

نو اېچ آئی وي يو نه بل ته داسې تللای شي:

يوه سړي يا شخړې سره غير محفوظ جنسي اړيکي د اېچ آئی وي او له جنسې لارې لگېدونکو نورو رنځونو مخنيوی د کانډم (د آلت ربرينې پوکښې) په مرسته کېدلای شي.



د هغو پېچکاريو (سرنجونو) د گډ استعمال له لارې کېږي چې (مثلاً، د نشې کولو په ترڅ کې) د بل چا وينې سره لگېدلای وي.



که يوه مور اېچ آئی وي عفونت لري او د اېچ آئی وي د علاج درمل نه خوري، نو کېدلای شي چې بچي ته (د زېږون يا د ټي ورکولو په وخت) اېچ آئی وي (واېرس) ورشي.



لاندې ورکړل شويو کارونو سره د اېچ آئی وي واپرس نه انتقالېږي:

اېچ آئی وي واپرس لرونکو خلکو سره عمومي ژوند کول (لکه ورسره اوسېدل، کار کول، ...).



واپرس لرونکو کسانو سره په يوه لوبښي کې گډ خوراک / څښاک کول.



ورسره خوله په خوله کېدل، لاس پرې وهل، يا غېږ ورکول.



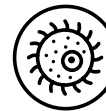
آيا تاسو د خپلې جنسې روغتيا (صحت) په باره کې پوښتنې خو نه لرئ؟ آيا تاسو غواړئ چې د اېچ آئی وي/اېډز رنځ په اړه نور زيات ځان خبر کړئ؟ موږ تاسو سره مرسته کولای شو!

نن سبا خو ډېرو ناروغيو لپاره درمل شته او له ډېرو ناروغيو خو شفا په نصيب کېږي. که د چا بدن ته اېچ آئی وي (واېرس) ننوتی وي نو د دې مطلب دا نه دی چې هغه ته به خامخا د اېډز ناروغي لگي او ترې مري به هم. نو دا کتلو لپاره چې آيا ستاسو بدن کې اېچ آئی وي شته کنه يواځې يوه لار لري: چې د ستاسو ټسټ وشي.

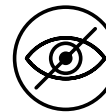
نن سبا چې د چا په بدن کې اېچ آئی وي وموندل شي، نو موجودو موثرو درملو په تکيه هغه کس بيا هم کولای شي چې ښه نارمل او روغ رمټ ژوند وکړي، تر دې چې روغ رمټ بچي هم پيدا کولې شي. که چا ته معلوم وي چې دوی اېچ آئی وي جراثيم لري نو دوی به قصداً دا بل چا ته نه انتقالوي

مهم معلومات:

که بدن کې موجود د اېچ آئی وي عفونت بې علاج پاتې شي نو دا په مرکوبي اېډز اوښتلی شي.



اېچ آئی وي ليدای نه شي. چا په بدن کې چې اېچ آئی وي وي، هغه بيمار بيمار نه ښکاري.



اېچ آئی وي هر څوک اغېزمنولای شي (اصل وطن، عمر، جنس يا جنسي مېلان يې چې څه هم وي).



د ځان ښه خيال ساتئ!

د ستاسو خپلې روغتيا په خاطر - يو ټسټ (ازموینه) د ستاسو اصل حالت ښکاره کوي



دا د ډاکټر په دندو کې راځي چې د ستاسې خبرې پټې وساتي. که تاسو نه غواړئ چې د ستاسو د اجازت بېخېر دې ډاکټر چا ته (لکه پولیس یا دولتي چارواکو) د ستاسو معلومات ورکړي نو هغه پې نشي ورکولې. قانون له مخې تاسو عام کس پین او تاسې سره څوک کوم تعصب نشي کولای یا مو د رنځ په بنیاد بد نشي گڼلای.

که دوی د ستاسو د خفیه خبرو عزت کوي یا تاسو سره کوم تعصب کوي، نو تاسو کولای شئ چې د اېډز اسټسین یا د کډوالو لپاره د مشورو مرکز نه مرسته وغواړئ.

که حالت څه هم وي، او که تاسو د خپل صحت په اړه کوم سوالونه لرئ او که تاسو ناروغ نه هم احساسوئ، د ستاسو ډاکټر یا فزیشن تاسو لپاره مهم کسان دي نو رابطه ورسره وکړئ.

