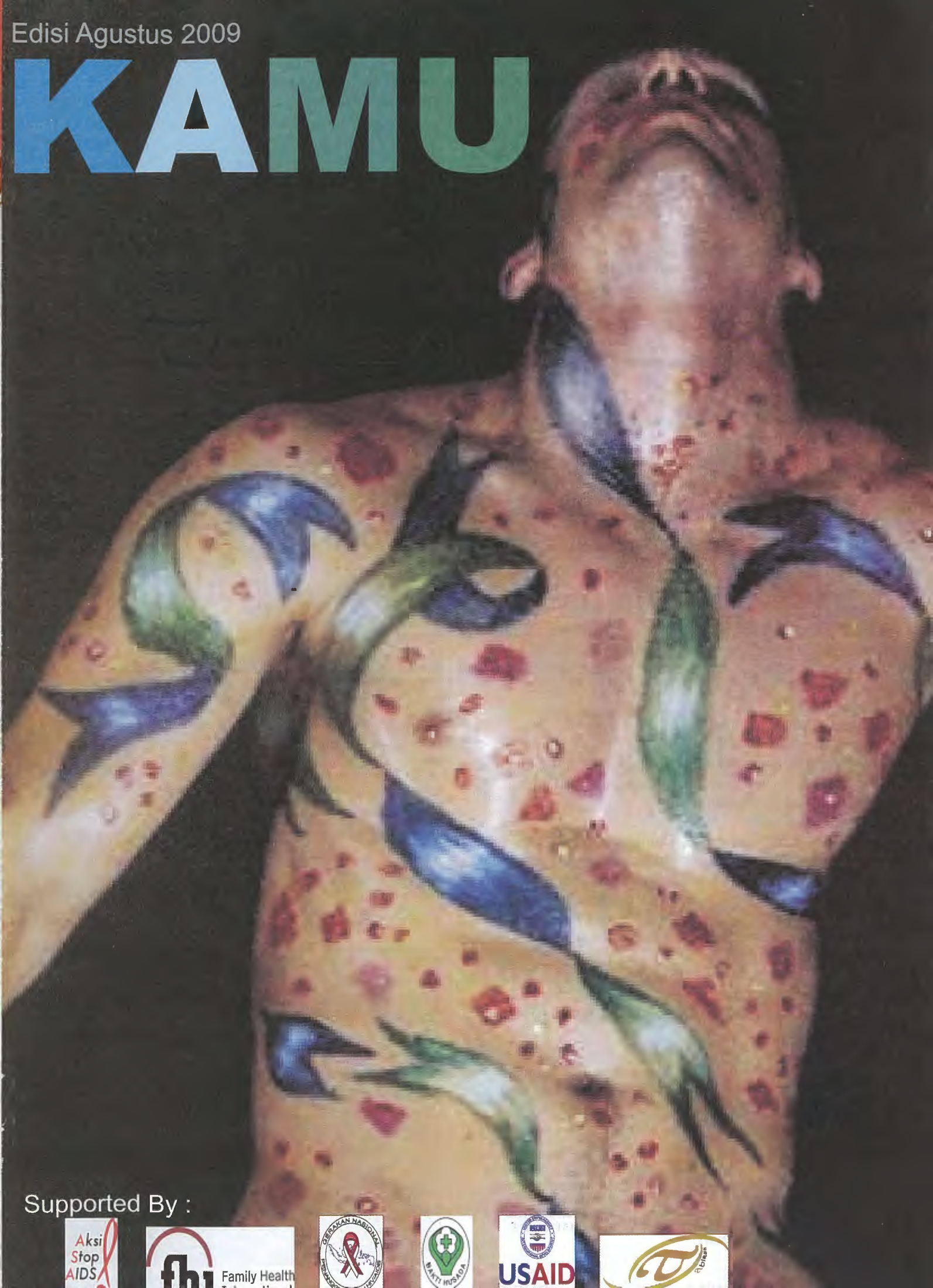
Edisi Agustus 2009

KAMU



Supported By :

Aksi Stop AIDS

Family Health

USAID

Himpunan ABIASA

Kelompok Gay dan LSL lain (laki-laki yang berhubungan seks dengan laki-laki lain - kucing/pekerja seks pria, termasuk laki-laki yang pernah berhubungan seks dengan laki-laki meskipun frekuensinya baru satu kali dan tidak pernah mengindentifikasi dirinya sebagai Gay/homoseksual) cenderung tertutup dalam masyarakat. Sangat disayangkan, karena hal ini menyebabkan mereka sulit untuk mendapatkan informasi yang benar tentang IMS (Infeksi Menular Seksual), HIV dan AIDS.

Himpunan Abiasa melalui program Intervensi Perubahan Perilaku kepada kelompok Gay dan LSL lain di 16 Kab/Kota di Jawa Barat yang didukung oleh FHI program ASA-USAID, bertujuan untuk mencegah dan memberikan kesadaran kepada kelompok ini untuk berperilaku seks yang aman.

Adapun program atau kegiatan tersebut adalah sebagai berikut :

Outreach (penjangkauan dan pendampingan) di 16 Kab./Kota di Jawa Barat mencakup 4 wilayah yaitu:

Wialayah I mencakup: Kota/Kabupaten Bandung, Kota Cimahi, dan Kota/Kabupaten Sumedang.

Wilayah II mencakup: Kota/Kabupaten Bogor, Kota /Kabupaten Cianjur, dan Kota/Kabupaten Sukabumi

Wilayah III mencakup: Kota/Kabupaten Bekasi Kota/Kabupaten Karawang, dan Kabupaten Subang

Wilayah IV mencakup: Kota/Kab Cirebon, Kabupaten Indramayu, dan Kota/Kabupaten Tasikmalaya

Sosialisasi tersebut memberikan pemahaman yang berisi tentang IMS, HIV dan AIDS, VCT, CST.

- Konseling VCT.
- Rujukan IMS, VCT, dan CST.
- Manajemen Kasus (MK).
- Pertemuan bulanan kelompok dampingan (KD), membahas materi-materi yang berkaitan dengan IMS,HIV dan AIDS, VCT, CST dan kesehatan seksual).
- Mobilisasi massa.
- Pelatihan untuk Kelompok Dampingan (pelatihan sebagai sarana penambahan pemberian informasi kepada komunitas).
- Kelompok dampingan Sebaya (sarana dukungan biopsikososial bagi LSL positif/ODHA dari komunitas LSL).
- Positive Fund (penggalangan dana dengan menjual produk dan jasa untuk membantu pemeriksaan dan pengobatan IMS dan HIV/AIDS).
- Edutainment (sosialisasi IMS, HIV dan AIDS, VCT, CST melalui media hiburan).
- **Pojok Informasi yang diadakan di mall-mall dan Kampus.**
- **PPK 100%**
- **Mobile Clinic**

HIMPUNAN ABIASA
DIC (Drop In Centre) Bandung
Jl. Nilem V No. 28 Buah Batu BKR
RT 06 / RW 05 Bandung 40265
Tlp/Fax : 022-730 9352

HIMPUNAN ABIASA
DIC (Drop In Centre) Bogor
Jl. Sukasari III Ujung No. 4 Bogor
Contact Person : Aditya
Tlp : (0251) 8345 006 /0856 9798 3922

HIMPUNAN ABIASA
DIC (Drop In Centre) Bekasi
Jl. KH. Rachman Saleh
Gg. Melati No. 14 Bekasi
Contact Person : Rijal
Tlp : (021) 92 9162 54 / 081574145391

DIC (Drop In Centre) Cirebon
Jl. Cangkring II / Jl. Bima
Gg, Remaja No. 10 Cirebon
Contact Person : Evan
Tlp : 081313141413

Sekilas Tentang Gay dan LSL Lain.

Banyak orang yang beranggapan bahwa laki-laki yang berhubungan seks dengan laki-laki ini adalah gay, akibatnya stigma dan diskriminasi yang dilontarkan kepada komunitas ini lebih santer. Dalam kehidupan nyata, ternyata banyak juga laki-laki yang berhubungan seks dengan laki-laki tetapi tidak menyebut dirinya sebagai Gay, laki-laki tersebut saat ini disebut sebagai LSL Lain.

Istilah Gay dan LSL Lain ini, sudah populer dikalangan orang-orang yang aktif dalam program penanggulangan HIV dan AIDS baik pemerintah maupun LSM, tetapi apabila dilihat- tampaknya masih belum ada lagi istilah yang pas yang bisa dipakai untuk para laki-laki yang berhubungan seks dengan laki-laki tetapi tidak menyebut dirinya sebagai gay. Nah untuk itu, saat ini istilah gay dan LSL Lain akan digunakan sampai ada istilah baru lagi. Secara internasional istilah ini populer dengan sebutan MSM (Man who have Sex with Man).

Istilah gay dan LSL Lain sendiri telah disepakati oleh teman-teman komunitas di dalam Jaringan Nasional "GWL (Gay, waria dan LSL Lain)-Ina" beberapa waktu lalu di Jakarta yang anggotanya adalah teman-teman dari komunitas gay, waria dan LSL Lain dari beberapa daerah di Indonesia. Yang mengejutkan adalah, jumlah LSL Lain ini ternyata lebih banyak daripada komunitas gay itu sendiri.

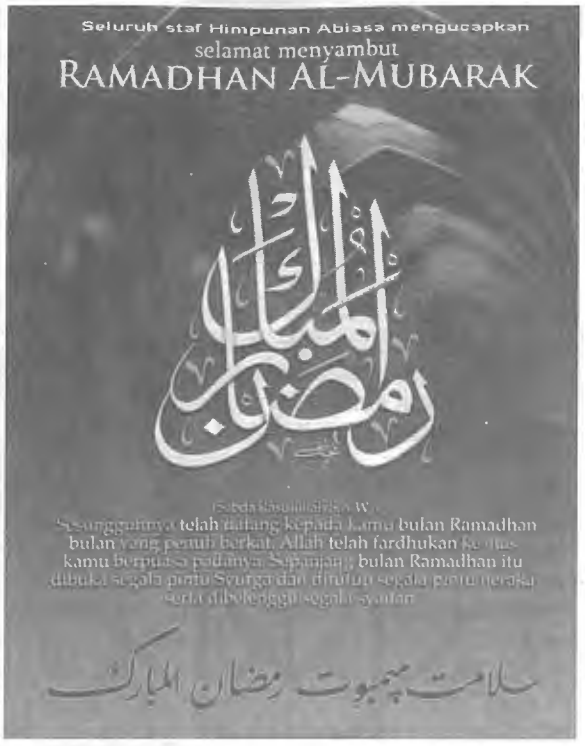
Untuk melihat lebih jelas, yang termasuk dalam kategori LSL lain ini adalah sebagai berikut :

- Laki-laki yang berhubungan seks dengan laki-laki, meskipun frekuensinya hanya/baru satu kali.
- Termasuk didalamnya adalah biseksual.
- Mereka yang sering di istilahkan dengan "Kucing", yaitu laki-laki pekerja seks yang biasanya melayani laki-laki gay.
- Tidak jarang juga masih mengalami krisis dengan identitas seksualnya (gay, biseks atau heteroseksual).
- Pasangan/klien waria (transgender).

