

# Mihlangano ya Ripfumelo Leyi nga Riki na Tingana

*Xiletelo xa Murhangeri wa Ripfumelo eka  
Ku herisa Tingana ta HIV na AIDS*

Khotavuxika 2013



### **Nhlangano wa Ripfumelo Lowu nga Riki na Tingana ...**

1. Wu vulavula wu ntshuxekile hi HIV na AIDS, na hi timhaka leti fambelanaka na swona tanihi matikhomelo eka swamasangu na ku nga ringani ku ya hi rimbewu
2. Mikarhi hinkwayo wu nyika marito ya ntwelavusiwana, handle ka ku avanyisi, eka vanhu lava hanyaka na HIV
3. Wu hlamusela HIV na AIDS tanihi xiyimo xa ntshungulo, ku nga ri nxupulo wa mahanyelo yo biha
4. Wu nyika mahunguxidzi hi HIV na AIDS, ku katsa tindlela ta ntlulelo, ntshungulo, na nsivelo
5. Wu hlohlotela swirho hinkwaswo ku nghenelela hi ku hetiseka eka vutomi bya nhlangano wa ripfumelo, handle ka ku languta swiyimo swa vona swa HIV
6. Wu languta eka ku hlayisa na ku seketela vanhu lava hanyaka na HIV, ku nga ri eka leswi va yi kumiseke swona
7. Wu hlohlotela ku hanya hi ku tshemba, hi ku dyondzisa na hi mitlawa yo sekelela ya vanhu lava hanyaka na HIV
8. Wu hlohlotela ku kamberiwa eka swirho hinkwaswo na ku fikelela switirhisiwa eka ku tsundzuxiwa na ku kamberiwa ko tinyiketela
9. Wu khutaza vutihlamuleri bya xirho xin'wana na xin'wana bya ku tiva xiyimo xa xona xa HIV na ku papalata matikhomelo lama xungetaka ku hanhalaka ka HIV
10. Wu tirhisana na minhlangano yin'wana ku hangalasa timhaka ta HIV na AIDS etikweni hinkwaro

## **Xana Xibukwana Lexi i xa Wena?**

Tivutise swivutiso swimbirhi:

- Xana HIV na AIDS i swiphiqo swikulu eka nhlangoana wa ripfumelo wa n'wina?
- Xana vanhu lava hanyaka na HIV va vona nhlangoana wa ripfumelo wa n'wina yi ri ndhawu leyi va nga yi tshembhaka na ku kuma nseketelo eka yona?

Loko u hlamule “Ina” eka xivutiso xosungula na “E-e” eka xavumbirhi, swi vula leswaku tingana ta HIV na AIDS i xiphiqo eka nhlangoana wa ripfumelo wa n'wina. Xibukwana lexi xi nyika ndzetelo wo vonaka wa leswi hi nga hlurisaka swona tingana na leswi mi nga cincisaka swona nhlangoana wa ripfumelo wa n'wina yi va ndhawu leyi vanhu lava hanyaka na HIV va nga yi tshembhaka na ku kuma nseketelo eka yona.

Loko u hlamule “Ina” eka swivutiso haswimbirhi, u nga tirhisa xibukwana lexi ku tikambela ku tiyisisa nhlamulo ya wena, kutani u yisa emahlweni leswi u swi endlaka.

Loko u hlamule “E-e” eka xivutiso xosungula, tivutise loko HIV na AIDS swi ri xiphiqo endhawini leyi nhlangoana wa ripfumelo wa n'wina wu kumekaka kona. Loko HIV na AIDS swi ri xiphiqo eka ndhawu leyi nhlangoana wa n'wina wu kumekaka kona, swi vula leswaku swi nga endleka ku ri na xiphiqo na le ka nhlangoana wa ripfumelo wa n'wina. Loko HIV na AIDS swi nga ri xiphiqo eka ndhawu leyi nhlangoana wa n'wina wu kumekaka eka yona, hi fanele ku khensa. Kambe hi nga se swi hunisa, languta loko ku ri leswaku swi nga va swi lo tumbela kumbe loko ku ri leswaku vanhu vo ka va nga vulavuli hi swona. Loko swi ri tano, xibukwana lexi xi nga ku pfuna ku sivela HIV na AIDS ku va swiphiqo xikulu.

*Hi ku navelela leswaku u kuma ndzetelo na matimba loko u karhi u lwana na ku herisa tingana ta HIV na AIDS.*

*Dok. David Barstow  
Austin, Texas, USA  
Khotavuxika 2013*

## **Tingana ta HIV na AIDS**

Ku na tingana leti fambelaniwaka na HIV na AIDS. Hikokwalaho ka leswi mikarhi yotala HIV yi tlulelaka hi migingiriko ya masangu, mikarhi yin'wana vanhu lava hanyaka na HIV va hlangana na ntlhontlho wa ku tshikiwa na ku avanyisiwa. Vanhu va le ku loveni hikokwalaho ka matimba ya tingana leti. Ku chava ku tshikiwa swi endla leswaku vanhu va nga lavi ku kamberiwa mavabyi lawa na ku hlwela ku tirhisa ntshungulo lowu nga ta endla leswaku va hanya vutomi byo vuyerisa. Tingana ti hangalakile swinene kutani ti endla leswaku ntungu lowu wu nyanya – vuvabyi lebyi byi hangalaka hi ku hatlisa hikokwalaho ka tingana.

Tingana ti nga hela loko minhlangano ya ripfumelo ya misava yi teka goza ra ku lwa na xona. Ku ya hi matimu, minhlangano ya ripfumelo yo tala yi kombisile ku avanyisa swinene eka vanhu lava va hanyaka na HIV. Eka mihlangano yin'wana, ku avanyisa swi siviwile hi ku miyela, kambe naswona swa ha hlohlotela tingana. Nkateko hi leswaku loko minhlangano ya ripfumelo yo teka magoza ya ku lwa na tingana ka ha ri na nkarhi, yi nga ti hlula, yi va mihlangano leyi vanhu lava hanyaka na HIV va nga yi tshembhaka na ku kuma nseketelo eka yona.

Ku humelela eka ku hlula tingana swi lava vurhangeri byo tiya. Varhangeri va minhlangano ya ripfumelo va vekiwile hi swikongomelo swo hambana, ku herisa tingana eka swirho swa vona na le ka ndhawu leyi va tshamaka eka yona. Xibukwana lexi xi tsaleriwile ku pfuna varhangeri va ripfumelo ku humelela eka matshalatshala ya vona ya ku herisa tingana ta HIV na AIDS.

Xibukwana lexi xi na swiphemu swinharhu:

- Swihlawulekisi swa nhlango wa ripfumelo lowu nga riki na tingana
- Maendlelo ya kahle ya ku herisa tingana
- Rimba ra ku cinca hi swintsongontsongo

Swiphemu swimbirhi swosungula swi vumba masungulo, loko xavunharhu xi hlamusela magoza lama faneleke ku tekiwa leswaku swi koteka ku cinca ku ya eka nhlango wa ripfumelo lowu nga riki na tingana.

