

EN HÅNDSRÆKNING TIL ARBEJDET

Sundhedsministeren har givet flere penge til arbejdet i de hivsmittedes organisationer, for at „give os arbejdsro“. Det giver os ro til at tænke på andet end økonomi, så vi nu kan kaste os over det politiske og praktiske arbejde.

*Af Michael Smedemark
Formand for HIV-Danmark*

Dette års Finanslov kom til at indeholde positivt nyt for Positivgruppen, AktHIVhuset og Hiv-Danmark. Sundhedsministeriet har besluttet at nedlægge Aids-Puljen og fordele pengene - hovedsagligt til de smittedes organisationer.

Det er der både gode og dårlige sider ved, men de gode er nu nemmest at få øje på. Ministeren har til Positivgruppens formand og mig sagt, at hun har ønsket at give os mere arbejdsro, så vi kan koncentrere os om det vigtige og gode arbejde, vi faktisk udfører. Ministeriet har ønsket at opprioritere det psykosociale arbejde i vores foreninger. Noget lignende sagde hun faktisk.

Samtidig er det første gang, AktHIVhuset er på Finansloven, og det er et blå stempel, der kan mærkes i det jyske, og det glæder os, at jyderne omsider kommer med.

For Hiv-Danmark betyder det, at vi allerede nu kan meddele, at vi gennemfører alle tre årlige seminarer - Landsseminaret i pinsen, forældreseminaret og pårørendeseminarer. Vi har bedre økonomiske rammer for Hovedstadsrådgivningen og kan formentlig forlænge den ind i 1997, og vi kan begynde at arbejde på at nå nye grupper, der er forsømt i dag.

Et af de første tiltag bliver et seminar for stofbrugere i samarbejde med AIDS-Linien.

Vores visioner rækker videre, og der er fortsat i dette år mange grupper, der ikke er omfattet af støtte og rådgivning. Vi får heller ikke i år mulighed for at bakke fuldt og helt op om alle smittede i Danmark, men vi er nået et skridt videre.

Hivpolitikken er sårbar

En af de ting, sundhedsministeren også gjorde opmærksom på var, hvor sårbar den eksisterende aidspolitik faktisk er. Det er et meget spinkelt flertal i Folketinget, der fastholder, at der ikke skal ske stramninger i politikken fra 1987. Det flertal kan hurtigt væltes, og vi skal arbejde målrettet på, at det ikke sker. Vi har nok hæftet vores tillid meget på den venstre side i tinget og håbet, at den kunne holde trit med den højre side. Meget tyder imidlertid på, at vi skal til at gøre os mere synlige - også i den borgerlige lejr. Vi skal gøre opmærksom på, hvor meget det vil skade, hvis aidspolitikken bliver udsat for yderligere stramninger.

Vi håber også, at vi med vores kommende informationsmedarbejder kan være mere på beatet i forhold til pressen og være med til at tegne et mere nuanceret billede af hivsmittede i Danmark, end det vi ser i dag.

Vi bliver diskrimineret blandt andet i forhold til sociale pensioner, rejseforsikringer, pensionsforsikringer, i børneinstitutioner og på arbejdspladser. Det skal der også gøres et arbejde for i 1996, og vi har nu fået bedre mulighed for det.

Ikke dermed sagt, at vi når det hele, men vi skulle gerne have bedre chancer for at påvirke udviklingen.

HIV
D A N M A R K
MAGASINET
Nr. 1 - 1996

Hiv-Danmarks Magasin
Gammel Mønt 14, 1.
1117 København K.
Tlf. 33 32 58 68
Fax 33 91 50 04
Giro 777 05 88

Redaktion:
Michael Smedemark, ansv.
Bo Pagh Jørgensen, red.
Kate Vial, lay out
Redaktionen tager ikke
ansvar for stof, der uopfor-
dret er tilsendt redaktio-
nen. Magasinet modtager
gerne indlæg, debat, ideer
m.v. Ønsker du at være
anonym, er det i orden, når
blot redaktionen kender
dit navn.

DEADLINE for nr. 2-96 er
den 20. marts 1996, ud-
kommer primo april.

Medlemsskab af Hiv- Danmark:

Enkelt medlemmer (hiv-
smittede) kr. 120,- pr. år.
Støttemedlemmer kr.
200,- pr. år.

Medlemsforeninger min.
kr. 250,- max. kr. 1000,-
Støtteforeninger/firmaer
min. kr. 1000,-
Abonnement på Magasi-
net kr. 200,-

Skriv venligst på girokor-
tet, hvilket medlemsskab,
der ønskes. Det er nødven-
digt for os at kende antal-
let af smittede, når vi søger
midler. Skriv også om du
ønsker post fra foreningen.
Posten sendes ud i ano-
nyme kuverter.

NYT FRA SEKRETARIATET

Så er vi godt igang med 1996 og
her i sekretariatet har vi allerede
fuld fart på...

Onsdag den 17. januar havde den
københavnske del af Hiv-Danmark
(M/K- og Hovedstadsrådgivninger,
Kafe Knud, sekretariat samt besty-
relse) et intro-arrangement til „Hiv-
Danmark i dag“ for vores storkø-
benhavnske samarbejdspartnere.
Medarbejdere og formand fremvi-
ste lokaler og fortalte om nuvæ-
rende og fremtidige tilbud og
arbejdsområder. Arrangementet
var udbytterigt for alle og derfor
vil jeg minde om, at vi gentager det
onsdag den 28. februar 1996
mellem kl. 15.30 og 18.00.

Mødested vil være i sekretariatet,
Gammel Mønt 14, 1. Efter at have
set lokalerne på 1. og 5. sal her i
Gammel Mønt vil vi alle gå til Kafe
Knud i Skindergade 26, hvor vi vil
fortælle mere uddybende om fore-
ningen. Arrangementet forventes at
slutte kl. 18.00. Der vil bagefter
være mulighed for at spise „dagens
ret“ til en billig penge i Kafé'en for
dem, som har lyst og tid.

Tilmelding med oplysning om, hvor-
mange I kommer, bedes givet til Bo
i sekretariatet på tlf.: 33 32 58 68
senest mandag den 26. februar 96.
Desuden vil det være en god idé,
hvis I har planer om at blive og
spise, også at give Bo en melding
om det, således at Kafe Knud kan
få besked.

Steffen Jöhncke, som skrev rappor-
ten „Hvis kultur? - Politik og
praksis i indsatsen for hivsmittede
udlændinge i Danmark“ er igen
ansat hos Hiv-Danmark. Denne
gang til at lave forprojekt til en
spørgeskemaundersøgelse om
hivsmittedes situation i Danmark.
Forprojektet finansieres af Aids-
Fondet og har til formål bl.a. at
undersøge, hvilke emner der skal
inddrages i undersøgelsen, og
hvordan den skal finansieres.

Steffen Jöhnckes forundersøgelse
har ingen forbindelse med den
spørgeskema-undersøgelse af hiv-
smittedes psykosociale vilkår, som
påtænkes udført af stud. psyk.
Susanne Schmidt Pedersen, Århus
Universitet, og som er omtalt andet-
steds i bladet.

Til slut vil jeg minde alle om Hiv-
Danmarks Årsmøde, som i år er
fastsat til at finde sted lørdag den
11. maj 96. Stedet er endnu ikke
endeligt fastlagt, men vi satser på,
at det bliver i enten Odense eller
Århus, men mere herom i næste
nummer af Magasinet. Vi vil også
opfordre Hiv-Danmarks enkelt-
medlemmer til at deltage og allerede
nu at reservere dagen samt minde
om at transportudgifter, hvis du
krydser Storebælt i forbindelse
med deltagelse i Årsmødet refunde-
res af Hiv-Danmark.

Mange hilsner
Lone Sigbrand

LANDSSEMINAR '96

- ET SEMINAR FOR ALLE HIV-SMITTEDE

Så nærmer tiden sig, hvor Hiv-Danmark afholder det årlige Landsseminar for alle hivsmittede i Pinsen, som i år er fra lørdag den 25. maj til mandag den 27. maj.

