

ከ HIV ጋር በደንብ መኖር ይችላሉ

የ SAYFSM አገልግሎቶች መመሪያዎችን እና ተስፋን እንዲያገኙ ይረዱዎታል ። እነዚህ ፕሮግራሞች እና አገልግሎቶች በ SAYFSM ለእርስዎ ተደራሽ ይሆናሉ

- በ HIV ለተያዙ አፍሪካውያን የስሜታዊ እና መንፈሳዊ ድጋፍ ቡድን
- የ HIV ምክር እና ምርመራ
- HIV/AIDS ን የመከላከል ትምህርት
- በ HIV ለተያዙ የሚሰጥ የመከላከል ጣልቃ ገብነት እና የጤና ትምህርት
- በባህል እና በቋንቋ የሚቆራኙ የትምህርት ቁሳቁሶች
- የሕክምና ጉዳይ አያያዝ
- የህክምና ተሟጋቾች • የአእምሮ ጤና ማማከር
- ለቤቶች ፣ ለቅጥር ፣ ለህዝብ ድጋፍ ፣ ለምግብ መደርደሪያ ፣ ለልብስ ፣ ለትምህርት ፣ ለህጋዊ ፣ ለቤት ቁሳቁሶች እና ለሌሎችም ፍላጎቶች የሚሆኑ ግብአቶች እና ሪፈራል ።

ይመርመሩ!

ሁሉም የምርመራ እና ተዛማጅ አገልግሎቶች በ SAYFSM ጽ/ቤት በነፃ የሚሰጡ ናቸው።

SAYFSM የደም ምርመራን የሚያከናውነው በደንብ በሰለጠኑ እና የምስክርነት ወረቀት ባላቸው ሰራተኞች የሚከናወነውን መደበኛ ፈጣን የ HIV ምርመራ ኪት / አራኪዊክ ኪት በመጠቀም ይሆናል ።



ቀጠሮ ለመያዝ ለ SAYFSM ይደውሉ እና የሠራተኛ አባላትን ጋር ይነጋገሩ።

የምርመራ ውጤቶች በ 15 ደቂቃዎች ውስጥ።

አድራሻችን:
SAYFSM
2395 University Avenue, #200,
St. Paul, MN 55114

ስልክ ቁጥራችን (651) 644-3983
ኢሜይል: info@sayfsm.org
ድረ ገፅ: www.sayfsm.org

ልገሳዎች በደስታ ይስተናገዳሉ!
አዎ! ለ SAYFSM ማበርከት እፈልጋለሁ:

_____ \$25 _____ \$10 _____ \$5 _____ ሌላ

እባክዎ ልገሳዎን ለ:
SAYFSM
2395 University Avenue W, #200
St. Paul, MN 55114

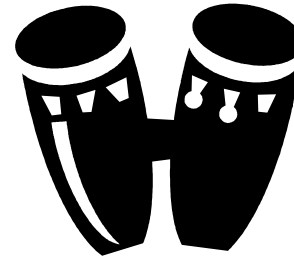
አናመሰግናለን!!

- ነፃ የ HIV ምርመራ ጣቢያዎች
- SAYFSM ----- 651-644-3983
 - Rainbow Health----- 612-341-2060
 - Red Door----- 612-543-5555

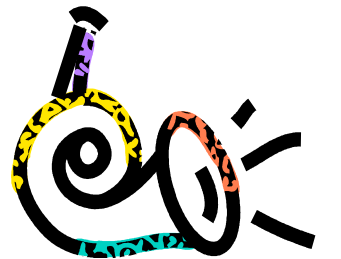
ባህላዊ ተስማሚ የሆኑ አገልግሎቶችን ማቅረብ



በሚኒሶታ ውስጥ ከሰሃራ በታች ያሉ የአፍሪካ ወጣቶች እና የቤተሰብ አገልግሎቶች (SAYFSM) ሚኒሶታ ውስጥ ላሉት አፍሪካውያን ሁሉ በባህላዊ ስሜት እና በቋንቋ ተስማሚ የ HIV/AIDS ትምህርት እና ማህበራዊ አገልግሎቶችን ይሰጣል