## **Swihlawulekisi swa Nhlangoano wa Ripfumelo Lowu nga Riki na Tingana**

Minhlangoano ya ripfumelo leyi koteke ku herisa tingana ta HIV na AIDS yi kombisa swihlawulekisi swa khume, leswi longoloxiweke endzeni ka khavhara ya le mahlweni ya xibukwana lexi, leswi nga tlhela swi hlamuseriwa hi vuenti endzeni ka xibukwana lexi. Goza ra ku va nhlangoano wa ripfumelo lowu nga riki na tingana ri katsa ku cinca swihlawulekisi leswi *ku suka eka ku tsandzeka swi va ku swikota*.

Hambileswi ku nga na ku nghenelela ko tika eka swihlawulekisi leswi, swi nga landzeleriwa ku ya hi nongonoko wa swona, xin'wana xi karhi xi aka ehenhla ka xin'wana:

- Xihlawulekisi xosungula i ku ka u nga miyeli: loko timhaka to tika leti fambelanaka na HIV na AIDS ku nga vulavuriwi hi tona, a swi nga olovi ku ololoxa xiphiqo xa tingana.
- Xihlawulekisi xa vumbirhi xi nga va xi ri xona xa nkoka swinene: mindhavuko ya ripfumelo ra hina yi hi sindzisa ku komba munhu un'wana na un'wana rirhandzu na ntwelavusiwana, ku nga ri ku avanyisa.
- Xihlawulekisi xavunharhu, xavumune na xavuntlhanu swi vulavula hi vutivi bya ntiyiso: HIV i vuvabyi; vativi va sayense va tswisisa leswi yi tlulerisaka swona na ku sivele ntlulelo; madokodela va tiva leswi yi kurisaka swona na leswi yi tshungurisiwaka swona; a swi fanelanga ku chava ku hlanganantsena na vanhu lava hanyaka na HIV.
- Xihlawulekisi xavutsevu na xavunkombo swi vulavula hi nseketelo: leswi nhlangoano wa ripfumelo wu nga swi endlaka ku nyika pfuno wo vonaka eka vanhu lava hanyaka na HIV.
- Xihlawulekisi xavunhungu, xavukaye na xavukhume swi vulavula hi ku lwa ntungu hi ku angarhela: nkoka wa ku endla swikambelo eka vanhu hinkwavo; xilaveko xa ku papalata matikhomelo lama nga hlayisekangiki; xilaveko xa ku fikelela vanhu hinkwavo.

**1. Nhlangoano wa ripfumelo lowu nga riki na tingana wu vulavula wu ntshuxekile hi HIV na AIDS, na hi timhaka leti fambelanaka na swona to tanihi matikhomelo eka swamasangu na ku nga ringani ka rimbewu.**

I swa nkoka ku vulavula hi timhaka leti fambelanaka na HIV. Tinhlokomhaka leti ti nga va ti tika ku vulavula hi tona, hikuva ku nga va na swirhalanganyi swa ndzhavuko kumbe swirhalanganyi swa miehleketo eka ku burisana ko pfuleka, kambe loko ku nga vulavuriwi hi swona, a swi nga koteki ku va nhlangoano wa ripfumelo wu tirhana na tingana ta HIV na AIDS hi ku hetiseka. Kambe goza rosungula hi rona ri tikaka swinene, ri lava xivindzi na ntwelavusiwana ku suka eka varhangeri va minhlangoano ya ripfumelo.

Minhlangoano ya ripfumelo yo hambana yi nga nyika mikarhi yo hambana ya ku burisana hi ku ntshuxeka hi timhaka leti fambelanaka na HIV na AIDS. Eka minhlangoano ya ripfumelo yin'wana, mikarhi yo gandzela yi va yi ri kahle. Eka van'wana, ku nga va mikarhi ya tidyondzo. Mhaka ya nkoka hi leswaku tihlokomhaka to tano ku vulavuriwa hatona ku ntshuxekiwile na hi vuenti exikarhi ka vaaki va nhlangoano wa ripfumelo.

***Xivutisonkulu***

- Xana i kangani laha HIV, AIDS, timhaka leti fambelanaka na swamasangu, rimbewu, na tihlokomhaka leti fambelanaka na swona ku vulavuriwaka haswona hi nkarhi wa ntirho wo gandzela na le ka mihlangoano yin'wana ya swirho swa nhlangoano wa ripfumelo?

**2. Mikarhi hinkwayo nhlango wa ripfumelo lowu nga riki na tingana wu vulavula marito ya ntwelavusiwana, wu nga avanyisi vanhu lava hanyaka na HIV.**

Rirhandzu na ntwelavusiwana i swa nkoka eka ku hlula tingana ta HIV na AIDS. Rirhandzu na ntwelavusiwana i milawu ya nkoka eka mindhavuko ya ripfumelo yotala; hambiswiritano a swi olovi ku landzelela milawu leyi, ngopfungopfu loko munhu a langutane na timhaka ta masiku hinkwawo, ndzhavuko na swa vukhongereri leswi nga na xiave eka ntungu wa AIDS.

Ku herisa tingana, mahungu ya ntwelavusiwana eka vanhu lava hanyaka na HIV i ya nkoka ku tlula mahungu ya vutihlamuleri bya munhu ku papalata ku tluleriwa. Mahungu ya vutihlamuleri bya munhu i ya nkoka (languta Xihlawulekisi #9), kambe ya nga endla leswaku vanhu lava va hanyaka na HIV va tivona nandzu kumbe ku va va va na tingana, kutani va twa va nga amukeleki eka nhlango wa ripfumelo. Mahungu ya ntwelavusiwana na rirhandzu ya fanele ku tshikeleriwa ku papalata ku va vanhu lava hanyaka na HIV va tivona nandzu kumbe ku va va va na tingana.

Eka minhlango wa ripfumelo yotala, loku hi kona ku tsandzeka lokukulu exikarhi ka swihlawulekisi swa khume swa nhlango wa ripfumelo lowu nga riki na tingana. Ku cinca ku tsandzeka loku ku va ku swi kota swi lava ku yingisa na ku vuyelela mikarhi hinkwayo, hi ku vulavula na hi ku endla, leswaku nhlango wa ripfumelo wu va ndhawu ya ntshembo na nseketelo eka vanhu lava va hanyaka na HIV.

***Xivutisonkulu***

- Xana swi tolovelekile ku va hungu ro gandzela ri tshikelela ntwelavusiwana na rirhandzu eka vanhu lava hanyaka na HIV, ku nga ri ku tsikelela vutihlamuleri bya munhu ku papalata ku tluleriwa?

**3. Nhlangoano wa ripfumelo wu hlamusela HIV na AIDS tanihi xiyimo xa ntshungulo, ku nga ri ku xupuriwa hikokwalaho ka matikhomelo yo biha.**

Leyi i mhaka ya nkoka leyi ku faneleke ku vulavuriwa hi yona. I swa nkoka leswaku swirho swa nhlangoano wa ripfumelo swi tiva leswaku HIV i vuvabyi. Hambileswi ku kuma vuvabyi lebyi swi nga vaka kona hikokwalaho ka matikhomelo lawa ya tekiwaka ya bihile, vubihi a hi rimintsu ra ntlulelo. HIV yi va kona loko xitsongwatsongwana xi nghena emirini wa munhu. Leswi swi nga humelela hi tindlela to tala, tin'wana ti fambelana na matikhomelo lama nga tekiwaka ya nga ri kahle, kambe tindlela tin'wana a ti fambelani helo na matikhomelo ya kahle kumbe yo ka ya nga ri kahle.