På Landsseminaret har man mulighed for, at møde og være sammen med nye og gamle venner; det er her, vi lærer af hinanden - uanset smittemåde, køn og seksualitet.

Benyt chansen - tilmeld dig når tid er, så du kan sikre dig en spændende og inspirerende Pinse og en masse gode oplevelser.

Vejstruplund - Sydfyn

Igen i år afholdes Landsseminaret på Vejstruplund kursuscenter som ligger på Sydfyn mellem Nyborg og Svendborg. Foruden de smukke og landlige omgivelser, giver stedets beliggenhed også en skøn udsigt over det dejlige og afvekslende landskab helt til Langeland.

Hiv-Danmark har lejet hele kursuscentret og dets køkkenpersonale, som laver og serverer maden under hele opholdet.

Udover de mange oplægs- og work-shoptilbud som Landsseminaret vil kunne tilbyde, er der også mulighed for fysiske aktiviteter både udendørs og indendørs på stedet.

Kort sagt - vi skal kun koncentrere os om at have det rart sammen, møde mennesker som er i samme situation som os selv, lytte til oplæg, diskutere hiv og liv, og ikke mindst - LEVE DET.

Tilmelding til Landsseminaret

Det endelige program med giroindbetalingskort ventes færdigtrykt ultimo marts, og derefter vil det blive sendt ud til alle enkeltmedlemmer og medlemsforeninger under Hiv-Danmark i hele landet. Hvilket vil sige, selvom man ikke

er enkelt medlem af Hiv-Danmark, vil man automatisk få tilsendt programmet via sin lokale medlemsforening. Står man i den situation, at man ikke er medlem af nogen forening/selvhjælpsgruppe, kan man selvfølgelig rekvirere programmet hos Hiv-Danmark enten skriftlig eller telefonisk på nr. 33 32 58 68 ml. kl. 10-14 att.: Bo. Medlemsskab af Hiv-Danmark er ikke en betingelse for deltagelse i Landsseminar '96.

Der kan være 90 deltagere på Landsseminaret, og sidste frist for tilmelding vil i år blive den 30. april.

Til forskel fra sidste år, kan man i år kun tilmelde sig Landsseminaret ved indbetaling af vedhæftet girokort i programmet, og ikke telefonisk.

Du er velkommen til at ringe på ovennævnte tlf. nr., hvis du f.eks. vil høre, om seminaret er noget for

dig eller har andre spørgsmål.

For at vi i Planlægningsgruppen kan tilbyde et så godt og bredt program som muligt, efterlyses emner til work-shops. Emner som du måske tænker over i det daglige, og som du gerne vil drøfte med andre hiv-smittede. Forslag bedes sendt pr. brev til Hiv-Danmark, inden den 13. februar 1996.

Med venlig hilsen

Hiv-Danmark
Planlægningsgruppen
Gammel Mønt 14, 1.
1117 København K

NORDALL 1996

I år er Island vært for det årlige seminar for hivsmittede i Norden: NordAll. Det er syvende gang det bliver afholdt og således anden gang i Island.

Datoen er allerede fastsat til 6.-8. september, og vi har i Danmark fået 20 pladser sikret på forhånd. Hvordan de fordeles er endnu ikke afgjort i Internationalt Udvalg, så tilmelding kan ikke ske endnu.

Der vil være en egenbetaling ved deltagelse i konferencen, og 4 deltagere, der sendes som delegerede til det politiske formøde, vil være sikret pladser.

Siden sidst har bestyrelsen besluttet, at lade Hiv-Danmark stå for en fælles konto for NordPol, det nye organ der bl.a. skal skaffe midler til NordAll'erne. Det er svært i dag at klare gennemførelsen af et NordAll økonomisk, og vi håber med NordPol at kunne søge midler bl.a. fra EU. NordPol er også tænkt til at kunne lægge politisk pres for at modvirke diskrimination, og at hjælpe hivarbejdet også i de baltiske lande.

Anette Fournais
Internationalt Udvalg

DANSK UNDERSØGELSE AF HIV-SMITTEDES PSYKOSOCIALE VILKÅR

Der er i USA og andre lande foretaget undersøgelser af samspillet mellem forskellige faktorer for hivsmittede, men disse synes utilstrækkelige i forhold til, hvad der sker med hivsmittede i Danmark. Jeg er 29 år og stud.psyk. ved Psykologisk Institut, Århus Universitet, og har valgt at lave en sådan undersøgelse ved hjælp af et spørgeskema, men har brug for så mange deltagere som muligt, for at undersøgelsen dækker så bredt et udsnit af de danske hivsmittede som muligt. Jeg mener og håber, at min undersøgelse vil være værdifuld i en behandlingssammenhæng, for at yde hivsmittede de mest optimale vilkår. Derudover kunne en sådan viden være behjælpelig for den enkelte hivsmittede med henblik på, hvad der kan hjælpe eller være en hæmsko i sygdomsforløbet.

Hvis du er interesseret i at deltage i denne undersøgelse, kan du ringe eller skrive til mig på nedenstående adresse (helst inden udgangen af februar 1996):

Stud.psyk.
Susanne Schmidt Pedersen
Chr. Wærumsgade 15, 4. m.f.
8000 Århus C
Telf. 86 19 48 51

Det vil tage ca. en halv time at udfylde spørgeskemaet, og hvis du vælger at deltage, fremsender jeg gerne en opsummering af resultaterne, når de foreligger omkring sommeren 1996. Hvis du har nogle spørgsmål angående ovenstående undersøgelse, hører jeg gerne fra dig.

Tak for din tid.

Med venlig hilsen
Susanne Schmidt Pedersen

Besøgstjenesten

- et tilbud til bøsser og andre mænd, der har sex med mænd.

Besøgstjenesten står til rådighed for raske og syge med praktisk hjælp og følelsesmæssig støtte.

Besøgstjenesten er en del af STOP AIDS-kampagnen.

Kontakt Nana Wiedemann på tlf.: 33 11 29 11 mellem 10 og 16.

AIDS-Linien

33 91 11 19
Fra 9.00 til 23.00

Skindergade 27, 2.
1159 København K

Fax 33 91 34 14

LIVSKVALITETS GRUPPE

Onsdag den 21. februar kl. 14-17 starter socialrådgiver Tinne Laursen og psykolog Anders Røge en livskvalitetsgruppe for hivsmittede samt pårørende og efterladte til hivsmittede. Denne type behandlingsgruppe er også kendt under navnet „sorggruppe“. Gruppen er en behandlingsgruppe, og vil arbejde efter samme metoder

“ERFARINGSBØRSEN”

Denne rubrik giver plads til udveksling af erfaringer mellem hivsmittede. Både husråd, tips, erfaringer med alternative produkter og medicin og råd om rettigheder.

Vi håber at rubrikken kan „køre af sig selv“, og at du vil bidrage med dine råd og erfaringer. Vi kan ikke garantere for rådene, og kan enkelte gange bede om en kommentar på dem fra anden side. I første omgang tager vi ikke indlæg fra alternative behandlere selv, men kun fra brugerne af disse produkter og metoder.

Har du et råd andre med hiv kan bruge, kan du sende det til os mærket „Erfaringsbørsen“. Skriv hvis du vil være anonym, men redaktionen skal kende dit navn.

Skæleksem

Selvom skæleksem, der på latin hedder seborrhoisk dermatitis, ikke hører til den alvorligste følgesygdom for os hivsmittede, kan den være meget generende, også rent kosmetisk.

Selv har jeg i årevis været plaget af kronisk skæleksem på huden, især i ansigtet. Den lægelige behandling er en salve af hydrocortison (binyrebark-hormon), f.eks. Brentan, Locoid o.a., men ved længere tids brug giver disse tynd hud og små blodsprængninger.

Derfor prøver jeg i perioder at undgå hormonsalven og har eksperimenteret med forskellige supplerende og mere harmløse midler.

Den mest enkle er citronsaft. Pres en passende mængde ud i hånden og smør det direkte på huden et par gange om dagen. Det svider i ganske kort tid, når man smører det på, men det kan blandes med lige dele olivenolie, så får man en blidere virkning. For øjeblikket behøver jeg ikke selv anden behandling end den netop foreskrevne.

