

KOSI.MA

Kompetenzzentrum zu
sexuell übertragbaren
Infektionen. Mannheim

Beratung zu HIV / AIDS und STI

PROGRAMM 2016/2017



Sexual Health Counseling Center – KOSI.MA

We are available to discuss and offer counseling on a wide range of issues regarding sexually transmitted infections (STI), including HIV/AIDS:

- Tel. consultation Tue 4–6-pm and Thu 9–11 am..
- Open, walk-in consultation-hour: every 1st Wed of the month 4 - 7 pm or by appointment.
- Free HIV/STI testing every 2nd Thu of the month, 6 pm.

Counseling in German and English. Other languages are also possible (we look for trustworthy translators)

Centre de consultation pour la santé sexuelle

Nous sommes disponibles pour discuter et offrons des conseils sur des questions concernant les infections sexuellement transmissibles, y compris le VIH et le sida.

KOSI. MA - консультации о сексуальном здоровье

Информация и разъяснения о заболеваниях, передающихся половым путем (ВИЧ, СПИД), без предварительной записи, на немецком или английском языках. Для прочих языков также имеется надежный переводчик.

استشارات عن الصحة الجنسية - KOSI.MA

نحن نقدم استشارات ومعلومات عن جميع الأسئلة المتعلقة بالأمراض المنتقلة بالجنس ومرض نقص المناعة المكتسب (الإيدز).
تقدم الاستشارات باللغة الانكليزية والالمانية بدون تسجيل مسبق. بالنسبة للغات الأخرى نعمل نحن على إيجاد مساعدة موثوقة.

مركز مشاوره برای سلامت جنسی KOSI. MA

ارائه اطلاعات و مشاوره در زمینه بیماریهای مقاربتی، از جمله ایدز و HIV مشاوره به زبانهای آلمانی و انگلیسی. برای مشاوره به زبانهای دیگر سعی میکنیم که مترجمی قابل اعتماد پیدا کنیم.



KOSI.MA

Kompetenzzentrum zu
sexuell übertragbaren
Infektionen. Mannheim

Beratung zu HIV / AIDS und STI

**KOSI.MA – Kompetenzzentrum zu
sexuell übertragbaren Infektionen.
Mannheim
Ein Angebot in Trägerschaft von
PLUS**

KOSI.MA ist das Angebot bei PLUS für alle Mannheimer Bürgerinnen und Bürger zu Fragen und Hilfen rund um das Thema HIV / Aids und andere sexuell übertragbaren Infektionen (STI).

Ganz egal, ob schwul, lesbisch, bi, heterosexuell, HIV-positiv, HIV-negativ oder sonst wie anders – jede und jeder ist willkommen!

Psychosoziale und sozialrechtliche Beratung zu HIV/Aids und STI:

Telefonische Terminvereinbarung: dienstags von 16:00– 18:00 Uhr und donnerstags von 9:00–11:00 Uhr

Offene Sprechstunde: 1. Mittwoch im Monat von 16:00–19:00 Uhr

Telefon 0621-33 93 94 78; info@kosima-mannheim.de;

www.kosima-mannheim.de

Träger der Beratungsstelle:

PLUS e.V. Psychologische Lesben- und Schwulenberatung

Rhein- Neckar e.V., Alhornstraße 2a, 68169 Mannheim

KOSI.MA wird unterstützt durch den Fachbereich Gesundheit der Stadt Mannheim und durch das Ministerium für Soziales und Integration aus Mitteln des Landes Baden-Württemberg

STADT **MANNHEIM**²

**Dezernat III
Bildung, Jugend,
Gesundheit**



Baden-Württemberg

MINISTERIUM FÜR SOZIALES UND INTEGRATION

- **PRIS.MA – Prävention in Sachen Sex. Mannheim**

Das Präventionsteam besuchte letztes Jahr 23 bekannte Szenepartys und informierte dabei über 3100 Menschen über Safer Sex und die Angebote von KOSI.MA. Dem Team ist es wichtig, dass sich alle Menschen angesprochen fühlen und offen über „die schönste Sache der Welt“ sprechen können. Dies gelingt uns durch einen niedrigschwelligen, ansprechenden und ungezwungenen Rahmen. Um weiterhin erfolgreich Präventionsarbeit leisten zu können, trifft sich unser Team monatlich, bespricht Neuheiten und zukünftige Aktionen, die zum CSD, dem Welt-Aids-Tag oder aus anderen Anlässen stattfinden. Alle die möchten sind eingeladen, sich unserem Präventionsteam anzuschließen und dieses mitzugestalten.

Wer sich informieren, Kontakt aufnehmen oder einsteigen möchte, kann sich gerne bei Marc Fischer unter der Mailadresse marc.fischer@kosima-mannheim.de melden. Alle, die dem Team beitreten, haben ein Mitspracherecht und können sich freiwillig, individuell und nach eigener zeitlicher Kapazität einbringen.

