



د خپلې روغتیا
لپاره : چیرې لار
شم ؟



PASS

صحي پاملرنې ته د
لاسرسی مرکز

CPEF

د کورني پلان جوړونې او
زده کړې مرکز

CeGIDD

د HIV او د STI په اړه د
معلوماتو، ټیسټ او د تشخیص
لپاره وړیا مرکز

PMI

د مور او ماشوم
خونديتوب

CMP

طبی - نفسیاتي مرکز

د ورځې پرمهال هرکلي



په فرانسه کې، دا مسله نده چې تاسو به سندې یاست او/ یا تاسو پیسې نلری، دلته به تل داسې ځایونه وي چې تاسو ته به راغلاست وویای او تاسو ته او ستاسو د کورنۍ ته پاملرنه وکړي. دلته هغه ځایونه دي چې تاسو کولی شئ د خپل روغتیا پاملرنې لپاره لار شئ، دا وړیا او محرم دی. هیڅ شی ته اړتیا نشته، چیرې چې تاسو تلل غواړئ نو ورتلل شئ.

PASS

که تاسو روغتیایي بیمه نلری او که تاسو د ډاکټر سره لیدو ته اړتیا لری، نو تاسو کولی شئ PASS ته لار شئ. دوی په ځینو روغتونونو کې موقعیت لري او د هرچا لپاره خلاص دي. د مثال په توګه، تاسو کولی شئ.

- یو ډاکټر سره مشوره کول.
- د وینې معاینه کول.
- درمل ترلاسه کول.
- له ټولنیز کارکوونکي سره لیدل.

CPEF

دا د جنسیت او احساساتي ژوند پورې اړوندو ستونزو په لړ کې د غږیدلو، ملاتړ، مخنیوي او پاملرنې ځای دی. د مثال په توګه، که تاسو وغواړئ نو تاسو کولی شئ چې :

- د جنسیت په اړه خپلې پوښتنې وپوښتنئ.
- د حمل ضد درملنه وکړئ ترڅو ماشوم ونه لري.
- د تاوتریخوالي په اړه وغږیږئ.
- په خپله رضا سره د امیندواری ختمول.

CeGIDD

دا یو وړیا او بې نومه ځای دی، چیرې چې تاسو کولی شئ :

- د HIV/AIDS، او د STI (د جنسي عمل له لارې خپریدونکې ناروغۍ) او د هیپاټیټس یا زیږي ټیسټونه کول.
- د PrEP څخه غوښتنه کول، د هغه خلکو د HIV درملنه څوک چې منفي دي.
- د جنسیت په اړه معلومات ترلاسه کول.

PMI

دا د فامیل لپاره، د امیندواریو میرمنو لپاره او د ماشومانو لپاره چې د 6 کلونو څخه کم عمر لري ځای دی. په PMI کې تاسو کولی شئ، د مثال په توګه :

- د خپل ماشوم لپاره طبي تعقیب ولری : واکسینونه، وزن...
- د جنسي روغتیا په اړه وغږیږئ : د حمل مخنیوی، سکرینینګ، کورني تاوتریخوالی...
- د امیندواریو طبي تعقیب کول.

CMP

که چیرې تاسو د خپلو احساساتو یا هغه ستونزو په اړه غږیدو ته اړتیا لری چې تاسو ورسره مخ یاست یا مخ شوی یاست، نو تاسو کولی شئ CMP ته لار شئ. د عمومي ډاکټر سره خبرې کولو څخه ډډه مه کوئ ځکه چې هغه ستاسو سمه لارښوونه وکړي. تاسو کولی شئ د ځانګړو شیانو په اړه وغږیږئ لکه ستاسو اندیښنه، تاوتریخوالی، د خوب ستونزې...

د ورځې په مهال هرکلی

دا یوازې د ورځې په جریان کې د ښه راغلاست او آرام ځای دی. د موقعیت پورې اړوند، تاسو موندلی شئ :

- سهار نارۍ.
- شاور اخیستل یا لامبل.
- ځینې جامې مینځل.
- د خپلو شیانو د اېږدلو لپاره لاکونه.

ځینې وختونه امکان لري چې د ټولنیز کارمند سره لیدنه وکړئ ترڅو تاسو سره ستاسو په اسنادو کې او ستاسو د روغتیایي لیدنو کې مرسته وکړي.

د نورو معلوماتو لپاره

Soliguide.fr هغه ویب پاڼه ده چیرې چې تاسو د خپلې روغتیا په اړه ګټور ځایونه موندلی شئ. دغه ځایونه د "درملنې کول" په برخې کې شتون لري، او وړیا دي.

لو کومید تاسو سره ستاسو په روغتیا کې مرسته کولی شي : 01 45 21 63 12، له دوشنبې تر جمعې، سهار 9:30 بجې 12:30- بجو پورې.

د اېډز معلوماتي سنټر، که تاسو کومې جنسي ستونزې لری HIV-AIDS / 0 800 840 800