

# Aksept

Nasjonalt helse- og sosialfaglig senter – for alle berørt av hiv

KIRKENS  
BYMISJON



# Mange lever fortsatt i skjul

Stigma er fortsatt mer utfordrende enn hiv-viruset

**Årsmelding2025**

# Kirkens Bymisjon, Aksept – en trygg nødhavn for mennesker som lever med hiv

Mange som lever med hiv tør ikke være åpne om dette. Stigma, ensomhet og frykt for å bli utstøtt gjør at hiv-diagnosen skjules og man blir tvunget til å leve med en hemmelighet.

Da Kirkens Bymisjon opprettet Aksept i samarbeid med Oslo kommune i 1987, var det for å møte en akutt krise. Nå er hiv en kronisk sykdom som kan behandles, men medisiner fjerner verken fordommer eller diskriminering. Vi vet at man kan leve gode, frie liv med hiv, men vi vet også at mange trenger Aksept for å komme dit.

## Aksept tilbyr

- Individuelle samtaler
- Et lavterskel møtested
- Kurs og samlinger
- Grupper og arrangementer
- Undervisning til studenter og helse- og sosialpersonell
- Hurtigtesting for hiv, samt forebyggende arbeid og informasjon til sårbare grupper

## Temaer i individuelle samtaler

De viktigste temaene som dukker opp i individuelle samtaler på Aksept er livsmestring, isolasjon, psykisk helse, ensomhet, seksuell helse og samliv, medisiner og bivirkninger, økonomi, bolig og praktisk hjelp.

## Mestringskurs og samlinger

Våre kurs bidrar til økt kunnskap, innsikt og mestring av diagnosen, og for mange gir deltakelse nye perspektiver til hvordan en bedre kan leve med hiv. Kursene vi gjennomførte i 2025 hadde en fornøydhetsgrad blant deltakerne på 97%. Alle kursdeltakere fyller ut evaluering av hvordan de opplevde kurset, samt svarer på spørsmål om hvordan hiv påvirker deres liv.

## Et sted hvor man kan møte andre i samme situasjon

Aksept er åpent alle hverdager, med faste samlinger onsdag, torsdag og fredag. Det er ukentlig gruppesamlinger, arrangementer og/eller faglig påfyll.

## Økt bevissthet i helsevesenet

Vi jobber for, og opplever, tettere kontakt med flere sykehus. Vi får henvendelse om flere nye brukere, både nydiagnostiserte og personer som har levd lenger med hiv, men ikke har hatt kontakt med oss. Vi har avtale om en månedlig «kontordag» på Ullevål sykehus, Infeksjonsmedisinsk poliklinikk, og har bl.a digitale samtaler med Sørlandet sykehus, hvor vi både informerer om vårt tilbud og tilrettelegger for likepersonersamtaler.

## Dette bør du vite

- Rundt 5400 personer lever med hiv i Norge i dag.
- Det var 208 nyregistrerte hiv-smittede i Norge i 2025.
- Det var 23 nye tilfeller av AIDS i 2025.
- Aksept hadde 1522 individuelle samtaler med mennesker som lever med hiv.
- 2253 besøkte våre aktiviteter.
- Vi gjennomførte 13 kurs med til sammen 212 deltakere
- Aksept fikk 72 nye brukere i 2025.



*Det er rart og godt  
å kjenne at det som  
er hemmelig i livet mitt  
plutselig er naturlig  
å snakke om.*



Takk for besøket og de fine samtalene, infeksjonslege Vegard Skogen!

# Barn og unge som lever med hiv

## Unge voksne-samling

Vi videreutviklet vårt tilbud til Unge voksne ved å ha et eget helgeseminar for denne målgruppen. Blant deltakerne er både personer som er født med hiv, og personer som har fått hiv senere i livet. På programmet sto blant annet grunnleggende kunnskap om hiv fra infeksjonslege fra OUS, seksuelt overførbare infeksjoner fra sykepleier fra Olafiaklinikken, og undervisning og workshop utviklet av Aksept om stigma og åpenhet. For første gang arrangerte vi Fortellerkafe med denne målgruppa. Noen av deltakerne delte sin hivhistorie, som igjen la grunnlag for at mange andre åpnet seg og fortalte om sine erfaringer. Vi så at dette bidro til åpenhet og at det skapte et støttende fellesskap mellom deltakerne.