براندنبورگ کې د اېډز هېلپ او هیلټ اېجنسيز په نوم مرکزونو کې تسټ په مفتنه توگه کېږي. تسټ کولو لپاره تاسو نه د ناروغۍ د تصدیق هېڅ سند نه غوښتل کېږي.



تاسو نه د ستاسو د نوم پوښتنه هم نه کېږي. دا تسټ په ناپېژانده ډول کېږي (دا پوښتنه نه کېږي چې ته څوک یې څوک نه یې).



د تسټ نتیجه یا ډاکټر سره د ستاسو مشوره پټ په پټه کېږي او پټه ساتل کېږي. موږ هم دا اوس تاسې سره خبرې وکړې. که د چا په بدن کې اېچ آئی وي عفونت وي نو په دې وجه خو له جرمني څوک هم نه ایستل کېږي.



که تاسو څه پوښتنې لرئ یا فکر کوئ چې کېدې شي اېچ آئی وي ستاسې بدن ته لاره موندلې ده، نو د مشورې په مرکز کې کولای شئ چې سره خبره وکړئ. موږ او تاسې به د مسلو حل لارې په گډه سره ولټوو.



خپل ځان وساتئ او درسره نور هم: څنگه؟

کاندم یا رېبرینۍ پوکښۍ د اېچ آئی وي، په جنسي لاره لگېدونکو رنځونو او غیر ارادي حمل نه د ځان ساتلو لپاره یو ډېر ښه څیز دی. تاسو د مشورې له مرکز مفتې کاندمې ترلاسه کولای شئ.



او بله دا چې خپل د ژوند ملګري سره هم د ممکنه رنځو (عفونتونو) د لگېدو په اړه خبرې وکړئ. روغ رمټ صحت لپاره د خبرو شریکول ډېر ضروري وي.



Brandenburg (Havel)
LOCAL HEALTH OFFICE
Klosterstraße 14
14770 Brandenburg
an der Havel
T +49 3381 585320

Cottbus
MUNICIPALITY COTTBUS
Puschkinpromenade 25
03044 Cottbus
T +49 355 6132215

BÜNDNIS FAIRES BRANDENBURG E.V.
Rat- und Tatzentrum
Cottbus
Straße der Jugend 33
03050 Cottbus
T +49 321 21335991

Frankfurt (Oder)
LOCAL HEALTH OFFICE
Logenstraße 6
15230 Frankfurt (O)
T +49 335 5525313

Potsdam
MUNICIPALITY POTSDAM
Local health office,
Room 505
Jägerallee 2
14469 Potsdam
T +49 2892434/-2412

Landkreis Barnim
LOCAL HEALTH OFFICE
Am Markt 1
16225 Eberswalde
T +49 3334 2141601

Landkreis Dahme-Spreewald

HIV COUNSELLING OFFICE
Beethovenweg 14
15907 Lübben
T +49 3546 201784

HIV COUNSELLING OFFICE
Schulweg 1B
15711 Königs Wusterhausen
T +49 3375 263019

Landkreis Elbe-Elster

LOCAL HEALTH OFFICE
Grochwitzer Straße 20
04916 Herzberg
T +49 3535 463108

Landkreis Havelland
LOCAL HEALTH OFFICE
Forststraße 45, House A
14712 Rathenow
T +49 3385 5517110

LOCAL HEALTH OFFICE
Goethestraße 59/60
14641 Nauen
T +49 3321 4035306

LOCAL HEALTH OFFICE
Dallgowerstr. 9
14312 Falkensee
T +49 3321 4036820

Landkreis Märkisch-Oderland

LOCAL HEALTH OFFICE
Klosterstraße 14
15344 Strausberg
T +49 3346 850 6710/-6711

Landkreis Oberhavel

LOCAL HEALTH OFFICE
Havelstr. 29
16515 Oranienburg
T +49 3301 601 3781/-3773

Landkreis Oberspreewald-Lausitz

LOCAL HEALTH OFFICE
Großenhainer Straße 62
01968 Senftenberg
T +49 3573 8704326/-4322