Mbiu



የ SAYFSM መፅሔት

Issue 20/June 2022 የታተመ

651-644-3983

www.sayfsm.org

info@sayfsm.org

“...የህብረተሰቡ ሰፊ ግንዛቤ ገና ከጫካ እንዳልወጣን ያሳያል”



በባህር ዑመር
የሚኒሶታ የኦሮሞ ማህበረሰብ ዋና ዳይሬክተር

በመጀመሪያ ደረጃ፣ SAYFSMን ከሁለት አስርት ዓመታት በላይ በቋንቋ እና በባህል አግባብነት ያለው የኤችአይቪ/ኤድስ ትምህርት፣ የግንዛቤ ማስጨበጫ እና የማህበራዊ አገልግሎት ፕሮግራሞችን በአፍሪካ ስደተኞች መካከል ስለሳዩ እውቅና መስጠት እና ማመስገን እፈልጋለሁ። የኤችአይቪ/ኤድስ ስርጭትን በተመለከተ መገለልን እና የተሳሳቱ መረጃዎችን በማጥፋት እና ኤችአይቪ/ኤድስ ላለባቸው ሰዎች አስፈላጊውን ድጋፍ በማድረግ ረገድ የSAYFSM ትልቅ ውለታ አለብን።

የህብረተሰቡን የኤችአይቪ/ኤድስ ግንዛቤን ለማሻሻል በተለይም መገለልን በመዋጋት ረገድ መሻሻል ቢታይም—እንደገና ለ SAYFSM እና ለሌሎች ኤጀንሲዎች ምስጋና ይደረስ - የእኛ የውስጥ ግምገማ እና የህብረተሰቡ ሰፊ ግንዛቤ ገና ከጫካ እንዳልወጣን ያሳያል። ከኤችአይቪ/ኤድስ ጋር የሚኖሩ ሰዎችን ማግለልና መድሎ አሁንም በስፋት እና በማህበረሰባችን ዘንድ የተለመደ ነው። አንዳንድ ጊዜ ከኤችአይቪ/ኤድስ ጋር የሚኖሩ ሰው ብቻ ሳይሆን የቤተሰብ አባላትም በማንበረሰቡ ውስጥ መገለል ይደርስባቸዋል። እንዲህ ዓይነቱ የጋራ ማግለል እና መለየት በኤች አይ ቪ/ኤድስ የተያዙ ሰዎችን በአደባባይ ከመናገር እና ከኤችአይቪ/ኤድስ ጋር ስላላቸው ሁኔታ እና ልምዳቸው እንዳይናገሩ ያግዳቸዋል። ይህንን አጋጣሚ ተጠቅሜ ማህበረሰባችን የወንድሞች እና የእህቶች ጠባቂ እንዲሆን እና ከኤችአይቪ/ኤድስ ጋር የሚኖሩ ሰዎችን እና ቤተሰቦቻቸውን ከማግለል እንዲቆጠብ ጥሪ እና ተማፅኖ አቀርባለሁ። ከኤችአይቪ/ኤድስ ጋር የሚኖሩ ሰዎች የማህበረሰቡ አካል እና ክፍል ናቸው። እነሱ የእኛ አካል ናቸው። የኛ ቤተሰብ ናቸው። እንደ አንድ የጋራ ማህበረሰብ ለዘመናት የኖረውን የመተሳሰብ እና የመቻቻል ባህላዊ ስነ ምግባራችንን ጠብቀን መኖር አለብን። እርስ በርሳችን በመተሳሰብ ኤችአይቪ/ኤድስን መዋጋት እንችላለን። ነገር ግን ከኤችአይቪ/ኤድስ ጋር የሚኖሩ ሰዎችን ማግለልና ጀርባ መስጠትን ከቀጠልን ሽይረሱን እንጂ ማህበረሰቡን እየረዳን አይደለም።