Tilbakemeldinger fra deltakere på Aksept's Unge voksne-samling 2025:



*These kind of programs need to organize more and more so that we can have more friends who is living in the same conditions as me. It's make life little easier."*



*Det var en utrolig fin helg som overgikk alt av forventninger og fordommer. Lærte mye nytt, både om hiv, meg selv og min status."*

## Ungdomscamp

Også i 2025 arrangerte vi Ungdomscamp for personer mellom 13- 17 år som lever med hiv. På campen fikk vi besøk av infeksjonslege fra UNN, vi gjennomførte workshop om åpenhet og vi hadde Fortellerkafe. Nytt av året var at vi hadde mentorordning. Dette er tidligere deltakere som nå er unge voksne. De fire mentorene deltok hele ungdomscampen, og hadde en viktig rolle både sosialt og faglig. Dette fungerte svært godt og vil også videreføres i 2026.

Tilbakemeldinger fra deltakere på Aksept's Ungdomscamp 2025:



*Jeg vil vise de at hiv ikke er så farlig. La de bli komfortable. At de kan gå ut i verden og være selvsikre."*

Mentor 24 år om hvorfor han vil være med på Ungdomscampen til Aksept



*Jeg visste ikke hvordan ungdomscampen ville bli. Jeg var skikkelig spent! Det har vært så gøy! Møtt mange i samme situasjon som meg. Jeg er ikke alene."*

Deltaker, 15 år. Var på Ungdomscampen for første gang.

Bilder til venstre: God stemning og vellykkede samlinger både for ungdom og unge voksne.

### Samtaleverktøy

Vi har i mange år hatt et samarbeid med Karolinska Universitetssykehus i Stockholm og deres Barnhiv Centrum. Vi startet blant annet Hivskolen (Ungdomscamp) for barn etter deres modell i 2011.

Karolinska har sammen med organisasjonen Noaks Ark utviklet samtaleverktøy for å snakke med barn og unge om hiv. Vi har i 2025/2026 videreutviklet deres samtaleverktøy og laget norske versjoner.

Samtaleverktøyene er ikke bare for barn og unge, men kan benyttes av alle som lever med hiv - særlig de med lav helsekompetanse og der det er språkutfordringer. Verktøyene kan brukes av alle som jobber med mennesker som lever med hiv.

Det er tre samtaleverktøy:

1. *Samtalekort* - kort som visualiserer hva hivviruset gjør med kroppen, og hvordan medisinerne virker
2. *Mitt liv med hiv* - et samtaleverktøy for å reflektere over hvordan hiv kan påvirke ulike deler av livet, både positivt og negativt.
3. *Hivmedisiner* - et samtaleverktøy man kan bruke om det er utfordringer med etterlevelse av hivbehandling. Her kan man utforske hvorfor det er utfordrende å følge medisinregimet, og reflektere sammen om ulike løsninger.





# Oversette grupper i utsatte livssituasjoner

Vi jobber forebyggende mot mennesker i oversette grupper og i utsatte livssituasjoner, og som følge av dette kan være særlig utsatt for seksuell uhelse. Blant annet opplever migranter som lever med hiv ofte særlig store utfordringer. Mange kommer fra land der hiv fortsatt er forbundet med skam, frykt og diskriminering, og i noen tilfeller kriminalisering. Dette kan innebære sosial utstøtelse, tap av arbeid og i verste fall fare for liv og helse.