Mudah-mudahan dengan sekilas penjelasan tentang LSL dan LSL Lain ini, pembaca bisa membedakan karakteristik dari gay dan LSL lain.

KAMU
Pendukung FAMILY HEALTH INTERNATIONAL
Penanggung Jawab IMAN ABDURRACHMAN/ RONIE
Redaksi TEDDY S
Design, Lay Out & Supervisi KUSTANTONIO
Photo/gambar : motn,Asiangaystars.ShuterStocks,GayPosters
Untuk korespondensi, alamatkan ke:
Jalan Nilem V No. 28 Buah Batu BKR RT 06 / 05
Bandung 40251

Telp/Fax (022) 730 9352 Hotline (022) 91231807
Website : www.abiasa.org
Email Media Abiasa : abiasamedia10@gmail.com



Marhaban Ya Ramadhan

Alloh Ta'ala berfirman dalam QS : Al Baqoroh : 183
Yang artinya :

"Hai orang-orang yang beriman, diwajibkan atas kalian berpuasa sebagaimana diwajibkan atas orang-orang sebelum kalian agar kalian bertakwa"

"Orang yang berpuasa du bulan Romadhon karena iman dan mengharapkan pahala dari Alloh maka dosanya di masa lalu pasti di ampuni.

Alloh 'Azza wa Jalla berfirman dalam hadits Qudsi, "Setiap amal anak Adam ada;lah untuknya kecuali puasa. Puasa tersebut adalah untuk-ku dan Aku yang akan membalasnya.

"Sesungguhnya bau mulut orang yang berpuasa lebih harum di sisi Alloh pada hari kiamat daripada bau misik/kasturi. Dan bagi orang yang berpuasa ada dua kegembiraan, ketika berbuka mereka bergembira dengan bukanya dan ketika bertemu Alloh mereka bergembira karena puasanya.

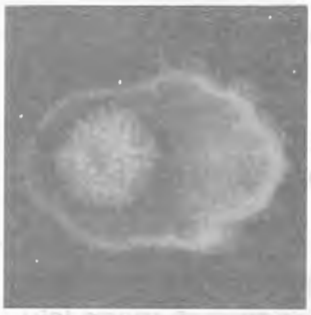
Keutamaan bulan puasa diantaranya :

1. Puasa sebagai Perisai atau pelindung
   Puasa menjadikannya sebagai wijaa'(pemutus) bagi syahwat, karena puasa menahan kuatnya anggota badan hingga bisa terkontrol, menenangkan seluruh anggota badan, serta seluruh kekuatan yang jelek ditahan hingga bisa taat dan di belenggu oleh belenggu puasa.
2. Puasa Bisa Memasukan Hamba ke Surga
3. Pahala Orang Puasa Tidak Terbatas
4. Orang Puasa Punya Dua Kegembiraan (saat berbuka puasa dan bertemu dengan Alloh)
5. Bau Mulut Orang yang Berpuasa Lebih Wangi dari baunya Misik.
6. Puasa dan Al Qur'an Akan Memberi Syafa'at Kepada Ahlinya di hari kiamat
7. Puasa sebagai Kafarat
8. Ar Royyan Bagi Orang yang Puasa

Dengan menjalankan ibadah Puasa kita bisa menjadi hamba yang berkualitas di hadapan Alloh SWT. Dan sebagai perisai dari berbagai hawa nafsu yang jelek yang akan merugikan diri kita di dunia dan akhirat. Mudah-mudahan ibadah puasa kita di terima Alloh SWT Amin,,,(Om Teddy)



Herpes Zoster & Herpes Genetalis



Herpes zoster adalah virus varicella-zoster, virus yang juga menyebabkan cacar air. Infeksi awal virus varicella-zoster (yang bisa berupa cacar air) berakhir dengan masuknya virus dr dalam ganglia (badan saraf) pada saraf spinalis maupun saraf kranialis dan

Varicella zoster virus

virus menetap disana dalam keadaan tidak aktif. Herpes zoster selalu terbatas pada penyebaran akar saraf yang terlibat di kulit (dermatom).

Virus herpes zoster bisa tidak pernah menimbulkan gejala lagi atau bisa kembali aktif beberapa tahun kemudian. Herpes zoster terjadi jika virus kembali aktif. Kadang pengaktifan kembali virus ini terjadi juka terdapat gangguan pada sistem kekbalan akaibat suatu penyakit (misalnya karena AIDS atau penyakit Hodgkin) atau obat-obatan yang mempengaruhi sistem kekebalan. Biasanya, penyebab dari pengaktifan kembali virus ini tidak diketahui.

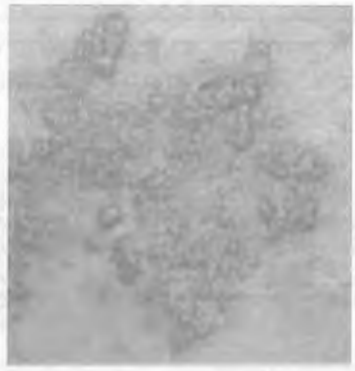
Gejala

Gejala dari herpes jenis ini adalah pada 3-4 hari sebelum timbulnya herpes zoster, penderita merasa tidak enak badan, menggigil, demam, mual, diare atau sulit berkemih. Terkadang penderita merasakan nteri, kesemutan atau gatal di kulit yang terkena.

Gejala lain, muncul sekumpulan lepuhan kecil berisi cairan dikelilingi oleh daerah kemerahan. Lepuhan ini hanya terbatas pada daerah kulit yang dipersarafi oleh saraf yang terkena . Lepuhan paling sering muncul di batang tubuh dan biasanya hanya mengenai satu sisi (kanan aja atau sisi saja). Daerah yang terkena biasanya peka terhadap berbagai rangsangan (termasuk sentuhan yang ringan) dan bisa terasa sangat nyeri.



Herpes Zoster



Herpes Zoster

Lepuhan mulai mengering dan membentuk keropeng pada hari kelima setelah mereka muncul. Lepuhan mengandung virus herpes zoster, yang jika ditularkan bisa menyebabkan cacar air. Lepuhan yang luar atau menetap lebih dari 2 minggu biasanya menunjukan bahwa sistem kekebalan penderita tidak berfungsi sebagaimana mestinya.

Pengobatan

Sebagaian besar penderita mengalami penyembuhan tanpa meninggalkan gejala sisa. Tetapi bisa terbentuk jaringan parut yag luas meskipun tidak terjadi infeksi bakteri sekunder. Jika mengenai saraf wajah yang menuju ke mata bisa menimbulkan masalah yang cukup serius.

Herpes genetalis adalah infeksi atau peradangan (gelembung lecet) pada kulit terutama di bagian kelamin (vagina, penis, termasuk dubur/anus serta pantat dan pangkal paha/selangkangan)yang disebabkan virus herves simplex (VHS).



Virus Herpes Simplek (VHS)

Laki-laki yang tidak disunat, lebih berisiko terkena penyakit herpes getalis dibandingkan lelaki yang disunat. Lelaki yang tidak disunat selaput lendirnya tipis. Sedangkan kalau sudah disunat selaput lendirnya tebal, menjadi kulit biasa, sehingga relatif lebih sulit tertular.

Gejala

Gejala awalnya mulai timbul pada hari ke 4-7 setelah terinfeksi berupa gatal, kesemutan dan sakit. Lalu muncul bercak kemerahan kecil, diikuti sekumpulan lepuhan kecil terasa nyeri. Lepuhan ini pecah dan bergabung membentuk luka melingkar. Luka yang biasanya menimbulkan nyeri dan membentuk keropeng. Selain itu, penderita mengalami kesulitan berkemih dan ketika berjalan akan timbul nyeri. Luka baru akan membaik dalam waktu 10 hari tetapi bisa meninggalkan jaringan parut.

Gejala lain berupa kelenjar getah bening selangkangan biasanya agak membesar. Gejala awal ini sefatnya lebih nyeri, lebih lama dan lebih meluas dibandingkan gejala berikutnya dan terkadang disertai dengan demam dan tidak enak badan.

Pada pria, lepuhan dan luka bisa terbentuk di setiap bagian penis, termasuk kulit depan pada penis yang tidak di sunat. Pada wanita, lepuhan dan luka bisa terbentuk di vulva dan leher rahim. Jika penderita melakukan hubungan seksual melalui anus, maka lepuhan dan luka bisa terbentuk di sekitar anus atau di dalam rektum.



Herpes Genetalis pada wajah



Herpes Genetalis pada anus

Pada penderita gangguan sistem kekebalan (misalnya penderita infeksi HIV), luka herpes bisa sangat berat, menyebar ke bagian tubuh lainnya, menetap selama beberapa minggu atau lebih dan resisten terhadap pengobatan dengan asiklovir.

Gejala-gejala cenderung kambuh kembali di daerah yang sama atau di sekitarnya, karena virus menetap di saraf panggul terdekat dan kembali aktif untuk kembali menginfeksi kulit.

Pengobatan

Tidak ada pengobatan yang dapat menyembuhkan herpes genetalis. Tetapi pengobatan bisa memperpendek lamanya serangan. Jumlah serangan bisa dikurangi dengan terus menerus mengkonsumsi obat anti-virus dosis rendah. Pengobatan akan efektif jika dimulai sedini mungkin, biasanya 2 hari setelah timbulnya gejala.

