Caritas
Nah. | Am Nächsten

C.A.B.S. – Caritas AIDS-Beratungs-Stelle

Collage © Judith Vogl

Liebe Leserinnen und Leser,

die psychosoziale AIDS-Beratungsstelle der Caritas in München ist im März 35 Jahre alt geworden.

Ein Anlass, einmal auf die Veränderungen in unserer Arbeit zurückzuschauen und auch unser aktuelles Team vorzustellen – mit all den Jahren an gesammelter Erfahrung und Kompetenz.

In den letzten Jahren haben wir unseren Klient*innen „Atempausen“ angeboten, kleine Pausen, um wieder bei sich anzukommen, Kraft zu schöpfen und sich verbunden zu fühlen.

Zum Jubiläum stellen wir unseren Ratsuchenden, Kooperationspartner*innen und Freund*innen der Beratungsstelle zwei kleine Atempausen zur Verfügung – mittels QR-Code auf einer Tasse, die uns auch im Alltag daran erinnern soll. Die Tasse ist gegen eine Spende (Richtwert 10-20 €) in der Beratungsstelle erhältlich.

Am liebsten würde ich an dieser Stelle mein Vorwort beenden, um keine weiteren Worte suchen zu müssen, wofür ich kaum Worte habe und daneben alles klein und nichtig erscheint. Und doch:

Impressum
Herausgegeben wird der Newsletter von der C.A.B.S.
Schrenkstr.3, 80339 München
(089)5003 55 20
ViSdP: Regina Lange-Rönning

caritas

- Heute sitzen uns hochbetagte Klient*innen gegenüber, die aus aktuellem Anlass schwer bewegt von längst vergangenen Zeiten berichten.

- Heute sitzen wir unseren Kindern gegenüber, denen wir einen Krieg erklären sollen, der uns selbst Angst macht.

- Heute betreuen wir wieder geflüchtete Menschen mit HIV und versuchen, sie so schnell wie möglich ans medizinische System anzudocken.

Woraus schöpfen wir? Was gibt uns Kraft?

Aus leeren Schalen können wir nicht geben. Wir müssen uns gut mit Selbstmitgefühl ausstatten, um anderen mit Mitgefühl begegnen, um andere unterstützen zu können. Das heißt: Wir verfügen nicht über weniger Mitgefühl, wenn wir uns keine Kriegsbilder ansehen, wenn wir uns um Alltagsdinge kümmern, wenn wir uns auch immer wieder um uns selbst kümmern.

In diesen Tagen freue ich mich sehr über eine Rückmeldung aus dem Ordinariat. Wir hatten um Unterstützung für ukrainische Dolmetscher für die Klinik gebeten. Die Antwort lautete: „Sie bekommen, was sie benötigen!“

Solche entlastenden Momente wünsche ich uns allen für die nächste Zeit.

Herzliche Grüße aus der Beratungsstelle

Regina Lange- Rönning

Die CABS wird 35 Jahre alt.

35 Jahre Arbeit mit Menschen, die auf ihrem Lebensweg besonders herausgefordert sind.

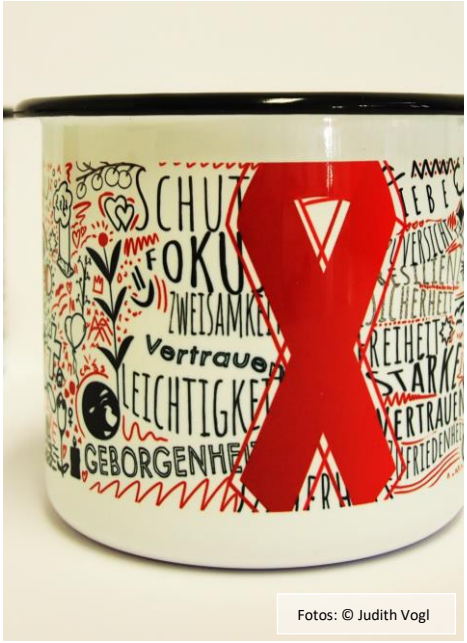
35 Jahre, um in der Schwere die Leichtigkeit einzuladen.

35 Jahre, die immer wieder Atempausen geben.

Davon erzählt die unkaputtbare Tasse aus Emaille.

Eine Tasse für Atempausen: Als Einladung, bei sich selbst anzukommen.

Atempausen, das sind Gedankenreisen, die unsere Resilienz, unsere Widerstandskraft im Alltag stärken.