I Norge møter mange også barrierer i møte med det norske helse- og velferdssystemet. Språkproblemer, frykt for å bli «avslørt» og et ønske om å holde diagnosen skjult for familie, venner, tolker og personer fra samme land eller region, kan bidra til isolasjon. Dette kan igjen føre til feilinformasjon, misforståelser og manglende eller forsinket oppfølging.

Aksept's arbeid gjennom 40 år har gitt oss solid erfaring og dyp kunnskap om hvordan det er å leve med hiv i ulike befolkningsgrupper. Dette har styrket vår kompetanse innen språklig tilpasning og kultursensitivt informasjons- og samtalarbeid.

Gjennom Kirkens Bymisjon har vi tilgang til interne og eksterne nettverk av organisasjoner som arbeider med,

og for, migranter. Dette gir oss mulighet til å benytte «lånt tillit» fra samarbeidende tiltak, og dermed nå ut med målrettet informasjon og undervisning til ulike migrantgrupper.

Vi er blant annet jevnlig til stede ved Stovner frivillighets-sentral sin språkgruppe og kvinnegruppe, hvor vi informerer om smitteforebygging, hiv og seksuelt overførbare infeksjoner, samt tilbyr testing. Vi har også gjennomført undervisning for unge afrikanske menn i alderen 17–22 år, der temaet smitteforebygging skapte særlig engasjement, blant annet knyttet til kunnskap om risiko for alvorlige konsekvenser ved ubehandlede seksuelt overførbare infeksjoner.

Ukrainere er for øvrig også i 2025 den største gruppen migranter som lever med hiv. I fjor arrangerte vi to kurs spesifikt for denne gruppen.

## Dette bør du vite

**Rundt 85 % av nyregistrerte med hiv i Norge er smittet i utlandet.** Dette understreker behovet for målrettet informasjon, testing og oppfølging tilpasset personer med migrasjonsbakgrunn.

**Rundt 80 % av veiledningssamtalene ved Aksept er med migranter.** Dette viser at tjenestene i stor grad når en sårbar gruppe med sammensatte behov, inkludert språk, kulturforståelse og kjennskap til det norske helsevesenet.



# Økt kompetanse blant helse- og sosialpersonell og sykepleierstudenter

Også innenfor helsesektoren finnes det mangel på kunnskap og forståelse knyttet til det å leve med hiv. Aksept tilbyr undervisning om temaet både for ansatte og studenter.

## **Undervisning for helse- og sosialpersonell**

Undervisning for helse-, omsorgs-, og sosialpersonell i hele landet, med oppdatert kunnskap og fakta om hiv, skam, stigmatisering, og forebygging av hivsmitte og seksuelt overførbare infeksjoner

## **Undervisning for sykepleierstudenter**

Vi har inngått samarbeid med flere sykepleierutdanninger om å undervise om hiv, det å leve med hiv, samt forebygging av hiv og soi. Vi har ofte med en erfaringskonsulent, som deler sin historie og erfaringer om det å leve med hiv. Dette bidrar både til å øke kompetansen og til å endre holdninger og atferd.

## **Årlig fagkonferanse om hiv**

Aksept arrangerer årlig fagkonferanse for helse- og sosialpersonell som jobber innenfor hiv-feltet, med aktuelle fagtemaer og foredragsholdere. I 2025 deltok 100 personer, fysisk og digitalt på denne konferansen, som avholdes i oktober hvert år.

## **Dette bør du vite**

**Nærmere 700 helse- og sosialarbeidere samt studenter deltok på våre kurs og undervisninger i 2025.**

Gjennom kompetanseheving bidrar vi til økt kunnskap om hiv, redusert stigma og bedre oppfølging av personer som lever med hiv.

**Vi hadde undervisning om hiv, soi, seksuell helse, mm, for over 500 migranter i løpet av 2025.**

# Et mangfoldig tilbud

Aksept har et stort mangfold av brukere og tilbud, samt et solid nettverk bestående av både samarbeidspartnere, likepersoner og brukerråd.