Pengobatan ditujukan untuk mengurangi jumlah virus yang hidup di dalam luka sehingga mengurangi resiko penularan. Tujuan lain, meringankan gejala pada fase awal. (Om Teddy)

Kenapa belum ada Vaksin HIV sampai Sekarang?



Setelah lebih dari 30 tahun, para peneliti masih belum bisa menemukan vaksin untuk virus yang menyerang sistem kekebalan tubuh atau sering kita sebut dengan HIV. Menurut Anthony Fauci, direktur National Institutes of Health's National Institute of Allergy and Infectious Diseases,mengatakan :

"Ini pertanyaan yang sangat wajar, mengingat kesuksesan yang luar biasa dalam pengembangan vaksin untuk penyakit serius lainnya selama bertahun-tahun," Fauci menulis. ' Vaksin yang sangat efektif telah dikembangkan untuk berbagai penyakit virus lainnya, termasuk polio, campak, gondok, rubella, hepatitis A, hepatitis B, influenza, rabies, varicella, human papillomavirus, rotavirus, demam kuning, dan Japanese ensefalitis. Salah satu infeksi virus - cacar - telah benar-benar dihapuskan dari populasi manusia. "

Kesulitan seperti apa yang menyebabkan para peneliti belum bisa menemukan vaksin yang efektif untuk HIV, berikut penjelasan Fauci :

'Tidak seperti vaccinologists klasik, ilmuwan vaksin HIV harus belajar bagaimana untuk mendorong tubuh manusia untuk menghasilkan respon imun yang protektif lebih unggul daripada yang diperoleh oleh infeksi alami,'

Fauci menambahkan. "Hal ini diperlukan pergeseran keseimbangan empiris upaya dari pengembangan dan pengujian berskala besar calon vaksin untuk penemuan misteri interaksi HIV dan sistem kekebalan tubuh. Dalam pergeseran keseimbangan ini, tentunya pertanyaan dasar yang belum terjawab harus diutamakan dalam proses penemuan sebelum uji klinis besar tambahan mendapat jamin. Kesenjangan terbesar dalam pengetahuan ini adalah kebutuhan untuk pemahaman yang lebih baik pada awal terinfeksi HIV, dimulai pada tempat-tempat di mana virus memasuki tubuh. "

Namun, Fauci juga memperingatkan bahwa walau para peneliti harus menemukan metode untuk meningkatkan respon sistem kekebalan terhadap virus, itu tidak mungkin vaksin sendiri akan menawarkan perlindungan secara lengkap terhadap HIV.

"Sejak diketahui bahwa mungkin vaksin HIV sendiri tidak akan pernah benar-benar bisa secara penuh mencegah infeksi seperti yang bisa dilakukan oleh vaksin cacar atau polio, usaha-usaha kami dalam penanggulangan HIV vaccinology harus merupakan bagian dari pendekatan yang lebih luas terhadap pencegahan HIV yang mencakup metode pengiriman terbukti, seperti pengujian dan konseling, pendidikan, dan perubahan perilaku, penggunaan kondom, pengobatan dan pencegahan penyalahgunaan narkoba dan alkohol, program pertukaran jarum suntik, obat antiretroviral untuk mencegah transmisi HIV ibu-ke-anak dan pengawasan secara medis untuk sunat laki-laki dewasa, '



Tugas memang belum selesai, para peneliti saya yakin masih banyak yang terus berusaha melakukan penelitian dengan sepenuh hati mencari vaksin untuk HIV. Hingga saatnya tiba, ayo kita semua cegah virus ini menyebar kepada semua orang disekitar kita. (NIO)

Benarkah Gay Posesif ?

Kalu Ku Mati, Kau Mati Jug...
Bait lagu di atas merupakan penggalan lagu Posesif yang tak cuma mempopulerkan band Naif, melainkan juga Afy, waria yang tampil sebagai bintang video klipnya.

Bagi kalangan transeksual, waria, seperti Afi, bait itu sangat menusuk tapi juga mengungkapkan kondisi jiwa raga mereka. Juga kaum gay pada umumnya, sebagai sesama kaum homoseksual.

Istilah posesif - yang berarti "rasa memiliki dan keinginan untuk menguasai pasangan secara berlebihan", belakangan muncul dalam kasus ryan. Ketika korban Hery Santoso, menawar pacarnya untuk menemani tidur dengan janjiimbalan mahal itu, ia menjadi marah.

Kisah yang mirip terjadi pada Gianni Versace, 50, perancang busana kaliber dunia, yang tewas ditembak mantan pasangannya, Andrew Cunanan, gay berdarah Filipina di Miami, AAS, 1997 lalu. Gay pelacur papan atas itu tak menggunakan tangan orang lain untuk mengeksekusi mantan kekasihnya itu, melainkan menembak dengan tangannya sendiri.

Sikap poseseif sebenarnya ak hanya ada di kalangan homoseksual, tapi juga kaum heteroseksual. Lihat adegan iklan rokok yang memperlihatkan gadis cantik yang selalu memonitor kegiatan pacarnya lewat handphone, sehingga si cowo memasang mesin penjawab yang sama bunyinya : "sendiri, di rumah, tidur!". Itulah cermin cewek yang posesif terhadap cowoknya.

Posesif nampaknya memang watak yang melekat pada insan yang haus kasih sayang, termasuk kalangan gay. Seberapa kadarnya terpulang pada masing-masing. Tapi posesif tang berlanjut pada tindak kekejaman dan tindakan di luar batas, hanya para ahli yang menganalisa.

Widodo, konsultan Arus Pelangi, organisasi pembela hak-hak gay, lesbian, biseksual dan transeksual (LGBT)membantahnya. "Hubungan cinta, rumah tangga, posesifitas, dan sensitifitas kami sama saja dengan mereka yang heteroseks,"ujarnya. Menurut Widodo, yang uga gay, sudah sejak lama homoseksual telah dinyatakan bukan gangguan jiwa. Namun, masyarakat masih banyak yang menganggap homoseksual adalah suatu penyakit kejiwaan.

Sedangkan Kriminolog Universitas Indonesia (UI) Adrianus Meliala, kepada media online menyatakan, dari sisi akademis, hubungan cinta sejati bukan hubungan yanh sehat, seperti egosentrik. Kalau kita (Kaum heteroseksual) bilang cinta, itu bukan berarti memiliki. Tapi bagi pasangan sejenis, cinta harus memiliki,"katanya.
Adrianus memaparkan, dalam "cinta platonis", tidak ada istilah selingkuh aau pindah ke lain hati, bagi pasangan sejenis. Dari pada kehilagan pasangan maka lebih baik dimatikan saja. Jadi lose-lose, tidak ada yang dapat pasangannya.

JARANG MENGAKU

Sebagai mana watak yang sering dikonotasikan negatif, seperti egois, cemburu, karakter posesif jarang diakui oleh pemiliknya. Dalam keeharian mudah menjumpai orang yang mengaku "Gue memang cemburuan" ketimbang dengan mereka yang terus terang "Iya, gue memang posesif!"

Hendra, 32, pelatih kebugaran, misalnya. Dia mengaku termasuk yang suka gonta ganti pasangan, dan tak bisa hubungan kalau ngga pakai proses, dan perasaan. "Tapi posesif dan membunuh pasangan, gue gak !Gua baek-baek aja, 'kan, "seloroh Hendra.

"Pisah sama pasangan itu menyakitkan. Apalagi kalau ada bau-bau selingkuhnya.
Sa.....kiiiiiit....."kata Hendra, 35, dengan meniru gaya Ruben Onsu. "Tapi menyakiti pasangan atau bekas pasangan secara fisik apalagi membunuh gak la yah, "kata pemilik body ala binaragawan, tapi tutur katanya lembut itu.

"Lihat body aku. Aparat lihat juga ngeper. Tapi bunuh nyamuk pun aku gak bisa..."

Benarkah gay possif ? "Ya ! Kecenderungannya sih gitu. Tapi kalo di tanya ke gue, geu sendiri gak tahu. Coba tanya sama yang sebelah ini. " kata Erwin, 29, dengan tatapan mesra kepada pria di sampingnya, di satu sore, di satu café,di kawasan Setiabudi, Jakarta Pusat.

Dengan cuek, yang di sebelah menyuapi Erwin, potongan blackforest, lalu membersihkan pinggiran bibirnya dengan tisu, sambil menyahut "Lu aja kalee,,gua mah ngga....!!"
Teriak Doddy, 27, lagi-lagi dengan menirukan jargon pembawa Acara televisi Ruben Onsu.

Om Teddy *Sumber* : poskota

Hotline : 022 91231807 SMS Gateway : 0811 220 0022 Website : www.abiasa.com

Profil

Numpang Nampang





Kustantonio

Kustantonio, itu nama asli biasa di panggil dengan Nio. Salah satu staf Himpunan Abiasa dan juga bisa di bilang sebagai ujung tombak di Lembaga, karena dia salah satu perintis berdirinya Himpunan Abiasa untuk komunitas MSM di Jawa Barat.

Di Himpunan Abiasa Nio menempati posisi sebagai case manager (manajer kasus), dan sebagai ketua Kelompok Dampingan Sebaya (KDS) yang di beri nama ***PUZZLE*** di Kota Bandung.

Orangnya smart, sedikit bicara banyak kerja, super sibuk, ide-idenya brilian bahkan dia sudah malang melintang di dunia MSM sampai tingkat inernasional dalam rangka ikut serta di kegiatan-kegiatan internasional. Kontribusinya terhadap komunitas MSM banyak sekali yang tertuang dalam ide program kegiatan lembaga.





Kepribadian yang smart tidak sombong juga ramah, solidaritas dan kesetiakawanan yang tinggi dijadikannya panutan oleh rekan-rekan dilingkungan pekerjaan, makanya dia tuh banyak dikenal, baik nasional maupun internasional. Dia tuh selalu sharing ketemen-temen, berbagai hal tentang ilmu pengetahuan yang dimilikinya.

Kedua orang tuanya ngasih nama **Iwan Herniwan,** ama temen-temen suka dipanggil Iwan. Di Abiasa, dia tuh menempati posisi sebagai Manager Data, yang khusus menangani barbagai hal yang berhubungan dengan data.

