

HIV-DANMARK VÆRT FOR NORDALL '98



Som det måske er læseren bekendt, er Danmark vært, når det 10.ende NordAll seminar bliver afholdt i Korsør i dagene 21. til 23. august 1998.

NordAll's historie tager sit udspring fra et møde blandt hiv-smittede i København i 1989 og resulterede samme år i det første NordAll i Stockholm. Siden er det gået slag i slag, og værtsskabet er gået på skift mellem de nordiske lande.

Forslag til workshops ønskes

Planlægningen af dette års NordAll er godt igang. Der er nedsat en række forskellige arbejdsgrupper, og vi er bl.a. gået igang med at fastlægge det faglige indhold.

Vi har flere overordnede emner på programmet og kan her blot nævne: langtidseffekten af kombinationsbehandlingerne, tilbagevendelse til arbejdslivet (job og uddannelse), situationen for de hiv-smittede i Afrika er nogle af de tanker, vi har gjort os.

Men vi ønsker din hjælp til at fastlægge det endelige programudbud af workshops og sociale aktiviteter på NordAll '98. Sidder du inde med

et eller flere gode forslag til eksempelvis en interessant workshop, hører vi gerne fra dig, ligesom du gerne må sætte navn på en efter din vurdering god oplægsholder eller workshopleder.

Send dit forslag til Hiv-Danmark, mrk. "Planlægning af NordAll '98".

Alle indkomne forslag modtages med glæde, men vi kan ikke garantere, at du nødvendigvis får din ide igennem, men vi kan love, at vi vil prøve, hvis emnet passer ind i det samlede program.

Design et logo og vind 500kr.

I forbindelse med NordAll '98

ønsker vi at producere et logo, der kan præsenteres på kommende Nyhedsbreve og i NordAll '98-programmet. Muligvis vil logo-et også blive benyttet på en T-shirt til hver af deltagerne, hvis vi får økonomi til at trykke dem.

Til inspiration for dit design af dette "engangslogo", vil vi i udvælgelse af vindere lægge vægt på, at det viser nordisk sammenhold blandt

hiv-smittede, og at der er tale om en "historisk" begivenhed.

Første NordAll blev som nævnt afholdt i 1989 i Stockholm og er derefter blevet afholdt følgende steder: 1990 Oslo, 1991 Reykjavik, 1992 Helsinki, 1993 Pinstrup (Århus), 1994 Ystad, 1995 Fargernæs, 1996 Kirkjubæjarklaustur og 1997 Espoo.

Vi skal have dit forslag senest med posten fredag den 27. marts, og vindere vil blive præmieret med 500 kr.

Konkurrencen løber i alle de nordiske lande, og forslag skal sendes til Hiv-Danmark, Gl. Mønt 14, 1. 1117 Kbh.K. mrk. brevet "NordAll logo".

Vi glæder os til at få mange forslag til workshops, sociale aktiviteter og logoudformninger, og takker på forhånd for den interesse, du viser for den nordiske solidaritet blandt os hivsmittede.

På vegne af planlægningsgruppen for NordAll '98,

FRANK BENTIN

FAKKELTOG 1998

Det københavnske fakkeltog til minde om dem, som er døde af aids, bliver i år afholdt:

Søndag den 24. maj kl. 22.00 med start fra Rådhuspladsen i København.

Igen i år vil vi læse navnene op på dem, vi kender, der er døde af aids siden sidste fakkeltog 25 maj 1997.

Derfor beder vi dig om, at give Hiv-Danmark navnene på dine afdøde familiemedlemmer, venner, kærester, bekendte til os, hvis deres navne skal læses op. Er du usikker på, om efternavnet må læses op, så opgiv det i parentes: F.eks. John (Hansen). Så kan vi sikre, at et navn ikke læses højt flere gange, og at efternavnet ikke kommer med.

Indsend navne til Hiv-Danmarks sekretariat på adressen: Gl. Mønt 14, 1. 1117 Kbh. K.
eller ring til os tlf. 3332 5868

Kontaktperson vedrørende Fakkeltog: Jens Wilhelmsborg fra Hiv-Danmarks bestyrelse.

NYT FRA SOLSTRÅLERNE

KALENDEREN



Lørdag d. 21. marts og søndag d. 22. marts:
Kursus med skuespiller og terapeut Karl Antz.

