



AIDS-Hilfe
Freiburg e.V.

AIDS-Hilfe Freiburg e.V.

Büngenreuterstraße 12

79106 Freiburg

Telefon/Büro: 07 61/27 69 24

Telefon/Beratung: 07 61/1 94 11

Telefax: 07 61/28 81 12

E-Mail: AIDS-Hilfe-Freiburg@t-online.de

Öffnungszeiten

Montag - Freitag 10.00-13.00 Uhr

Montag /Dienstag /Donnerstag: 15.00-17.00 Uhr

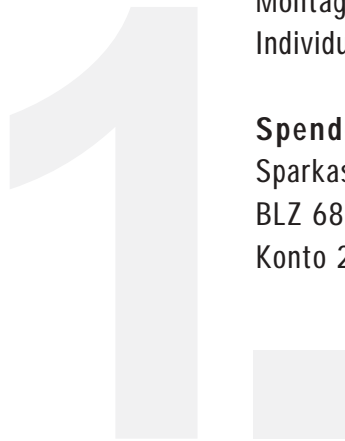
Individuelle Abendtermine nach Vereinbarung

Spendenkonto

Sparkasse Freiburg/Nördlicher Breisgau

BLZ 680 501 01

Konto 209 22 74



Engagement
Zu**h**ören können
Toler**a**nz und Solidarität
Zuverlässig**e**it
Akzeptanz verschieden**e**ster Lebensstile
Kont**a**ktfreudigkeit
Spaß an der Team**a**rbeit
Mut



1. **Titel**
2. **Inhalt**
3. **»Wie alles begann«**
Die Entwicklung der AIDS-Arbeit – ein kurzer geschichtlicher Überblick
4. **Leben mit HIV und AIDS heute**
Therapie
psychisch-soziale Aspekte
5. **Das Ehrenamt**
 - 5.1 **Erfahrungsberichte von Ehrenamtlichen**
in der Prävention und JVA
 - 5.2 **Ehrenamtliche Mitarbeit**
Bedeutung des Ehrenamtes
Ein paar Worte zur Motivation
 - 5.3 **Anforderungen**
Anonymität und Schweigepflicht
unentgeltliche Tätigkeit
Toleranz
Zuverlässigkeit, etc..
Zeitraumen ca. 2-6 Stunden pro Woche
Weiterbildung und Schulung für Neueinsteiger
 - 5.4 **»Wenn Sie sich entschieden haben«**
Ablauf
Kontaktaufnahme mit der AIDS-Hilfe Freiburg
Erstgespräch mit Ansprechpartner
Gruppentermin
gemeinsames Finden einer geeigneten Aufgabe
Betreuung
regelmäßige Treffen
6. **»zum guten Schluss«**
Das Ende der Tätigkeit





3. »Wie alles begann«

Die Entwicklung der AIDS-Hilfe-Arbeit – ein kurzer geschichtlicher Überblick

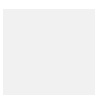
Die Wiege der Arbeit mit HIV-infizierten und an AIDS erkrankten Menschen steht in San Francisco. In den 70er Jahren, der Zeit der Blumenkinder und Hippies, war die aufgeschlossene, kosmopolitische Stadt zu einem Eldorado für Schwule geworden, die aus vielen Teilen der USA dorthin umsiedelten. Entsprechend hart wurde San Francisco Anfang der 80er Jahre von AIDS getroffen.

Im Februar 1982 gründete dort die Gay-Community einen telefonischen Info- und Beratungsdienst, kurze Zeit nachdem die ersten gehäuften Fälle von AIDS bekannt wurden. Es entwickelten sich private Hilfsorganisationen, mit vielen freiwilligen Helfern, die von Privatleuten, Firmen, Banken und der Stadt finanziell unterstützt wurden.

San Francisco wurde im Lauf der nächsten Jahre, in denen auch in anderen Teilen der Welt (auch Deutschland) die ersten Fälle von AIDS auftraten, zum Modell für den humanitären Umgang mit den von AIDS betroffenen Menschen.

In Deutschland entwickelten sich ab 1983 Selbsthilfegruppen und Interessenvertretungen von und für schwule Männer zu AIDS-Hilfen weiter und wurden zur Anlaufstelle und zum Forum für alle Menschen mit HIV und AIDS und für Individuen und Gruppen, die von der Infektion bedroht sind.