En anden mulighed er at bruge ren, australsk Tea Tree Oil. Den kan fås i helsebutikker og hos Matas og koster ca. 70 kr. Den skal ligeledes bruges et par gange om dagen og er meget virksom som bakterie- og svampedræbende middel. Dens ulempe er, at den har en besynder-

lig lugt, som dog damper af i løbet af en halv times tid. Så jeg vil ikke anbefale den, hvis man skal i byen.

Til sidst vil jeg nævne et desinficerende middel, som plejepersonale kan bruge i nødstilfælde i stedet for håndvask. Jeg fik det forærende og vidste ikke rigtigt, hvad jeg skulle bruge det til, da en pludselig indskydelse fik mig til at smøre det på eksemen i ansigtet, og dets virkning viste sig at være lige så godt som hormonsalvens. Jeg har siden spurgt min læge på hospitalet, og han siger, at det er et uskadeligt middel, da det kun indeholder ethanol, altså ren alkohol. Midlet hedder Alcolgel, hånddesinfektion 70%, og kommer fra SmithKline Beecham i Tåstrup.

Jeg synes, at det er et forsøg værd at prøve med disse harmløse ting, også hvis det drejer sig om skældannelser i håret eller svamp i neglene. Men husk under alle omstændigheder at passe på øjne og slimhinder, når du bruger midlerne.

Vagn K.
København

• FOR HIVSMITTEDE, PÅRØRENDE OG EFTERLADTE TIL HIVSMITTEDE

og principper som socialrådgiver Marianne Davidsen-Nielsen og psykolog Nini Leick, har udarbejdet og undervist i igennem de seneste mange år (se evt. bogen „Den nødvendige smerte“).

Gruppen mødes onsdage kl. 14-17 i lige uger med start den 21. februar, og er en såkaldt slow-open gruppe,

hvilket vil sige, at der sker en langsom udskiftning af gruppedeltagerne efter endt behandling.

Livskvalitetsgruppen henvender sig til alle hivsmittede, pårørende og efterladte på Fyn og i Syd- og Sønderjylland. Gruppedeltagelse er gratis.

Forud for optagelse i gruppen er en forsamtale med Tinne Laursen og Anders Røge, hvortil også henvendelse kan ske: Tinne Laursen, AktHIVhuset, Vestergade 5B, 8000 Århus C, tlf.: 86 20 21 81 eller Anders Røge, Hiv-Danmarks rådgivning, Bystævnevej 5, 5200 Odense V, tlf.: 65 92 39 00.

MEDICIN NYT

INSEMINATION

Der er flere, der har spurgt, om en hivsmittet mand har mulighed for, at få et barn ved at hans sæd bliver insemineret i en kvinde, og han samtidig vil være sikker på, at han ikke smitter hverken moderen eller barnet?

Det har han desværre ikke - i hvert fald ikke i Danmark, siger læge Claus Bohn Christiansen fra Statens Seruminstitut.

En hivsmittet mand har hiv-virus i sin sædvæske, og indtil nu har det ikke været muligt at påvise virus i selve sædcellerne. Derfor skulle man tro, at det ville være muligt at skille sædvæsken fra sædcellerne, og derefter inseminere moderen med de rensede sædceller. Og måske kan det også lade sig gøre.

Der er bare ikke nogen i Danmark, der gør den slags, siger Claus Bohn Christiansen. Blandt andet fordi der, efter hans mening, ikke er fuldstændig garanti for, at sædcellerne bliver totalt rene for hivvirus.

Andre kendte rensemetoder er efter Claus Bohn Christiansens mening ikke 100% sikre.

Det betyder, at hverken det offentlige eller de private inseminationsklinikker tilbyder hivsmittede mænd at „rense“ deres sædceller til brug ved insemination.

Så desværre...

af Henrik Lyding - Aids-Linien

Husk ferierejse- rabatter

Godt tilbud fra Fritidsrejser! Det består i rabatter på mellem 1000,- og 1500,- kr. på diverse rejsemål til specifikke hoteller.

Ring til Hiv-Danmarks sekretariat først; - 33 32 58 68 - for at høre til de sidste nye tilbud. Vi får løbende faxer fra Fritidsrejser med kommende tilbud. Hvis der på faxen er et tilbud, der tiltaler dig, så ringer du derefter blot til Fritidsrejser og opgiver dit kode-nummer, som er dette tilbudsnummer. Det vil sige, at ingen i salgsafdelingen kan se, at du er bruger af Hiv-Danmark.

Vi håber, at rigtig mange vil få glæde af dette tilbud.

NYT FRA HOVEDSTADSRÅDGIVEREN

Jeg vil her benytte lejligheden til at fortælle lidt mere om mig selv.

Jeg er uddannet sygeplejerske for snart 9 år siden. Efter 3 år på hospitalet, blev jeg ansat på AIDS-Linien som rådgiver - et arbejde som omfattede at rådgive, lave kaffe, undervise frivillige, planlægge internater, deltage i konferencer m.m.

Til foråret afslutter jeg en to-årig terapeutisk uddannelse med fokus på tab og sorg.

Projektet er jo virkelig i sin vorden, så meget af min tid lige nu går med at præsentere projektet for de øvrige samarbejdspartnere, hospi-

taler, teststeder og rådgivninger.

Og jeg har kontakt til nogle krise-rådgivninger rundt i landet, for at høre om deres erfaringer med at få kontakt til mennesker, som pludselig skal forholde sig til noget meget vanskeligt i livet.

Man kan træffe mig i Rådgivningen på tlf. 33 32 58 60.

Jeg glæder mig til samarbejdet med jer alle, såvel brugere, læger, sygeplejersker og rådgivere.

Med venlig hilsen
Solveig Roth

AktHIVhuset i Århus

Hiv-Cafeen i februar
- kom og hør, spørg og prøv

Tirsdag den 13. februar kl. 19.30
Dyrlæge og forsker Poul Bachmann kommer og holder foredrag om „diakur“, et middel mod akut infektiøs diarre. Produktet, som er udvundet af rene naturprodukter, har vist sig at have en markant effekt på mennesker med ubestemte mavesmerter, diarre og utilpashed.

Poul Bachmann vil være interesseret i en form for opfølgning, hvor folk bedes udfylde spørgeskema med effekt/resultater.

Tirsdag den 27. februar kl. 19.30
Svend og Thomas fra Pavillon, Volden 4, kommer og snakker om kunsten at lave blomsterbuketter og dekorationer/ sammensætning/ farver/opbygning etc. Vi mødes i Pavillon kl. 19.30. Tilmelding er nødvendig. Skriv dig på i / ring til AktHIVhuset.

Tinne Laursen har telefontider mandag, tirsdag, torsdag og fredag kl. 12 til 14. Du kan ringe og aftale tid til samtale med hende på: 86 20 21 81. Har du ikke mulighed for at komme til AktHIVhuset kan Tinne besøge dig i dit hjem, på hospitalet eller hvor du måtte ønske det.

BERNIE S. SIEGEL I ÅRHUS OG KØBENHAVN

Kom og hør Bernie S. Siegels budskaber om håbet, optimismen og de ubevidste livskræfter set i forhold til menneskets selvhelbredende evner.

Bernie Siegel tog i 1978 initiativet til Exceptionelle Cancerpatienter. ECap, der bygger på patientens drømme, tegninger og forestillinger, er en sikker, kærlig og terapeutisk konfrontation, som øger de personlige muligheder for at blive rask. Erfaringerne fra dette arbejde har I nu bl.a. muligheden for at høre.

Bernie Siegel spår, at bevidsthedens betydning for mennesket og dets levevilkår vil være en accepteret videnskabelig kendsgerning inden århundredeskiftet.

Sønderjyllands Center mod Kræft er derfor meget glade for at kunne præsentere Bernie Siegel i:

Århus Universitetets Aula,
den 29. maj 1996
Københavns Cirkusbygningen,
den 30. maj 1996.

Vi håber, at I vil hjælpe os med at formidle nyheden om Bernie Siegels to foredrag i Danmark.

Såfremt I skulle have nogle spørgsmål i forbindelse med arrangementet, er I naturligvis velkommen til at kontakte os.

