

KOSI.MA

Kompetenzzentrum zu
sexuell übertragbaren
Infektionen. Mannheim

PROGRAMM 2019/2020



KOSI.MA
Kompetenzzentrum zu
sexuell übertragbaren
Infektionen. Mannheim

Beratung
psychosozial und sozialrechtlich
persönlich, telefonisch und per E-Mail

Checkpoint
Test- und Beratungsangebot
zu HIV und STI

PRIS.MA
Prävention in Sachen
Sex. Mannheim


Checkpoint
Mannheim


PRIS.MA

Mittelstraße

Sexual Health Counseling Center – KOSI.MA

We are available for information 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 and 4th Wednesday 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 المنقولة بالجنس ومرض نقص المناعة المكتسب (الإيدز).
تقدم الاستشارات باللغة الإنكليزية والألمانية بدون تسجيل مسبق. بالنسبة للغات الأخرى نعمل نحن على إيجاد مساعدة موثوقة.

مرکز 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.

www.nachtsauna.com

Galileo
CITY SAUNA

Die Spaß-Anlage.

mvd
sportverein

Vereint zu sportlicher Vielfalt.

www.mvd-mannheim.de

KOSI.MA

Kompetenzzentrum zu
sexuell übertragbaren
Infektionen. Mannheim

Ein Angebot in Trägerschaft von PLUS

KOSI.MA ist der Angebotsbereich bei PLUS für alle Mannheimer Bürger_innen zu Fragen und Hilfen rund um das Thema HIV/AIDS und andere sexuell übertragbare Infektionen (STI).

Alle Menschen sind willkommen – unabhängig von Geschlecht, sexueller Orientierung und HIV-Status.

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

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

www.facebook.de/KOSIMAsexuelleGesundheit

Träger und Ort der Beratungsstelle:

PLUS e.V. Psychologische Lesben- und Schwulenberatung

Rhein- Neckar e.V., Max-Joseph-Str. 1 (4. OG), 68167 Mannheim

KOSI.MA wird gefördert durch die Stadt Mannheim,
Fachbereich Jugendamt und Gesundheitsamt,
und durch das Ministerium für Soziales und
Integration aus Mitteln des Landes Baden-Württemberg

STADT **MANNHEIM**²

Jugendamt und
Gesundheitsamt



Baden-Württemberg

MINISTERIUM FÜR SOZIALES UND INTEGRATION

PRIS.MA – Prävention in Sachen Sex. Mannheim

ist unser Präventionsteam, das durch verschiedene Aktionen die Themen HIV, STI und sexuelle Gesundheit der Öffentlichkeit näher bringt. Alle Teammitglieder haben ein Mitspracherecht und können sich freiwillig, individuell, je nach eigener zeitlicher Kapazität, einbringen. Das Team trifft sich hin und wieder und plant gemeinsam die kommenden Aktionen, die am Welt-AIDS-Tag, zum CSD oder aus anderen Anlässen stattfinden. In kleinen Gruppen gehen wir dann in die Mannheimer Szene. Interesse geweckt?

Kontakt: marc.fischer@kosima-mannheim.de


 The logo for PRIS.MA features the text 'PRIS.MA' in a bold, black, sans-serif font. The letter 'I' in 'PRIS' is replaced by a vertical column of small, black, pixelated squares, creating a digital or mosaic effect. The entire logo is centered within a thin black rectangular border.

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 für Schüler_innen aller allgemeinbildenden Schulen in Mannheim.

Kontakt: info@kosima-mannheim.de

HIV-Selbsthilfegruppe „WIR.positiv“

Wissen. Integration. 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. Offenes Get Together – wechselnde Termine, auf Anfrage

Kontakt: wir.postiv@kosima-mannheim.de

Checkpoint

Der Checkpoint ist ein Informations-, Beratungs- und Testangebot rund um das Thema sexuelle Gesundheit. Zwei Mal im Monat stärken wir in einem freundlichen Rahmen Menschen in ihrem individuellen Gesundheitsverhalten. Die Beratung erfolgt anonym, ohne Terminvereinbarung und kostenfrei. Zur Deckung der Kosten besteht die Möglichkeit einer Spende. Angebotene Tests:

- HIV-Schnelltest
(Risikosituation sollte 12 Wochen zurückliegen)
- Hepatitis C
- Syphilis (Lues)
- Chlamydien
- Gonorrhö (Tripper)
(Bitte beachten! Auf Chlamydien und Gonorrhö wird per Urinprobe oder Harnröhrenabstrich / Rachenabstrich / Analabstrich getestet. Bei der Urinprobe darf im Vorfeld 2 Stunden nicht uriniert werden!)
- PrEP-Check

Termine und weitere Infos unter:

<http://kosima-mannheim.de/hiv-und-sti-testung>



Peer-Begleitung durch die Buddys:

Die Buddys 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.

Interessierte mit und ohne HIV sind willkommen.