Orangnya ramah, tipe pekerja keras, serius kadang-kadang lucu dan setia kawan sesama rekan-rekan. Dengan menempati posisi sebagai data manager otomatis kerjaan nya super sibuk, harus memasukan laporan kegiatan sehari-hari dari PL/KL dan harus membagi datanya ke instansi terkait.

Dengan profesionalitas yang dimilikinya, Dia mampu melaksanakan tugas sehari-hari, jangan salah tugas manager data berat loh,,, dan orang yang profesional yang mampu memegang jabatan ini. Tidak sembarangan orang bisa menempati posisi sebagai manager data, karena banyaknya data yang harus di input.

Makanan kesukaannya,,,,kayanya smua suka deh ama makanan yang enak-enak apalagi kalo gratis he he he he,,,,,,just kidding. Makanya buat rekan-rekan yang mau kenal lebih dekat jangan sungkan-sungkan dateng ke Abiasa ato bisa mengunjungi website www.abiasa.org buruan,,,,,,,,siapa tau kamu-kamu bisa kenal lebih deket he he he he,,,,,,



Iwan Herniwan











Profil Massage Boy (MB) "DJIBRAN" di Kota Bandung



Massage Boy!!! Semua pasti pernah mendengar kata itu. Bagi orang -orang yang aktivitas sehari-harinya sibuk pastilah merasakan penat, pegal-pegal badan, dan pastinya membutuhkan suatu terapi atau relaksasi untuk mengembalikan kondisi tubuh supaya fit kembali.

Kali ini menampilkan profil MB "DJIBRAN" yang berlokasi di Jl. Sekelimus Barat No. 17A sang owner yakni Mr. Zaenal. Dia mempunyai karyawan enam orang yang rata-rata berusia 25 keatas, yang tentunya macho-macho.

Sang owner menuturkan, rata-rata pengunjung tiap hari antara 4-6 orang, bagi pengunjung cowo yang datang ke lokasi, tetapi tidak hanya klien cowo saja ada juga klien cewe, hanya tidak datang ke lokasi tapi servicenya di luar lokasi. Soal tarif Zaenal mematok harga seratus ribu diluar tips, yang ternyata tarif segitu merupakan tarif yang sama di MB lainnya. Klien yang datang rata-rata berlatar belakang para pekerja kantoran, mahaiswa, dan banyak lagi. Konsistensi pemakaian kondom ternyata cukup tinggi, mencapai 90%, karena banyaknya pelanggan tetap sehingga, tingkat kesadaran pemakaian kondom cukup baik. Setiap pengunjung diwajibkan oleh pengelola untuk selalu menggunakan kondom, demi kenyamanan dan kesehatan kedua belah pihak.

Zaenal sangat memperhatikan akan kualitas kesehatan para karyawannya, dengan selalu mengingatkan untuk selalu memeriksakan diri ke klinik, yang tentunya sudah berkoordinasi dengan Himpunan Abiasa untuk merujuk ke klinik yang sudah ada di kota Bandung. Himpunan Abiasa selalu memperhatikan MB-MB yang ada di kota bandung untuk menampung aspirasi atau kebutuhan apa yang diperlukan seperti penyediaan kondom, layanan klinik yang tentunya bisa membantu untuk meringankan dari segi biaya bagi para karyawan MB yang ingin memeriksakan dirinya.

Cozzz,,,buat para pembaca yang ingin merasakan service, yang tentunya di jamin memuaskan, ga salahnya mencoba datang ke MB "DJIBRAN" yang alamatnya sudah tertera di atas. Tunggu profil MB lainnya. Om Teddy



D J I B R A N



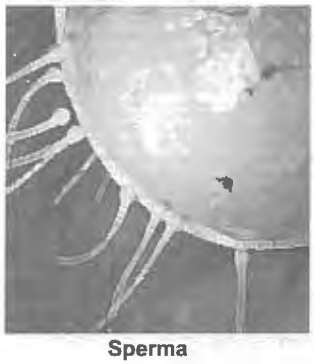
D J I B R A N



D J I B R A N



Dengan Berpuasa Kualitas Sperma Semakin Bagus



Sperma

Bagi mereka yang berpuasa, jangan khawatir jika kualitas sperma Anda akan menurun. Justru sebaliknya, kualitas sperma secara umum akan lebih bagus.

Puasa diketahui tidak berdampak negatif terhadap kualitas sperma. Manfaat puasa terhadap kesehatan tubuh bagi pria yang sehat justru lebih bagus bahkan tidak mengurangi terjadinya konsepsi hubungan suami istri.

Manfaat kesehatan saat puasa justru meningkatkan fungsi organ reproduksi, menyeimbangkan kadar asam dan basa dalam tubuh, serta meningkatkan fungsi organ tubuh. Selain itu, memberikan kesempatan bagi alat pencernaan untuk beristirahat akan membebaskan tubuh dari racun, kotoran, dan ampas yang bisa merusak kesehatan.

Dengan puasa, tubuh mampu memblokir makanan untuk bakteri, virus, dan sel kanker sehingga kuman-kuman tersebut tidak bisa bertahan hidup.

Yang penting dilakukan suami istri adalah tetap menjaga kebugaran saat puasa yakni mengonsumsi makanan dengan gizi seimbang serta memperbanyak minum air putih. Aturlah waktu istirahat. Usahakan tidur beberapa menit pada siang hari, saat tubuh merasakan kantuk yang berat. Hal itu dapat membantu memulihkan kesegaran tubuh dan melancarkan proses berpikir kita.

Justru hindari duduk diam atau tidur dalam jangka waktu yang lama dan bermalas-malasan karena hal iru justru akan membuat tubuh semakin lemas dan loyo. (Om Teddy,*Sumber* Info-sehat.com)

Jika anda ingin mengetahui lebih banyak mengenai IMS dan HIV/AIDS secara lengkap anda bisa mengunjungi :

www.abiasa.org
YM : abiasahotline
www.facebook.com/abiasa
SMS Gateway 081220000025

PEKERJA PABRIK RAWAN HIV

CIMAHI

KOTA CIMAHI

Bandung Cimahi , (PR)
Lima dari seratus karyawan di setiap perusahaan di Jabar rentan terpapar HIV/AIDS. Hal tersebut terjadi karena tingginya jumlah karyawan yang melakukan aktivitas seks bebas. Diperkirakan, sekitar 2.000 pelanggan pekerja seks komersial (PSK) di sebuah lokalisasi, 40 persennya adalah karyawan.

Hal tersebut diungkapkan dokter perusahaan PT. Kahatex dr. Lia Yuliana. Ia menyampaikan materi tentang "Pencegahan dan Penanggulangan HIV/AIDS di Tempat Kerja" dalam acara "Bimbingan Teknis Kesehatan dan Keselamatan Kerja (K3)" di Aula Local Education Centre (LEC) Jln. Permana No. 31 A, Kel. Citeureup, Kec. Cimahi Tengah, Kota Cimahi.

Faktor utama yang mendorong seseorang melakukan seks bebas di kalangan karyawan, menurut Lia, adalah karena ingin mendapatkan variasi dalam bercinta. Selain itu, kultur masyarakat Jabar yang kebanyakan bekerja jauh dari istri juga menjadi salah satu pemicunya. Sementara itu, untuk mereka yang belum beristri, kebanyakan alasannya adalah ingin mencoba.

Faktor-faktor tadi adalah berdasarkan pengakuan pasien yang saya temui,"katanya. Jumlah tertinggi pelaku seks bebas dikalangan karyawan ada pada lelaki dengan usia produktif. Jika karyawannya sudah berperilaku seperti itu, tidak heran jika HIV mulai masuk ke dalam tempat kerja. Sayangnya, hingga kini, perhatian dan pengetahuan setiap perusahaan terhadap penyakit HIV/AIDS masih sangat minim.



Kurangnya perhatian perusahaan, kebanyakan karena faktor biaya yang terbatas. Untuk melakukan tes HIV/AIDS terhadap karyawannya, diperlukan biaya yang tidak sedikit. Kendala lain adalah masih adanya keengganan dari pekerja untuk memeriksakan diri.

"Perusahaan memang tidak memiliki hak memaksa karyawannya untuk melakukan tes HIV/AIDS, karena pemeriksaan harus dilakukan secara sukarela, "kata Lia.

Diatur Kepmen
Upaya yang paling mudah untuk saat ini adalah dengan melakukan sosialisasi HIV/AIDS pada setiap perusahaan melalui dinas-dinas terkait atau lembaga swadaya masyarakat (LSM) yang ada. Hal tersebut sudah menjadi komitmen pemerintah secara nasional yang dituangkan dalam Keputusan Menteri Tenaga Kerja dan Transmigrasi No. 68 Tahun 2004 tentang Pencegahan dan Penanggulangan HIV/AIDS di tempat kerja.

"Perusahaan bisa memulainya dengan penerapan K3 di lingkungan kerja, "kata Afizah. Hal itu bisa dilakukan mulai dari hal yang terkecil, seperti menggunakan sarung tangan.

Cimahi sebagai kota yang memiliki ratusan industri, merupakan daerah yang ramai dikunjungi pendatang. Tidak menutup kemungkinan adanya PSK tidak langsung di Cimahi ini. Maksudnya, PSK bukan menjadi pekerjaan utama, tetapi hanya pekerjaan sampingan.

"Data ini saya dapatkan dari informasi teman-teman LSM. Jadi, ada pekerja yang setelah selesai bekerja di suatu perusahaan, mereka juga nyambi jadi PSK, "katanya.

Peran Masyarakat
Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Cimahi, hingga Mei 2009, tercatat 105 orang terpapar HIV/AIDS. Dari jumlah tersebut, 73 persennya adalah mereka yang merupakan pengguna narkoba suntik (penasun). Penyebab lain yang banyak ditemukan adalah karena seks bebas. Baik yang dilakukan oleh waria, homoseksual, maupun wanita penjaja seks (WPS). Dari sebab-sebab itu diketahui, usia yang rentan terpapar HIV/AIDS adalah 15-40 tahun.