Während in den ersten Jahren eine AIDS-Erkrankung noch ein Todesurteil war, und somit eine ehrenamtliche Betreuung häufig Sterbebegleitung bedeutete, nimmt durch medizinische Entwicklungen die Lebenserwartung von Menschen mit HIV und AIDS stetig zu. Dies bedeutet allerdings nicht, dass ehrenamtliche Arbeit deswegen weniger notwendig ist. Lediglich die Aufgabenfelder haben sich verändert. Sozusagen von der Sterbe- zur Lebensbegleitung. Denn trotz der antiretroviralen Therapiemöglichkeiten und Medikamente, vielfältiger Präventionsmöglichkeiten gegen die opportunistischen Infektionen und der damit verbundenen erhöhten Lebenserwartung ist AIDS noch nicht besiegt und viele Betroffene erleben Einschränkungen unterschiedlichster Art und Weise.





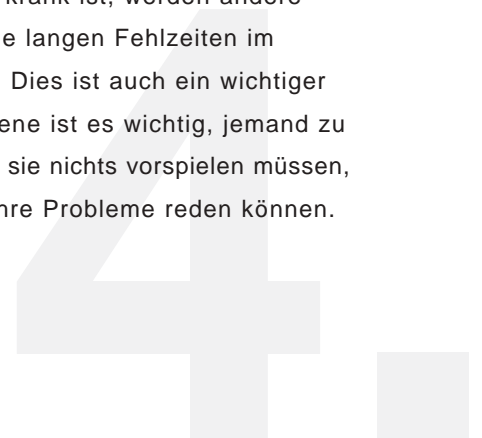
4. Leben mit HIV und AIDS heute

AIDS ist immer noch nicht heilbar. Inzwischen gibt es jedoch, wie schon erwähnt, eine Reihe von Medikamenten, die den Krankheitsverlauf günstig beeinflussen können: die sogenannten Virushemmer. Zudem ist heute möglich, viele opportunistische Infektionen frühzeitig zu erkennen und erfolgreich zu behandeln, teilweise sogar vorzubeugen. Virushemmende Medikamente verlängern i.d.R. die symptomfreie Zeit oder bessern Symptome. Sie bewirken, dass die Zahl der Helferzellen zu und die der freien Viren ("Viruslast") im Blut abnimmt, und somit das Immunsystem verbessert und die Virusvermehrung verringert wird. Diese sogenannten Kombi-Therapien ermöglichen es heute vielen HIV-positiven Menschen länger relativ beschwerdefrei in Hinblick auf HIV/AIDS zu leben, verursachen aber zum Teil massive Nebenwirkungen, wie Kopfschmerzen, Magen-Darm-Beschwerden, Schlafstörungen, Depression u.ä.. Dazu treten in letzter Zeit gehäuft Langzeitnebenwirkungen auf, wie Schädigungen der inneren Organe, v.a. der Leber, Gelenkarthrosen, Fettumverteilungsstörungen, etc.. Diese physischen Belastungen ziehen natürlich auch seelische Nöte mit sich. Zum einen wird man allein durch die in sehr regelmäßigen Abständen erforderliche Medikamenteneinnahme tagtäglich an seine Krankheit erinnert, zum anderen lebt man trotz dieser Medikamente nicht beschwerdefrei, kann aber auch nicht auf sie verzichten. Ein weiteres Problem ist, dass sich häufig nach einem bestimmten Zeitraum Resistenzen gegenüber den Medikamenten entwickeln, und so die Therapien immer wieder umgestellt werden müssen.

Neben diesen durch Therapien und körperliche Beschwerden hervorgerufenen Probleme kommen häufig noch psychosoziale Schwierigkeiten hinzu, die oftmals gesellschaftlichen Ursprungs sind. Eine HIV-Infizierung, bzw. eine AIDS-Erkrankung immer noch ein gesellschaftliches Stigma, denn es berührt Themen wie Sex zwischen Männern, Sex außerhalb fester Beziehungen, Gebrauch illegaler Drogen, Sterben und Tod.

Wer als Betroffenen offen mit ihrer/seiner Erkrankung lebt, muss sich oftmals mit dem Zurückziehen von Freunden und Verwandten, mit Diskriminierung auseinandersetzen. Viele Betroffene leben daher seit Jahren mit ihrer Krankheit, ohne dass Angehörige, Freunde, Bekannte, Kollegen davon wissen, aus Angst gemieden zu werden oder sich mit Dingen konfrontiert sehen, die sie öffentlich nicht erzählen wollen.