- **HIV-Selbsthilfegruppe „WIR.positiv“**

Wissen. Interaktion. Respekt.

Die Selbsthilfegruppe versteht sich als Zusammenschluss und Hilfsangebot von und für Menschen mit HIV und AIDS – unabhängig von ihrer sexuellen Orientierung, geschlechtlichen Zugehörigkeit und Altersgruppe. Sie richtet sich an Menschen mit HIV, die in Zeiten immer besser werdender medikamentöser Therapie ihr Leben gestalten, insbesondere auch an Neudiagnostizierte.

WIR sind eine bunt gemischte Gruppe mit unterschiedlichem Hintergrund.

WIR tauschen uns über verschiedenste Themen aus dem medizinischen, rechtlichen und sozial-gesellschaftlichen Bereich rund um HIV aus.

WIR sprechen darüber, wie HIV uns und unser tägliches Leben beeinflusst.

WIR wirken Stigmatisierungen entgegen und bauen diese ab.

Die Gruppe trifft sich alle 2 Wochen.



Kunst tut gut

Durch die Verbindung von Kunst und Solidarität werden für die Arbeit von KOSI.MA aktiv Gelder gesammelt. Am Sonntag nach dem Welt-Aids-Tag veranstaltet KOSI.MA in Kooperation mit dem „m:con Congress Center Rosengarten“ und dem „Künstlerbund Rhein-Neckar“ die dritte Benefizkunstauktion „Kunst tut gut!“.

Termin: 04.12.2016, 14 Uhr, Einlass ab 12 Uhr

Ort: Rosengarten Mannheim

- **Checkpoint**

Der Checkpoint ist ein Informations-, Beratungs- und Testangebot rund um das Thema sexuelle Gesundheit. Zentrales Angebot im Checkpoint ist der anonyme und kostenlose **HIV-Antikörperschnelltest**. Mit dem Test verbunden ist eine individuelle Beratung zur Förderung eines verbesserten Gesundheitsverhaltens. Das Testergebnis liegt innerhalb von 15 Minuten vor, d.h. kein tagelanges Warten in Ungewissheit, nur ein Termin notwendig! Ab August 2016 wird es bei jedem Checkpoint auch **Testangebote zu den wichtigsten anderen sexuell übertragbaren Infektionen** geben: Syphilis, Chlamydien, Gonorrhö, Hepatitis B. Trotz deutlich höherer Kosten versuchen wir, auch dieses Angebot längerfristig kostenfrei zu halten, wofür wir aber auf Spenden angewiesen sind.

Termin: 1x pro Monat, aktuelle Termine unter:
www.kosima-mannheim.de

- **Peer-Begleitung durch die Buddies:**

Die Buddies sind eine Gruppe ehrenamtlicher Schwuler, die anderen Schwulen in allen Fragen des Lebens als persönliche Ansprechpartner zur Seite stehen.

Das zentrale Ziel des Projektes ist es, schwulen Männern einen Austausch mit anderen Schwulen zu ermöglichen – und das in einer Zeit, zu der der eigene schwule Freundeskreis noch weit entfernt scheint. Nicht selten ist der Buddy der erste echte Kontakt zu schwulen Männern. Während des Coming-out versucht das Buddy-Projekt, Inseln von Unterstützung und Stärkung zu setzen. In der Zeit einer HIV-Diagnose kann der Buddy eine große Hilfe bei der Beantwortung persönlicher Fragen bieten, Hoffnung machen, Sicherheit vermitteln und Ressourcen fördern.

Das Buddy-Projekt stellt eine wertvolle Ergänzung der Angebote von PLUS in der Beratung bzw. Jugend- und Coming-out-Gruppe dar – sowohl als begleitendes, vorbereitendes oder auch alternatives Angebot. Interessierte mit und ohne HIV sind willkommen.

- **Verkehrstraining für Lust und Liebe**

Ziel des Verkehrstrainings ist die Förderung der persönlichen Kompetenzen im Bereich der sexuellen Gesundheit. Dies erreicht KOSI.MA durch neue, innovative und ansprechende Präventionsveranstaltungen zu HIV und STI's für Schüler und Schülerinnen aller allgemein bildenden Schulen in Mannheim. Das Projekt wird durch die Stadt Mannheim unterstützt.

- **„Ich lebe mein Leben positiv“**

Gesundheitstraining mit Ulla Clement-Wachter.
 6 Termine von 30.09.–11.11.2016
 Information beim KOSI-MA-Team.

Dirk Sander von der Deutschen Aids-Hilfe berichtet darüber, wie Chemsex gelebt wird und welchen Risiken er verbunden sein kann: Abhängigkeit und psychische Auffälligkeiten, gesundheitliche Gefährdungen durch Überdosierung bzw. durch die Übertragung von Infektionen wie Hepatitis C oder HIV auf dem sexuellen Weg oder durch das gemeinsame Benutzen von Spritzenutensilien.