## Forebygging

Forebygging er en sentral del av Aksepts arbeid. Vi når ut til risikoutsatte grupper med testing, kondomer og informasjon – og reduserer smitte gjennom målrettet innsats. I løpet av 2025 gjennomførte vi 312 hiv-hurtigtester og delte ut 25 000 kondomer på ulike steder i Oslo.

## Verdens aidsdag

Vi har tenkt nytt rundt vår markering av verdens aidsdag (1. desember). Vi har både arrangert den tradisjonelle markeringen i samarbeid med Hiv Norge, Døvekirken og Den norske kirke og samarbeidet om to markinger for migrantgrupper med Kirkens Bymisjon, PMV, Stovner frivillighetssentral, samt Somalisk Kvinnegruppe. På det sistnevnte arrangementet nådde vi ut til over 300 migranter med informasjon om seksuell helse og smitteforebygging. I tillegg har vi tatt initiativ til, og utviklet arrangementet Føkk hivstigma, som feiret fremskrittene på hivfeltet. Dette gjorde vi i samarbeid med Baba bar og Blikk. Det var panelsamtale med flere erfaringskonsulenter som lever med hiv, og lege Vegard Skogen. Ideen kom fra unge voksne som er født med hiv og som i mange år har deltatt på Ungdomscampen vår. De ønsket å endre fokuset fra fortid til nåtid, og kommunisere at de av oss som lever med hiv lever gode, lange liv uten å kunne overføre viruset (U=U).

## Kulturaktiviteter

Vi har i 2025 hatt flere kulturelle opplevelser sammen med våre brukere. Vi har blant annet sett Arven på Nasjonal teateret, Rocky Horror Show på Oslo Nye teater og vært på utflukt til Folkemuseet. Disse opplevelser bidrar til økt sosial deltakelse, nye perspektiver, bedre livskvalitet og styrket fellesskap. Før jul tok vi med en gruppe barn og foreldre på juleforestilling på Oslo Nye Teater. Flere av barna hadde aldri vært på teater før, og syntes det var helt fantastisk. Vi samarbeidet med skuespiller og regissør Marte Sæteren om teaterstykket «Hvem ringer i kveld?», en tragikomedie som utforsket hiv-stigma og skam. Stykket ble oppført med 4 oppsetninger på Oslo Nye Teaterkjeller'n i juni 2025.

## Selvhjelpsgrupper for migranter

I våre selvhjelpsgrupper for migranter tar vi opp aktuelle problemstillinger og formidler nødvendig informasjon gjennom månedlige samlinger. Erfaring viser at det ofte er behov for å gå flere runder og gjenta informasjon for å sikre forståelse og trygghet hos deltakerne. Temaene spenner fra smitteforebygging, medisiner og helseråd til rettigheter

og plikter i det norske samfunnet. Gjennom arbeidet bidrar vi også til å styrke deltakernes helsekompetanse og forebygge digitalt utenforskap, blant annet ved å gi støtte i å forstå og bruke digitale helsetjenester. Gruppene bidrar til økt kunnskap, mestring og trygghet i en situasjon som for mange kan oppleves som krevende.

## Brukerråd og brukermedvirkning

Brukerrådet ved Aksept bestod i 2025 av 7 medlemmer som representerte de forskjellige brukergruppene. Det ble avholdt jevnlig møter i Brukerrådet sammen med tiltakets ledelse, samt flere møter i rådets arbeidsutvalg. Brukerrådet mottar relevant informasjon om virksomhetens drift og rammebetingelser, samt planer og satsninger, og gir bl.a innspill og tilbakemeldinger på dette. De representerer også, sammen med ledelsen, tiltaket i forskjellige sammenhenger. Det avholdes informasjonsmøter for brukerne av Aksept hvor det informeres om aktiviteter og kurs, samt åpnes for innspill og forslag. Kirkens bymisjon Aksept og HivNorge samarbeidet om en digital spørreundersøkelse der vi ba mennesker som lever med hiv om å gi tilbakemelding om hvilke temaer de kunne tenke seg å ta opp med fastlegen. I samarbeid med Oslo Universitetssykehus jobbes det for at det skal utarbeides en sjekklister for fastlegene i møte med mennesker som lever med hiv basert på disse tilbakemeldingene.