I swa nkoka ku tiva ku hambana exikarhi ka matlhelo lamambirhi ya mahanyelo ya vanhu:

- Matikhomelo ya “Kahle” , lawa ku nga mahanyelo lawa ya fambelanaka na mitolovelovelo ya vukhongeri na ndhavuko
- Matikhomelo yo “Hlayiseka” i matikhomelo lawa ya nga riki na nxungeto wa ku khomiwa hi HIV

Ku ta tshama ku ri na ku hambana eka leswaku hi waha matikhomelo ya “kahle” kumbe yo “biha.” Kambe tlhelo ro “hlayiseka” ri ntiyiso, ri tiyisisiwile hi xisayense na mirhi. Ku kota ku hlula tingana, i swa nkoka ku tiva ku hambana loku na ku langutisa eka ku hlayiseka, ku nga ri ka matikhomelo.

***Xivutisonkulu***

- I swirho swingani leswi twisisaka leswaku , eka ku tluleriwa hi HIV, matikhomelo “lamanene” swi nga endleka ma nga vuli leswaku munhu wa “tihlayisa” na swona matikhomelo lama nga “hlayisekangiki” swi nga endleka ma nga vuli leswaku munhu u na “matikhomelo yo biha?”



**4. Nhlangoano wa ripfumelo lowu nga riki na tingana wu nyika mitiyisoxidzi hi HIV and AIDS, ku katsa tindlela ta ntlulelo, ntshungulo, na nsivelo.**

Swi na nkoka leswaku swirho swa nhlangoano wa ripfumelo swi tiva tiyisoxidzi hi HIV na AIDS, ku katsa tindlela ta ntlulelo, milawu ya ntshungulo, na ya nsivelo. Vutivi lebyi byi tiyisisa ku tekela ehlokweni leswaku HIV na AIDS swa lawuleka hi ku tirhisa mirhi. Ku tiva ntiyiso swi nga pfuna ku susa mavarivari lama nga riki kahle na swikhohlwakholwa, na ku endla leswaku swirho swi twisisa leswi swi tirhaka na leswi swi nga tirhiki eka ku sivela ku khomiwa hi HIV.

Tin'wana ta tihlokomhaka ku nga va tlhontlho ku vulavula hatona, to tanihi ku tirhisa tikhondomu. Ku nga va na vonelo ra leswaku ku vulavula hi tikhondomu swi hlohlotela matikhomelo lawa ya tekiwaka ya nga ri kahle. Hambiswiritano, i swa nkoka eka hinkwerhu ku twisisa leswaku tikhondomu i ndlela ya nkoka yo sivela ku tluleriwa hi HIV hi nkarhi wa migingiriko ya swamasangu. Kahle kahle vutivi bya ku tirhisa khondomu i mhaka ya ku hanya na rifu.

***Xivutisonkulu***

- I swirho swingani leswi twisisaka na ku vulavula handle ko tipfinyinga hi HIV na AIDS, ku katsa tindlela ta ntlulelo, tshungulo, na nsivelo?

**5. Nhlango wa ripfumelo lowu nga riki na tingana wu khutaza swirho hinkwaswo ku nghenelela hi ku hetiseka eka vutomi bya nhlango wa ripfumelo, handle ka ku languta eka swiyimo swa HIV swa swona.**

Vutivi bya masungulo hi ku khomiwa hi HIV byi komba leswaku a ku na nxungeto wa ntlulelo hi ku hlanganantsena na vanhu lava hanyaka na HIV. Hikokwalaho a ku na xo chavisa loko vanhu lava hanyaka na HIV va nghenelela eka migingiriko ya nhlango wa ripfumelo. Loko swirho swi tiva mitiyiso leyi hinkwayo, mahungu ya ku khutaza na ku amukela ya yisa eka ku nghenelela hi ku hetiseka ka vanhu lava hanyaka na HIV eka mingingiriko hinkwayo ya HIV ya nhlango wa ripfumelo. Leswi swi vanga leswaku swirho swa nhlango wa ripfumelo swi kota ku vona tlhelo lerin'wana ra vuvabyi na ku vona leswaku vanhu lava hanyaka na HIV xosungula i vanhu kutani va khomiwa hi HIV.

***Xivutisonkulu***

- I swirho swingani leswi hanyaka na HIV leswi nghenelelaka swi ntshuxekile eka migingiriko ya ntlovelo ya nhlango wa ripfumelo?

**6. Nhlangoano wa ripfumelo lowu nga riki na tingana wu languta eka ku hlayisa na ku seketela vanhu lava hanyaka na HIV, ku nga ri ka leswi va yi kumiseke swona.**

Loko munhu a vula handle ka ku sindzisiwa leswaku u hanya na HIV, nchumu wa nkoka lowu a wu lavaka i ku amukeriwa handle ka ku languta xiyimo xa yena. Kambe eka vanhu votala, nchumu wo sungula lowu va wu ehleketaka loko va ha ku twa ku munhu wo karhi hanya na HIV i ku tivutisa leswaku xana munhu wa kona yi kumise ku yini. Hi ku khutaziwa hi ntwelavusiwana, swirho swa nhlangoano wa ripfumelo a swi fanelanga ku vutisa hi xivangelo xa ntlulelo. Ematshan'wini, swi fanele ku komba ku amukela munhu yoloye na ku vutisa hilaha va nga n'wi pfunaka hakona.

Swi nga endleka swirho swin'wana swi nga vuli nchumu hikuva swi vilela hikuva swi nga tivi leswaku swi nga pfunisa ku yini. Kambe mikarhi yotala, ku pfuna loku nga kahle swinene i ku amukela munhu wa kona na ku pfuna hi tlhelo ro endla ro vonaka ra ku hanya na HIV.

***Xivutisonkulu***

- Xana i swirho swingani leswi nga vula handle ka ku sindzisiwa xiyimo xa swona xa HIV, exihundleni kumbe emahlweni ka mani na mani?

**7. Nhlangoano wa ripfumelo wa lowu nga riki na tingana wu khutaza vanhu ku hanya hi ku titsheмба hi ku tirhisa tidyondzo na mitlawa yo nseketela ya vanhu lava hanyaka na HIV.**

“Ku hanya hi ku titsheмба” swivula mahanyelo ya munhu lama kotisaka vanhu lava hanyaka na HIV ku hanya vutomi byo leha no vuyerisa. “Ku hanya hi ku titsheмба” swo katsa mintlhontlho yotala, ku katsa milawu ya mirhi na ya madyelo lamanene, ku katsa na ku lulamisa ku ya etlilini ku ya kamberwa na ku kuma mirhi.

Ku hanya hi ku titsheмба swi katsa na ku landzelela magoza lama nga fanela ku papalata ntluleto wa mavabyi ku ya eka vanhu van’wana. Ku landzelela magoza lama nga fanela swi katsa ku twisisa mhaka ya ku tluleta na ku sivela, xikan’we na ku va na xichavo eka wena n’wini na nhlohlolotelo wo huma eka vanhu van’wana.