ከምንም በላይ ደግሞ ከኤችአይቪ/ኤድስ ጋር የሚኖሩ ሰዎች በበሽታው የተያዙት በእርግጥ ወይም መጥፎ ዕድል እንዳልሆነ እራሳችንን እና ማህበረሰባችንን ልናስታውስ ይገባል። ማናችንም ብንሆን የመከላከል እርምጃዎችን ካልወሰድን ለዚህ ልንጋለጥ እንችላለን። በአሁኑ ጊዜ፣ እንደ ማህበረሰብ በኮቪድ ወረርሽኝ በተያዘ አዲስ መደበኛ ህይወት እየመራን ነው፤ ነገር ግን የኤችአይቪ/ኤድስን መኖርና መስፋፋት በአካባቢያችን መዘንጋት የለብንም። ይህንን ጉዳይ በማህበረሰባችን ጤና እና ደህንነት ውይይቶች ውስጥ ወደ ፊት እና ማእከል ማምጣት አለብን። የኮቪድ-19 ወረርሽኝ ሊያሳስበን የሚገባ ቢሆንም ስለ ኤችአይቪ መከላከል፣ ምርመራ 2 እና እንክብካቤ ግንዛቤን ከማሳደግ መዘናጋት የለብንም። ስለሆነም እያንዳንዱ የማህበረሰባችን አባል ራሳችሁን እና የምትወዷቸውን ከኤችአይቪ/ኤድስ እንድትከላከሉ ጥሪዬን አቀርባለሁ። በተለይ የህብረተሰባችን ወጣቶች መዘጋት እና ማህበራዊ መራራቅ ማለት ኤችአይቪ/ኤድስን ችል ማለት ወይም ጆሯችንን መድፈን እንዳልሆነ እንድትረዱኝ ለማድረግ እፈልጋለሁ። ለምሳሌ፡ የቤት ውስጥ ድግሶችን ሲያዘጋጁ የበለጠ ጥንቃቄ መደረግ አለበት። ይህ ካልሆነ፣ እንዲህ ያለው አደገኛ ጥረት ተሳታፊዎችን ለኮቪድ-19 እና ለኤችአይቪ/ኤድስ ሊያጋልጥ ይችላል። ስለዚህ እራሳችሁን እና የምትወዷቸውን ከኮቪድ-19 እና ከኤችአይቪ/ኤድስ እንድትከላከሉ አሳስባለሁ። በበሽታዎች መካከል ምንም ልውውጥ እንደሌለ እንደምታውቁ ተስፋ አደርጋለሁ።

የኤችአይቪ ሁኔታችንን የምናውቅበት ብቸኛው መንገድ በመመርመር ነው። ስለዚህ ማህበረሰባችን የኤችአይቪ ምርመራ እንዲያደርግ በጣም አበረታታለሁ። እንደ እድል ሆኖ፣ ነፃ የኤችአይቪ መመርመሪያ ማዕከላት አሉ። ከ SAYFSM መረጃ ማግኘት ይችላሉ። በህብረተሰባችን መካከል እንደሚደረገው የቅርብ አጋርነት ወይም ጉዞ ማድረግ ስንፈልግ ብቻ ሳይሆን መ ምርመራውን መደበኛ ማድረግ አለብን። የጤና ባለሙያዎች ይህንን አሰራር ይመክራሉ። ስለዚህ መደበኛ የኤችአይቪ ምርመራ ማድረግን ልምዳችንን እናድርግ።

በመጨረሻ ግን በምንም መልኩ ዝቅተኛ ያልሆኑ ከኤችአይቪ/ኤድስ ጋር የሚኖሩ የማህበረሰባችንን አባላት ማግኘት እፈልጋለሁ። የማህበረሰቤ አባላት፣ ኤችአይቪ/ኤድስ ማንንም እንደማይገልጽ እራሳችንን በድጋሚ እናስታውስ። ከኤችአይቪ/ኤድስ ጋር የምትኖሩ የማህበረሰቡ አባላት፣ እባኩን ኤችአይቪ አይገልፃችሁም። እርስዎ ከሻይረሱ እንደሚበልጡ እና በላይ እንደሆኑ በበቂ ሁኔታ ማስገንዘብ ከምችለው በላይ ነው። እርስዎ የማህበረሰባችን አካል ነዎት። ለህብረተሰባችን ማበርከትዎችን መቀጠል ይችላሉ። ከማህበረሰብ ህይወት፣ ውይይት፣ ልምድ እና እንቅስቃሴዎች ልናጣዎት አንችልም። ሁልጊዜም የእርስዎን ልምድ፣ ትምህርቶች፣ ጥበብ እና መነሳሳት እንፈልጋለን። እባካችሁ የኤችአይቪ ሁኔታ ምንም ይሁን ምን መኖር፣ መዋደድ እና ማደግ እንደሚቻል ማህበረሰባችንን አስተምሩ

