

HIV/AIDS Awareness Package Repatriation from Namibia to Angola

Porque que o HIV/SIDA e um assunto critico para os refugiados / regressados ?

- Contacto sexual - A população fugitiva é maioritariamente composta por mulheres solteiras. A nível do mundo, 75% dos refugiados são mulheres e Crianças. Os laços familiares e sociais tendem desfazer-se com perda de valores tradicionais. Estas mudanças normalmente afectam o comportamento sexual.
- Abuso e violação- reugiados encontram-se geralmente em posição vulnerável para abuso e violação sexual e são muitas vezes persuadidos em contactos sexuais para fazerem vida.
- Falta acesso aos condoms e cuidado de saude apropriados.
- Crianças - Crianças em compos de refugiadocom pouca ocupação muitas vezes iniciam experimentar o sexo muito cedo que em situações normais.

INFORMAÇÃO ACERCA DO HIV/SIDA

EM BREVE O QUE E AHA.

Acção Humanitaria Africana é uma organização não governamental/ não lucrativa, que depende das suas proprias operações, do apoio institucional e individual.

A recente expansão do AHA na Namibia tem haver com a sua missão humanitaria de oferecer serviços de emergência e assistência aos refugiados e pessoas deslocadas afectadas pelos conflitos, instabilidade, disastres e pobreza em Africa. A assistência em cuidados de saude é direccionada aos refugiados no campo do Osire no centro da Namibia.

A população do campo aumentou rapidamente e noventa e cinco porcentos (95 %) dos refugiados são Angolanos. A outra percentagem e oriundo dos paissees dos grandes lagoas incluindo Congo, Rwanda e Burundi. Um pequeno numero é proveniente das areas conflictuosas em Africa.

ACÇÃO HUMANITARIA AFRICANA
P.O Box 9448, Eros, Windhoek, Namibia
Tel.: +264-61-235-107/8; Fax.: +264-61-235-251

ACÇÃO HUMANITARIA AFRICANA
Em direcção ao restoramen
Da auto-estima da africa

ACÇÃO HUMANITARIA AFRICANA



INFORMAÇÃO ACERCA DO HIV/SIDA

Informação Basica para ajudar-te entender o HIV e SIDA.

O que é HIV/SIDA ?

- HIV significa virus de Immuno Deficiência Humano.
- SIDA significa Sindroma de Immuno Deficiencia Adquirida.

Como Posso ser infectado?

Existe três principais vias pelas quais alguem pode ser infectado com o virus de HIV/SIDA.

1. Transmissão sexual.

Tendo relações sexuais sem protecção com alguem que está infectado com o virus de SIDA.

Pode ser transmitido de homem para homem, homem para mulhere e de mulhere para homem.

2. Atravéz do contacto com o sangue infectado.

Atravéz de qualquer contacto com o sangue infectado. Existe varias formas em quais isto pode acontecer. Doação de sangue

não testado/examinado. Sangue infectado deixado em instrumentos usados para a colheita de sangue tais como: agulhas, seringas e outros intrumentos perfurantes/ cortantes usados para circuncisão e agulhas para uso de drogas etc, podem transmitir o virus de SIDA

3. Mãe infectada para a criança

Uma mulher grávida infectada pode transmitir o virus para a sua criança antes ou durante o parto. HIV também pode ser transmitido ao bebé através da amamentação. Até então, não existe cura para o HIV/SIDA. Leva tempo para sentir sinais e sintomas do SIDA. Ninguém pode ser infectado apartir de contactos casuais tais como partilhar latrinas, refeições, banhos e apertod de mãos.



Como posso prevenir-me da infecção do HIV/SIDA?

- Abster-se de qualquer pratica que coloque em risco de ser infectado pelo HIV tais como relação sexual penetrante sem protecção, vários/ multiplos parceiros sexuais e proteger-se de qualquer contacto com o sangue.
- Ser fiel a um parceiro não infectado.
- Uso de condom, correcto e consistente todas as vezes que tiver uma relação sexual penetrante.

O que é que eu preciso saber acerca do HIV/SIDA quando estou sendo repatriado.

Preciso conhecer o meu estado de HIV/SIDA com fins de tomar precauções tais como revista/ control, apoio e cuidados medicos.

Preciso praticar sempre sexo seguro. Não se pode afirmar/ dizer que uma pessoa tem HIV/SIDA olhando nela apenas.

AHA preparou um pacot de informações acerca do HIV/SIDA.

Que é que o AHA preparou para mim?

A segura-te que você está protgido contra DTS incluindo o HIV/SIDA com o fornecimento de

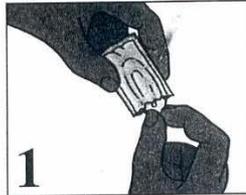
camisa de venus (condoms) e material de informação educação e cp,imocação (IEC) no local de partida.

Como evitar a SIDA

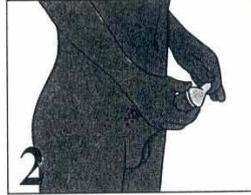
Os desenhos abaixo apresentados não pretendem ofender ou aborrecer ninguém. Estão aqui apenas para garantir que toda a gente entenda claramente a mensagem.

Sexo com protecção

Para ter sexo com protecção use um preservativo, ou “camisinha” como se chama em linguagem popular. É importante usar correctamente o preservativo. Veja a explicação com os desenhos:



1 Utilize um preservativo novo de cada vez que tiver relações sexuais.



2 Mesmo antes de querer penetrar a sua parceira, coloque o preservativo no seu pênis erecto. Aperte a ponta do preservativo quando o pôe para que saia todo o ar de dentro dele.



3 Desdobre o preservativo até à base do seu pênis para que este fique todo coberto pelo preservativo. Agora já está pronto para penetrar a sua parceira.



4 Tire para fora o seu pênis depois de ter tido relações sexuais. Enquanto retira o pênis, segure o preservativo para que não caia. Você deve retirar o seu pênis antes de ficar mole.



5 Agora tire com cuidado o preservativo do pênis. Tenha cuidado para que nenhum sémen se espalhe ou verta do preservativo.



6 Embrulhe o preservativo usado num pedaço de papel. Deite fora na caixa do lixo ou em outro sítio onde as crianças não o encontrem.

Lembre-se!

- Verifique sempre o prazo que vem no pacote – os preservativos velhos não são seguros.
- Algumas pessoas querem utilizar um creme com o preservativo para facilitar o sexo. Não use vaselina porque esta rasga o preservativo – informe-se sobre os cremes que são seguros.