Med venlig hilsen
Sønderjyllands Center mod Kræft
(tlf. 74 62 89 80)

Leo Rebsdorf
Centerleder

Monos

- et netværk for bøsser, der har mistet kæreste af aids

Vi er fyre, som har det til fælles, at vores kærester er døde af aids. Vi mødes hveranden uge, som regel på Kafé Knud. Her taler vi om de svære ting og hjælper hinanden videre.

Vi har også plads til dig, hvis du er blevet alene og savner netværk.

MONOS gruppen kan kontaktes på STOP AIDS-Kampagnens adresse og telefon hver torsdag mellem kl. 15-17 på tlf.: 33 11 29 11.

DEBAT

VEDRØRENDE:

Referatet om mad og hiv fra Bolbrogaardens cafeaften er deprimerende læsning. Karsten Pedersen kender jeg ikke, men tillader mig at forudsætte, at han refererer korrekt.

Det er direkte farligt for hivsmittede eller aidspatienter at følge de råd, der er refereret. Det gør mig rasende, derfor dette indlæg.

Jeg referer direkte til de enkelte afsnit:

Der er absolut ingen tvivl om, at man skal sætte ind med en optimal ernæring i samme øjeblik man bliver konstateret hivpositiv. Lad for guds skyld være med at vente til du bliver syg, - det er logik for høns. En stærk krop holder meget længere og kostens indflydelse på immunsystemet er så gennemforsket, at man blot skal læse lidt for at kende til de elementære regler for god ernæring. Der findes naturligvis også en del kost, der er direkte nedbrydende og svækkende for immunsystemet.

I samme øjeblik smitten finder sted, sker der en kraftig ændring i immunsystemets balance, som gør den hivsmittede meget sårbar overfor visse infektioner. Derfor skal man omgående sætte ind med kost og anden fysisk og psykisk regulering, hvis man vil leve optimalt.

Forskning har påvist, at personer med hiv har behov for 22% mere næring end hiv-negative. Det er også veldokumenteret, at tilførelse af særlige næringsstoffer (vitaminer, mineraler etc) selv på et meget tidligt tidspunkt efter hiv-infektionen kan få et evt. sygdomsforløb til

at forløbe betydeligt langsommere. Dette er dokumenteret af forskere ved The University of Miami Medical School. Disse samt forskere ved Yale University og forskere i Europa har dokumenteret, at ved at korrigere de næringsmæssige mangler, f.eks. Betacaroten, B-6, B-12, zink og selen kan man hæve CD 4 tallet, samt stabilisere immunfunktionerne.

Vedr. antioxidanter: hiv er en oxidativ „stressstilstand“, - som kræver store mængder antioxidanter som modvægt. De naturlige antioxidanter bryder sammen under hiv-infektionen samtidig med at der produceres extra mange frie radikaler, så derfor skal kroppen have hjælp af tilførte antioxidanter. Der er teorier der hævder, at hiv ved sin unikke molekylære struktur producerer kæmpe portioner af frie radikaler gennem en kædereaktionsproces, og at det er skaderne fra de frie radikaler, der forårsager problemer snarere end selve viruset.

Der findes mange antioxidanter, hvoraf E-vitamin måske er den allervigtigste. E-vitamin er kraftigt virushæmmende, og dæmper tilmed til en vis grad skaderne ved Retrovir-behandling.

C-vitamin regnes af andre for den vigtigste, - der er blot uenighed om dosis. Den mindste anbefalede dosis jeg har set er dog 3 gr. dagligt. Den almindelige dosis, som hæmmer virusformering er på ca. 10 gr. dgl. (afhængig af kropsvægt mm.). Mange hivsmittede tager op til 20 gr. dgl. Der er mange slags C-vitaminer, og en del teorier om, hvilke man skal tage og hvordan. Der er bjerge af veldokumenterede

kontrollerede forsøg med C-vitamin og hiv.

Betacaroten er indtil videre den eneste antioxidant, som adskillige kontrollerede forsøg har vist sig at kunne hæve CD 4 tallet hos hivsmittede. Betacaroten erstatter ikke altid A vitamin. A-vitamin skal tages sammen med Zink.

Hvidløg er vigtigt, det indeholder foruden aminosyrer også cystein og germanium, som er vigtige for immunsystemet, hvidløg er tilmed et kraftigt antibakteriel og formentlig virushæmmende. Spis dem rå eller tag kun de bedste piller, der er masser af dokumentation til de enkelte præparater.

At anbefale cola og kartoffelmos mod diarre er direkte idioti, det virker i visse tilfælde hos raske mennesker, men hos hivpositive er der ofte tale om svampeinfektioner, parasitter eller infektioner i tarmene, man skal ikke være særlig snu for at regne ud, at det kan være katastrofalt at løse diarreproblemer med cola og kartofler.

Madlede og manglende appetit. Måske stammer det fra dårlig fordøjelse, oppustet mave, svamp og andet. Det var nok en god ide at finde årsagen til problemerne i stedet for at proppe sig med flødekager, is og frugt. Der er teorier om, at nødder endog kan være direkte virusfremmende.

Forslaget om at fortsætte med at spise, hvad man har gjort hele tiden er selvmodsigende; det kommer da an på, hvad man har spist tidligere, og så falder hele ideen med kostvejledningen her jo til jorden.

MADTIPS

Det er dokumenteret, at hvidløg og C-vitamin virker regulerende og styrkende på den del af immunforsvaret, som er væsentlig for hivsmittede; vendingen „forbedring af immunsystemet“ er meget upræcist.

En diskussion om ernæring må nødvendigvis indeholde informationer om fedtstoffer. Mange af de fedtstoffer der anvendes er direkte infektionsfremmende, hvorimod andre er beskyttende og styrkende for immunsystemet.

Der findes en del litteratur om, hvad man skal spise som hiv/aids patient skrevet af ansvarlige og dygtige mennesker, masser af god viden og opskrifter. Det ville være en god idé at anbefale nogle af disse publikationer her i bladet.

Jeg forstår godt, at man ikke vil tage ansvar for artikler, der indsendes uopfordret, men måske skulle man sætte grænser der, hvor det kan være direkte sundhedsskadeligt for netop dette blads ofte sårbare læsere.

Der er ikke næring nok i den mad vi normalt spiser. Det skyldes bl.a. udpinte jorde, dårlig tilberedning, sprøjtemidler, konserveringsmidler og råvareforædling mm. Der er lavet utallige undersøgelser der viser, at de fleste danskere har ernæringsmangler. Det er nødvendigt med supplement til kosten, også selvom man er rask.

I USA og i andre lande er der flere klinikker og selvhjælpsgrupper, som laver overlevelsesstrategier for hivsmittede og aidspatienter. Det er vejledninger, som kombinerer almindelig medicinsk viden med

ukonventionel viden og behandling, herunder også visualisering, psykoneuroimmunologi mm. Bag disse grupper står læger, videnskabsmænd, forskere og oftest langtidsoverlevende hivsmittede.

Da der ikke findes noget lignende i Danmark, vil jeg kopiere en del af materialet, om overlevelsesstrategier, det kan fås ved henvendelse til Hiv-Danmark.

Kærlig hilsen
Steen B. Hansen

KAFE KNUD

- et sted for folk berørt af hiv og aids.

Kafe Knud har åbent onsdage og torsdage kl. 14-22.

Her kan middag købes.

Kafe Knud i februar

Tirsdag den 27. februar kl. 19.00

”Sidste nyt fra USA”

Steen B. Hansen, netop hjemvendt fra research i USA, kommer og informerer os om de sidste banebrydende resultater indenfor hiv- og aidsforskning og behandling i Staterne.

Steen B. Hansen har i årevis arbejdet med immunologisk kombinationsforskning, hvilket betyder, at han har tilegnet sig bred og grundig viden om både alternativ og traditionel medicinsk behandling af hiv og aids. Udfra dette forsøger han at kombinere den bedste løsning, både på kort og langt sigt.

Det er gruppen Solstrålerne der står for arrangementet. Vil du høre nærmere om gruppen og ovennævnte, er du velkommen til at ringe til Vagn på tlf: 31 85 03 60.