Wenn es nicht mehr geheimgehalten werden kann, dass man krank ist, werden andere Krankheiten, wie z.B. Krebs o.ä., "vorgeschoben", um z.B., die langen Fehlzeiten im Betrieb oder die Frührente mit 35 Jahren erklären zu können. Dies ist auch ein wichtiger Punkt, wo ehrenamtliche Betreuung ansetzt. Für viele Betroffene ist es wichtig, jemand zu haben, bzw. zu kennen, dem sie sich anvertrauen können, dem sie nichts vorspielen müssen, der keine Berührungsängste hat und bei dem sie offen über ihre Probleme reden können.





5. Das Ehrenamt

5.1. Erfahrungsberichte

Ehrenamtliche Betreuung in der JVA - Eva

"Ich bin seit eineinhalb Jahren in der Knastbetreuung, alle zwei Wochen besuche ich einen Inhaftierten. Thema ist dabei meist weniger die HIV-Infektion als seine Situation in der JVA und die Probleme, die eine Haftzeit mit sich bringt. Wenn ganz aktuell Probleme anstehen, z.B. mit der ärztlichen Betreuung, versuche ich von außen Unterstützung und Hilfe für den Gefangenen zu erreichen. Die Knastwelt mit ihren eigenen Regeln ist mir fremd und ich finde es interessant, darin Einblick zu erhalten. Es ist manchmal schwer sich in der begrenzten Zeit und in dem begrenzten Raum aufeinander einzulassen. Für den Gefangenen ist es wichtig, einen Ansprechpartner von außen zu haben, der ihn als Mensch mit seiner Geschichte und seinem Schicksal wahrnimmt. "Mir macht es Spaß, von diesem anderen Leben zu erfahren und zuzuhören."

Schwule Präventionsgruppe -Thorsten, 22 Jahre

Seit dem Frühjahr 2000 bin ich ehrenamtlich in der schwulen Präventionsgruppe der AIDS-Hilfe Freiburg tätig. Durch die gemeinsamen Treffen und die vielen verschiedenen Events, bei denen wir präsent sind, wie z. B. "Ball VerQueer", "SchwuLesDance" im WALDSEE, "Schwules Sommercamp" in Markelfingen am Bodensee wurde ich um viele Erfahrungen und Sternstunden bereichert.

Durch die Präventionsarbeit zum Thema Homosexualität und AIDS versuchen wir auch Schwellenängste und Hemmungen abzubauen, sowie das Selbstbewusstsein eines Schwulen zu stärken, wobei auch ich sehr viel hinzugelernt habe. Ebenso bin ich in diesem Umfeld um sehr viele Freunde reicher geworden, Menschen, die genauso fühlen und denken wie ich und die mir in schwierigen Momenten meines Coming-Outs sehr viel Kraft gaben. Zum anderen werde ich auch im Umgang mit meiner Homosexualität immer offener und freier, was dazu beiträgt, dass ich immer mehr zu dem werde, was ich bin. Ein Abenteuer, auf das es sich einzulassen lohnt.





5.2 Ehrenamtliche Mitarbeit - Bedeutung des Ehrenamts

Die Gründung der ersten AIDS-Hilfen im Jahre 1983 war v.a. von schwulen Männern initiiert, die sich und ihre Lebenswelt von der neuen Krankheit bedroht sahen. Die Absicht, innerhalb der Szenen aufzuklären über Infektionswege, Betroffenen zu helfen und sich politisch zu engagieren führte zum Zusammenschluss zu einer Selbsthilfebewegung. Mit der Zeit öffnete sich diese Bewegung auch für andere von der Krankheit betroffene Gruppen. Primäre Zielgruppen der Arbeit sind heute Menschen mit HIV und AIDS unabhängig von Alter, Geschlecht, sozialer Schicht, sexueller Orientierung und nationaler Herkunft. Die von Ehrenamtlichen getragene Arbeit benötigte bald organisatorische Strukturen, da die Zahl der Menschen, die dort Rat suchten, sehr rasch anstieg. Die verschiedenen Gruppen und Netzwerke schlossen sich unter dem Dachverband der Deutschen AIDS-Hilfe e. V. (DAH) in Berlin zusammen.