Fotos: © Judith Vogl

35 Jahre
AIDS-Beratungsstelle der Caritas in München

Foto: © Judith Vogl

Atempausen – die Tasse

Ein Gefäß zum Durststillen – mit heißem Tee oder Kaffee am Schreibtisch genauso wie mit kühlem Wasser auf einer Wanderung - dieser Becher ist der perfekte Begleiter: Leicht und stabil aus robuster Emaille.

Natürlich nachhaltig gefertigt in einem kleinen mittelständischen Unternehmen im Allgäu.

Einmal drehen … und eine Überraschung entdecken … der QR-Code …

… führt exklusiv für Tasseninhaber*innen zu **zwei entspannenden Gedankenreisen!**

Einsetzbar im Alltag als kraftschöpfende Pause, zum Stressabbau und Energieschöpfen oder als Verwöhn-Moment zu Hause und zum beruhigenden Einschlafen.

Autorin und Sprecherin der Gedankenreisen ist unsere Kollegin Anja von Wins.

Die Atempausen-Tasse bekommen Sie von uns gegen eine Spende (Richtwert € 10-20)

Tel.: (089) 500 355 20
Email: aidsberatung@caritasmuenchen.de

Foto: © Judith Vogl

In diesem Sinne zum 35-jährigen Jubiläum:
„Hoch die Tassen!“

Das Team der C.A.B.S.
besitzt aktuell 91 Jahre Expertise zu HIV

Collage:©Judith Vogl

Innenansichten: Sechs Fragen an den Bereich Beratung

beantwortet hat diese Fragen Andrea Aichberger

Wenn Du den heutigen Status quo betrachtest, wie haben sich die Angebote in der Beratung verändert?

Am eigentlichen Gesprächs- und Beratungsangebot hat sich wenig verändert. Nach wie vor unterstützen wir HIV-positive Menschen in ihrer individuellen Situation und bei der jeweiligen Problemstellung, mit der sie sich an uns wenden. Von der Alltagsbegleitung bis hin zu psychosozialen Problemen versuchen wir sehr flexibel auf alles einzugehen was sie belastet.

Auch ist nach wie vor der Großteil der Beratungsarbeit im persönlichen Kontakt über einen längeren Zeitraum. Die anonyme telefonische Beratung gibt es zwar weiterhin, allerdings ist mir aufgefallen, dass hier seit einiger Zeit deutlich weniger Anfragen kommen.

Seit knapp zehn Jahren gibt es auch die Online- Beratung, die sich über die Jahre und mit der Digitalisierung immer weiterentwickelt hat. Hier kommen regelmäßig Anfragen insbesondere mit Fragestellungen zu einer möglichen Infektion.

Neu ist, dass wir seit etwa einem Jahr selbst HIV-Schnelltests in unserer Beratungsstelle durchführen. Die Nachfrage ist sehr hoch, so dass wir inzwischen an allen Werktagen die Testung anbieten. Auch sind alle Mitarbeiterinnen für die Durchführung des HIV-Tests qualifiziert worden.

Was wird aus Deiner Sicht in Zukunft nötig sein, worauf kommt es in der Beratung an?

Klient*innen, die zu uns kommen haben häufig viel komplexere Problemstellungen als noch von 10 Jahren. Selten ist es HIV allein, zu der Krankheitsbewältigung kommen Schwierigkeiten bis Notsituationen hinzu, wie zum Beispiel Wohnungslosigkeit, Schulden, Sprachbarrieren, Probleme in der Familie sowie mit dem sozialen Umfeld, quälende Einsamkeit und ähnliches mehr. Dadurch sind die einzelnen Beratungen umfangreicher und vielschichtiger geworden. Jedoch spielt die HIV-Infektion als Hintergrund immer eine Rolle, auch immer noch wegen Diskriminierung und Stigmatisierung, auf die es zu reagieren gilt.

Es ist unabdingbar wichtig, sich ständig fortzubilden, um auf dem aktuellen Stand zu bleiben. Traumata durch Flucht und Vertreibung spielen oft eine Rolle. PrEP[1], ChemSex[2], unterschiedliche sexuelle Identitäten sind nur einige Beispiele für neues Wissen, das notwendig ist. Aber natürlich auch die Weiterentwicklung in der HIV-Forschung mitzuverfolgen.

Sensibilität und Empathie ist in der Beratung unerlässlich, gleichzeitig ist es nötig auf die eigenen Grenzen zu achten und sich zu schützen, um psychisch gesund zu bleiben.

---

[1] PrEP.: Präexpositionsprophylaxe bezeichnet die Einnahme eines HIV-Medikaments zur Vorbeugung vor einer Ansteckung mit HIV
[2] Chemsex: Drogeneinnahme bei Sexualität als szenenkulturelles Phänomen

Welche Herausforderungen siehst Du in den nächsten Jahren für die Beratung, welche Kompetenzen, welche veränderten Bedingungen wird es brauchen?