Udstiller i februar er
Torben Lassen.

I marts og april er udstiller
Sonja Hindkjær.

Kafe'en kan lånes - lejes til
diverse formål, ring for aftale.

Skindergade 26, 1159 K
Tlf. 33 32 58 61

NYT HOSPICE CENTER I VEJLE

I forbindelse med et besøg vi har haft på Sct. Maria Hospice Center fortalte hospicechef sygeplejerske Kirsten Kopp om såvel baggrunden for hospicet, samt om gældende visitationsregler.

Ønsket med Sct. Maria Hospice Center er at danne fleksible rammer for lindrende pleje og omsorg for patienten. Rammer, hvor man ikke kun fokuserer på lindring af fysiske smerter. Stedet er funderet på et kristent grundlag, men der stilles ikke krav til hverken patienter eller personale om at være religiøse på nogen bestemt måde, og ingen påduttes religiøse ritualer.

Visitationsregler:

Der gælder to sæt visitationsregler - ét sæt for Vejle amt og „dets“ kommuner og ét lidt anderledes sæt for resten af landet.

For Vejle Amt gælder at:

* Personen skal være uhelbredelig syg

* Personen skal kende til lindrende behandling, som ikke fokuserer på at være helbredende, men på netop at være lindrende.

* Personen skal have et reelt valg mellem hospice, hjemmepleje og hospital. Det må ikke være af nød, at man f.eks. kommer på Sct. Maria Hospice Center.

* Visitationen må max. tage 48 timer (fra henvendelse til indlæggelse) - dog ikke i weekenden.

* I alle kommunerne i Vejle Amt findes såkaldte nøglepersoner - ofte ledende hjemmesygeplejersker, som medvirker til visitationen til hospicet.

* Betalingen dækkes for 1/3 af Vejle Amt, 1/3 af kommunen og 1/3 privat (eks. Fondsmidler) altså ingen egenbetaling..

For folk fra resten af landet gælder ovenstående regler også, men med følgende undtagelser:

* Her gælder 48-timers reglen ikke.

* Uklarhed om finansieringen af opholdet på Sct. Maria Hospice Center, men der ønskes på sigt ensartede og klare regler på området. Amterne har fået informationsmateriale om centret.

Generelt er der ikke noget krav om, at man skal være så syg, at man er sikker på at dø på Hospicet. Man kan vel være indlagt og tage hjem igen. Man skal blot opfylde visitationsreglerne. Indtil i dag har patienterne været indlagt ca. 2-3 uger.

Sct. Maria Hospice Center og Hiv-Danmark

Udover at høre nærmere om det meget indbydende og venlige sted aftalte Hiv-Danmark også med Hospicet, at lokaler til Hiv-Danmarks rådgivningssamtaler i Vejle kan finde sted i centrets underste etage både for raske og syge. Sct. Maria Hospice Center ligger meget centralt i Vejle by, og lokalerne er ugenerte af de øvrige aktiviteter i huset. Henvendelse til mig skal stadig ske til Odense, idet der endnu ikke er fast træffetid og telefon i Vejle. Men det lader til som at være en god start på et godt samarbejde.

Dette samarbejde kan betyde en bedre servicering af mennesker berørte af hiv og aids i Vejle-området - såvel på grund af den lokale placering og på grund af frugterne af et samarbejde med Sct. Maria Hospice Center. Et samarbejde, der også kan betyde en endnu lettere adgang til ophold på hospicet for interesserede hivsmittede.

Adressen er: Sct. Maria Hospice Center, Blegbanken 3, 7100 Vejle.
Tlf.: 75 82 61 44.

Anders Røge
Hiv-Danmarks rådgivning i Syd-og Sønderjylland samt på Fyn.

Massage

Har du ondt
eller blot lyst til at forkæle
dig selv lidt,
er massage måske løsningen
for dig.
Ring for aftale til
Ane Lillegaard på tlf.

33 32 58 61
eller
33 32 76 05.

HANDICAPPET I ARBEJDE

En af de ting deltagerne nævnte i rundbordsdiskussionerne om bløderes arbejdsliv, var, at de ikke havde kendskab til de støtteordninger, der er for folk med et handicap på arbejdsmarkedet.

De to vigtigste er mulighederne for job med løntilskud. Ordningerne kaldes 50/50 ordningen og 1/3 ordningen.

50/50 ORDNINGEN

50/50-ordningen kan bruges, hvis ens arbejdssevne er nedsat i en sådan grad, at man ikke længere kan varetage et job på almindelige vilkår. En stiling efter 50/50 ordningen betyder, at der ydes 50% af mindstelønnen indenfor faget i tilskud til lønnen.

Ordningen kan bruges både på en privat og på en offentlig arbejdsplads, men lønmodtageren kan desværre ikke være i A-kasse, da man jo ikke står til rådighed for arbejdsmarkedet på almindelige vilkår. I visse tilfælde kan det imidlertid bestemt være en god løsning frem for f.eks. en førtidspension.

1/3 ORDNINGEN

1/3-ordningen kan bruges, hvis man har førtidspension, eller er nødt til at søge pension, men samtidig har mulighed for at

udnytte sin resterhvervsevne. Man kan bevare sin pension og samtidig få oprettet en individuel beskyttet arbejdsplads f.eks. hos sin gamle arbejdsgiver. Det gælder både private og offentlige arbejdspladser, men lønnen vil normalt kun være 1/3 af mindstelønnen. Lønnen udbetales oveni pensionen af arbejdsgiveren, men refunderes fra kommunen og arbejdsgiveren må gerne supplere lønudbetalingen.

Begge ordninger skal søges i Socialforvaltningen i kommunen.

Der er udgivet nogle glimrende letforståelige pjecer, hvor ordningerne og hvordan de søges står nærmere beskrevet.

Pjecerne kan rekvireres hos: Center for ligebehandling af handicappede, tlf.: 33 11 10 81. I samme serie er endvidere udgivet: Job med fortrinsadgang, Job med personlig assistance, Job med støtte til hjælpemidler.

Og husk, at du også kan kontakte socialrådgiveren i Danmarks Bløderforening for nærmere rådgivning.

Elisabeth Poulsen
Danmarks Bløderforenings,
medlemsblad nr. 4-95

„HIV-KOMSAMMEN“

Hvorfor skal vi mødes?

Fordi det er vigtigt for hiv-smittede at være sammen med andre hiv-smittede!

Derfor tilbydes alle hiv-smittede den 1. onsdag i hver måned kl. 19.00-23.00

„HIV-KOMSAMMEN“
Thyrasgade 2,1.
9000 Aalborg

Yderligere information:
Aids-Rådgivningen
98 12 61 00 eller
Aids-Sekretariatet
96 35 18 18.
eller hos Hiv-Danmarks
rådgivning i Nord- Midt- &
Vestjylland Winnie
Rønnow på mobil tlf. 40 41
43 50 (tird. -fred.).

THYRAS-CENTERET

Den 25. januar var der en reception i de nye lokaler, Thyragade 2 i Aalborg. Her holder Hiv-Danmarks rådgivning i Nord-, Midt- og Vestjylland til, sammen med HIVKOMSAMMEN og Aidsrådgivningen. Hiv-Danmarks rådgivning varetages af Winnie Rønnow og er personlig og gruppevis rådgivning til hivsmittede, deres pårørende og efterladte i Nord-, Midt-, og Vestjylland. Telefonnummeret er 40 41 43 50 tirsdag til fredag.

I løbet af foråret forventer Winnie at starte en gruppe for pårørende og efterladte til hivsmittede 8-10 aftener i alt.

„HIV-KOMSAMMEN“ er en gruppe hivsmittede, som nu i et år har mødtes fast. Gruppen mødes mindst en gang månedlig. Nye brugere kan komme i kontakt med 1-2 fra gruppen den første onsdag i hver måned på ovennævnte adresse mellem 19.30 og ca. 22. Gruppen kan kontaktes igennem Winnie Rønnow.

Aidsrådgivningen er en telefonrådgivning parallel til de andre telefonrådgivninger i landet. Den har for tiden ligget underdrejet, men forventer snart igen at have en flok frivillige på benene, så telefonerne kan være åbne på tlf.: 98 12 61 00.

