfe ist Mitglied bei:  
Deutsche AIDS-Hilfe, AIDS-Hilfe Niedersachsen,  
PARITÄTISCHER Niedersachsen, Hospizarbeit Braunschweig,  
Behindertenbeirat BS  
Bilder: Titel: Kenji Sato, Party: [mono-photography.de](http://mono-photography.de), Sonja:  
privat andere: BSAH



## INFO

### Der Braunschweiger AIDS-Hilfe

September / **POSITIV**  
Oktober 2016 EINGESTELLT



## REGELMÄSSIGE TERMINE

### • Querbeet

**Dienstag | 13.09. + 11.10. | 18:30 Uhr**

Unser Selbsthilfeangebot außerhalb der AIDS-Hilfe für alle HIV-positiven Menschen. Der wechselnde Veranstaltungsort kann per Email: [querbeet@braunschweig.aidshilfe.de](mailto:querbeet@braunschweig.aidshilfe.de) oder Handy 0176-51821801 erfragt werden. Neue Gesichter sind herzlich willkommen.

### • Regenbogenfrühstück

**Donnerstag | 29.09. + 27.10. | 11 Uhr | AIDS-Hilfe**

Einmal im Monat lädt die Braunschweiger AIDS-Hilfe zu einem gemütlichen Langschläferfrühstück mit vielen Leckereien ein. Wir freuen uns über alte und neue Bekannte und alle, die sich für unsere Arbeit interessieren.

Aktuelle Informationen zu unseren Veranstaltungen finden Sie auf unserer Homepage: [www.braunschweig.aidshilfe.de](http://www.braunschweig.aidshilfe.de)

## NACH VEREINBARUNG

### • Selbsthilfetreffen

Unsere Selbsthilfegruppe trifft sich einmal im Monat an unterschiedlichen Tagen und Orten. Alle HIV-positiven Männer und Frauen sind herzlich zu dem Gruppentreffen eingeladen. Interessierte wenden sich zwecks Terminabsprache bitte an Thomas: [thomas.fabian@braunschweig.aidshilfe.de](mailto:thomas.fabian@braunschweig.aidshilfe.de)

### • Rentenberatungsgespräche

**Dienstag | 20.09. + 25. 10. | ab 10 Uhr | AIDS-Hilfe**

Für HIV-positive und an Aids erkrankte Menschen. Die verbindliche Anmeldung für die Einzelgespräche ist erforderlich. Kontakt: Elke Kreis 0531-58003-32, Kerstin Göllner -33

## WIR LADEN EIN

**Dienstag | 13.09. | 19:30-21 Uhr | AIDS-Hilfe**

### • Yogakurs

Heute findet die erste Stunde unseres Yogakurses statt. Eingeladene sind alle Interessierten. Weitere Infos zum Kurs und zur Anmeldung finden sich auf der Rückseite unseres Infobriefes. Kontakt: Elke Kreis 0531-58003-32 [elke.kreis@braunschweig.aidshilfe.de](mailto:elke.kreis@braunschweig.aidshilfe.de)

**Dienstag | 20.09. | 18-21:30 Uhr | AIDS-Hilfe**

### • „HIV and Your Body“

Bei unserem Workshop beschäftigen wir uns heute mit dem Thema „HIV und Herz / Kreislauf“. Die Veranstaltung richtet sich an Menschen mit HIV und Aids, sowie interessierte Personen. Es ist ein interaktiver Workshop, bei dem die Fragen der Teilnehmenden den Abend bestimmen. Durch die Veranstaltung führen Sabine Körber (Gesundheitstrainerin) und Bernd Vielhaber (Medizinjournalist). Die Teilnahme ist kostenfrei und für Verpflegung ist gesorgt. Um verbindliche Anmeldung bis zum 13.09. wird gebeten. Kontakt: Kerstin Göllner 0531-58003-33, [kerstin.goellner@braunschweig.aidshilfe.de](mailto:kerstin.goellner@braunschweig.aidshilfe.de)



**Samstag | 24.09. | ab 22 Uhr | Gewandhaus BS**

### • MenDance / WomenDance

Braunschweigs größte queere Party findet heute im Gewölbekeller des Gewandhauses am Altstadtmarkt statt. Das SVE-N-Team der Braunschweiger AIDS-Hilfe ist bei der Party dabei und macht sich auf die Suche nach „Testhelden“.

PS: Wer vorglühen möchte kann dies im Onkel Emma tun. Bis 23 Uhr sind dort Partykarten zum vergünstigten Kombipreis erhältlich.