Jika melihat kasus HIV/AIDS, Afizah mengatakan, sama seperti fenomena puncak gunung es. Dia mengatakan, kasus HIV/AIDS yang tercatat saat ini baru sekitar 10% dari keseluruhan orang yang terpapar virus tersebut. Sementara itu, sisanya belum terlihat. Tidak hanya perhatian dari pemerintah, tetapi peran aktif masyarakat pun diharapkan lebih tanggap untuk menanggulangi masalah ini. (Om Teddy *Sumber*: Ahmad Heryawan.com/PR)

Manfaat Seks Tiga Kali Seminggu



Anggapan bahwa seks bisa membuat awet muda ternyata telah terbukti melalui sebuah penelitian yang dilakukan selama sepuluh tahun. Penelitian itu melibatkan 3.500 pria dan wanita dengan usia rata-rata45-55 tahun. Hasil studi tersebut menunjukan bahwa para partisipan itu kelihatan 7-12 tahun lebih muda dari pada usia sesungguhnya.
Ternyata kehidupan seks yang teratur merupakan faktor penentu awet muda mereka, didukung juga dengan aktivitas olahraga. Namun, itu tidak berarti harus melakukan hubungan seks setiap hari. Menurut para peneliti, hubungan seks yang paling bermanfaat yakni tiga kali dalam seminggu dan itulah yang dilakukan oleh para peserta tersebut. Hubungan seks tersebut juga harus disertai dengan orgasme.

Jadi, manfaat itu tidak akan diperoleh apabila hubungan seks terlalu sering dilakukan. Selain itu, hubungan seks dengan yang bukan pasangannya justru akan memberikan hasil sebaliknya. Seks seperti ini justru akan mempercepat proses penuaan, karena sering menimbulkan rasa cemas dan stress. Jadi, seks akan menyebabkan seseorang menjadi awet muda bila dilakukan dengan pasangan resmi, karena hubungan seks memerlukan dukungan serta kecocokan secara psikologi dan emosional. Stres dan ketegangan akan lebih mudah ditangani apabila mereka melakukan hubungan seks secara teratur.

Study sebelumnya juga pernah menjelaskan tentang fisiologis dari hubungan seks. Ketika seseorang melakukan hubungan seks, maka lemak tubuhnya akan terbakar. Selama itu, otak akan melepaskan endorfin yang berfungsi untuk menghilangkan rasa nyeri dan mengurangi kecemasan. Seks juga memicu pelepasan zat yang dapat memperbaiki kekebalan tubuh. Bahkan pada pria, seks dapat merangsang hormon pertumbuhan dan testosteron untuk menguatkan tulang dan otot. (Om Teddy *sumber* : Info-sehat)



International Youth Day 2009





Mitra Citra Remaja adalah Pusat pendidikan, Konseling dan Pelayanan Kesehatan Reproduksi Remaja yang merupakan salah satu program dari **Perkumpulan Keluarga Berencana Indonesia (PKBI) Daerah Jawa Barat.**

Peringatan **International Youth Day 2009**, dengan mengadakan kegiatan **Workshop & Gathering Remaja Peduli Kesehatan Reproduksi Remaja se-Jawa Barat** dengan tema "**Saatnya Remaja Beraksi**"

Kegiatan itu sendiri dilaksanakan pada hari Sabtu, 15 Agustus 2009, bertempat di Lapangan Centrum (Depan SMAN 5) Bandung.

International Youth Day 2009, dihadiri oleh perwakilan remaja dari latar belakang yang berbeda, terdiri dari remaja SMP, remaja SMA, remaja Kampus, remaja bekerja, remaja dari komunitas khusus, remaja yang memiliki keterbatasan fisik dan remaja jalanan. Pengantar workshop diisi oleh BKKBN Provinsi Jabar, Dinas Pendidikan Jabar, DINKES Jabar, dan IMPACT.

Latar Belakang

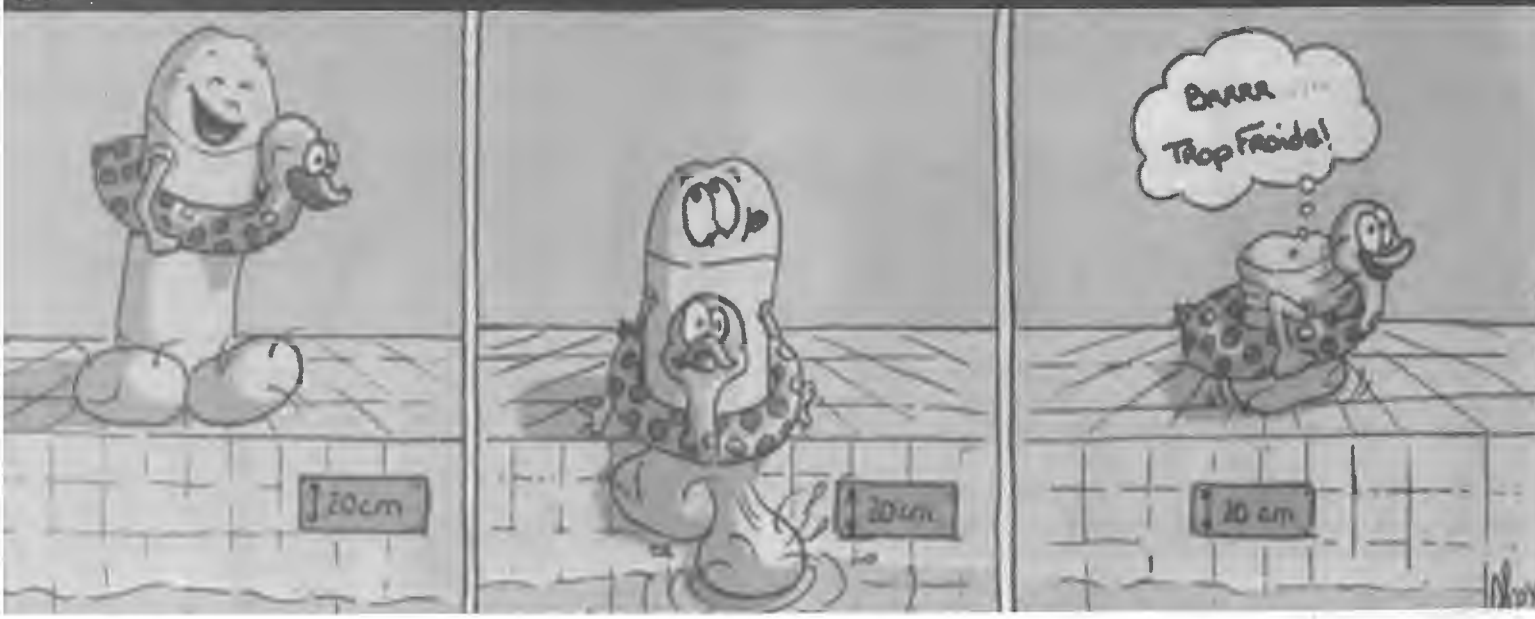
Remaja adlah investasi Masa Depan !. Untuk mencetak remaja yang sehat baik secara fisik, psikis dan sosial maka salah satu yang perlu menjadi perhatian semua pihak adalah pemenuhan hak-hak kesehata reproduksi remaja yang diantaranya adalah hak untuk mendapatkan informasi dan layanan yang terkait dengan kesehatan reproduksi remaja. Data konseling MCR-PKBI Jabar tahun 2001-2006, dari 18084 kasus konsultasi yang diakses melalui berbagai layanan, 4945 remaja meminta informasi seputar seksualitas dan 4100 lainnya berkonsultasi tentang permasalahan kesehatan reproduksi yang dialami remaja yang meliputi seks, drugs dan HIV/AIDS.

Mitra Citra Remaja sebagai salah satu mitra remaja di bawah naungan PKBI Jawa Barat hadir di tengah remaja untuk memfasilitasi remaja dalam menyuarakan aspirasi mereka terkait dengan permasalahan dan kebutuhan remaja khususnya yang terkait dengan kesehatan reproduksi remaja. Kegiatan Workshop remaja peduli kesehatan reproduksi se-Jawa Barat dengan tema "Saatnya Remaja Beraksi".

Tujuan diadakannya workshop yakni:

1. Meningkatkan pemahaman peserta tentang situasi kesehatan reproduksi remaja di Jawa Barat.
2. Meningkatkan pemahaman peserta tentang program-program kesehatan reproduksi remaja di Jawa Barat.
3. Menggali pendapat peserta tenyang permasalahan remaja di lingkungannya.
4. Menggali pendapat peserta tentang kebutuhan remaja yang terkait dengan kesehatan reproduksi remaja.
5. Menyepakati hal-hal yang akan direkomendasikan kepada pemerintah sebagai pengambil kebijakan (DPRD Jawa Barat). Om Teddy

arikatur



Penderita HIV Positif + Terapi ARV Dianjurkan Tidak Puasa



Stop

Penderita HIV-AIDS yang menonsumsi obat Anti Retroviral (ARV) dianjurkan untuk tidak berpuasa selama bulan Ramadhan karena obat tersebut harus siminum secara rutin dan teratur setiap 12 jam sekali.

"Kami memberikan anjuran kepada penderita HIV-AIDS yang mengonsumsi ARV untuk tidak berpuasa karena daya tahan tubuh mereka akan menurun apabila tidak minum oat ARV secara tepat waktu dan teratur,"kata koordinator konselor klinik "Voluntari Conseling and Testing" (VCT) RSUD dr Soebandi di Jember, dr Justina Evi Tyaswati SpKJ.

Menurut dia, obat ARV merupakan salah satu obat untuk menunjang hidup penderita HIV-AIDS karena kekebalan mereka akan menurun drastis, apabila tidak minum obat tersebut;

"Untuk itu, penderita HIV-AIDS harus menonsumsi obat ARV sebanyak dua kali dalan sehari, setiap 12 jam sekali,"katanya.

Apabila penderita HIV-AIDS berpuasa, kata dia, mereka tidak bisa minum obat ARV dengan jadwal tepat setiap 12 jam karena waktu berpuasa sejal imsak hingga maghrib lebi dari 12 jam.