Kontakt: buddys@kosima-mannheim.de

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

„Aktuelle Informationen zu sexuell übertragbaren Infektionen“

Chlamydien, Gonorrhoe, Hepatitis B und C, HIV, HPV, Syphilis & Co.

Welche Infektionen werden durch welche Art von Kontakten übertragen?

Gibt es besondere Risikosituationen und Risikogruppen?

Wie funktioniert Prävention?

Wie erkenne ich, ob ich mich infiziert habe?

Wie komme ich zur richtigen Behandlung?

Dr. Vogelmann, Infektiologe an der Mannheimer HIV-Schwerpunktpraxis; stellt an diesem Abend neue Erkenntnisse vor und nimmt sich Zeit für die Fragen der Gäste. Die Veranstaltung richtet sich allgemein an interessierte Menschen – gleichwelchen Geschlechts und welcher sexuellen Orientierung.

Termin: 27.04.2020, 19:30 Uhr

Leitung: PD Dr. Roger Vogelmann, Marc Fischer

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



KOSI.MA-Team

- ❑ **Dr. phil. Ulli Biechele**
Jg. 1964, Dipl.-Psychologe, Leiter von KOSI.MA, Beratung, Fundraising.
- ❑ **Emily Brett** (Bild S. 32)
Jg. 1995, Psychologin (B.Sc.), Öffentlichkeitsarbeit, Datenschutz
- ❑ **Marc Fischer**
Jg. 1989, Sozialarbeiter (B.A.), Beratung, Prävention, Schulaufklärung, Leitung Checkpoint. Leiter der Deltaboys.
- ❑ **Margret Göth**
Jg. 1968, Dipl.-Psychologin, Controlling.
- ❑ **Thomas Heinrich**
Jg. 1964, Dipl.-Psychologe, Ausbildung und Supervision der ehrenamtlichen Buddy-Gruppe
- ❑ **Daniel Pientka** (Bild S. 32)
Jg. 1995, Psychologe (B.Sc.), Mitarbeiter bei KOSI.MA und PLUS
- ❑ **Anika Schmidt**
Jg. 1991, Sozialarbeiterin (B.A.), Beratung, Prävention, Checkpoint. Kommissarische Leitung Jugend von PLUS

HIV-Selbsttest

KOSI.MA bietet Begleitung, Unterstützung und Beratung vor, während und nach dem HIV-Selbsttest an. Zwischen einem Infektionsrisiko und dem Test sollten mindestens 12 Wochen liegen, um ein gültiges Ergebnis zu erhalten. Die Tests sind bei KOSI.MA erhältlich und können vor Ort oder Zuhause durchgeführt werden.

Weitere Infos unter: <http://kosima-mannheim.de/selbsttest>

PrEP

PrEP bedeutet „Prä-Expositions-Prophylaxe“-Vorsorge vor einem Risiko-Kontakt. Bei dieser Schutzmethode nehmen HIV-negative Menschen HIV-Medikamente ein, um sich vor einer Ansteckung mit HIV zu schützen. KOSI.MA veranstaltet den „Runden-Tisch-PrEP“ in Mannheim und koordiniert mit allen beteiligten Akteur_innen die Beratung und Versorgung in Mannheim.

Mögliche Beratungsthemen:

- Wie wirkt die PrEP und wie sicher ist sie?
- Zu wem passt die PrEP – passt sie zu mir?
- In welchen Fällen ist die PrEP besser als andere Präventionsmethoden? Und in welchen Fällen eignet sie sich weniger gut?
- Was muss ich machen um sie zu erhalten?
- Worauf sollte ich im Verlauf der Einnahme achten?
- Wo kann ich zu den Verlaufskontrollen hingehen?
- Wie funktioniert die Übernahme durch die Krankenkasse?

Zu diesen und anderen Fragen bietet KOSI.MA mit den ehrenamtlichen Referenten Patrick Deege und Jörn Valldorf Information, Beratung und Peer-Vernetzung an.

Infoabend PrEP

Termin: 07.08.2019, 19:00 Uhr

Referenten: Jörn Valldorf, Patrick Deege

Weitere PrEP-Infoabende sind geplant, bitte aktuelle Ausschreibungen beachten.

Dein persönlicher PrEP-Check ist im Checkpoint möglich.

Weitere Infos hierzu findest du unter: <http://kosima-mannheim.de/dein-prep-check>



Kunst tut gut

Am Welt-Aids-Tag veranstaltet KOSI.MA in Kooperation mit dem Congress Center Rosengarten, dem Künstlerbund Rhein-Neckar und Norbert Guthier im Rahmen von „Kunst im Rosengarten“ die sechste Benefizkunstauktion „Kunst tut gut!“.

Alle Interessierten sind herzlich eingeladen.

Termin: 01.12.2019, 14:00 Uhr,

Einlass ab 12:00 Uhr

Ort: Rosengarten Mannheim