Mitlawa yo tipfuna hiwexe kumbe ya nseketelo yi nga tirhiseka kahle eka ku pfuna vanhu lava hanyaka na HIV ku tirhana na swilo leswi hinkwaswo. Xikombiso, vanhu lava nga ka mitlawa ya nseketelo va nga khutazana ku nwa mirhi ya vona hi mfanelo naswona va nga dyondza hilaha vanhu van’wana va nga ahlula hakona mintlhontlho yo fana na ya vona.

***Xivutisonkulu***

- Xana Ku na mitlawa ya seketelo leyi yi nga kona leyi pfunaka, leyi kumekaka eka nhlangoano wa ripfumelo kumbe endhawini leyi u tshamaka eka yona, ya vanhu lava hanyaka na HIV?

**8. Nhlango wa ripfumelo wa lowu nga riki na tingana wu khutaza swirho hinkwaswo ku kamberwa na ku vona leswaku switsundzuxo na nkambelo swa fikeleleka eka lava swi lavaka.**

Munhu un'wana na un'wana u fanele ku tiva xiyimo xa HIV xa yena, tanihi laha hi tivaka hi swiyimo swa vutshunguri leswin'wana swa hina. Ku na ntolovelo wa ku ehleketa leswaku i vanhu ntsena lava nga na matikhomelo mo ka ma nga hlayisekanga lava faneleke ku kamberwa, kambe ntiyiso wa kona hi leswaku munhu un'wana na un'wana u fanele ku kamberwa, ku katsa na lava va ehleketaka leswaku a va le ka nxungeto. Ku na swivangelo swimbirhi.

Xivangelo xosungula i xa vutshunguri. Ku na tindlela to hlayanyana ta ku khomiwa hi HIV naswona vanhu va nga va va hoxisa loko va ehleketa leswaku a va le ka nxungeto.

Xivangelo xavumbirhi xi fambelana na tingana. Loko vanhu hinkwavo vo kamberwa, ku kamberwa swi hundzuka nghingiriko wa ntolovelo. A ku na loyi a siyiwaka ehandle hikuva swa fanela leswaku hinkwerhu hi kamberwa, naswona a ka ha ri na tingana leti fambelanisiwaka na ku kamberwa.

Loko swirho swo vutisiwa leswaku i vamani va nga tshama va kamberwa HIV, kutani hinkwaswo swi yimisa mavoko, swi ta vula leswaku nhlango wa ripfumelo lowu yaka wu pfumala tingana.

***Xivutisonkulu***

- Xana i swirho swingani leswi nga kamberwa loko swi ri na HIV naswona swi tivaka swiyimo swa swona?

**9. Nhlangoano wa ripfumelo lowu nga riki na tingana wu tiyisisa vutihlamuleri bya munhu bya ku va xirho xin'wana na xin'wana xi fanela ku tiva xiyimo xa xona xa HIV na ku papalata matikhomelo lama xungetaka ku hangalaka ka HIV.**

Laha ntshikelelo wu le ka vutihlamuleri bya munhu. Ku na swilo swin'wana leswi faneleke ku endliwa hi varhangeri kumbe hi nhlangoano wa ripfumelo hinkwawo, kambe na munhu un'wana na un'wana u na vutihlamuleri.

Byin'wana bya vutihlamuleri i ku tiva xiyimo HIV xa wena n'wini.

Vutihlamuleri byin'wana i ku papalata matikhomelo mo ka ma nga hlayisekanga lama xungetaka ku hangalaka ka HIV, ku suka eka munhu un'wana ku ya eka un'wana.

Eka ku burisana hi ku papalata matikhomelo ya swamasangu yo ka ya nga hlayisekanga, swa pfuna ku tsundzuka ku hambana exikarhi ka matikhomelo ya munhu ya "kahle" na yo "hlayiseka", tanihi laha swi hlamuseriweke hakona eka xihlawulekisi xa #3. Eka vundzeni bya mhaka ya ntlulelo wa HIV, vutihlamuleri bya munhu byi kongomisiwa eka ku papalata matikhomelo mo ka ma nga hlayisekanga.

Eka ku burisana hi vutihlamuleri bya munhu, swi na nkoka nakambe ku tiva leswaku vanhu van'wana swi nga endleka va nga ri na vutihlamuleri eka matikhomelo mo ka ma nga hlayisekanga. Xikombiso, wansati loyi a pfinyiwaka a nga swi koti ku sindzisa mupfanyi wa yena ku tirhisa khondomu.

***Xivutisonkulu***

- I swirho swingani leswi vonaka xilaveko xa ku byarha vutihlamuleri bya ku papalata ntlulelo wa HIV?

**10. Nhlango wa ripfumelo lowu nga riki na tingana wu tirhisana na mihlango yin'wana ku byela vanhu hi timhaka ta HIV na AIDS eka tindhawu leti va tshamaka eka tona.**

Loko nhlango wa ripfumelo wu va na vutivi, ntwelavusiwana, na nseketelo exikarhi ka swirho swa wona, wu nga va makombandlela wa mihlango yin'wana na museketeri wa matimba wa vanhu lava hanyaka na HIV. Nhlango wo tiya lowu nga riki na tingana wu nga pfuna ku herisa tingana ta HIV na AIDS etikweni hinkwaro.

***Xivutisonkulu***

- Xana nhlango wa ripfumelo wu tiveka tanihi ndzhawu ya ntshembo, nseketelo, no va museketeri wa vanhu lava va hanyaka na HIV?

## **Maendlelo ya Khahle yo Herisa Tingana**

### **A. Chumayila no dyondzisa hi ku hlula tingana ta HIV na AIDS.**

Tisevhisi to gandzela, tihlengeletano to dyondzisana, na tihlengeletano tin'wana ta nhlango wa ripfumelo i tindzhawu ta kahle to hlamusela na ku tshikelela mahungu mayelana na tingana. Ku humelela swi ta lawuriwa hi ku vuyelela hungu na ku tirhisa mikarhi leyi kumekaka yo chumayila na ku dyondzisa kun'wana – hambi ko va kan'we enhwetini.

Vundzeni bya mahungu byi nga hambana, kambe ku na swiyenge swo angarihela swingari swingani leswi nga na nkoka:

**Mahungu** – Ma kongomisiwa eka timhaka ta nkoka ta HIV na AIDS, leswaku swirho swi ta va na vutivi.

**Ku amukela** – Ku tshikelela nkoka wa munhu un'wana na un'wana, ku amukela munhu un'wana na un'wana ku nghenelela eka vutomi bya nhlango wa ripfumelo, handle ka ku languta swiyimo swa HIV swa vona.

**Ntwelavusiwana** – Wu langute eka mfanelo ya vumunhu ya ku komba vanhu hinkwavo rirhandzu na xichavo, handle ka ku languta swiyimo swa vona swa HIV.

**Nkhutazo** – Wu endleriwa ngopfu vanhu lava va vilelaka hi HIV na AIDS, ku va tshembisa leswaku nhlango wa ripfumelo i ndhawu ya ntshembo na nseketelo.