Landkreis Oder-Spree

LOCAL HEALTH OFFICE
Am Bahnhof 1, House 1
15517 Fürstenwalde
T +49 3361 35 2213

LOCAL HEALTH OFFICE
Brandstr. 39
15848 Beeskow
T +49 03366-35 2213

Landkreis Ostprignitz-Ruppin

LOCAL HEALTH OFFICE
Neustädter Straße 44
16816 Neuruppin
T +49 3391 6885366

Landkreis Potsdam-Mittelmark

LOCAL HEALTH OFFICE
Steinstraße 14, Room 104
14806 Bad Belzig
T +49 33841 91306

LOCAL HEALTH OFFICE
Lankeweg 4
14513 Teltow
T +49 3328 318135

Landkreis Prignitz

LOCAL HEALTH OFFICE
Bergstraße 1
19348 Perleberg
T +49 3876 713549

Landkreis Spree-Neiße

LOCAL HEALTH OFFICE
Heinrich-Heine-Straße 1
03149 Forst (Lausitz)
T +49 3562 98615356/-16

Landkreis Teltow-Fläming

LOCAL HEALTH OFFICE
Am Nuthefließ 2
14943 Luckenwalde
T +49 3371 6083892

LOCAL HEALTH OFFICE
Straße der Jugend 63
14974 Ludwigsfelde
T +49 3378 803608

Landkreis Uckermark

GESUNDHEITS- UND VETERINÄRAMT
Berliner Straße 123
16303 Schwedt/Oder
T +49 3332 208 137

GESUNDHEITS- UND VETERINÄRAMT
Karl-Marx-Straße 1
17291 Prenzlau
T +49 3984-703 353

Other help offices and HIV test centres:

AIDS-HILFE POTSDAM E.V.
Kastanienallee 27
14471 Potsdam
T +49 331 95130851

AIDS-HILFE LAUSITZ E.V.
Kulturzentrum
„Bunte Welt“
Thierbacher Str. 21
03048 Cottbus
T +49 321 21335991

RAT & TAT ZENTRUM POTSDAM
Jägerallee 29
14469 Potsdam
T +49 331 240190



که د لېچ آئی وي / اېډز یا د خپل جنسیت په اړه خبرې درته کړائې وي نو صرف په اړوند بکس باندې نینه ولگئ او ډاکټر ته هغه کاغذ (رقعه) ورکړئ. هغوی پوهېږي چې تاسې سره تر ټولو زیات مناسبه مرسته څرنگه کولای شي.

ما | Ich habe

- یوه سړي | (ungeschützten Sex (vaginal, anal) mit einem Mann
- یا ښځې سره (فرج، مقعد) له لارې کړی دی | mit einer Frau
- یا مې د (بیچکاری، ستنې) | Kontakt zu Blut (Spritzenaustausch), Nadel gehabt

دا | Es war

- درې ورځو نه د کم وخت مخکې خبره ده | vor weniger als 3 Tagen
- لس ورځو نه د کم وخت مخکې خبره ده، | vor weniger als 10 Tagen
- یوې میاشت نه د کم وخت مخکې خبره ده، | vor 1 Monat
- دوې میاشتې پې وشوې، | vor 2 Monaten
- درې میاشتې مخکې | vor 3 Monaten
- یا زیات وخت پې وشو | Es war vor einer längeren Zeit

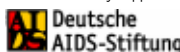
ما ته | Ich habe

- په شرم په ځای کې / مقعد په ځای کې درد کېږي | Schmerzen im genitalen/analen Bereich
- تبه مې ده | Fieber
- په څرمن مې دانه راغلې | Hautausschlag
- په ښیو کې مې درد کېږي | Gliederschmerzen
- څولې مې ډېر بېږي | Nachtschweißausbrüche
- د لارو جوړونې مرغېری (lymph node) مې ډډ شوی دی | Lymphknotenschwellung

زه غواړم چې د ځان تسټ وکړم | Ich möchte mich

- چې اېچ آئی خو نه لرم، | auf HIV
- یا په جنسي توگه انتقالېدونکې کومه بله ناروغي، خو نه لرم | auf andere sexuell übertragbare Infektionen testen lassen

With the friendly support of:



This project is financed with the lottery funds of the Ministry for work, social affairs, health and family of the federal state of Brandenburg.