Den Blick auf das Ganze beizubehalten. Und zwar gilt das in jeder Hinsicht, also auch in Bezug auf die erforderlichen Kompetenzen, die deutlich komplexer geworden sind. Es wird wohl auch mehr Organisationstalent brauchen.

Gleichzeitig ist es wichtig, den Blick auf den Einzelnen nicht zu verlieren: auf seine/ihre persönliche Not, aber auch die vorhandenen eigenen Ressourcen.

Wie wird sich aus Deiner Sicht die Zielgruppe verändern?

Sie hat sich ja bereits deutlich verändert, seit Ende der 80-er Jahre. Das, was wir gerade sehen, wird sich wohl so fortsetzen:

Auf der einen Seite testen und beraten wir präventiv in der Allgemeinbevölkerung. Auf der anderen Seite haben wir in hohem Maß multimorbide Klient*innen und schwerst-erkrankte Late Presenter[3].

Durch Fluchtbewegungen kommen wir mit HIV-positiven Menschen aus verschiedenen Kulturkreisen in Kontakt. Die Kommunikation ist herausfordernd auf sprachlicher Ebene, in der Sensibilität für die unterschiedlichen Kulturen und vor allem wegen oftmals heftiger traumatischer Erlebnisse, die mit Schweigen, Scham und schweren seelischen und körperlichen Auswirkungen einhergehen.

Und dann gibt es noch diejenigen, die heute ein hohes Lebensalter erreicht haben, wir begleiten sie beim Altwerden und bis zum Tod. Ein normales Altenheim nimmt HIV-positive Menschen häufig nicht auf, wir sehen hier einen dringenden Bedarf einer adäquaten Einrichtung. Unsere Vision ist es, ein Haus zu haben, in dem HIV-positive Menschen im Alter würdevoll leben können.

Welche Wünsche hast Du für die Zukunft?

Ich wünsche mir, dass unser C.A.B.S.-Team diesen guten Zusammenhalt beibehält, den es hat. Genau damit schaffen wir auch die teilweise sehr belastenden Situationen.

Und natürlich, dass unser Beratungsangebot weiterhin so gut angenommen wird.

Was möchtest Du noch persönlich anmerken?

Auch nach fast 11 Jahren mache ich die Arbeit hier in der Beratungsstelle sehr gerne.

Es ist Zeit für jede/n einzelnen Ratsuchende/n, und jede/r darf mit seinen/ihren Problemen da sein. Und das finde ich sehr schön.

Vielen Dank für dieses Interview!

[3] Late Presenter: Personen, deren HIV-Infektion erst in weit fortgeschrittenem Krankheitsstadium bzw. starker Immunschwäche diagonstiziert und behandelt werden.

Aus der Prävention

Das Neueste in Kürze

Präventionsveranstaltungen finden wieder vermehrt in Präsenz statt +++ Unsere Ausstellung Only Human geht wieder auf Wanderschaft +++ HIV-Schnelltest wird sehr stark nachgefragt +++ MeinLeben! wurde um einen interaktiven Bildschirm erweitert +++

Der Internationale Frauentag auf Instagram
-und was dieser mit HIV und unserer Beratungsstelle zu tun hat-

Der 8. März ist seit 111 Jahren internationaler Frauentag. Für diesen Aktionstag existiert eine Reihe an Bezeichnungen, wie z.B. Weltfrauentag, Feministischer Kampftag oder einfach Frauentag. All diese Begriffe vereint jedoch der Einsatz für die Gleichberechtigung und gegen Diskriminierung von Frauen*.

Zum Weltfrauentag im Jahr 2018 hat unsere Beratungsstelle die Kampagne *#Un(d)sichtbar* gestartet und damit zu Solidarität mir HIV-positiven Frauen* aufgerufen.

HIV-positive Frauen* erleben immer wieder Alltagsdiskriminierung und werden in der Öffentlichkeit kaum wahrgenommen. Viele verheimlichen oftmals ihre Krankheit, ziehen sich zurück und führen ein Leben des Versteckens in Scham und auch in Einsamkeit.

Diese Themen sind auch heute, vier Jahre nach dem Start der Kampagne, noch aktuell, weshalb wir *#Un(d)sichtbar* dieses Jahr zum Weltfrauentag erneut nutzen – und zwar auf unserem Instagramkanal *cabs_muc*.

Die Plakat-Kampagne erhält in Form eines Videos eine neue Perspektive und Nähe, erweckt die Bilder aus 2018 mit neuem Leben.
Jeder Tag ist feministischer Kampftag, weil Frauen* jeden Tag gegen Sexismus, Diskriminierung und für Gleichberechtigung kämpfen.