"Meski demikian, saya menyerahkan sepenuhnya kepada penderita HIV-AIDS yang bersangkutan apakah tetap menjalankan ibadah puasa atau tidak,"katanya. Mengonsumsi ARV, kata dia, harus dilakukan dengan jadwal yang tepat supaya kekebalan tubuh penderita HIV-AIDS tidak menurun dan obat tersebut. "Apabila tidak dilakukan tepat waktu, obat ARV akan sia-sia dan menjadi kebal terhadap virus penyakit yang mematikan tersebut,"katanya.

Ia menjelaskan, penderita HIV-AIDS pada stadium 2 akhir, stadium 3 dan stadium 4 yang mengonsumsi obat ARV, sedangkan stadium awal belum membutuhkan ARV. Mereka yang membutuhkan ARV adalah penderita stadium lanjut, di mana virus HIV sudah menggerogoti kekebalan tubuh yang yang menyebabkan penderita HIV-AIDS tak berdaya,"katanya.

"Penderita stadium lanjut dianjurkan untuk mengonsumsi ARV secara tepat dan rutin sehingga dianjurkan tidak berpuasa,"katanya. Ia mengimbau kepada penderita HIV-AIDS untuk melakukan konsultasi dan mengonsumsi ARV secara rutin supaya daya tahan tubuh mereka membaik dan memiliki peluang hidup lebih lama. (Om Teddy *Sumber* : Kapanlagi.com)



Are you the missing piece of our puzzle?

Puzzle Support Group

Kelompok Dukungan ODHA - OHIDHA MSM

Jl Nilem v no 28 Bandung

phn: 022 7309352 / kustatonio



PENYEMBUHAN DENGAN DO`A



Berdoa yang efektif ternyata ada aturannya. Teknologi modern sangat membantu membuat doa-doa kita secara ajaib lebih mudah dan lebih cepat terjawab.

.....

Larry Dossey, M.D seorangdokter dari Texas, Amerika, dalam bukunya Healing words: The Power of Prayer and The Practice of Medicine dan Prayer is Good Medicine mengatakan bahwa sudah banyak penelitian bersifat ilmiah yang dilakukan para ahli untuk mengetahui pengaruh doa dalam penyembuhan. Sebagian besar dari penelitian tersebut memperlihatkan bahwa doa memang memiliki efek penyembuhan. Tak heran jika kini doa menjadi bagian yang penting dalam pengobatan modern.

Masih menurut Dossey, seorang peneliti senior dari National Institute for Healthcare Research di Rockville, Maryland, bernama David B. Larson M.D., juga pernah meneliti hubungan antara sikap spiritual dan kesehatan. Menurut Larson, berdoa secara teratur membantu mencegah datangnya penyakit yang bersifat fisik dan mental. Juga membantu kita menghadapi penyakit secara efektif.

Masalahnya sekarang, doa yang bagaimana yang bisa membantu menyembuhkan atau mencegah datangnya penyakit? Karena diakui atau tidak, doa yang terus kita panjatkan ternyata tidak semuanya langsung dikabulkan. Atau kalau pun segera terkabul, ternyata tidak selalu sesuai dengan keinginan kita. Jadi jelasnya, bagaimana cara berdoa yang baik dan benar?

Terjawab tak selalu berarti langsung dikabulkan

Menurut Erbe Sentanu atau biasa dipanggil Nunu dari Katahati Institute, sebuah lembaga yang mengajarkan teknik berdoa yang efektif, ada aturan-aturan tertentu yang harus diikuti agar suatu doa bisa lebih cepat terjawab. Terjawab di sini maksudnya bisa bermacam-macam. Bisa saja seseorang dibelokkan dari apa yang dimintanya atau justru dihentikan sama sekali dari apa yang diinginkan. Terkadang seolah 'disuruh' menyempurnakan isi doanya dulu baru dikabulkan. Atau bisa juga secara instan langsung dikabulkan persis sesuai dengan yang diinginkan dalam waktu yang sangat singkat. Yang terakhir ini sering sekali terjadi pada mereka yang sudah mempelajari aturan berdoa yang efektif.

Mengenai ukuran dari efektif tidaknya suatu doa, Nunu menjelaskan bahwa hal itu langsung bisa dilihatdari perubahan yang terjadi dalam kondisi kesehatan atau kehidupan seseorang. Bandingkan saja kondisi kesehatan dan kehidupan orang tersebut ketika berdoa dengan cara yang lama dan setelah menggunakan cara yang efektif.

Tapi dengan semakin efektifnya doa seseorang, Nunu juga mengingatkan untuk semakin mewaspadai apa yang ada dalam pikiran dan dalam hati karena semuanya akan menjadi lebih mudah mewujud. Berdasarkan pengalaman dari mereka yang pernah belajar, antara apa yang diminta dalam doa dan realitanya semakin lama menjadi semakin dekat. Apa yang kemarin diminta bisa saja hari ini sudah didapat. Apa yang baru kemarin dipertanyakan, hari ini sudah terjawab. Sehingga pada akhirnya, mereka menjadi semakin yakin bahwa manusia memang diciptakan sebagai mahlukyang paling sempurna.

Mengenai teknik yang diajarkan Nunu, sebenarnya bukan sesuatu yang sangat asing bagi kita. Pada dasarnya, syarat dari doa yang efektif itu di antaranya adalah bahwa doa tersebut harus diucapkan dengan khusyuk, isi doanya jelas dan apa yang terucap secara lisan harus sesuai dengan apa yang dibayangkan dan apa yang dirasakan di dalam hati. Kedengarannya memang mudah, tetapi yang menarik disini adalah cara mempratikannya yang tidak biasa, sehingga hasilnya pun sering kali di luar dugaan.

Karena itu menurut Nunu, bila suatu saat kita merasa hidup tidak berjalan sesuai dengan yang kita inginkan, mungkin perlu dicek kembali, apa saja doa yang telah lama mengendap di batin.



Mencapai khusyuk bisa dilatih

Khusyuk adalah kondisi yang rileks, fokus, dan penuh konsentrasi. Doa yang efektif adalah doa yang dipanjatkan dengan sikap khusyuk supaya bisa masuk ke batin bawah sadar. Doa tersebut juga harus berupa niat yang sangat kuat sehingga betul-betul menempel di batin bawah sadar. Mencapai kondisi khusyuk ini perlu dikuasai sebagai suatu keterampilan yang bisa didapat melalui latihan. Menurut Nunu, yang perlu dilatih dalam hal ini adalah otak, yaitu mengaktifkan meditative brain atau otak yang selalu berzikir (dalam keadaan meditatif).

Dalam meditasi, teknologi DigitalPrayer bisa membantu mempercepat memasuki keadaan meditatif.

Hotline : 022 91231807 SMS Gateway : 081 220 000 025 Website www.abiasa.org

Bagi orang yang terbiasa bermeditasi atau tenggelam dalam dzikir, mencapai kondisi khusyuk sangatlah mudah. Namun bagi yang masih sulit mencapai khusyuk, kini bisa menggunakan alat bantu yang disebut teknologi DigitalPrayer. Alat ini berupa CD brainwave management (pengaturan gelombang otak) berisi suara-suara alam seperti air mengalir, gelombang samudra yang naik turun, atau kicau- burung yang telah diracik menggunakan teknologi audio yang khusus didesain untuk menghasilkan kondisi-kondisi otak dan kesadaran tertentu. Mendengarkan CD ini secara teratur bisa melatih otak untuk bekerja sama antara satu sisi dengan sisi lainnya, sehingga bisa memasuki kondisi khusyuk secara cepat dan memiliki kemampuan konsentrasi yang lebih baik.



Tentunya latihan ini juga memunculkan kemampuan untuk melakukan relaksasi secara alami. Karena dalam kondisi yang sinkron dan seirama, otak akan mengeluarkan hormon endorphine lebih besar sehingga timbul rasa nyaman dan nikmat (hormon endorphine di dalam tubuh memang bekerja seperti morfin).

Isi doa harus jelas dan spesifik

Pada dasarnya doa adalah rangkaian pikiran yang kita kemas dan kita kirimkan, kata Nunu. Jika seseorang telah berhasil memasuki kondisi khusyuk yang dalam, maka segala yang terucap atau bahkan terpikirkan akan cenderung mudah mewujud. Doa menjadi nafasnya setiap saat dan setiap helaan nafas adalah doanya.

Padahal semua pengalaman, kejadian, keadaan, dan pekerjaan yang kita kerjakan selama ini, adalah kreasi dari alam bawah sadar terhadap pikiran. Segala sesuatu yang kita pikirkan, kita rencanakan, kita renungkan, pada akhirnya akan direspon oleh bawah sadar. Kalau itu kita lakukan terus menerus, maka batin bawah sadar akan bekerja dan membuahkan hasil. Maka hidup pun menjadi perwujudan doa. Hal itu berlaku pada pikiran yang baik maupun yang buruk. Karena batin bawah sadar bekerja seperti robot yang tidak mampu membedakan baik dan buruk.

Karena itu menurut Nunu, bila suatu saat kita merasa hidup tak berjalan sesuai dengan yang kita inginkan, mungkin perlu dicek kembali, apa saja doa yang telah lama mengendap di batin bawah sadar kita. Bisa jadi ada program yang tidak mendukung yang tanpa sengaja masuk ke batin bawah sadar kita dan dari dalam 'menjegal' rencana-rencana hidup yang telah kita susun dengan baik. Dan akhirnya menjadi penyebab dari kegagalan, kekecewaan, dan ketidakbahagiaan hidup kita.

Sebagai contoh yang mudah adalah, bila penghasilan kita besar tetapi cepat sekali habis, uang tabungan pun tak pernah terkumpul banyak. Barangkali di batin bawah sadar kita secara tak sengaja pernah masuk program 'sulit menabung' atau 'membenci orang kaya'.

Oleh karena itu, pernyataan-pernyataan yang kita buat sebaiknya disusun dengan benar. Aturannya yaitu harus berbentuk kalimatyang positif, berlaku sekarang, bersifat pribadi, persisten (sering diulang) dan dengan hasrat yang menyala. Dengan begitu, batin bawah sadar akan merespon dengan mudah sesuai dengan yang kita inginkan. Itu sebabnya orang bijak sering mengatakan bahwa alam semesta hanya akan membukakan jalan bagi orang yang tahu tujuan hidupnya.