## Faglig forankring

Kompetansen til våre ansatte er avgjørende. Med solid faglig bakgrunn og bred erfaring innen helse- og sosialfag gir de individuelt tilpasset støtte, som hjelper brukerne med å mestre diagnosen og håndtere stigma samt styrke livskvaliteten og fysisk- og psykisk helse. Samtalene defineres som helsehjelp i henhold til Helsepersonelloven og dokumenteres i vårt elektroniske journalsystem. Et fokusområde for 2025 har vært å snakke mer om åpenhet, og hva åpenhet betyr for den enkelte. Vi har jobbet spesifikt med stigma og selvstigma og reflektert rundt ulike graderinger av åpenhet, fra å snakke med en nærstående til å være åpen i media.

## Likepersoner

Bruk av likepersoner er en integrert del av vårt arbeid. Dette er personer som har levd med hiv en stund. Vi tilrettelegger for at nye brukere kan knytte kontakt med en likeperson så tidlig som mulig. Dette bidrar til at man kommer raskere i gang med mestrings- og normaliseringsprosessen.

# Samarbeidspartnere

SAMARBEIDSPARTNER	SAMARBEID
<b>HivNorge og Helseutvalget</b>	I 2025 har vi spesielt samarbeidet om innspill til den nye strategiplanen for seksuell helse. Vi har også brukt deres kompetanse på våre kurs og samlinger. På slutten av 2025 ble det formalisert en intensjonsavtale for samarbeid mellom de tre organisasjonene fra og med 2026.
<b>Skeiv Verden</b>	Samarbeide om undervisning og kunnskapsformidling, bl.a om testtilbudet. Vi tilbyr: Undervisning om seksuell helse, hiv og soi, lavterskel testing hiv og SOI, tilbyr samtaler om seksualisert vold og overgrep.
<b>Helseforetakene, infeksjonsmedisinske poliklinikker og barne-avdelinger</b>	Samarbeid om helhetlig ivaretagelse av pasienter. Kompetanse og erfaringsutveksling om ulike tiltak, samt bistår med informasjon ut til pasienter. Oppfølging ved testing for seksuelt overførbare infeksjoner. Det er spesielt tett samarbeid og mulighet for fysisk tilstedeværelse på Oslo Universitetssykehus.
<b>Olafiaklinikken OUS</b>	Oppfølging ved testing for seksuelt overførbare infeksjoner. Kunnskapsdeling.
<b>Høgskoler og universitet</b>	Undervisning i helse- og sosialutdanningen om hiv, stigma, seksuell helse, forebygging, mv.
<b>Helseetaten</b>	I samarbeid med Helseetaten har vi etablert et digitalt opplæringsverktøy om hiv til migranter med lav helsekunnskap og språkforståelse. Dette skal Oslo Kommune bruke ved Voksenopplæringen og vi kan benytte det når vi har undervisninger på f.eks asylmottak.
<b>UDI sitt helsenettverk</b>	Bro mellom UDI, fagmiljøer og nettverkskontakter. Informasjonskanal, bygge relasjoner, skape dialog, tillit og styrke samhandling.
<b>Helsedirektoratets migrasjons-helsenettverk (NIFS, NIK og NONEMI)</b>	Legge til rette for kompetanseheving, erfaringsutveksling og kontakt mellom personer som arbeider innen migrasjonshelsefeltet fra kommuner, sykehus og frivillig sektor.
<b>Nasjonalt ankomstsenter, Råde</b>	Samarbeid knyttet til informasjonsoppdrag om seksuell helse, hiv og soi.
<b>Nasjonalt SRHR-nettverk</b>	Samler aktører innenfor feltet. Styrke samarbeid mot felles mål og politisk påvirkningsarbeid. Fokus på seksuelle og reproduktive rettigheter og helse.
<b>Universitetet i Oslo, Psykologisk institutt</b>	Samarbeid om utvikling og tilpasning av forskningsbasert metodikk og gruppeintervensjon som skal hjelpe personer med hiv å håndtere stigma og ta strategiske valg rundt åpenhet.
<b>Karolinska universitets-sjukhuset, Stockholm</b>	Deltakelse på årlig Barnhivkonferanse. Faglig kontakt med BarnHivCentrum og samarbeid rundt samtaleverktøy.
<b>Noaks Ark, Stockholm</b>	Samarbeid om samtaleverktøy og erfaringsutveksling.
<b>European AIDS Clinical Society - WAVE</b>	Sykepleier ved Aksept er medlem og deltar aktivt i EACS sine fagnettverk for «HIV & Breastfeeding» og «HIV & Menopause». Målet er å styrke helsepersonells kompetanse og samtidig gi kvinner bedre støtte, økt kunnskap og trygghet.
<b>HIV Outcomes Europe og AIDS Action Europe</b>	Gjennom medlemskapet får vi tilgang til oppdatert kunnskap, innovative metoder og sterke erfaringsnettverk, som vi omsetter i praksis for å styrke seksuell helse, tjenestetilbud og livskvalitet for våre målgrupper i Norge.