Das Video kann unter diesem Link aufgerufen werden- bitte kopieren und im Browser eingeben!

https://www.instagram.com/reel/Ca1tWT0owK-/?utm_source=ig_web_copy_link

18. Münchner AIDS und COVID Tage 2022

Auf dem Fachkongress, der vom 25.-27. März stattgefunden hat, waren wir sehr aktiv beteiligt. Trotz coronabedingter Ausfälle bei den Kolleginnen konnten wir alle unsere Beiträge voll leisten.

An unserem Infostand hatten wir viele interessante Gesprächspartner*innen, es gab sowohl die Wiedersehensfreude mit „alten Bekannten“ als auch ganz neue Kontakte.

Besonders gefreut haben wir uns auch über den Besuch von Prof. Hermann Sollfrank, der seit Oktober 2021 neuer Diözesan Caritasdirektor ist. Er folgte damit unserer Einladung, sich auf diese Weise über unsere Arbeit zu informieren, was er mit hohem Interesse und eingehenden Nachfragen tat. Sichtlich begeistert war er auch von unseren Atempausen-Tassen, die hier erstmals vorgestellt wurden.

v.l. A. Aichberger (CABS), Prof. H. Sollfrank, (Diözesan-Caritasdirektor) und die Atempausen -Tassen

v.l. W. Strobel-Wintergerst, C. Klaus, M. Lazeta, Prof. H. Sollfrank, A. Aichberger

Unsere Ausstellung Mein Leben! (links im Bild zu sehen) präsentierte erstmals die neue interaktive Audiofunktion, die man vor Ort auch sofort ausprobieren konnte.

Unser Corona-Inforaum stand gut präsent im Eingangsbereich, so dass die Kongressbesucher*innen sich auf einer großen Projektionsfläche sofort einen Eindruck von diesem digitalen Lern- und Info- Medium machen konnten, in der Fakten, Hintergründe und Wissen zum Thema Corona leicht verständlich aufbereitet und interaktiv abrufbar sind. Wir setzen in der HIV-Präventionsarbeit ebenfalls einen digitalen Inforaum ein.

Der Workshop B27 „Sozialarbeit – Neue Herausforderungen – HIV und HCV“ mit den Vorträgen von Alexandra Maier (C.A.B.S.): Digitalisierung in der Sozialarbeit und Thomas Steinforth: Soziale Arbeit im Kontext HIV: Was heißt da „christlich“? wurde von uns geleitet und moderiert.

Alle Fotos auf dieser Seite: © C.A.B.S.

Aus dem Team

Liebe Leser*innen,

mein Name ist Magdalena Beier und seit Mitte Februar arbeite ich als Sozialarbeiterin in der Psychosozialen AIDS-Beratungsstelle der Caritas in Teilzeit. Vor meinem Wechsel war ich über sechs Jahre in der Asylsozialberatung der Caritas in einer Gemeinschaftsunterkunft im Osten von München tätig. Ich freue mich auf die neuen Tätigkeitsfelder und lerne im Moment die unterschiedlichen Aufgabenbereiche der Beratungsstelle sowie die Menschen, die zu uns kommen, kennen. Mein Aufgabenschwerpunkt wird in der Beratung sein und ich blicke gespannt auf die kommende Zeit und wurde sehr gut im Team der C.A.B.S aufgenommen.

Herzliche Grüße

Magdalena Beier

Foto:©Judith Vogl

Aktuelle News:

Die Atempausen-Tassen sind ab sofort auch in der Stachus-Apotheke am Goetheplatz, München erhältlich!

Foto:© Andrea Aichberger

Unterstützen Sie unsere Arbeit – mit Ihrer Spende!

Spendenkonto: Bank für Sozialwirtschaft
IBAN: DE74 7002 0500 8850 0004 01
BIC: BFSWDE33MUE
Bitte geben Sie als Verwendungszweck an: Kostenstelle 421510

- ☑ Wir garantieren, dass Ihre Spende ankommt, dafür sind wir mit dem DZI-Spendensiegel ausgezeichnet
- ☑ Sie erhalten eine Spendenquittung.
- ☑ Sie können Ihre Spende gezielt einsetzen. Schreiben Sie in den Verwendungszweck neben die Kostenstelle ein Stichwort: Klient, Notfall, Prävention o.ä.

Vielen Dank für Ihre Unterstützung
Ihr C.A.B.S. Team

DZI Spenden-Siegel – Seit 1996 jährlich ausgezeichnet!

caritas