HIV ን እንዋጋ - ከ HIV ጋር የሚኖሩትን ሳይሆን

ሰዎች በ HIV የተያዙ እንደሆነ ማወቅ አይፈልጉም ፣ ምክንያቱም ቤተሰቦቻቸው እና ማህበረሰባቸው እንዳይፈረድባቸው እና እንዳያገሉዋቸው ስለሚፈሩ ነው ። HIV/AIDS ያለባቸው ቢሆንም እንኳ ሁሉም ሰው ሁልጊዜም እንደሚወደድ እና እንደሚደገፍ ማወቅ አለበት ።

AIDS ን የሚያስከትለው ሻይረስ በንክኪ ፣ በምራቅ ፣ በእንባ ፣ በማስነጠስ ፣ በሳል ወይም በማንኛውም ዓይነት ተራ የሆነ ንክኪ አይሰራጭም ። HIV በዋነኝነት የሚተላለፈው HIV ሻይረስ ካለበት ሰው የዘር ፈሳሽ ፣ የቤት ብልት ፈሳሽ ፣ የፊንጢጣ ፈሳሽ ፣ ደም ወይም የጡት ወተት ነው ።



ስለ HIV መወቅ ያለብዎት ነገር ምንድን ነው?

“እውቀት ከሀብት ይሻላል።” የካሜሩንያን አባባል

HIV/AIDS ምንድን ነው?

- HIV AIDS ን የሚያስከትል ሻይረስ ነው ። ሰውነታችንንም ከበሽታዎች እና ኢንፌክሽኖች የሚከላከለው የሰውነት ተፈጥሯዊ የመከላከያ ዘዴ የሆነውን በሽታ የመከላከል ስርዓትን ይጎዳል ።
- በበሽታው ከተያዙ በኋላ፣ የበሽታ ምልክት ሳይኖርብዎት ወይም በ HIV መያዝዎን ባለማወቅ ለብዙ ዓመታት መኖር እና ለሌሎች ማስተላለፍ ይችላሉ ።
- ለዓመታት በ HIV ከተያዙ በኋላ በሽታ የመከላከል ስርዓትዎ በጣም ይጎዳል እናም ኢንፌክሽኑም ወደ AIDS ያድጋል ።
- AIDS ማለት የ HIV የመጨረሻ ደረጃ ነው ።
- AIDS ን ለይቶ ማወቅ የሚችለው ዶክተር ብቻ ነው ።
- ለ HIV/AIDS ምንም አይነት ክትባት ወይም መድኃኒት የለም ።
- ምንም እንኳን የደህንነት እርምጃዎች ስራ ላይ ካልዋሉ ወይም መርፌ ያጋሩ እንደሆነ አሁንም HIV ን ወደ ሌሎች ሊያስተላልፉ ቢችሉም፤ በ HIV የተያዙ ብዙ ሰዎች ጤናማ እና ረጅም ህይወት እንዲኖሩ ለመርዳት ህክምና ይሰጣል ።
- ከህክምናዎቹ ተጠቃሚ ለመሆን ቀደም ብለው የ HIV ውጤቶችን ማወቅ በጣም አስፈላጊ ነው ። የ HIV ውጤቶችን ማወቅ የሚችሉት የ HIV ምርመራ በማድረግ ብቻ ነው።

HIV አይለይም!
ማንኛውም ሰው በ HIV ሊያዝ ይችላል!