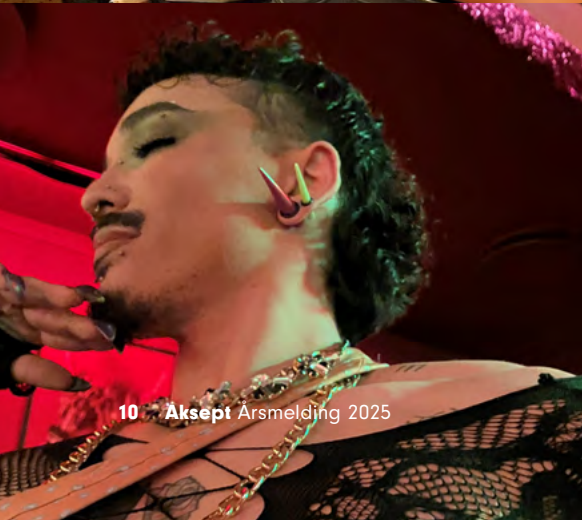
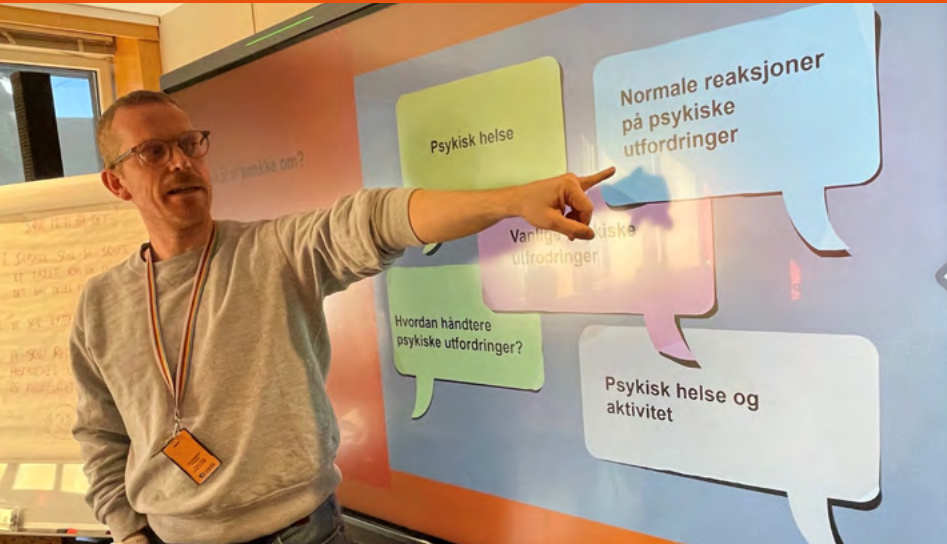
## Det medisinsk fakultet, UiO: Forskningsprosjekt om eldre og hiv

Vi har i 2025 hatt et samarbeid med Det medisinske fakultet på Ullevål sykehus ved prosjektleder Tony Sandset om en forskningsstudie som fokuserer på mennesker som har levd lenge med hiv og deres erfaringer med aldring.

