



Support and Understanding HIV/AIDS

La noolaashaha Cudurka HIV/AIDS

La noolaashaha cudurka HIV/AIDS ama Ogaanshaha qof aad jeceshahay oo qaba cudurka HIV/AIDS way adag tahay waqtiyada qaar. Arrintan way dhici kartaa hadaad tahay qof ka yimid bulshada dhaqamada iyo luuqadaha kala duwan. Inaad la qeybsato dhibkaaga qof kale waxuu kaa yareynayaa xanuunka iyo wareerka.

Ma jeclaan laheyd inaad hesho gargaar ama qof:

- Kaa caawiya inaad ogaato aqbaarta ku saabsan caafimaadkaaga (ama caafimaadka qof aad jeceshahay)?
- Aad kala hadasho xaaladaada iyo baahidaadaba?
- Kaa caawiya in reerkaaga la fahamsiiyo marxaladaada?
- Kaa caawiya in dhaqtarkaada ama shaqaalaha bulshada ay fahmaan baahidaada?
- Kula taga marka aad balan leedahay?

Multicultural HIV and Hepatitis Service (MHAHS) waxaad ka heli kartaa caawimaad aad u baahan tahay. Waxaad ka heli kartaa rag iyo dumar ku caawiya, laguna magacaabo co-workers, kana kala yimid qaaradaha Asia, Africa, Europe, Bariga dhexe iyo Koofur America kuwaasoo fahamsan waxa la noolaashaha cudurka HIV/AIDS uu yahay iyo sida loola dhaqmo dadka dhaqamada kala duwan. Shaqaalaha lagu magacaabo "co-workers" waxey bixiyaan caawimaad dhinaca murugada oo joogto ah iyo helida adeegyada kale ee faa'iidada kuu leh. Waxaad u dhigan kartaa balan qofkaan co-workerka ah waqti labadiinaba idiin wanaagsan

Yaa ogaanaya xaaladeyda?

Waxaa laga yaabaa inaad ka walwasho in co-worker ku weydiyo dhaqankaaga ama beeshaada sababtoo ah waxaa ku dhibaya in dadka beeshaada ah ay ogaadaan xaaladaada.

Multicultural HIV and Hepatitis Service Waxuu qaadaa talaabooyinkaan soo socdo si uu u xafido aqbaartaada gaarka kuu ah:

- Waajib kuguma aha inaad sheegto macaaga saxda ah
- Shaqaalahaheenu waa ay og yihiin mahiimada in aysan kala hadlin aqbaartaada qof kale amar la'aantaada
- Shaqaalahaheenu waxey u hogaansan yihiin sharciga iyo ganaaxyada u dagsan dhamaan shaqaalaha caafimaadka ee Australia
- Aqbaartaada looma gudbinayo hay'ad kale amar la'aantaada
- Shaqaalahaheenu waxey ka shaqeeyaan shaqooyin kala duwan mana laga yaqaan bulshada dhexdeeda in ay u shaqeeyaan xarunta HIV/AIDS taasna waxey ka caawineysaa in ay sirtaadu noqoto qarsoodi.

Dad bulshada ka mid ah ayaa takooro dadka qaba cudurka HIV/AIDS. Shaqaalahaheenu waxey u nugul yihiin arrimahaan, waana la soo xulay si taxadar leh tababarna waa ay qaateen. Xasuusnow haddii aad wali ka walwalsan tahay aqbaartaada gaarka ah (sirtaada) waxaad codsan kartaa shaqaale kale oo dhaqan kale ka soo jeeda oo ku caawiya.

Xaquuqdaada

Bukaansocod ahaan waxaad xaq u leedahay in laguula dhaqmo si ixtiraam leh iyo in sirtaada (aqbaartaada gaarka kuu ah) lagu xafido. Haddii aad dareento in shaqaalaha xarunta HIV/AIDS ay kuula dhaqmeen si aan wanaagsaneyn waxaad xaq u leedahay inaad dacweyso. Waxaad la xiriiri kartaa agaasimaha xarunta HIV/AIDS (MHAHS) taleefan ahaan ama qoraal ahaanba.

Waa intee qarashka ku baxaya?

Wax qarash ah lagaama rabo oo waa lacag la'aan. Xaruntaan lagaama rabo inaad tusto Medicare ama warqad kale oo aqoonsi ahba.

Sideen ula xiriiri karaa?

Waad nala soo xiriiri kartaa, ama waxaad weydiisan kartaa dhaqtarkaada iyo shaqaalaha bulshada iney nala soo xiriiraan (02) 9515 1234 (waqtiga shaqada). Shaqaalahaheenu xaruntaan kama shaqeeyaan maalin walba laakiin waxaan kuu qorsheyn karnaa waqti mid ka mid ah uu kula kulmo. Hadaad u baahato inaad nagula hadasho luuqadaada wac xarunta tarjubaanka luuqadaha 131 450 – qiimaha taleefanka magaalada aad ku nooshahay. Markaad wacdo weydiiso tarjume luuqadaada ku hadla (interpreter) sugna inta lagaaga helayo. Marka tarjumaha lagu helo waydiiso inuu kuu waco numbarkaad rabto. Markaa kadib waad nagula hadli kartaa luuqadaada ayadoo tarjumahu ku caawinayo (idiin dhaxeeyo).

Aqbaartaan waxaad ka heli kartaa iyadoo ku qoran luuqada Ingariiska iyo luuqado kaleba website-keena (shabaqada internetkeena) oo ah www.mhahs.org.au

Taleefano Mahiim ah

Hadaad u baahato inaad isticmaasho tarjubaanka taleefanka marka aad waceyso xarumahaan, marka hore wac 131 450, markaa kadibna waydii qofka xiriiriyaha ah inuu kuu waco nambardaadan.

HIV Information Line: (02) 9332 9722 or 1800 451 600

ACON: 02 9206 2000

Sydney Sexual Health Centre: 02 9382 7440