Tirsdag d. 24. marts kl. 19.00:
Solstrålernes temaaften: Kreativt Billedmageri med
Michael Gad, uddannet på Billedskolen i København,
samt kropsterapeut. Sted: Kafe Knud, Skindergade 26 i

København. Aftenen er for alle interesserede og er uden tilmelding.
Entré 20 kr. Medlemmer fri entré. Medbring selv tørfarver (oliekridt, pastel
mv.)

Tirsdag d. 31. marts kl. 19.00 : Åbent medlemsmøde i Kafe Knud.

Tirsdag d. 21. april Kl. 19.00 : Solstrålernes temaaften i Kafe Knud: Adfærds-
barometeret, et kinesisk redskab med Annemarie Goldschmidt.

Alle arrangementer og temaaftener hos Solstrålerne foregår i Kafe Knud,
Skindergade 26 i København!

Solstrålerne er en selvstændig
medlemsforening i Hiv-Danmark.

Solstrålerne er en forening for
hivsmittede, deres pårørende,
behandlere og andre, der lever
med hiv i deres hverdag.

Solstrålerne har en åben, men
kritisk holdning til såvel de
etablerede som alternative
behandlingsformer.

Solstrålerne betragter det at
være berørt af hiv og aids som
en udfordring, der giver mulig-
hed for øget selvudvikling og
kropsbevidsthed.

KURSUS I KROP OG STEMME MED KARL ANTZ

Solstrålerne afholder kursus d. 21-22. marts kl. 11-16
Sted: Christianshavns Beboerhus,
Dronningensgade 34, 1420 Kbh. K

Stemmen spejler kroppens energi. Vi kan le, græde,
skrig, være bedrøvede, vrede - og alt dette kan vi
udtrykke med stemmen. Men tit og ofte anvender vi
den ubevidst. Vi kender alt for lidt til dens virkelige
muligheder.

I dette kursus vil vi gennem dramatiske øvelser,
improvisationer og leg med kroppen og stemmen gå ind
i vores grænseområder.

Vi vil begynde med meditative øvelser, der gør os
opmærksomme på, hvad der rører sig i kroppen. Når
opmærksomheden først er der, kan vi begynde at lege
og finde frem til de følelser og kræfter, der ligger i os.

Vi vil finde områder, som vi plejer at kalde hæslige
eller mærkelige - mest fordi vi ikke er fortrolige med
dem. Og på den måde lærer vi også lidt om, hvordan vi
bedre kan omgås hinanden og os selv.

KURSUSLEDEREN KARL ANTZ

Uddannet skuespiller og terapeut. Jeg har igennem flere
år afholdt kurser i dette emne, dels på fritids- og aften-
skoler, dels i mere professionelle sammenhænge (bl.a.
med afspændingspædagoger). Oprindeligt rettede disse
kurser sig mod en teknisk bevidstgørelse af de mulighe-
der, der ligger i en bedre integration af disse alt for ofte
adskilte dele af personligheden. Men det viste sig ret

hurtigt, at et intenst arbejde med disse emner har en
dybtgående indflydelse på kursusdeltagernes psykiske
tilstand. Flere gange under mine kurser har jeg oplevet,
at deltagerne kom i kontakt med dybereliggende og
ofte fortrængte følelseskomplekser.

I mine hidtidige kurser har jeg altid "lagt låg på"
disse situationer, det vil sige afsluttet dem på en måde,
så vedkommende deltager kunne gå hjem med nogen-
lunde ro i sindet.

I forbindelse med min egen hivsmitte og de erfarin-
ger, jeg har gjort ved at inddrage min viden om disse
sammenhænge i min proces, mente jeg, at et kursus af
den skitserede art kunne give meget til andre menne-
sker i samme situation.

TILMELDING

Det er muligt for Solstrålerne at afholde dette kursus
meget billigt ved hjælp af goodwill fra Karl Antz og
Christianshavns Beboerhus.

Egenbetalingen bliver således kun kr. 200, som betales
ved kursusstart. Yderligere oplysning og tilmelding ved
henvendelse til SOLSTRÅLERNE PÅ TLF. 20 73 07 37.

Solstrålernes Info-brev nr. 4 udkommer ca. 1. april
1998, i nyt format/layout. Indsend gerne bidrag til bla-
det. Vil du vide mere om Solstrålerne eller vores aktivi-
teter, så skriv til:

SOLSTRÅLERNE
POSTBOX 220
1501 KBH. V.

Brugergruppen ved Hvidovre Hospital søger nye medlemmer

- Hvis du er bruger på Infektionsmedicinsk afdeling, Hvidovre Hospital,
- har kontakt til sengeafsnit 112 eller ambulatorium 144
- er du meget velkommen til at deltage i Brugergruppens arbejde.

