Nau mai! Haere mai! Taenga mai! (स्वागत है, स्वागत है! आप आ गए हैं)

Te Taenga mai o ngā hau e wha का अर्थ है चार हवाओं का आगमन। इस कार्यक्रम के संदर्भ में, यह उन कई लोगों से संबंधित है जो उत्तर, दक्षिण, पूर्व और पश्चिम हवाओं पर यात्रा करके न्यूज़ीलैंड के तट पर पहुँचे हैं और इसे अपना नया घर बनाया है और एक नया जीवन शुरू किया है। मौरी ओरा।

यह पॉजिटिव वीमेन इंक द्वारा संचालित एक कार्यक्रम है जो आओटियारोआ में प्रवासियों, शरणार्थियों और शरण चाहने वालों, आगंतुकों के लिए एचआईवी रोकथाम की जानकारी और सेवाएँ प्रदान करता है। सेवाओं में मुफ़्त कंडोम, मुफ़्त एचआईवी परीक्षण, प्रशिक्षण कार्यक्रम और संसाधन प्रदान करना शामिल है। हम एचआईवी से पीड़ित लोगों के लिए सहायता भी प्रदान करते हैं।

जानकारी का मुख्य स्रोत ते तांगा माई वेबसाइट, www.tetaengamai.org.nz है।

अगर आपको किसी सलाह की ज़रूरत है या आप बात करना चाहते हैं तो हमें फोन करें। हमें आपकी बात सुनना अच्छा लगेगा।

Te Taenga Mai
O NGĀ HAU E WHA

Kua tae mai, mai tawhiti
हम दूर से आये हैं

Kua tae mai, mai tata
हम बहुत करीब से आये हैं

Toitū i te whenua i manaaki mai i ahau
हम इस भूमि पर अविचलित खड़े हैं
जिसने हमें गले लगा लिया है

संपर्क करें

www.tetaengamai.org.nz
hello@tetaengamai.org.nz
@tetaengamai

Te Taenga Mai
O NGĀ HAU E WHA

HINDI

मुफ़्त कंडोम

कंडोम एचआईवी और सिफिलिस तथा क्लैमाइडिया जैसे अन्य संक्रमणों को रोक सकता है। वे गर्भधारण भी रोक सकते हैं। कंडोम की कीमत ज़्यादा नहीं होती और इन्हें पाना आसान है।

आप ऑनलाइन ऑर्डर करके Te Taenga Mai प्रोग्राम के ज़रिए 12 कंडोम और लुब्रिकेंट का मुफ़्त सैंपल पैक पा सकते हैं। पैकेज को न्यूज़ीलैंड में किसी भी पते पर सादे कूरियर बैग में डाक से भेजा जाता है।

प्री-एक्सपोज़र प्रोफिलैक्सिस (PrEP)

ऐसी कुछ दवाइयाँ हैं जिन्हें आप तब ले सकते हैं जब आपको एचआईवी न हो और जो आपको एचआईवी होने से रोक सकती हैं। इसे प्री-एक्सपोज़र प्रोफिलैक्सिस या PrEP कहते हैं।

PrEP के बारे में अधिक जानकारी के लिए, Te Taenga Mai वेबसाइट पर जाएँ या हमें hello@tetaengamai.org.nz पर ईमेल करें।

आप Te Taengamai की वेबसाइट से मुफ्त पुरुष और महिला कंडोम प्राप्त कर सकते हैं।
www.tetaengamai.org.nz/stay-safe/condoms/

मुफ़्त एचआईवी टेस्ट

आपको एचआईवी है या नहीं, यह जानने का सबसे अच्छा तरीका है टेस्ट करवाना। अगर आपको पता है कि आपको एचआईवी है, तो आप स्वस्थ रहने और अच्छा जीवन जीने के लिए दवा लेना शुरू कर सकते हैं। दवा लेने का मतलब यह भी है कि आप किसी और को एचआईवी नहीं दे सकते।

न्यूज़ीलैंड में कुछ जगहों पर टेस्ट मुफ़्त हो सकते हैं और 60 सेकंड में नतीजे मिल सकते हैं।

आप सेल्फ़-टेस्ट किट भी मंगवा सकते हैं और खुद टेस्ट कर सकते हैं।

अधिक जानकारी या टेस्ट बुक करने के लिए
www.tetaengamai.org.nz/hiv/the-importance-of-testing-for-hiv/
पर जाएं या QR कोड का उपयोग करें।

इसे आगे नहीं फैला सकते (U=U)

न्यूज़ीलैंड में एचआईवी से पीड़ित व्यक्ति मुफ़्त दवा ले सकता है। दवा शरीर में एचआईवी वायरस को कम स्तर तक कम कर देती है कि इसे पता नहीं चल पाता। जब वायरस का पता नहीं चल पाता, तो इसका मतलब है कि व्यक्ति किसी और को एचआईवी नहीं दे सकता। इसके काम करने के लिए, व्यक्ति को अपने पूरे जीवन में हर दिन दवा लेनी चाहिए।

जब एचआईवी वायरस का पता नहीं चल पाता, तो इसका मतलब है कि एचआईवी वायरस संक्रामक नहीं है। इसे U=U कहा जाता है।

एचआईवी दवा लेने का मतलब है कि व्यक्ति पूरी तरह से सक्रिय जीवन जी सकता है, यौन संबंध बना सकता है, बच्चे पैदा कर सकता है और बिना एचआईवी से पीड़ित व्यक्ति जितना लंबा जीवन जी सकता है।

एचआईवी होना कोई शर्म की बात नहीं है। अधिक जानकारी प्राप्त करने के लिए क्यूआर कोड को स्कैन करें।