**Nseketelo** – Wu kongomisiwe eka ntirho wa nkoka wa minhlango ya ripfumelo eka ku tlakusa tifanelo ta vanhu lava hanyaka na HIV etikweni hinkwaro, ku katsa timfanelo ta vanhu lava nga va ka va ha tekeriwa ehansi hikokwalaho ka mindzhavuko, vo tanihi vavasati na vana.

**Vutihlamuleri** – Ku tshikelela xilaveko xo va xirho xin'wana na xin'wana xi tirhana na HIV: swi tiva swiyimo swa HIV swona na ku papalata matikhomelo lama xungetaka ntluleto wa HIV. Mahungu ya vutihkamuleri bya munhu ma fanele ku hlamuseriwa kahle, ku papalata ku hlongola vanhu lava va nga twaka onge va avanyisiwa.



**B. Ku nyika vumbhoni hi vanhu lava hanyaka na HIV kumbe lava khumbekaka.**

Vumbhoni bya vanhu byi endla leswaku vanhu va vona ntiyiso wa vuvabyi, naswona swi nga cinca mavonelo ku suka eka miehleketo ya ku pfumela handle ko lava ku twisisa ku ya eka mpfilungano wa vutomi bya vanhu bya mampela.

**C. Kondletela tihengeletano to dyondzisa.**

Loko rendzo ra ku cinca ra ha sungula, ku na xilaveko xikulu xa mahungu ya ntiyiso hi HIV na AIDS. Mahungu lawa ya nga nyikiwa eka nhlengeletano yo gandzela kumbe hi ku va na nhlengeletano yo letela ntsena leyi kongomisiweke eka mitiyiso hi HIV na AIDS.

**D. Nyika switirhisiwa swo dyondzisa.**

Swa pfuna ku nyika timatheriyele to dyondzisa to tanihi tibuku kumbe tiphafulete. I tihlokomhaka timbirhi leti nga na nkoka ngopfu: (1) mitiyisoxidzi hi HIV na AIDS; (2) swiletelo swa ku hanya hi ku titshemba.

**E. Kondletela tihengeletano to burisana hi tihlokomhaka tokarhi.**

Tihengeletano to burisana ti khutaza ku tirhisana ka swirho swa nhlango wa ripfumelo. Leswi swa pfuna eka tihlokomhaka leti katsaka mitiyiso na mavonele, yo tanihi mitolovelo ya swamasangu, kumbe timhaka ta rimbewu. Eka tihlokomhaka tin'wana swi va kahle ku va na tihengeletano to hambana ta vavanuna, vavasati, na vantshwa.

**F. Nyika switirhisiwa swo kambela na swo tsundzuxa hi nkarhi wun'we na sevhisi yo gandzela na migingiriko yin'wana ya nhlango wa ripfumelo.**

I swa nkoka leswaku swirho hinkwaswo swa nhlango wa ripfumelo swi kamberiwa. Swa pfuna swinene ku va na switirhisiwa swo kambela hi nkarhi wun'we na sevhisi yo gandzela na migingiriko ya nhlango wa ripfumelo yin'wana. I swa nkoka ku va mivuyelo yi tshama yi ri xihundla na ku vona leswaku ku na vatsundzuxi lava leteriweke.

**G. Lulamisa mitlawa yo tipfuna kumbe yo seketela.**

Mitlawa yo seketela yi nga pfuna vanhu lava hanyaka na HIV ku hanya kahle eka xiyimo xa vona. Nkarhi wun'wana swi kahle ku va na mitlawa yo seketela yo hambana ya vavanuna, vavasati, na vantshwa, kambe nkarhi wun'wana swi kahle ku va na ntlawa wo katsana. Mitlawa yo seketela ya hlangana mikarhi yotala ku burisana hi tihlokomhaka leti fambelanaka na HIV, to tanihi ku hanya hi ku titshemba na ku landzelela swiletelo swa mitshungulo. Yi tlhela yi va ndlela yo olova yo nyika mpfuno wo tilulamisa (xik. Ku ya etitlilini). Xohetelela, yi nga tirha tanihi ku tirhisana ka mitlawa eka migingiriko yo tikumela muholo. Ku tirhisana eka mitlawa yo seketela swi tlhela swi endla leswaku ku va na ku khomana eka nhlango wa ripfumelo hinkwawo.

**H. Kambela varhangeri va nhlango wa ripfumelo emahlweni ka mani na mani.**

Swi nga pfuna swinene loko varhangeri va nhlango wa ripfumelo vo kamberwa HIV emahlweni ka mani na mani. Swindlo swo tano swi kombisa leswaku hinkwerhu ha khumbheka hi mhaka leyi, leswaku a ku na "Hina a hi swa hina." Mivuyelo yi fanele ku va xihundla. Loko murhangeri wa ripfumelo a kumeka a ri na HIV, endzhakunyana a nga hlawula ku vulavula hi xiyimo xa yena, kumbexana tanihi vumbhoni hi nkarhi wo gandzela, kambe a swi bohi leswaku a tivula xiyimo xa yena xikan'wekan'we endzhaku ka ku kamberwa.

**I. Ku humela erivaleni swi kombisa ku tinyiketela ku herisa tingana.**

Tiphositara leti kombisiweke , mimfungho, na tibenara ta nkoka leti tivekaka i swikombiso swo vonaka swa ku tinyiketela ku herisa tingana ta HIV na AIDS.

**J. Khutaza migingiriko ya lemukiso na mihlango yin'wana.**

Migingiriko ya nkoka ya vanhu hinkwawo yi katsa mapfhumba yo dyondzisa, masiku yo kambela, na ku tekela enhlokweni Siku ra AIDS ra Misava ra 1 N'wendzambahala.

## Maendlelo ya Kahle Lama Bumabemeriwaka

Loko u cinca xihlawulekisi xokarhi ku suka eka ku tsandzeka xi va ku swikota, yan'wana ya maendlelo lawa ya va kahle ku tlula yan'wana. Tafula leri landzelaka ri kombisa leswaku hi yihi mitolovelo ya kahle (leyi leburaweke A ku fika eka J eka mapheji ya 16-24) leyi nga pfunaka eka xihlawulekisi xihi. Kuma ntila lowu nga na nomboro ya xihlawulekisi kutani u ehleketa hi maendlelo ma kahle lama fungiweke.

Xokombiso, eka Xihlawulekisi #5 (*"Nhlangoano wa ripfumelolowu nga riki na tingana wu khutaza swirho hinkwaswo ku nghenelela hi ku hetiseka eka vutomi bya nhlangoano wa ripfumelo, handle ka ku languta swiyimo swa swona."*), Maendlelo ya kahle A (ku chumayila na ku dyondzisa), B (vumbhoni bya munhu), H (ku kamberwa ka varhangeri emahlweni ka mani na mani), na I (mikombiso kumbe tiphositara) ya pfuna swinene.