Vi søger aktive medlemmer til Brugergruppen, som har til hovedformål at være et samarbejdsorgan mellem afdelingens brugere og afdelingens personale.

Hvis du har lyst og energi til at indgå i dette vigtige samarbejde bedes du kontakte:



**Brugergruppens
kontaktperson,
Anne Grønholdt på
tlf.: 3632 3016**

Med venlig hilsen og på Brugergruppens vegne,
Anne Grønholdt,
Sygeplejerske på Infektionsmedicinsk afdeling,

HVIDOVRE HOSPITAL AFD. 112/144,
KETTEGÅRDS ALLÉ 30,
2650 HVIDOVRE.

HIV-PENSIONATET



Er du hiv-smittet, og har du brug for at samle kræfter for at komme videre med livet, så er et ophold på Hiv-Pensionatet det helt rigtige.

- Vi kan tilbyde: Optræning, afspændning, massage, zoneterapi, rådgivning om sociale og psykiske problemer samt hjælp til start af kombinationsbehandling.

Egenbetaling for ophold på Pensionatet er 50 kr pr. døgn. Derudover betaler man for brug af telefon på værelset.

**Ring og hør nærmere
på tlf. 36 30 51 50.**

HIV-PENSIONATET ANTOINETTEVEJ 1,
2500 VALBY

MEDLEMMER SØGES

Der søges et par medlemmer til gruppe for hivsmittede, der har været smittede gennem mange år.

Nøgleord for gruppen er: Hiv-politisk engagement, sociale aktiviteter, mad og musik og megen humor.

Vi håber gruppen snart kan mødes - så mener du, at du har lyst til at deltage i en gruppe, kan du kontakte:

**Kristine Dyre,
Hiv-Danmarks Rådgivning,
Tlf. 3332 5860, dagligt ml. 11-13, som
formidler den videre kontakt.**

HIV-DANMARK SØGER FRIVILLIGE

Har du lyst til at arbejde i Hiv-Danmarks sekretariat en til to dage om måneden?

Vi søger stabile folk til blandt andet pakning og forsendelse af vores nyhedsbrev og magasin. Det vil være en fordel, hvis du har en god fysik, men det er ingen betingelse. Vi vil være glade for al den hjælp vi kan få.

Hvis det er noget for dig at være frivillig i sekretariatet i Hiv-Danmark, så kontakt:

**Charlotte Farup på tlf.: 3332 5868
for nærmere information på
hverdag ml. kl. 9-14.**

LYSTFISKE-VENNER SØGES!

Jeg søger en eller flere venner i Københavns-området, som har lyst til at tage tidligt ud at fiske om morgenen i week-enden. Vi medbringer selv madpakke og varme drikke.

Jeg har bil, så vi kan komme omkring til kyster og søer.

Giv mig et ring - tlf. 3888 0082

JENS, 38 ÅR

NYT FRA AKTHIV-HUSET

Der var en meget stor pressebevågenhed om World Aids Day i Århus. Dagen igennem kom pressefolk fra aviser, radio og fjernsyn og lavede reportager fra AktHIVhuset. Vi fik igen sat fokus på et vigtigt emne, som ikke må glemmes.

AktHIVhuset har igen i januar været i marken, idet vi har haft en stand med frivillige fra huset på Erotik World messen, der har besøgt Århus.

AktHIVhuset har søgt om opta-

gelse i Det Sociale Forbrugerråd i Århus Kommune. Vi er af den opfattelse, at vi med husets centrale placering i Århus (Amt) og med det store frivillige arbejde der ydes i AktHIVhuset, kan bidrage til at markere vores medvirken til løsning af nogle tunge opgaver i Århus Kommune.

Men alle disse initiativer koster penge og bestyrelsen for AktHIVhuset har netop vedtaget et budget, der er meget stramt og som betyder

en ændring på visse områder.

Vi skal i stigende grad vægte værestedsfunktionen og det forebyggende arbejde ligeligt.

Det kan betyde at visse udgiftsposter i budgettet skal finansieres på andre måder end hidtil.

Med venlig hilsen
og på vegne af AktHIVhuset,

KONTAKTANNONCER

Fyr/fyr hele landet

Jeg er en (for det meste) rolig fyr sidst i 20'erne. Jeg søger en varm og kærlig/ærlig fyr mellem 28 og 40 år til samvær i og uden for sengen. Jeg har været hiv+ i ca. 10 år, er nu førtidspensionist, men rask. Mit netværk er helt ok. Lad mig sige det, som det er: kontaktannoncer er ikke min stærke side, så derfor skriv (gerne med foto, men ingen betingelse) og lad os undersøge om vi er noget for hinanden.