Es kamen bald vielfältige neue Aufgaben in der Prävention und auf Gebieten des Sozialrechts und der Medizin hinzu, so dass dafür ausgebildete Sozialarbeiter/innen eingestellt wurden.

Das Prinzip der Arbeit wird damals wie heute von der Idee getragen: "Hilfe zur Selbsthilfe", d. h. Betroffene und Angehörige zu unterstützen und zu begleiten auf dem Weg zum aufgeklärten Menschen mit HIV und AIDS.

Da Sie sich bei uns nicht vertraglich verpflichten, mit Ausnahme der Schweigepflichterklärung, ist ein Ausstieg selbstverständlich auch zu anderen Zeitpunkten möglich. Aber auch dann würden wir uns eine Mitteilung darüber von Ihnen wünschen.

Ein paar Worte zur Motivation der ehrenamtlichen MitarbeiterInnen

"Ich möchte irgendwie etwas Sinnvolles tun!" Diesen Weg haben viele Menschen eingeschlagen und überall auf der Welt engagieren sie sich in ihrer Freizeit und leisten damit unentgeltlich wertvolle Beiträge für das Gemeinwesen. Ohne diese Unterstützung wäre diese Arbeit in ihrem Umfang kaum möglich. Die Tätigkeit sollte grundsätzlich den persönlichen Wünschen und Neigungen entsprechen. Ehrenamtliche MitarbeiterInnen sind Menschen, die bisher in Ihrem Leben wenig Berührungspunkte mit Menschen aus den Hauptbetroffenengruppen hatten oder sie sind z.T. selbst von HIV betroffen und haben ihnen nahestehenden Menschen bereits durch AIDS verloren. Sie fühlen sich verbunden mit Menschen, die von Diskriminierung und Isolation bedroht sind und setzen sich ein für ein gesellschaftliches Klima von Toleranz und Solidarität.

Die AIDS-Hilfe Freiburg e. V. bietet allen Interessierten die Möglichkeit, an einem regelmäßigen Gruppenabend teilzunehmen, der als Forum dient, sich über Erfahrungen in der Betreuungsarbeit austauschen zu können und/oder sich Tipps zu holen. Diese Abende werden angeleitet von einem/einer erfahrenen Sozialpädagogen/in.

Ein Teil des Abends dient der Informationsvermittlung zu bestimmten gerade aktuellen Themen, z.B. im Sozialrecht oder zu medizinischen Fragestellungen. Im Wechsel dazu werden Supervisionseinheiten angeboten; hier werden Probleme innerhalb der Betreuungsbeziehung geklärt.



5.3 Anforderungen

Die ehrenamtliche Mitarbeit bei der AIDS-Hilfe Freiburg e.V. wird grundsätzlich nicht finanziell vergütet. Diese Tätigkeit begründet sich im Wesen der ehrenamtlichen Tätigkeit selbst.

Eine wichtige Voraussetzung bei uns aktiv werden zu können, ist die Fähigkeit zur Toleranz und Akzeptanz unterschiedlicher Lebensstile.

Eine gewisse Verpflichtung besteht ebenso an den ca. 4-wöchigen Gruppenabenden teilzunehmen oder bei Verhinderung, telefonisch abzusagen.

Der Zeitaufwand, den man für die ehrenamtliche Mitarbeit einplanen sollte, liegt erfahrungsgemäß bei ca. 2 bis 6 Stunden pro Woche.

Außerdem wünschen wir uns, um den Betroffenen gegenüber eine gewisse Kontinuität in der Verfügbarkeit einer Bezugsperson gewährleisten zu können, die Bereitschaft für mindestens ein Jahr ehrenamtlich mitarbeiten zu wollen.

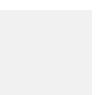
Ein wichtiges Anliegen war und ist auch die Stärkung des Selbstbewusstseins von Individuen und Gruppen, die von AIDS betroffen sind. Trotz der oben beschriebenen Professionalisierung der Arbeit beruht ein wesentlicher Teil der Arbeit ja nach örtlicher AIDS-Hilfe in unterschiedlicher Ausprägung auf ehrenamtlicher Tätigkeit.

Ehrenamtliche MitarbeiterInnen werden z.B. in der JVA-Betreuung aktiv, unterstützen einzelne Betroffene in alltagspraktischen Dingen oder verbringen die Freizeit gemeinsam.