		Maendlelo ya Kahle									
		A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
Swihlawulekisi	1	•		•		•				•	
	2	•	•						•	•	
	3	•	•	•	•	•					
	4	•		•	•	•					
	5	•	•						•	•	
	6	•	•		•	•		•			•
	7				•		•	•			•
	8	•					•		•		•
	9	•	•			•	•	•	•		
	10				•		•	•	•	•	•

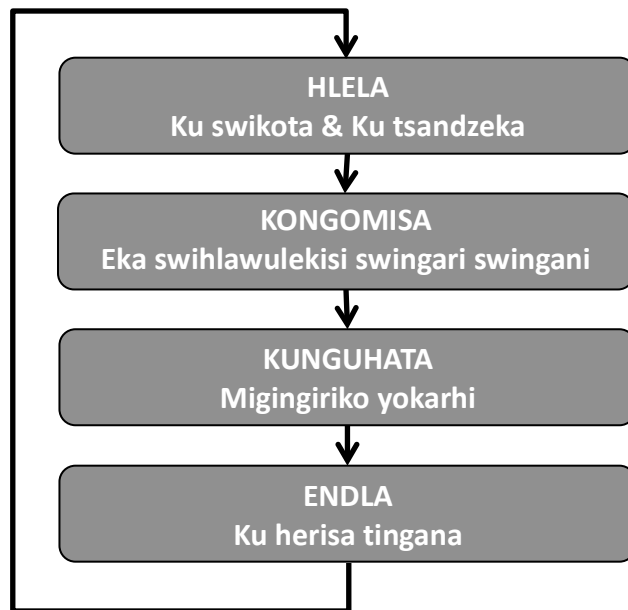
Ina, mitolovelo yin'wana yi nga tirhisiwa nayona, hikokwalaho chati leyi yi nga tirhisiwa tanihi xiletelo, ku nga ri xiboho.

## **Ku Cinca hi Swintsongontsongo**

Ku herisa tingana ta HIV na AIDS swi lava matimba yo yisa emahlweni nkarhi woleha. Leswi swi nga endliwa kahle hi tisekele to cinca to landzelelana, sekele yin'wana na yin'wana yi karhi yi heta kwalomu ka tinhweti ta ntsevu ku ya eka khumembirhi. Sekele yi nga katsa migingiriko ya masungulo ya mune:

- **Hlela** – Tiva ku swi kota na ku tsandzeka exikarhi ka swihlawulekisi leswi nga kona swa khume
- **Kongomisa** – Hlawula swihlawulekisi swo tsandzeka swingari swingani leswi mi nga ta kongomisa eka swona hi nkarhi wa sekele
- **Kunguhata** – Endla nkunguhato wa leswi mi nga ta swi endla lowu fambelanaka na swihlawulekisi leswi u kongomiseke eka swona
- **Endla** – Endla kutani u cinca ku tsandzeka ku va ku swikota

Emahetelelweni ya sekele yin'wana na yin'wana, vuyelela nhlelo ku vona loko ku ri na ku ya emahlweni na ku hlawula swihlawulekisi leswi ku faneleke ku kongomisiwa eka swona eka sekele leyi landzelaka.



## **Hlela**

Sekele ya cinco yin'wana na yin'wana yi sungula hi nhlelo. Xikongomelo xo hlela i ku twisisa swiyimo swo karhi eka nhlango wa ripfumelo, leswaku ku tshikeleriwa ku ya emahlweni loku veke kona na ku kuma leswi faneleke ku landzela ku swi endla.

Ndlela yin'wana ya ku hlela i ku tekela enhlokweni xin'wana na xin'wana xa swihlawulekisi swa khume kutani ku bohiwa loko ku ri leswaku xihlawulekisi xa kona i xa ku swikota kumbe ku tsandzeka. Vutisa swivutisonkulu leswi nyikiweke na ku nyika nhlamuselo ya xihlawulekisi xin'wana na xin'wana ku pfuna ku hlamula.

*Phepha ro Ntirhela ra Nkunguhato wa ku Endla leri katsiweke ri nga tirhisiwa ku rhekhoda mivuyelo ya nhlelo.*

## **Kongomisa**

Swi na nkoka ku languta ntsena eka swihlawulekisi swingari swingani hi nkarhi wa sekele ya cinco yin'wana na yin'wana, hikuva swa nonohwa swinene ku endltirho wa kahle eka swihlawulekisi swotala hi nkarhi wun'we. Kahlekahle, swi kahle ku kongomisa eka swihlawulekisi swimbirhi kumbe swinharhu. Ku hlawula swihlawulekisi swa nkongomiso swi lawuriwa hi swiyimo swokarhi swa nhlango wa ripfumelo. Mbuyelo wa nhlelo wu nyika ndzetelo wa kahle.

Ekusunguleni, kongomisa eka swihlawulekisi leswi nga na nhlayo yintsongo ya ku swikota. Xikombiso, loko #1 xi ri xihlawulekisi xa ku tsandzeka kumbe xi ri xikarhi, xi fanele xi va xihlawulekisi lexi nga emasungulweni ya sekele, hikuva a swi koteki leswaku xi nga nyika matimba eka swihlawulekisi swin'wana handle ka ku vanga huwa.

Mavonelo ya ntwelavusiwana i ya nkoka lero Xihlawulekisi #2 xi fanele ku va xikongomiso xa sekele ya cinco yin'wana na yin'wana ku fikela loko xi va na matimba ya vonaka.

## **Kunguhata**

Endzhaku ka loko xihlawulekisi xa nkongomiso xi hlawuriwile, goza leri landzelaka i ku kunguhata migingiriko leyi nga riki na tingana leyi nga ta endliwa hi nkarhi wa sekele ya cinco. Hi ntolovelo sekele ya cinco yi fanele ku teka tinhweti ta ntsevu ku ya eka khumembirhi. Migingiriko yo karhi yo endla yi lawuriwa hi swihlawulekisi swa nkongomiso, vutivi na ntokoto wa varhangeri va nhlango wa ripfumelo. Hi ku lawuriwa hi ntokoto wa malembe mangari mangani, maendlelo ya kahle ya nyikiwile eka mapheji lama hundzeke ya xibukwana lexi. Tafula leri nga eka papila ra 36 ri kombisa leswaku hi wa ha ya maendlelo ya kahle lawa ya nga pfuna eka swihlawulekisi swa nkongomiso swo hambana. Hambiswiritano, ku ya hi swiyimo swo karhi, migingiriko yin'wana na yona yi nga va kahle.

## **Endla**

Xiphemu xohetelela xa sekele ya ku cinca xi katsa ku endla migingiriko leyi nga kunguhatiwa. Mikarhi yin'wana swi nga va kahle ku cinca ndlela ya xiphemu xa kunguhato eku fambeni ka sekele leswaku xi kota ku fambelana na xiyimo lexi cincaka.

Hakanyingi, lexi hi xona xiphemu xa sekele xi ri xoxe lexi nga na nkoka swinene, hikuva hi xona xi nga ta va na xiave eka tigana ta HIV na AIDS. Nakambe hi xona xiphemu lexi lavaka ku tiyisela hikuva ku ta va na swirhalanganyi leswi nga languteriwangiki na mintlhonthlo leyi nga ta lava ku hluriwa.