BILLETMRK. 980201

Fyr/fyr -Kolding/Jylland

Velholdt fyr på 47 år, 175, 70 - slank, overskæg, hiv+, rask. Læser til pædagog i Kolding. Jeg elsker naturen, dyr, sport, rejser, musik (moderne og klassisk). Jeg er velafbalanceret, udadvendt, afklaret omkring min hivstatus. Men jeg mangler én til at dele mit liv med, dag og nat. Har du lyst til at opbygge et fast forhold med hvad det indeholder af modgang og medgang - hvis vi matcher, måske

partnerskab, så er du måske den mand jeg søger. Jeg har bjerg af kærlighed til dig, og du kommer aldrig til at fortryde. Du er ikke under 20 og ikke over 60. Er ovenstående noget for dig, så skriv og lad os undersøge, om vi kan få glæde af hinanden, måske med et billede af dig og et tlf.nr. På forhånd tak.

BILLETMRK. 980202

Fyr søger kvinde

Hiv-smittet 31 årig fyr søger en lige-stillet kvinde. Mine interesser er sport, biograf og en bytur i ny og næ. Helst fra Storkøbenhavn.

BILLETMRK. 980203

SÅDAN SVARER DU.

Læg dit svar i en frankeret kuvert med billetmærke på og send brevet til:

Bodil Moseholm
Hiv-Danmark
Gl. Mønt 14, 5
1117 København K

Kommentar fra brevkasseredaktøren:

Hvis du ønsker at indrykke en annonce, sender du din tekst til adressen, der er nævnt nedenunder.

Brevene behandles anonymt. Brevene opbevares et år, da mange svarer længe efter, at annoncen er indrykket.

Jeg bliver ofte spurgt om der svares på annoncerne. Jeg kan naturligvis ikke sige noget om resultatet af kommunikationen, men kan berette om, at jeg i perioder sender mange breve videre.

På det seneste har jeg modtaget en del annoncer med specifikke seksuelle ønsker.

Da Hiv-Danmarks magasin sendes ud til alle miljøer og generationer, har vi valgt at holde os til formidling af overordnede ønsker om kontakt til kæreste eller ven. Vi henviser derfor dem med specielle seksuelle behov til andre blades kontaktannoncer.

Derfor sendes annoncer med specielle ønsker fremover tilbage med forslag til andre blade.

Med venlig hilsen,

BODIL MOSEHOLM

ER DU KÆRESTE ELLER GIFT MED EN HIVSMITTET?

Vi har taget initiativ til en pårønde-gruppe for heteroseksuelle kærester/ægtefæller, hvis partner har været smittet gennem længere tid.

Gruppen er både for mænd og kvinder. Det er underordnet om du selv er smittet eller ej.

Vi mødes første gang

Onsdag d. 15. april kl. 19.00 i Kafe Knud, Skindergade 26, Kbh.

Du behøver ikke at tilmelde dig - bare mød op!

Hvis du har nogle spørgsmål, er du velkommen til at ringe til:

Pernille på tlf. 3526 9212

Med venlig hilsen

PERNILLE OG TINA

ERFARINGSBØRSEN

Bidrag gerne med dine husråd og tips, erfaringer med medicin og alternative produkter. Men vær opmærksom på, at vi ikke kan garantere for rådene.

FRØ MOD TØR HUD

Mit bedste råd mod tør hud er dette, som jeg har fået af Eva L. Olsen: Man skal bruge:

en elektrisk kaffemølle, 1 spsk. Sol-sikkefrø, 1 spsk. Hørfrø, og 1 spsk. sesamfrø - alt sammen økologisk selvfølgelig!

Frøene males til fint mel i kaffemøllen og kan spises som drys på Acido eller lign.

Melet skal bruges med det samme, når det er malet, ellers virker fedtstofferne fra frøene ikke.

Dette kan spises en til to gange dagligt, alt efter hvor tør huden er. Det er en yderst billig og effektiv "fugtighedscreme" - når man først har kaffemøllen i hus.

Kærlig hilsen

RENÉ FRA SOLSTRÅLERNE.

Har du et råd, så send det til redaktionen, mærk kuverten "Erfaringsbørsen". Anonyme indlæg optages også, blot vi kender afsenderen.