Yang terucap dan yang terasa di hati harus sinkron

Apa yang ada di hati dan yang diucapkan ketika berdoa harus sejalan. Karena doa bukan hanya aktivitas mulut. Jadi misalkan Anda sudah berdoa dengan cara yang benar, tetapi tidak ada efeknya dalam kehidupan, barangkali inilah yang perlu diperhatikan. Jika Anda berdoa memohon sesuatu dengan penuh rasa takut disertai bayangan buruk dan kekhawatiran doa itu tidak akan dikabulkan, biasanya itu jugalah yang akan terjadi. Karena itu, bila menginginkan kesembuhan, sambil berdoa sebaiknya Anda membayangkan segala sesuatu yang bisa Anda lakukan di kala sehat. Dalam hati juga harus terpateri keyakinan bahwa Anda memang pantas dan bisa menjadi sehat kembali. Kalau yang dirasakan dalam hati justru bahwa penyakit Anda sudah sedemikian beratnya sehingga kecil kemungkinannya untuk sembuh atau bahkan tak mungkin sembuh, sama saja dengan mendoakan bahwa kemungkinan sembuh Anda kecil.



Rasa syukur adalah doa terbaik

Langkah yang satu ini barangkali tidak mudah dijalankan, tetapi sangat penting yaitu membentuk sikap yang selalu bersyukur. jika dalam doa kita selalu mengucapkan syukur, sama artinya kita menanamkan keyakinan pada batin bawah sadar bahwa semua keinginan kita telah terpenuhi.

Kita harus ingat bahwa batin bawah sadar kita tidak mampu membedakan antara imajinasi dan realita. Sekali bawah sadar menerima suatu gagasan, maka dia akan mulai bekerja untuk membuat segala yang kita pikirkan atau bayangkan menjadi suatu kenyataan. Batin bawah sadar bekerja selama 24 jam terus menerus. Ketika kita tidur pun batin tidak tertidur, tetapi bekerja mewujudkan segala hal yang kita rancang dan kita pikirkan. Dan hasilnya terkadang begitu tak kita duga sehingga seringkali kita namakan keajaiban. (NIO))

PERTEMUAN KAPELA

m'at, 14 Agustus wilayah satu Bandung mengadakan pertemuan PELA (Be Monthly KAPELA), yang diadakan di Rumah Makan Pohon ngga jl. Leuwi Panjang Bandung. Kegiatan ini rutin dilakukan oleh npunan Abiasa mengingat KAPELA adalah perpanjangan tangan dari dan KL. Untuk meningkatkan pengetahuan KAPELA maka PL dan KL mberikan bembekalan pengetahuan yang kali ini memberikan ngetahuan dengan materi Sistem Kupon, PRI, Rujukan dan Outlet ndom, Quisioener website dengan nara sumber PL, KL dan IT.



Pertemuan KAPELA Wilayah Bandung

ayah 2 Pakuan pertemuan KAPELA dilakukan sama tanggal 14 ustus 2009 yang di laksanakan di DIC Bogor, dengan jumlah peserta 20 ng KAPELA yang aktif . Materi yang dibahas diantaranya :

Perjalanan HIV, IO dan ARV
Evaluasi Outlet Kondom
Menggali kebutuhan KAPELA dan kendala yang dihadapi.
Website terkait Quisioner.



Pertemuan KAPELA Wilayah Bekasi

dangkan wilayah 3 Bekasi mengadakan pertemuan KAPELA pada tanggal 15 Agustus 2009 bertempat di Rumah makan mber Alam yang dihadiri oleh 20 orang KAPELA aktif. Materinya yang dibahas yakni alt reproduksi laki-laki, PRI, dan website asa. Sebagai fasilitator yakni Rijal, Ino, whay dan fitra.

ma halnya dengan wilayah-wilayah lain, wilayah 4 Cirebon juga melaksanakan kegiatan pertemuan KAPELA pada 13 Agustus 09,diadakan di DIC Cirebon dengan jumlah peserta 20 orang KAPELA dari kota/kab Cirebo, indramayu dan Tasikmalaya. terinya juga sama antara lain Tahapan HIV/AIDS dan website Abiasa.

mua itu sudah terprogram dan suatu kewajiban buat Himpunan Abiasa, untuk mengadakan kegiatan pertemuan KAPELA. uannya adalah memberikan pembekalan ilmu pengetahuan yang mana bisa membantu PL dan KL dalam menyebarkan skan informasi sekitar penanggulangan dan pencegahan HIV/AIDS di 16 Kota dan Kabupaten Provinsi Jawa Barat.(Om Teddy)

PROGRAM PENGGUNAAN KONDOM 100% (PPK)

Kegiatan rutin yang di laksanakan di bulan Agustus yaitu Program penggunaan Kondom 100%. Kegiatan ini hanya dilakukan di dua wilayah saja yakni, wilayah Bandung Raya dan wilayah Pakuan.

perti Kegiatan PPK yang dilakukan di wilayah Pakuan, pada tanggal 19 Agustus 2009, lakukan pertemuan evaluasi Program Penggunaan Kondom 100% dan sosialisasi Pokja ngan stakeholder Sukabumi dan Cianjur. Pertemuan ini di laksanakan di café KHAKI ngan jumlah peserta sebanyak 20 orang, materi yang dibahas dalam pertemuan ini taranya :
Mensosialisasikan keberadaan outlet kondom Abiasa pada stakeholder.
Mensosialisasikan Pokja yang sudah terbentuk
Meminta dukungan dari Stakeholder terkait Outlet kondom dan Pokja
Mengevaluasi Outlet kondom dan kegiatan Pokja

dangkan kegiatan PPK 100% yang dilakukan oleh wilayah Bandung yaitu, pada tanggal Agustus 2009. Bertempat di Hotel Image Jl. Lengkong Besar dengan jumlah peserta banyak 20 orang terdiri Instansi terkait seperti KPA Kota Bandung , DINSOS kota ndung, Klinik Mawar, RS Pasundan, Stakeholdel lokasi, dan owner Panti Piat, . Materi ng di bahas yakni lanjutan evaluasi Outlet kondom dengan nara sumber Roni (PM) npunan Abiasa.

lanjutnya pada tanggal 27 Agustus, wilayah Pakuan melakukan pertemuan kembali yakni uk mengevaluasi Program Penggunaan Kondom (PPK 100%) dan Sosialisasi Pokja ngan Stakeholder Kota/kab. Bogor. Pertemuan ini dilaksakan di PKM Bogor Timur ngan jumlah undangan 30 orang, bahasan dalam pertemuan ini diantaranya :
Mensosialisasikan keberadaan Outlet kondom Abiasa pada Stakeholder.
Membentuk Pokja LSL untuk kota/kab. Bogor.
Meminta dukungan dari Stakeholder terkait Outlet kondom dan Pokja.
Mengevaluasi Outlet kondom.(Om Teddy)






Hotline : 022-94231807 SMS Gateway : 081 220 000 825 Website www.abiasa.org

Tempat-tempat Layanan Kesehatan

Tempat-tempat layanan kesehatan yang dapat diakses oleh komunitas

WILAYAH I BANDUNG

Klinik Mawar
Jl. Pasirkaliki No. 26 Depan Pascal Hyper Squer
Tlp/Fax : (022) 4239603
Dr. Iwan
Layanan : HCT, IMS
Sein - Jum'at, 08.00 - 17.00

RS Dr. Hasan Sadikin/Klinik Teratai
Jl. Pasteur No 28 Bandung
Telp : 022-7078794
Tlp : Bpk Suherman 0878 2103 8865
Layanan : IMS, HCT, CST
Senin - Sabtu, 08.00 - 14.00

Puskesmas Pasundan
Jl. Pasundan Bandung (022) 4236 286
Tlp : Ibu Hasni 0812 2033 324
Layanan : HCT dan IMS
Senin - Jum'at, 08.00 - 12.00

Puskesmas Cimahi
Jl. Hj. Djulaeha Karim TA No. 5
Tlp : 022-7041 7240
Tlp : Dr. Romi 08122126257
Layanan : HCT

Rumah Sakit Soreang
Jl. Soreang
Telp : Bpk Mahendra 085624899899
Layanan : IMS

PKM Jatinangor
Jl. Raya Jatinangor No. 234
Telp : Kiki 081573594128
Layanan : IMS, HCT

RSUD Ujung Berung
Jl. RS No. 22 Ujung Berung (022)7811794
Telp : Bpk Haris 081321009709
Layanan : HCT, CST

RS Bungsu
Jl. Veteran No. 6 Bandung
Tlp : (022) 4231582
Layanan : HCT, CST

Puskesmas Kopo
Jl. Kopo No. 368 Bandung
Tlp : Bpk Asep (022) 92643769
Layanan : HCT

Balai Besar Kesehatan Paru Masyarakat
Jl. Cibadak No. 214 (022) 6011523
Tlp : Susana Laorensia 0818 2287 34
Layanan : HCT

Klinik Asri Husada
Jl. Bekamin Bandung (022) 7230 425
Tlp : Pepi 0856 2158 774
Layanan : HCT

WILAYAH II BOGOR, SUKABUMI DAN CIANJUR

Bogor kota

PKM Bogor Tengah
Jl. Telepon No. 1 Bogor (0251) 8326 540
Tlp : Dr. Ilham 0815 8074 201
Layanan : HCT dan IMS
Senin - Jum'at, 08.00 - 12.00

PKM Bogor Timur / Klinik Cemara
Jl. Pakuan No. 6 Bogor (0251) 8358 271
Tlp : Dr. Siti Nurfaizah / Nunung 0812 1108 059
Layanan : HCT dan IMS
Senin - Jum'at, 08.00 - 12.00

RSJ Marzuki Mahdi Poliklinik NAPZA
Jl. Dr. Semeru No.114 Bogor
Telp : Dr. Ayie Srikartika 0815 981 3037
Layanan : HCT dan Rehabilitasi
Senin - Sabtu, 09.00 - 14.00

PKM Ciomas
Jl. Raya Kreteg No. 1 kec. Ciomas Bogor
Telp : (0251) 8636 492
Telp : Ibu Yuli 0813 8385 0879
Layanan : HCT

PKM Cileungsi/Klinik Cinta
Jl. Camat Enjan No. 1 Cileungsi Bogor
Telp : (0251) 8249 0332
Telp : Dr. Dewi 0855 1026 063
Layanan : HCT dan IMS