*Tirhisa Phepha ro Ntirhela ra Nkunguhato wa ku Endla leri katsiweke ku rhexhoda mivuyelo ya xiphemu xin'wana na xin'wana xa sekele ya cinco.*

## **Ku Langutana na Mintlhontlho**

Ku herisa tingana ta HIV na AIDS a swi olovi. Ku na swivangelo swo hlayanyana:

- Ku fanele ku cinciwa mavonele lama sukelaka eka malembe yotala lama hundzeke.
- Ku fanele ku burisaniwa hi matikhomelo ya vanhu lawa vanhu votala swi va nonohwelaka ku vulavula hi wona.
- Ku fanele ku tirhaniwa namiehleketo ya vukhongereri leyi vanhu va nga pfumelelaniki na yona.
- Ku fanele ku hlanganisiwa ku tekeriwa enhlokweni ka vukhongereri na mitiyiso ya vutomi bya vanhu eka swiyimo swo tika.
- Ku nga va na ku kaneta ku suka eka swirho swa nhlango wa ripfumelo wa wena.

Ku kota ku fikelela mintlhontlho leyi, wena, tanihi murhangereri wa ripfumelo, u fanele ku:

- Tiva vubihi bya tingana
- Tinyikelela ku teka magoza hi karhi
- Tiyisela ku kondza tingana ti hluriwa

Swa pfuna ku tsundzuka leswaku tingana ta HIV na AIDS i mhaka ya vutomi na rifu. Vanhu etikweni ra wena, na le matikhweni yan'wana ya misava, va le ku feni hikokwalaho ka tingana. Hi ndlela yin'wana, tingana i nyimpi yo hetelela ya ku hlula ntungu wa AIDS. Sayense ya vutshunguri yi nga tshungula vuvabyi na ku sivela ku hangalaka ka byona, kambe ntsena loko vanhu va ntshuxeka va pfumela ku kamberiswa na ku pfuniwa. Swiendlo swa varhangereri wa nhlango wa ripfumelo wa ndhawu ya ka n'wina vo tanihi wena swi nga endla leswaku mi tirhisa vunene bya mintshungulo leyi nga kona ku herisela makumu ntungu AIDS.

## **Xikombiso xa Sekele ya ku Cinca**

### **1 Hlela**

Nhlangano wa ripfumelo wu kumisisa leswaku Swihlawulekisi swa #1, #4, na #9 i ku swikota, na leswaku Swihlawulekisi swa #2 na #5 i ku tsandzeka. Swihlawulekisi leswin'wana swi wela hinkwako, swi nga va ku swikota kumbe ku tsandzeka.

### **2 Kongomisa**

Nhlangano wa ripfumelo wu hlawula ku kongomisa eka Swihlawulekisi swa #2 na #5, leswi swi nga ku tsandzeka, na Xihlawulekisi xa #3, lexi xi nga se vaka ku swikota.

### **3 Kunguhata**

Nhlangano wa ripfumelo wu hlawula Maendlelo ya Kahle ya A, B na I:  
A – Mahungu ya vuxokoxoko hi ku hambana exikarhi ka mavonelo ya matikhomelo ya vanhu ya “kahle” na yo “hlayiseka” (vona Xihlawulekisi #3), xikan'we na mahungu ya ku amukeriwa, ku twela vusiwana, na nhlohlotelo  
B – Vumbhoni bya munhu loyi a hanyaka na HIV na bya murhangeri wa ripfumelo loyi a hanyaka na HIV  
I – Tiphositara leti nga kombisiwa eka ndhawu yo gandzelela

### **4 Endla**

Nhlangano wa ripfumelo wu endla migingiriko hilaha yi kunguhatiweke hakona. Loko migingiriko leyi yi karhi yi endliwa, swi vile erivaleni leswaku ku hambana exikarhi matikhomelo ya kahle kumbe yo ka ya nga ri kahle na matikhomelo yo hlayiseka a swi tika leswaku swi nga endliwa eka hungu ro dzunisa rin'we, hikokwalaho Maendlelo Makahle E ya engeteriwile:

E – Nkarhi wo burisana hi ku hambana exikarhi ka matikhomelo ya kahle kumbe yo ka ya nga ri kahle na matikhomelo yo hlayiseka



## Ku Cinca hi Swintsongontsongo

**Mihlangano Leyi nga Riki na Tingana – Tluka ro kombisa kungu ro tirha**

Hlela				Maendelo ya kahle									
1	Kuma matimba na ku tsandzeka												
<b>Kongomisa</b>													
2	Hlawula wihlawulekisi swo tirha hi swona												
<b>Kunguhata</b>													
3A	Hlawula Maendelo ya kahle lama fambelanaka												
3B	Kunguhata swiendlo swa tinhweti ta 6 ku fika eka 12 leti nga ta landzela												
<b>Endla</b>													
4	Endla swiendlo leswi kunguhatiweke												

Swihlawulekisi	1	2	3A	3B	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
1. Wu vulavula wu ntshuxekile hi HIV na AIDS, na hi timhaka leti fambelanaka na swona to tanihi matikhomelo eka swamasangu na ku nga ringani ku ya hi rimbewu		✓			•		•		•				•	
2. Mikarhi hinkwayo wu nyika marito ya ntwelavusiwana, handle ka ku avanyisi, eka vanhu lava hanyaka na HIV	✓			✓	✓	✓							•	✓
3. Wu hlamusela HIV na AIDS tahihi xiyimo xa ntshungulo, ku nga ri nxupulo wa mahanyelo yo biha				✓	✓	✓	•	•	•					
4. Wu nyika mahunguxidzi hi HIV na AIDS, ku katsa tindlela ta ntululelo, ntshungulo, na nsivelo		✓			•		•	•	•					
5. Wu hlohotela swirho hinkwaswo ku ngenelela hi ku hetiseka eka vutomi bya nhlangano wa ripfumelo, handle ka ku languta swiyimo swa vona swa HIV	✓			✓	✓	✓						•		✓
6. Wu languta eka ku hlayisa na ku seketela vanhu lava hanyaka na HIV, ku nga ri eka leswi va yi kumiseke swona					•	•		•	•		•			•
7. Wu hlohotela ku hanya hi ku tshemba, hi ku dyondzisa na hi mitlawa yo seketela ya vanhu lava hanyaka na HIV								•		•	•			•
8. Wu hlohotela ku kamberwa eka swirho hinkwaswo na ku fikelela switirhiswi eka ku tsundzuxiwa na ku kamberwa ko tinyiketela					•					•		•		•
9. Wu khutaza vutihlamuleri bya xirho xin'wana na xin'wana bya ku tiva xiyimo xa xona xa HIV na ku papalata matikhomelo lama xungetaka ku hangalaka ka HIV		✓			•	•			•	•	•	•		
10. Wu tirhisana na mihlangano yin'wana ku hangalasa mahungu ya HIV na AIDS etikweni hinkwaro								•		•	•	•	•	•