Andere engagieren sich in den verschiedensten Bereichen der Präventionsarbeit oder begleiten Betroffene während ihres Klinikaufenthalts.

Die Deutsche AIDS-Hilfe (DAH) bietet für Ehrenamtliche MitarbeiterInnen Grundausbildungen zur Vorbereitung auf diese Tätigkeiten an ("Einsteigerschulung" und "Beraterseminar"). Die Schwerpunkte liegen bei diesen Veranstaltungen weniger in der Wissensvermittlung nach schulischem Muster, sondern vielmehr in der Initiierung von persönlichen Lern- und Wachstumsprozessen.

Vermittelt werden natürlich auch Grundlagen zur HIV-Infektion und AIDS-Erkrankung, zu Übertragungswegen oder zu sozialrechtlichen Fragestellungen. In den Bereichen Beratung und Betreuung werden Kompetenzen vermittelt für den Aufbau unterstützender Beziehungen zu den Ratsuchenden und den zu betreuenden Menschen, sodass in einzelnen Fällen Kriseninterventionen, sowie Krankheits- und Sterbebegleitung geleistet werden können.





5.4 Wenn Sie sich entschieden haben...

... nun ehrenamtlich in der AIDS-Hilfe Freiburg tätig werden zu wollen ist folgender formale Ablauf vorgesehen: Nach der persönlichen, telefonischen oder schriftlichen Kontaktaufnahmen mit der AIDS-Hilfe Freiburg folgt ein Erstgespräch mit dem zuständigen Ansprechpartner. Hierbei geht es in erster Linie um die Motivationsklärung, welche Vorstellung über die mögliche ehrenamtliche Arbeit mitgebracht werden, welche Möglichkeiten ehrenamtlicher Arbeit es gibt, wie die AIDS-Hilfe Freiburg arbeitet und welche Anforderungen seitens der AIDS-Hilfe Freiburg gestellt werden. Nach diesem Erstgespräch folgt der Besuch eines Gruppentreffens der ehrenamtlichen MitarbeiterInnengruppe. Zum einen um die anderen ehrenamtlichen MitarbeiterInnen kennenzulernen und zum anderen die verschiedenen Arbeitsfelder aus deren Sicht geschildert zu bekommen.

Im Anschluss wird gemeinsam versucht eine passende Aufgabe zu finden, die dann in der Betreuungs- oder in der Öffentlichkeitsarbeit liegen kann.

Wenn Sie nun tätig sind, ist es für Sie und für uns wichtig, dass Sie an den regelmäßigen monatlichen Gruppentreffen teilnehmen. So können mögliche Unklarheiten oder Probleme relativ schnell aufgegriffen und geklärt werden.

Natürlich können Sie sich auch jederzeit mit aktuellen Fragestellungen oder Schwierigkeiten an das AIDS-Hilfe-Team wenden.

6. Zum guten Schluss

Ehrenamtliches Engagement ist keine lebenslange Verpflichtung. Es gibt viele Gründe eine ehrenamtliche Mitarbeit zu beenden. Persönliche oder berufliche Lebensumstände können sich verändern oder andere Interessen an Gewicht gewonnen haben.

Erfahrungsgemäss fällt der Einstieg in die ehrenamtliche Mitarbeit oftmals leichter als der Ausstieg. Es fällt schwer sich offiziell von der ehrenamtlichen Mitarbeit zu verabschieden, da häufig ein starkes Gefühl der Verpflichtung oder Verantwortung gegenüber der übernommenen Aufgabe besteht. Diese Konfliktsituation kann dazu führen, dass EhrenamtlerInnen unzufrieden und unmotiviert werden.

Daher wünschen Wir uns von Ihnen, dass Sie es rechtzeitig mitteilen, wenn Sie Ihre Arbeit bei uns beenden wollen - aus welchen Gründen auch immer.

Für unsere Arbeit und Planung ist es wichtig, dass Sie sich zumindest für ein Jahr bei uns engagieren. Danach können wir gemeinsam überprüfen, ob Sie weiter mitarbeiten wollen oder können. Wenn dies nicht der Fall sein sollte, gibt Ihnen ein solches Treffen die Möglichkeit, sich ohne Druck und auch für uns nachvollziehbar zu verabschieden.