Målet med studien er å forstå bedre hvordan det er å eldes med hiv og hvordan helse- og sosialtjenester kan tilpasses for å møte behovene til denne gruppen. Sandset har gjennomført intervjuer med mange av våre brukere i gruppen 50+, og har også informert om studien på tema-kveld på huset.



Kurs og samlinger 2025	Antall
Kurs for mødre og barn (språk- og kulturtilpasset)	1
Samling for barn, ungdom og unge voksne	2
Kvinneseminar	2
Mestringskurs (språk- og kulturtilpasset)	3
Mestringskurs (på norsk)	2
Pride-opphold	1
Fagseminar hiv	1
Kreativ helg med bildeterapi	1
<b>Totalt antall deltakere på kurs</b>	<b>212</b>
2 stk Informasjonssamling nye brukere - antall deltakere:	17



“

Det var en stor glede å være til stede, og det var spesielt fint å møte nye mennesker. Hvert år oppleves som spennende, fordi det alltid følger en ny historie med hver enkelt – om hvordan de har kommet dit de er i dag, og hva de har vært gjennom før de ble en del av Aksept.”

Kursdeltaker på ett av Aksept sine kurs 2025



# Møter og historier på Aksept

Vi fikk kontakt med en mann via sykepleier på en infeksjonsmedisinsk avdeling i distrikts-Norge. Vi avtalte at han skulle komme på dagstur til Aksept i Oslo. Han hadde levd med diagnosen i halvannet år, var i full jobb, og hadde fått gode og jevnlig samtaler med sykepleier på infeksjonsmedisinsk.

Likevel var det flere ting han hadde unnlatt å fortelle sykepleieren om. Både alvorlige selvmordstanker, og frykt koblet til det seksuelle endringen i hans sosiale liv. Når han kom til individuell samtale hos oss, ble han overrasket over hvor mye han delte i vår samtale. Han fikk også snakke med en likeperson, som var første gang han møtte noen andre som lever med hiv.

Han opplevde at denne korte turen til oss gjorde at han fikk de verktøyene og svarene han trengte for å mestre diagnosen bedre, samtidig som han visste at han kunne ta kontakt med oss ved behov.



*Det er ikke meg det er noe galt med, det er stigmaet*



*Jeg var veldig spent før jeg møtte likepersonen. Men det ble en veldig fin samtale. Det var godt å høre hans erfaringer og hvordan han nå lever godt med diagnosen.*

For en av deltakerne på Pride-oppholdet på Aksept i forbindelse med Oslo pride i juni, ble kurset starten på en prosess for å gjenoppbygge selvfølelse, selvillit og troen på seg selv. Han hadde i lengre perioder unngått sosiale tilstelninger i frykt for å avsløre hiv-diagnosen, og opplevelsen av skam og skyld førte til at han over tid skjøv vekk nære relasjoner.

Da vi arrangerte Pride fikk vedkommende en innføring i stigma. Han fikk lære hvordan stigma fungerer på samfunnsnivå og hvordan dette kan påvirke den enkelte av oss som lever med hiv. Denne informasjonen bidro til at han både forsto mer om egen diagnose og hvordan tanker rundt stigma kan håndteres.



En person som fikk diagnosen i 2024 har gått jevnlig til samtaler på Aksept etter dette. I starten preget diagnosen store deler av livet og hverdagen. Han syntes det var svært ubehagelig å sitte ved siden av andre på kollektivtransport, han begrenset sosial kontakt med nettverk og følte seg skitten og ubekvem i egen kropp.