Er freut sich, mit der Community Rhein-Neckar über die Erfahrungen hier ins Gespräch zu kommen, und darüber, was wir brauchen, um schwule Gesundheit auch in diesem Feld zu unterstützen.

Termin: 07.11.2016, 19:30 Uhr

Leitung: Dirk Sander, Ulli Biechele

Ort: KOSI.MA, Alphornstraße 2a, 68169 Mannheim

Dr. Dirk Sander, Leiter des Fachbereichs HIV-/STI-Prävention bei schwulen, bisexuellen und anderen MSM, und male sexwork bei der Deutschen AIDS-Hilfe

Weitere Positive Dialoge sind in Planung. Aktuelle Termine und alle Angebote auf der Webseite unter: www.kosima-mannheim.de

Alle Angebote sind grundsätzlich kostenfrei. Über kleine und größere Spenden für unsere Präventionsarbeit freuen wir uns sehr!



- ❑ **Dr. phil. Ulli Biechele**
Jg. 1964, Dipl.-Psychologe, Leiter von KOSI.MA, Beratung, Fundraising.
- ❑ **Marc Fischer**
Jg. 1989, Sozialarbeiter (B.A.), Beratung, Prävention, Schulaufklärung, Check-point. Leiter der Deltaboys.
- ❑ **Lisa Schlode**
Jg. 1990, Sozialarbeiterin (B.A.) Beratung, Prävention, Schulaufklärung
- ❑ **Margret Göth**
Jg. 1968, Dipl.-Psychologin, Controlling.
- ❑ **Thomas Heinrich**
Jg. 1964, Dipl.-Psychologe, Ausbildung und Supervision der ehrenamtlichen Buddy-Gruppe

Zur CSD-Saison 2016 zeigt KOSI.MA in Kooperation mit dem CSD Rhein-Neckar e.V.:

House of Boys (DE/LU 2009)

Regie: Jean-Claude Schlim

FSK ab 16 Jahre

HOUSE OF BOYS ist die wilde, glamouröse und farbenfrohe Geschichte des High-School-Jungen Frank im Jahre 1984. Frank entdeckt in Amsterdam eine aufregende Welt voller Sex, Tanz und Musik, nachdem er von Zuhause abgehauen ist.

Unsterblich verliebt in seinen Mitbewohner Jake durchlebt Frank die große Freiheit voller Jugend, Schönheit und Leidenschaft. Doch plötzlich wird seine Liebe auf eine harte Probe gestellt, als unvermittelt eine neue, bis dahin völlig unbekannte und tödliche Bedrohung auftaucht.

Termin: 25.07.2016, 19.30 Uhr

Ort: ODEON Kino, G 7, 10, Mannheim



„Positive Dialoge“

Positive Dialoge ist eine Reihe mit Informations- und Diskussionsabenden. Mit unserer Info-Abend-Reihe wollen wir in Kooperation mit verschiedenen Referent_innen Orientierung und Austausch bieten, Kontakte herstellen, Ängste reduzieren und Selbstbewusstsein stärken.

Safer Sex 2016

„Sich vor HIV schützen“ war lange Zeit ziemlich gleich bedeutend mit „Kondombenutzen“. Diese Gleichung geht 2016 nicht mehr so einfach auf. Stichwort Schutz durch Therapie: wer durch HIV-Medikation dauerhaft unter der HIV-Nachweisgrenze liegt, ist praktisch nicht mehr ansteckend. Stichwort PrEP (Prä-Expositionsprophylaxe): durch die vorbeugende Einnahme von HIV-Medikamenten kann das Übertragungsrisiko ebenfalls deutlich gesenkt werden.

Was bedeuten diese Entwicklungen für den schwulen Sex? Dafür, wie wir mit unseren Sexpartnern kommunizieren? Für die Prävention von anderen sexuell übertragbaren Infektionen?

Referent: Björn Beck, Koordinator der Präventionskampagne HESSEN IST GEIL, berichtet über seine Erfahrungen und freut sich über den Austausch mit der Community im Rhein-Neckar-Raum.

Termin: 01.08.2016, 19:30 Uhr

Ort: KOSI.MA, Alhornstraße 2a, 68169 Mannheim

ChemSex Positiver Dialog für schwule Männer und MSM in Zusammenarbeit mit PLUS e.V.

Das Thema Drogen und schwuler Sex nimmt an Bedeutung zu: viele schwule Männer konsumieren beim Sex Substanzen wie Crystal Meth, Amphetamine oder Ketamin, um ihre Lust zu steigern, um Hemmungen, Schmerzempfinden und Müdigkeit zu überwinden. Für einige von ihnen sind gelebte Sexualität und Substanzkonsum kaum mehr voneinander zu trennen.