**Kungu ro tirha**

	3B	4
nhweti	migingiriko leyi kunguhatiweke	migingiriko ya nyiyiso
Mawuwani	Ku gandzela hi hungu ra ku hambana exikarhi ka matikhomelo ya "kahle" na matikhomelo yo "hlayiseka"!	Ku gandzela hi hungu ra ku hambana exikarhi ka matikhomelo ya "moral" na matikhomelo yo "hlayiseka"!
Mhwawuri	Ku gandzela hi hungu ra ku amukela!	Ku gandzela hi hungu ra ku amukela! <i>Nkarhi wa ku burisana hi ku hambana exikarhi ka matikhomelo ya "moral" na matikhomelo yo "hlayiseka"</i>
Ndzhati	Ku gandzela hi hungu ra ntwelavusiwana	Ku gandzela hi hungu ra ntwelavusiwana
Hlangula	Ku gandzela hi vumbhoni bya munhu loyi a hanyaka na HIV	Ku gandzela hi vumbhoni bya munhu loyi a hanyaka na HIV
Hukuri	Ku gandzela hi hungu ro khutaza! Ku hayeka tiphositara	Ku gandzela hi hungu ro khutaza! Ku hayeka tiphositara
Nwendzambahala	Ku gandzela hi vumbhoni bya murhangeri wa ripfumelo loyi a hanyaka na HIV	Ku gandzela hi vumbhoni bya murhangeri wa ripfumelo loyi a hanyaka na HIV

## Swihlovo Swin'wana

EMPACT Africa yi nyika nseketelo wa onolayini eka varhangeri va ripfumelo va loko va ri karhi ku lwa na ku herisa tingana ta HIV na AIDS:

- Nhlelo wa tingana ta nhlango wa ripfumelo
- Kungu ro endla na ku landzelerisa
- Ku landzelerisa na ku pima nkoka
- Tidyondzo leti dyondziweke

EMPACT Africa yi tlhela yi nyika vukorhokeri byin'wana eka Mihlangano wa ripfumelo:

- Ndzavisiso wa tingana
- Ndzetelo wa Varhangeri
- Mapfumba ya Tingana ya tikereke

Ku kuma vuxokoxoko hi xitalo, nghena eka:

[www.empactstigmafree.org](http://www.empactstigmafree.org)

Ku na swihlovo swa onolayini swin'wana swotala, ku katsa:

- UNAIDS (Joint United Nations Program on HIV/AIDS)  
[www.unaids.org](http://www.unaids.org)
- CABSA (Christian AIDS Bureau for Southern Africa)  
[www.cabsa.org.za](http://www.cabsa.org.za)
- INERELA+ (International Network of Religious Leaders Living With or Personally Affected by HIV)  
[www.inerela.org](http://www.inerela.org)
- Stigma Action Network  
[www.stigmaactionnetwork.org](http://www.stigmaactionnetwork.org)
- GNP+ (Global Network of People Living with HIV/AIDS)  
[www.gnpplus.net](http://www.gnpplus.net)
- Ecumenical Advocacy Alliance  
[www.e-alliance.ch](http://www.e-alliance.ch)
- World Council of Churches  
[www.wcc-coe.org](http://www.wcc-coe.org)

## **Ku Nkandziyisa na ku Hangalasa**

Matsalwa lawa ya nga kandziyisiwa nakambe mahala kambe a ya fanelanga ku xavisiwa, hi ku kuma mpfumelelo na swibumabumelo lexi faneleke eka EMPACT Africa.

Matsalwa lawa ya tsariwile ku suka eka vonelo ra Xikreste eDzongeni wa Afrika. EMPACT Africa yi tsakela ku tirha na tiphati ta vunharhu ku cinca matsalwa lawa ku ya eka mindhavulo ya vupfumeri na ya swifundzha swin'wana, na ku endla leswaku ya kumeka hi tindzimi tin'wana.

Loko u ri na ku tsakela eka ku kandziyisa matsalwa lawa kumbe ku ma cinca leswaku ma angarhela mindzhavuko yin'wana, u komberiwa ku tihlanganisa na hina eka:

[resources@empactafrica.org](mailto:resources@empactafrica.org)

## **Swikhenso**

Matsalwa lawa ya kombisa tidyondzo leti ti dyondziweke hi malembe ya ntlhanu ya ku tirhisana na varhangeri va Xikreste va le Dzongeni wa Afrika. Hi nkarhi wolowo, hi vile na nkateko wo tirha na Vahlanganisi va HIV & AIDS va tikereke to hlayanyana: Mufundhisi Pearson Banda, Mufundhisi Komforce Blackie, Mufundhisi Buyelwa Maringa, Manana Andisiwe Matiwane, Mufundhisi Buhle Mpofo, Mufundhisi Teboho Motumi, Tatana Costin Mwale, Mufundhisi Gerald Phiri, Manana Pamela Vakala. Vanhu van'wana votala navona va hoxile xandla, ku katsa: Mufundhisi Canon, Dokodela Gideon Byamugisha, Tatana Joseph Collins, Mufundhisi Paul Friesen, Mufundhisi Janet Guyer, Mufundhisi J. P. Mokgethi-Heath, Dokodela Sue Parry, Manana Lyn van Rooyen, Dokodela Joyce Statz, Mufundhisi Lawrence Temfwe, Dokodela Douglas Tilton, Manana Linda Barstow, na ntlawa hinkwawo wa EMPACT Africa eAustin, Texas, USA.

Vhexini ya Xitsonga ya xiletelo lexi yi humelerisiwile hi CABSA na Folio Online, hi ku pfuniwa hi Manana Cynthia Mazinu, na hi nseketelo wo huma eka Fetzer Institute, na le ka Ann na Bob Holden.

*Dok. David Barstow  
President, EMPACT Africa*

***“Tingana ta ha ri xirhalangani xin’we xa nkoka eka ku nghenelela ka mani na mani. Hi xona xivangelonkulu xa leswaku vanhu votala va chava ku vonana na madokodela ku kamberiwa loko va ri na vuvabyi kumbe e-e, kumbe ku kuma ntshungulo loko va ri na byona. Tingana ti pfuna AID ku va vuvabyi byo dlaya byi miyerile, hikuva vanhu va chava ku ku hlekuriwa loko va vulavula hi byona, kumbe ku tirhisa swisivelo leswi nga kona. Tingana i xivangelonkulu xa ku va ntungu wa AID wu ya emahlweni wu khunguvanyisa vanhu emisaveni hinkwayo.”***

Ban Ki-moon, Matsalana Generali wa Nhlango waTinxaka

***“A hi dlayiwi hi vuvabyi.***

***Hi dlayiwa hi tingana.”***

xirho lexi hanyaka na HIV, Reformed Church in Zambia

***“Ndzi ehleketa hi vanhu hinkwavo lava ndzi nga va lahla eka malembe yo hlaya lama hundzeke. Loko a hi lo sungula nongonoko wa EMPACT khale, votala va vona a va ta va va ha hanha namuntlha.”***

Mufundhisi Gerald Phiri, Church of Central Africa Presbyterian

EMPACT Africa i nhlango wa ripfumelo wo ka wu nga ri wa mfumo lowu nga bindzurisiki, lowu kumekaka eAustin, eTexas, eUSA, lowu tiyiketeleke ku pfuna varhangeri va tikereke edzongeni wa Afrika ku herisa tingana ta HIV na AIDS eka tinhlengetenano na le ka miganga ya vona. Ku kuma mahungu hi xitalo, tihlanganisi na

EMPACT Africa

PO Box 164333

Austin, TX 78716 USA

[www.empactafrica.org](http://www.empactafrica.org)

[EndTheStigma@empactafrica.org](mailto:EndTheStigma@empactafrica.org)