Fra de første samtalene hvor han ikke klarte å si ordet hiv, og knapt snakke om tematikken uten å få kroppslige reaksjoner, sier han nå at diagnosen tar lite plass i livet hans og at hiv ikke definerer han.



*Da jeg fikk diagnosen i hjemlandet, så jeg bare for meg alle vi hadde mistet, som hadde isolert seg og som hadde dødd. Når jeg har vært på Aksept kjenner jeg alltid på en styrke, for vi er jo alle friske! Og vi møter hverandre med livsglede og et felleskap som løfter hverandre opp!*

### En ny hverdag i et nytt land

En kvinne i 30-årene får en hiv-diagnose kort tid etter at hun har kommet til Norge gjennom familiegjenforening. Hun bærer raskt på sterk frykt og skam, og tankene går til hvordan diagnosen ville blitt møtt i hjemlandet, der hiv fortsatt er forbundet med stigma og sosial utstøtelse.

Hun trekker seg tilbake fra omgivelsene og opplever uro, ensomhet og stor usikkerhet knyttet til fremtiden, egen helse og rollen som mor og arbeidstaker. Vi møtte henne på Ullevål sykehus, og hun har deretter hatt jevnlig samtaler med sykepleier. Gjennom dette får hun gradvis mer kunnskap, støtte og trygghet. Hun får svar på spørsmål hun har, samtidig som hun får rom til å sette ord på frykten og belastningen hun bærer alene. Et vendepunkt blir møtet med en likeperson som selv lever med hiv. For første gang opplever hun at hun ikke står alene i situasjonen.

Over tid begynner hun å gjenvinne kontrollen over eget liv. Hun beskriver at hiv ikke lenger styrer hverdagen hennes, men er en del av livet hun har lært å mestre. Hun har fortsatt ikke deltatt i fellesarealer ved Aksept, men dette er et langsiktig mål vi arbeider mot sammen med henne.



*Å møte en annen kvinne som lever med hiv forandret alt for meg. Jeg forsto at jeg ikke er alene, og at jeg kan leve et normalt liv.*



# En viktig aktør

## Helsevesenet trenger Aksept

Vi utfyller spesialisthelsetjenesten, bidrar til helhetlig ivaretagelse av mennesker som lever med hiv. Vårt arbeid reduserer blant annet behovet for sykehusinnleggelse og bedrer medikamentetterlevelse. Vi underviser fagfolk og har en aktiv samhandling både på individ- og systemnivå.

## Forebygging sparer samfunnet for store kostnader

Aksept sitt forebyggende arbeid forebygger seksuell uhelse og psykiske helseutfordringer. Vi tilbyr lavterskel hiv-testing, som kan bidra til at flere får tidlig diagnose og kommer raskt i behandling. Vi når ut med kunnskap om seksuell helse, hiv og andre seksuelt overførbare sykdommer i ulike miljøer, samt deler ut kondomer.

## Aksept bidrar til god folkehelse

Aksept er et helse- og sosialfaglig senter for alle som er berørt av hiv. Vi tilbyr støtte, rådgivning og fellesskap for mennesker som lever med hiv, deres pårørende og helsepersonell. Vårt mål er å redusere stigma, styrke psykisk helse og sikre at alle får den hjelpen de trenger.

## Finansiering

Aksept mottar årlig driftstilskudd fra Helsedirektoratet og Oslo kommune, og rapporterer på både volum og virkning.

# Aksept

Nasjonalt helse- og sosialfaglig senter – for alle berørt av hiv



## KONTAKT OSS

Hammersborg Torg 3, Oslo

Telefon: 94 02 06 01

E-post: [firmapost.aksept@bymisjon.no](mailto:firmapost.aksept@bymisjon.no)

Nettside: <https://kirkensbymisjon.no/aksept>