Ole Morten Nygård

SORGGRUPPEN PÅ MARSELISBORG HOSPITAL I ÅRHUS

Er du hivsmittet eller er du pårørende og på den måde berørt af sorg.

Måske går du rundt med nogle af følgende tanker og følelser:

-Går du rundt og prøver at være glad og positiv hele tiden, men inderst inde er du bange, ked af det, angst, fortvivlet?

-Synes du ikke, du har nogle mennesker omkring dig, som forstår dig?

-Er hver dag en dag, som bare skal overstås?

-Kan du ikke sove om natten p.g.a. spekulationer?

-Føler du dig alene med dine tanker og følelser?

-Har du bare lyst til at græde hele tiden, men kan ikke?

-Føler du, du løber om kap med tiden?

-Vil du gerne dele dine tanker og følelser med familie og venner, men ved i ikke hvordan?

-Synes du ikke længere, de „gamle måder“ at leve på og løse problemer på slår til?

-Tænker du: „Det er sikkert kun mig, som har det sådan“ - „Jeg er ved at blive skør“?

-Synes du pludselig forholdet til familie og venner har ændret sig?

-Arbejder du i døgn drift for at undgå at tænke på det, som bekymrer dig?

-Bliver du af og til overvældet af følelser, du ikke tidligere har kendt?

Kan du nikke genkendende til noget af dette, og føler du behov for hjælp fra andre, er du velkommen til at ringe og få en uforpligtende samtale.

Ring på 89 49 19 66 hver mandag mellem kl. 12 og 16.

Venlige hilsner
Doris Elsig Olsen &
Lotte Rodkjær

MICHAEL BENTSEN ER DØD

Michael Bentsen døde stille i sit hjem 2. juledag efter et langt sygeleje. Ved Michaels død har Hiv-Danmark mistet et værdsat medlem af bestyrelsen, der som heteroseksuel mand har været med til at sætte heteroseksuelles vilkår på dagsordenen i foreningen. Forældreseminaret og arbejdet med børn stod Michaels hjerte nær, og der er nu opstået et hul i vores arbejde.

Michael besluttede, at der ved begravelsen skulle sælges roser, og at overskuddet skulle tilfalde Hiv-Danmark. Det er en gestus, vi takker meget for, og de penge der er kommet ind, vil gå til forældrearbejdet i foreningen.

Vores tanker går til Michaels kone, Jonna og deres to små drenge.

Michael Smedemark
Formand

UNGEGRUPPE I ÅRHUS

Unge mellem 15 og 24 år, som er pårørende til nogen, det er smittede med hiv/aids, eller har mistet en pårørende p.g.a. hiv/aids, har nu mulighed for at være sammen med andre unge i en lignende situation.

På baggrund af de høstede erfaringer fra København, hvor en gruppe unge pårørende til hivsmittede (f.eks. børn af hivsmittede forældre) mødtes hver 14. dag.

Formålet med at starte en UNGEGRUPPE for børn af smittede forældre, eller andre pårørende til smittede, er at give unge et fristed, hvor de sammen med ligestillede kan få mulighed for at tale om sygdommen, hemmeligheden, tabuerne og sorgens følelser.

Der vil i gruppen være plads til 8-10 deltagere mellem 15 og 24 år. Gruppen mødes hver anden torsdag mellem kl. 16 og 18.30. Med start den 1. februar 1996. Gruppen mødes første gang i AktHIVhuset, Vestergade 5B, 8000 Århus C. Der vil blive serveret mad og drikke i forbindelse med møderne.

Der vil være mulighed for at få udgifterne til transport dækket for de unge. Tilbuddet om deltagelse i UNGEGRUPPEN gælder alle der bor i Jylland, samt på Fyn.

Forud for deltagelse i UNGEGRUPPEN vil vi gerne mødes en enkelt gang med hver enkelt, der har lyst til at være med i gruppen. Det er der to grunde til: For det første skal de unge have mulighed for at se os an, og høre noget mere uddybende om, hvad der kommer til at foregå, hvorfor det er godt at være i en gruppe, når man er tæt på et menneske der er smittet med hiv, og hvorfor det er så svært at

have mistet én p.g.a. hiv/aids. For det andet vil en samtale forud for deltagelse i gruppen, give den enkelte mulighed for, at overveje om en sådan gruppe kan være givtig for dem.

Lidt om gruppelederne:
Anders Røge, 34 år og uddannet psykolog, er til dagligt ansat ved Hiv-Danmarks rådgivning på Fyn, Syd- og Sønderjylland.
Tinne Laursen, 35 år og uddannet socialrådgiver, er til dagligt ansat i AktHIVhuset i Århus.
Både Anders Røge og Tinne Laursen har selv børn.

UNGEGRUPPEN starter torsdag den 1. februar 1996 kl. 16 i AktHIVhuset i Århus.

Vil du vide mere om UNGEGRUPPEN, eller er du interesseret i at deltage, kan du ringe på nedenstående telefonnummer.

Anders Røge, telefon 65 92 39 00
Tinne Laursen, telefon 86 20 21 81

VISUALISERING I VILLAEN

Har du lyst til at påvirke din sundhed og livskvalitet, så kom og vær med i en ny selvhjælpsgruppe. Vi starter tirsdag den 30. januar kl. 20 hos Positivgruppen, Tesdorpfvej 23, Frederiksberg. Herefter mødes vi hver mandag kl. 19-21(22).

Vi vil arbejde med visualisering og andre ting, der giver energi, kropsbevidsthed og glæde. Desuden udveksler vi erfaringer om, hvad du og jeg opfatter som vigtigt for vores livskvalitet. Det kan f.eks. være en snak om livsfilosofi, behandlingsvalg, humor, selvudvikling, kærlighed, håb eller livsvilje. Visualiseringsgruppen er åben for alle hivsmittede uanset baggrund.

Vil du høre mere så skriv eller ring til SOLSTRÅLERNE. Vi er en ny gruppe, der arbejder for at skabe grobund for livskvalitet og sundhed for hivpositive.

Solstrålerne
c/o Pernille Holbøll
Classensgade 68, 4.tv.
2100 København Ø

Solstrålerne
Vagn 31850360
mandage 16-18
onsdage 10-12

Kontakt

Jeg er en hivsmittet ung afrikansk kvinde med egen bopæl nær København.

Jeg søger et seriøst bekendtskab med 25-28 årige ligeledes hivpositive mand, nationalitet underordnet.

Jeg taler godt engelsk og modtager dansk-undervisning. Jeg er en attraktiv ung kvinde, og mine interesser er at rejse, feste og i det hele taget leve et udadvendt liv. Det er vigtigt for mig, at du er en tolerant, åben og ærlig mand, som kan tale om følelser og som almindeligvis er stærk m.h.t. psykiske belastninger.

Svarbrev bedes skrevet på engelsk.

Billet mrk. 96101.

• • •

En 28-årig hiv-smittet afrikansk pige, boet i Danmark i ca. 1 1/2 år.

Taler lidt engelsk samt dansk ønsker kontakt med en dansk mand.

Har ingen symptomer p.t.

Ca. 155 cm høj.

Interesser: Rejser og musik.

Billet mrk. 96102

• • •

Sådan svarer du:

Læg dit svar ind i en frankeret kuvert med billet mrk. på, læg den ind i en kuvert og send den til:

Bodil Moseholm
Hiv-Danmark
Gammel Mønt 14, 1.
1117 København K

Hvis du ønsker at indrykke en annonce sender du din annonce til ovennævnte adresse, så kender kun Bodil din identitet og makulerer den, så snart hun har sendt dine svar til dig selv.

ÅBEN GRUPPE FOR ALLE FORÆLDRE

Forældregruppe den anden tirsdag i hver måned- første gang den 13. februar 1996

Sted: Kafe Knud,
Skindergade 26, København
Tid: 13. februar kl. 14-16

Som et nyt tilbud starter vi en åben gruppe for alle forældre. Det er en samtalegruppe, hvor man udveksler erfaringer fra dagligdagen. Hvordan er det at være voksen sammen med dit barn i den særlige situation I er i? Hvad bekymrer dig, og hvad glæder dig?