## WIR LADEN EIN

**Samstag | 08.10. | ab 20 Uhr | Onkel Emma**

### • Oktoberfest

Das SVE-N-Team der Braunschweiger AIDS-Hilfe lädt alle Buam und Madln zum fünften Oktoberfest in's Onkel Emma, Echternstr. 9 BS ein. Neben einem bayerischen Präventionsquiz servieren wir Brezeln und Oktoberfestbier solange der Vorrat reicht. Dirndl und Lederhose welcome!

**Freitag | 21.10. | 15:30 Uhr | Martini Kirche**

### • „Name + Steine“

Die Braunschweiger AIDS-Hilfe lädt herzlich zur Setzung acht neuer Steine in den Denkraum „Namen und Steine“ an der Martini-Kirche (Eiermarkt) ein. Die Steinlegung beginnt mit einer Gedenkandacht mit Pastor Meiners und Pater Martin in der Martini-Kirche und endet mit einem gemeinsamen Ausklang bei Kaffee und Kuchen in der Braunschweiger AIDS-Hilfe. Thorsten Jähnel wird die Steinlegung musikalisch mit Gitarre und Gesang begleiten. Wir freuen uns über viele Besucher\_innen, die diesen besonderen Nachmittag mit uns verbringen möchten. Kontakt: Elke Kreis 0531-58003-32 [elke.kreis@braunschweig.aidshilfe.de](mailto:elke.kreis@braunschweig.aidshilfe.de)

**Samstag + Sonntag | 22.10.-23.10. | Goslar**

### • Frauenwochenende „HIV - verlorene Sinnlichkeit?“

HIV-positive Frauen sind herzlich eingeladen, an unserem Wochenende zum Thema „HIV und Sinnlichkeit“ teilzunehmen. Die Teilnahme ist kostenfrei. Weitere Infos und verbindliche Anmeldung bis zum 10.10. bei Kerstin Göllner unter 0531-58003-33 oder [kerstin.goellner@braunschweig.aidshilfe.de](mailto:kerstin.goellner@braunschweig.aidshilfe.de)

**Montag | 24.10. | 16-19 Uhr | Gesundheitsamt BS**

### • „SVE-N kommt - SVE-N testet“

Im Rahmen der Testaktion „SVE-N kommt - SVE-N testet“ bietet das Gesundheitsamt Braunschweig, Hamburger Str. 226, heute einen Sondertermin für schwule und andere Männer, die Sex mit Männern haben, an. Angeboten werden kostenlose und anonyme Untersuchungen auf HIV und andere sexuell übertragbare Infektionen. Die Teilnahme ist nur nach vorheriger Anmeldung unter den Telefonnummern 0531-47072-52 oder -53 möglich. Das SVE-N-Team der Braunschweiger AIDS-Hilfe ist bei diesem Termin mit im Gesundheitsamt dabei. Der nächste Sondertermin findet am 01.12.16 statt. Termine dafür werden ab sofort unter den oben genannten Telefonnummern vergeben.

## RÜCKBLICK SOMMERLOCH



### „Vielfalt überwindet Grenzen“

Bundesweit standen in diesem Jahr viele CSD's unter dem Eindruck der Flüchtlingskrise. Auch das 21. Sommerlochfestival / CSD Braunschweig widmete sich mit dem Titel „Vielfalt überwindet Grenzen“ diesem wichtigen Thema, da auch Menschen mit LGBTIQ-Hintergrund bei uns Schutz suchen. Wie ein roter Faden durchzogen Veranstaltungen über queere Geflüchtete das diesjährige Rahmenprogramm. Die Braunschweiger AIDS-Hilfe trug mit den Veranstaltungen „Ein queerer Blick auf Russland“ und „Café für Alle - Refugees welcome“ hierzu erfolgreich und informierend bei.

Die Demo des Sommerlochfestivals und das Straßenfest waren ein großer Erfolg für uns. Wie auf dem Foto oben zu sehen ist, war unser Paradewagen wieder einmal der Publikumsmagnet. Es macht uns sehr stolz, dass so viele Menschen auch im übertragenen Sinne hinter der AIDS-Hilfe stehen!

Unser Info- und Präventionsstand fand großen Anklang und die Tombola war früher als erwartet ausverkauft. Dies lag sicherlich auch an den tollen Preisen, die uns Braunschweiger Firmen zur Verfügung gestellt haben - herzlichen Dank dafür! Ein ganz besonderes Dankeschön geht an unsere 50 ehrenamtlich engagierten Mitarbeiter\_innen, die uns beim Sommerlochfestival geholfen haben.

Nur durch all diese große Unterstützung, ob nun in Form von Spenden oder Engagement, können wir unsere Arbeit fortsetzen: Gegen Aids und für Menschen mit HIV!

Jürgen Hoffmann und das Team der AIDS-Hilfe