SUKABUMI

Klinik Pelangi
Jl. Surya Kencana No. 45 BP Selabatu Sukabumi
(0266) 7016 947
Telp : Dr. Wiwik 0852 1605 5001
Layanan : HCT dan IMS
Senin - Sabtu, 08.00 - 12.00 (VCT)
Selasa - Rabu, 08.00 - 12.00 (IMS)

CIANJUR & CIPANAS

Puskesmas Muka Cianjur
Jl. Dr Mawardi Cianjur (0263) 269 596
Tlp : Ibu Herti 0815 63474888
Layanan ; HCT dan IMS
Senin - Sabtu, 08.00 - 12.00 (VCT)
Selasa - Rabu, 08.00 - 12.00 (IMS)

Klinik Palasari Cipanas
Jl. Padarincang Cipanas
Telp : Dr. Nenden 0812 2113 569
Layanan : HCT dan IMS
Senin & Jum'at, layanan HIV
Rabu & Kamis, layanan IMS
Jam 08.00 - 12.00 WIB

WILAYAH III BEKASI & KAB. SUBANG

Bekasi Kota

RSUD Kota Bekasi
Jl. Pramuka No. 56, Marga Jaya Kota Bekasi
Telp : (021) 3280 2512
Telp : Hj. Mamah 081382174400
Layanan : HCT, CST (ARV) PTRM

Klinik Mitra Sehati
Jl. Sultan Hasanudin Perum Paleko Blok A No. 9
Desa Tambun Kec. Tambun Selatan Kab. Bekasi
Telp : (021) 88371130
Layanan : VCT
Senin, Rabu, Jum'at, 09.00 - 17.00

Puskesmas Pondok Gede
Jl. Raya Jatiwaringin Pondok Gede Bekasi
Telp : (021)33174431
Telp : Dr. Maryam Said 08129697377
Layanan : HCT
Senin, Rabu, Jum'at, 10.00 - 13.00

Puskesmas Bantar Gebang I
Jl. Siliwangi KM 10 (d/h Narogong Raya Km 10)
Bantar Gebang Bekasi (021) 8260 2716
Telp : Dr. Hani 0811167566, 08182602716
Layanan : IMS
Senin, Rabu, Jum'at,12.00-14.00

Puskesmas Jati Sampurna
Jl. Raya Karanggan No. 46 kota Bekasi
Telp : (021) 8454039
Telp : Dr. Meli 081383760721
Layanan : IMS
Senin, Rabu, Jum'at : 12.00-14.00

PKM Cikarang Utara
Jl. Ki Kajar Dewantara No. 24 Ds Karang Asih Cikarang
Utara, Kabupaten Bekasi
Telp : Dr. Djati 081510580147
Dr. Fibri 021-9607007
Layanan : IMS, HCT

Kabupaten Subang

Klinik Resik Puskesmas Patokbeusi
Jl. Raya Pantura, Desa Ciberes
Kec. Patokbeusi, Subang
Telp : (0260) 7613649
Layanan : HCT, IMS, MK
Senin-Sabtu, 18.00 - 12.00

Klinik Sinar Puskesmah Sukarahayu
Jl. Apel Raya No. 43 Subang
Telp : (0260) 420090
Layanan : HCT, IMS
Senin - Sabtu : 09.00 - 14.00

Klinik Kita Karawang
Jl. A. Yani No. 67 By-pass Karawang
Telp : (0267) 406067
Layanan : HCT, MK, ARV, IO, KDS

WILAYAH IV CIREBON

Cirebon

Klinik Intan (Ex. PKM Pekiringan)
Jl. Raya Kemuning Cirebon
Telp : 081324648469 (Ibu Leni)
Layanan Test HIV, HCT, IMS
Senin- Sabtu : 08.00- 12.00

Indramayu

Klinik Setia PKM Kandang Haur
Jl. Raya Kandang Haur
Desa Kandang Haur
Kab. Indramayu
Telp : 081321821847 (Ibu Titin)
Layanan : IMS
Senin - Sabtu 08.00 - 12.00

RS Bhayangkara
Jl. Raya Pantura Kandang Haur
Kab. Indramayu
Layanan : IMS
Setiap Hari 24 jam

Tasikmalaya

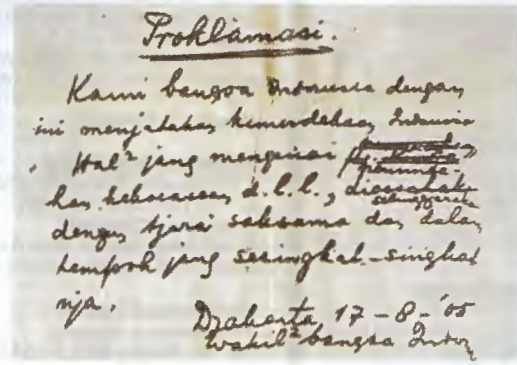
PKM Tawang
Jl. RAA Wiradinataningrat
(Depan Alun-alun Tasik)
Telp : 087617795 (Dr. Sarwono)
Layanan : IMS
Senin - Sabtu : 08.00 - 12.00

LABKESDA
JL. Ir. Juanda Komplek Perkantoran
Dinkes Kota Tasikmalaya
Telp : 081323679062 (dr. Cecep)
Layanan : HCT
Senin - Sabtu : 08.00 - 12.00





Soekarno (Bung Karno) didampingi Drs. Mohammad Hatta (Bung Hatta) dang memproklamasikan Kemerdekaan Indonesia pada hari Jum'at ggal 17 Agustus 1945 jam 10.00 pagi bertepatan dalam bulan suci nadhan di Pegangsaan Timur 56 Jakarta (sekarang jalan Proklamasi). ekarno membaca naskah Proklamasi yang sudah diketik Sajuti Melik n telah ditandatangani Soekarno-Hatta.

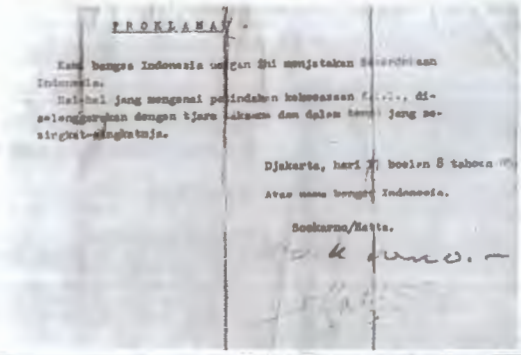


Proklamasi.

Kami bangsa Indonesia dengan ini menjelaskan kemerdekaan Indonesia. Hal² jang mengenai pemindahan kekuasaan dll., diselenggarakan dengan tjara seksama dan dalam tempoh jang sesingkat-singkatnja.

Djakarta, 17-8-'05
Wakil² bangsa Indonesia

Konsep (draft) asli teks proklamasi yang ditulis oleh Bung Karno.



PROKLAMASI

Kami bangsa Indonesia dengan ini menjelaskan kemerdekaan Indonesia.

Hal-hal jang mengenai pemindahan kekuasaan dll., diselenggarakan dengan tjara seksama dan dalam tempoh jang sesingkat-singkatnja.

Djakarta, hari 17 boelan 8 tahoen '05

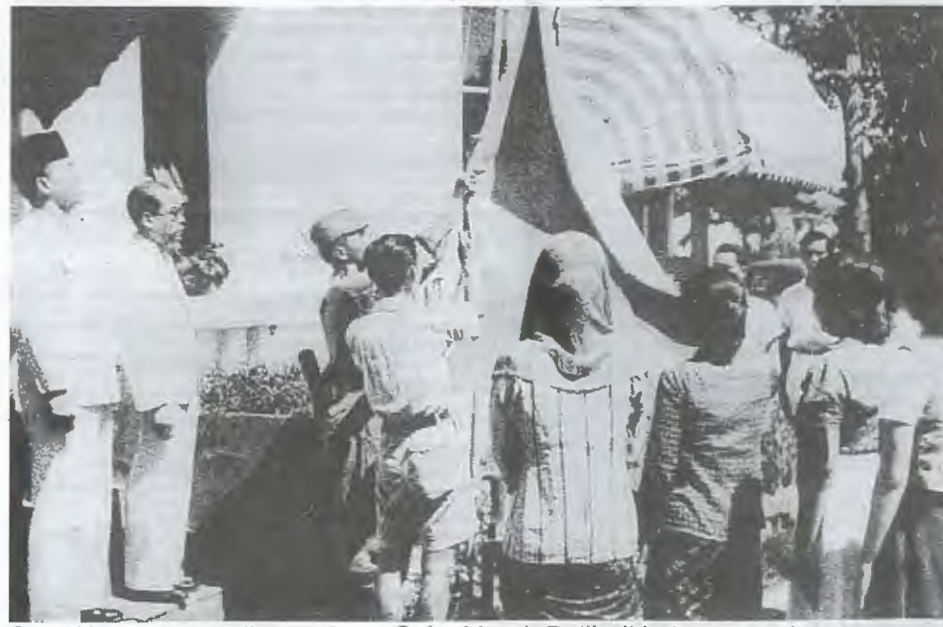
Atas nama bangsa Indonesia.

Soekarno/Hatta.

Naskah Proklamasi yang diketik oleh Sajuti Melik dan telah ditandatangani Soekarno-Hatta. Naskah asli proklamasi ini ditempatkan di Monumen Nasional (Monas) Jakarta.



ndera Pusaka Sang Saka Merah Putih yang ahit oleh Ibu Fatmati Soekarno digebyarkan di pan para saksi, setelah pembacaan proklamasi emerdekaan Indonesia 17 Agustus 1945, siap naikkan ke atas tiang bendera. Pengibar ndera adalah Latif Hendraningrat. Bendera saka ini dikibarkan kembali setiap tahun pada ggal 17 Agustus untuk memperingati detik-tik yang paling penting dalam sejarah bangsa donesia. (Mulai tahun 1968 bendera yang kibarkan adalah duplikatnya untuk menjaga ar Bendera Pusaka tidak rusak).



Dan Upacara pengibaran Sang Saka Merah Putih di halaman gedung Pegangsaan Timur 56, Jakarta, sesaat setelah pembacaan Proklamasi Kemerdekaan Indonesia.