Form:

Hver gang vil vi på forhånd opfordre en af jer til at komme med kort oplæg. Oplægget er tænkt som inspiration til den videre samtale. Derudover tilrettelægges dagens temaer af de tilstedeværende. Temaerne vil være forskellige, så det er ikke en forudsætning at deltage hver gang.

Deltagere:

Alle voksne, der har relation til børn er velkomne. (Det gælder

også, hvis du f.eks. er ikke smittet/stedmor, og den smittede far er død.) Det vigtigste er, at du er optaget af børnenes ve og vel i forhold til hivsmitte i familien. Børnenes alder har ingen betydning for deltagelse i gruppen.

Forældregruppen bliver startet som et samarbejde mellem Hiv-Danmark og Egmont Fonden. En af rådgiverne fra de to organisationer vil være til stede hver gang. Vi vil være behjælpelige med det praktiske og fungere som mødeledere efter behov. Forældre der hverken bruger Hiv-Danmark eller Egmont Fondens rådgivning er også velkomne.

Mødedage:

13. februar kl. 14-16
12. marts kl. 14-16
9. april kl. 14-16
14. maj kl. 14-16
11. juni kl. 14-16

Tilmelding til Kristine Dyre på tlf.
33 32 58 60

På gensyn i forældregruppen.

Eva Helweg
Egmont-Fonden

Bodil Moseholm
HIV-Danmark

M/K TEMAFTENER VINTER OG FORÅR 1996

Denne sæsons temaer er hentet fra inspiration fra brugerne og et valg taget på baggrund af livets vigtige håbefulde elementer: kærlighed, sex, helbred, penge og pårørende.

Om alle arrangementerne gælder det:

- 1) at de foregår i Kafe Knud, Skindergade 26, København den første tirsdag i måneden
- 2) vi starter kl. 19 og slutter kl. 22
- 3) du skal tilmelde dig senest torsdagen før til Kristine på tlf. 33 32 58 60
- 4) når intet andet er nævnt, er aftenen kun for heteroseksuelle hivsmittede
- 5) når det er praktisk muligt, vil der være middag. Du vil få besked, når du tilmelder dig.

Tirsdag den 6. februar - tema: kærlighed og sex

En hiv-smittet kvinde fortæller om perioder med kæreste, og perioder

uden. Tør hun, tør han? Hvornår fortæller hun, at hun er smittet.

En kæreste til en smittet fortæller om, hvorfor han/hun tør trods sygdommen.

Efter diskussion om de følelsesmæssige emner, vil Solveig Roth fra Aids-linien (nu Hiv-Danmark) undervise i sikker sex.

Tirsdag den 5. marts - tema: hiv-smittet, virus, behandling og håb
Hvor langt er lægerne kommet, sker der snart noget nyt og epokegørende, og hvad med dagligdagens symptomer.

Overlæge Johan Wandall, Frederiksberg Hospital laver oplæg og stiller sig til rådighed for spørgsmål og diskussion.

Wandall er nysgerrig efter, hvad I vil høre om, så sig venligst til i forvejen, hvis I har spørgsmål, han skal forberede.

OBS - Denne aften er også for nærmeste pårørende.

Tirsdag den 2. april - tema: penge, penge, penge og socialt samvær.

Hvordan skriver man en ansøgning, så fondsbestyrelser ikke kan give afslag.

Kristine Dyre og Bodil Moseholm giver gode råd om fonde.

Tirsdag den 7. maj - tema: pårørendeaften

En hiv-smittet og en pårørende fra hver familie fortæller om det sværeste i hver deres situation. Hvad gjorde de ved det, og hvordan ændrede det deres forhold.

Aftenen er for alle hiv-smittede og pårørende.

Aftenen tilrettelægges i samarbejde med Henning Jensen fra Positivgruppen. Han og Bodil Moseholm er mødeledere.

Tirsdag den 4. juni - tema: alternativ behandling.

Oplægsholdere oplyses senere.

På gensyn - vi glæder os til at se rigtig mange af jer.

Mange hilsner

Kristine Dyre
og Bodil Moseholm

NYT FRA „KVINDELIV OG HIV“

Da jeg har opsagt min stilling i Kvindeliv, vil jeg gerne hermed benytte lejligheden til at sige pænt farvel, og tak for godt samarbejde i årenes løb.

Det er lidt trist at skulle forlade arbejdsmiljøet, som jeg er glad for at have været en del af, men jeg har fået tilbudt et job med nye faglige udfordringer, som jeg glæder mig

til at komme igang med.

Pr. 1. februar er der ansat en vikar i Kvindeliv, som vil være ved telefonen, 33 33 09 57, tirsdage, onsdage og torsdage fra kl. 10-16.

De bedste ønsker til jer alle
Anette Fournais

NYT FRA HIV-DANMARKS BESTYRELSE

Tolke i Hiv-Danmark

Vi har for 1996 afsat midler af til brug for tolke. Vi mærker et stigende antal hivsmittede, der ikke taler dansk og som benytter vores forskellige tilbud. Vi ønsker, at vi kan blive bedre til også at dække nogle af deres behov, og at vores tilbud i al fald ikke økonomisk begrænses af mangel på tolkemuligheder.

Da vores erfaringer med tolke endnu ikke er store, håber vi i det kommende år at finde ud af vores behov, hvordan vi kan bruge tolke, og om det er en støtte for hivsmittede med dårligt eller intet dansk.

Budget og finanslov

Igen i år er vi kommet på finansloven, og har fået kr. 2,6 mio. Det er

en million mere end sidste år, men så falder Aids-puljen samtidig væk for alle. For første gang kom AktHIVhuset også med og får kr. 500.000.

Vores budget for 1996 hænger derfor sammen med en fortsættelse af de hidtidige aktiviteter: De fire rådgivninger, to sorggrupper, to grupper for unge pårørende og Kafe Knud. Af seminarer kan vi gennemføre et landsseminar, forældreseminar og pårørende-seminar. Vi har også afsat penge til et seminar for stofbrugere, som vi laver i samarbejde med Aids-Linien. Derudover kan vi afholde 2 Hiv-Basis kurser i 1996. Altsammen tilbud der er pres på allerede.

Vi håber herudover, at få en medhjælp til Magasinet, der er ved at vokse os over hovedet, men her-

om andet sted i bladet.

Udover finanslovsmidler forventer vi i 1996 at få midler fra amter, Tips- og Lotto, og vi har fået kr. 42.000 fra „Fangerne på Fortet“. Aidsfondet, Socialministeriets forskellige puljer, arv og gaver gør sammen med medlemsskaber og støttemedlemsskaber, at vores økonomi hænger sammen. Det giver tryghed til arbejdet for alle hivsmittede i 1996.

Ole Morten Nygård
Næstformand

GENSYNS-TRÆF??

I sidste nummer af Magasinet annoncerede vi et „Landsseminar & NordAll Gensynstræf“, som skulle finde sted i Kafe Knud den 13. januar. Det blev aflyst om fredagen, da der kun var 7 tilmeldte! For det er ligesom ikke nok til at holde en fest, vel?

Det var flot, at de der meldte sig, ville bakke op om idéen. Men hvor var alle I andre? Jeg forstår det ikke helt, for hver gang der har været Landsseminar eller NordAll, skilles man altid med: „Nu skal vi altså ses“. Den idé greb vi så, men

interessen var der alligevel ikke.

Det synes jeg er surt og ærgerligt, for ud over at der var lagt en del kræfter i det, havde både Hiv-Danmarks og Positivgruppens bestyrelser bevilget penge, så vi kunne kræse lidt mere op for deltagere, end hvad vi kunne for de 50 kroner i brugerbetaling.

Interessen for en sådan fest er der umiddelbart, men hvordan kommer vi videre med det her en anden gang?

Anette Fournais
Medarrangør af Gensyns-træf

INFORMATIONSMEDARBEJDER TIL HIV-DANMARK

Hiv-Danmark søger en informationsmedarbejder - 20 timer om ugen. Den nye medarbejder skal:

- skrive, redigere og styre vores magasin
- indhente indlæg fra folk i Hiv-Danmark og udefra
- udarbejde eksterne informationer om Hiv-Danmarks arbejde og hivsmittedes vilkår
- udvikle vores profil internt, såvel som eksternt
- meget gerne udvikle Hiv-Danmarks profil på Internettet.

Kvalifikationer:

- Du skal kunne skrive selv samt være i stand til at redigere indkommet materiale
- Du må gerne have kendskab til Pagemaker og Macintosh
- Der forventes fleksibilitet i forhold til arbejdstid, og der må forventes arbejde om aftenen og i weekenden.

Løn efter aftale.

Har du spørgsmål til dette kan du kontakte Lone Sigbrand på telefon 33 13 58 68.

Ansøgningsfrist 19. februar.

Hiv-Danmark

Gammel Mønt 14, 1.

1117 København K

Carneval i Positivgruppen på Frederiksberg

Fredag den 1. marts kl. 21.00 inviterer ungdomsgruppen alle hivsmittede til stort carneval i Positivgruppen, Tesdorpsvej 23 på Frederiksberg.

- Fri entre med lidt forhøjede barpriser.
- Overskudet går til ungdomsgruppens seminartur.

Tag gerne en god ven eller kæreste med.

VI HAR ET GODT TILBUD TIL DIG!

Nyt ferietilbud - store rabatter

Hiv-Danmark kan nu tilbyde vore medlemmer nye ferietilbud hos Larsen Rejser. Du kan ringe til Hiv-Danmark på telefon 33 32 58 68 og høre de seneste tilbud, vi har modtaget fra Larsen.

Du skal blot vide, at dette ikke kan foregå fuldstændig anonymt, som tilbud vi fortsat har hos Star Tour, da Hiv-Danmarks telefonnummer skal oplyses ved henven-

delse til Larsen Rejser. De sender derefter billet til os, der sender den videre til dig.

Med venlig hilsen
Lone Sigbrand
Sekretariatsleder

Hiv-Danmark
Gl. Mont 14, 1.
1117 København K.
33 32 58 68
(Hverdage 10-14)
Fax: 33 91 50 04
Giro: 7 77 05 88

Formand
Michael Smedemark
Træffes gennem sekretariatet
eller personsøger 50 16 48 53

Sekretariat
Lone Sigbrand
33 13 58 68

Rådgiver M/K
Bodil Moseholm
33 32 58 60
(mand. -onsd. 11-13
og torsd. 16-17))

Kafe Knud
Ane Lillegaard
Skindergade 26
1159 København K
33 32 58 61

Rådgivning Nord-, Midt- og
Vestjylland
Winnie Ronnow
Thyrasgade 2, 1.
9000 Aalborg
Træffes tirsd. -fred. på
mobiltelefon 40 41 43 50

Rådgivning Syd- og Son-
derjylland samt på Fyn
Anders Kjær Roge
(tirs og ons 9-13)
„Bolbrogården“
Postboks 23
Bystævnevej 5
5200 Odense V
65 92 39 00
Fax: 65 92 39 02
Åbenrå:
c/o Sdr. Jyllands
Center Mod Kræft
Haderslevvej 46
6200 Åbenrå

ADRESSER

Medlems- foreninger

Positivgruppen
Postboks 159
2000 Frederiksberg C.
31 86 32 33

AktHIVhuset
Vestergade 5 B
8000 Århus C
86 18 16 46
Fax: 86 19 11 56
Hiv-gruppen
86 12 43 13 (tirs 19-22)

POSITIVGRUPPEN
i Viborg og Ringkøbing Amter
Postboks 105
8800 Viborg

Danmarks Bløderforening
Frederiksholms Kanal 2, 3.
1220 København K
33 14 55 05
Fax: 33 14 55 09

Hiv-gruppen M/K
Gl. Mønt 14, 1.
1117 København K
33 32 58 60

„HIV-KOMSAMMEN“
Thyrasgade 2, 1.
9000 Aalborg
Den 1. ons i hver mdr.
Træffes igennem Hiv-Danmarks
rådgivning i Nord-, Midt- og
Vestjylland på mobiltlf.
40 41 43 50 tirsd. -fred

Styregruppen
Kvindelig og Hiv
33 33 09 57
tirs. ons. og tors.
kl. 10-16

Selvhjælpsgruppen
„Himlen Må Vente“
Ungdomsteatret
Skovboulevarden 2B
4800 Nykøbing Falster
54 85 55 19 (mand. 17-19)

Slojfen i Ribe Amt
Bakkevej 6, kælderens
6700 Esbjerg
75 45 16 44
Telefontid ml. 19-21 i
ulige uger om mandagen
og lige uger om tirsdag

Brugergruppen/
Odense Sygehus
„Bollbrogården“
Bystævnevej 5
5200 Odense V
65 92 39 00

Brugergruppen/ Marselisborg
Hospital
Afd. A-ambulatoriet
P.P. Ørumsgade 11
8000 Århus C.

Brugergruppen/
Hvidovre Hospital
Ole Andersen
Kettegårds Allé 30
2650 Hvidovre

Andre adresser

Kvindegruppen
Kvindeliv med Hiv
„Bollbrogården“
Bystævnevej 5
5200 Odense V
(2. tirs. i mdr. 19-22)
66 16 61 00
Kontaktpers. Lene Hargens
65 41 26 72 kl. 8-9

Hiv-pensionatet
Antoinettevej 1
2500 Valby
36 30 51 50

Navneprojektet
Skindergade 26
1159 København K.
33 32 58 61 (tors. 19-22)

Hiv i Kirken
Kristen krise- og
rådgivningscenter
Smallegade 20B
2000 Frederiksberg C
42 91 91 26

AIDS-Linien
Skindergade 27, 2.
1159 København K
33 91 11 19
(påførendegruppen mødes hver
onsd. kl. 20 på AIDS-Linien)

STOP AIDS-kampagnen
Postboks 190
1006 København K
33 11 29 11
Fax: 33 11 19 55

Aids-Fondet
Carl Nielsens Alle 9
2100 København Ø
39 27 14 40
Giro: 000 12 60

Støttefonden af 1993
for HIV-positive
Vesterbrogade 67
1620 København V
31 23 13 66
Giro: 176 33 69

Hiv-Net-Fyn
Postboks 1188
5100 Odense C
Kontaktpers. Helle Dyhr
66 16 61 00

FEBRUAR

1. februar
Ungegruppen i
AktHIVhuset starter

5. februar
Visualisering i Positiv-
gruppen på Frederiks-
berg.
Et tilbud der fremover, vil
være hver mandag.

6. februar
M/K temaaften, kærlighed
og sex

13. februar
Forældregruppen i Kafe
Knud starter

13. februar
Arrangement i
AktHIVhusets Hiv-cafe,
oplæg ved dyrlæge og
forsker Poul Bachmann

21. februar
Livskvalitetsgruppe for
hivsmittede, påførende og
efterladte til hivsmittede
starter

27. februar
Arrangement i
AktHIVhusets Hiv-cafe,
oplæg ved Svend og
Thomas fra Pavillon

27. februar
Temaaften i Kafe
Knud, Sidste nyt fra USA

28. februar
Hiv-Danmarks
Intro-arrangement

MARTS

1. marts
Stort carneval i
Positivgruppen på
Frederiksberg

5. marts
M/K temaaften,
hivsmittet, virus,
behandling og håb

APRIL & MAJ

2. april

M/K temaaften, penge,
penge, penge og socialt
samvær

7. maj

M/K temaaften,
pårorendeaften

11. maj

Hiv-Danmarks årsmøde

25. - 27. maj

Hiv-Danmarks Lands-
seminar '96

29. maj

Bernie S. Siegel i Århus
Universitets Aula

30. maj

Bernie S. Siegel i Køben-
havns Cirkusbygning

JUNI

4. juni

M/K temaaften, alterna-
tiv behandling

SEPTEMBER

6.-8. september

NordAll på Island

KALENDER
FORSAT

Hiv-Danmarks Magasin • Gammel Mønt 14, 1.
1117 København K. • Tlf. 33 32 58 68 • Fax 33 91 50 04