

تم إنشاء هذا الدليل من قبل منظمات رعاية مرضى نقص المناعة (الإيدز) في ولاية ساكسونيا السفلى.

تقدم منظمات خدمة رعاية مرضى الإيدز معلومات ومشورات مجانية وفي سرية تامة على المواضيع التالية:

- الصحة الجنسية.
- الفحص لفيروس نقص المناعة.
- الرعاية والعلاج للإصابات الناتجة عن فيروس نقص المناعة.
- التعايش مع فيروس نقص المناعة.
- حق تقرير المصير في الحياة الجنسية.
- أنماط الحياة المعيشية المختلفة.
- الحماية من الاضطهاد والتمييز.

لن تحتاج لذكر اسمك عند الحديث معنا، فنحن طبقا للقانون نلتزم الكتمان، فمعلوماتك الشخصية لن تعطى لأي شخص أو مؤسسة أو أي جهة حكومية.  
كل منظمات رعاية مرضى الإيدز لا تنتمي للمنظمات أو الجهات الحكومية

لمعلومات أكثر وأماكن منظمات رعاية مرضى نقص المناعة تجدونها هنا على موقع: [www.niedersachsen.aidshilfe.de/refugees](http://www.niedersachsen.aidshilfe.de/refugees)



هذه الحملة الإعلانية قدمت عن طريق:



المسئول وفقا لقانون الصحافة:



العنوان: Schuhstraße 4, 30159 Hannover

هاتف: 05113221200

البريد الإلكتروني: [info@niedersachsen.aidshilfe.de](mailto:info@niedersachsen.aidshilfe.de)

فكرة: فريق عمل (الهروب) من ساكسونيا السفلى لمساعدة مرضى نقص المناعة.

النص: Simone Kamin

المترجمون: جوليت شوان ( اللغة الانجليزية)، جويس نوفل ( اللغة الفرنسية)

خالد باز ( اللغة العربية) حسيب الله آكه ( اللغة الفارسية)

تصميم وتخطيط: Birgit Sobiech

(schlichtundbündig) للتصميم الجرافيكي

الصور الداخلية: © Fotolia.com

# الشعور بالارتياح والصحة والحماية أثناء العلاقات الغرامية

تقديم المعلومات والمشورة للاجئين



منظمات مساعدة مرضى نقص  
المناعة القريبة منك

للمزيد من العروض

مكتب الصحة القريب منك

## أساليب متنوعة للحياة

لا يتبع أو يعاقب الناس في ألمانيا بسبب نوعهم أو ميولهم الجنسية، فموجب القانون الألماني لا ينبغي أن يهمل الناس إذا كانوا مثليين أو غيروا جنسهم أو إذا كانوا بطبيعة جنسية مثلية (أي بهم أعضاء الذكورة والأنوثة مثلا). العلاقة الجنسية المثلية قانونية ومسموح بها: فمسموح للرجل أن يحب رجلا مثله ويتخذها خليلا، كذلك المرأة مسموح لها أن تحب امرأة وأن تتخذها خلية لها. يمكن للزوجين المثليين إن أرادا - تسجيل الشراكة الحياتية فيما بينهما. هذا التسجيل للشراكة ليس كالزواج الذي يكون بين الرجل والمرأة، فهذا التسجيل مقارنة بالزواج له بعض العيوب القانونية

فإذا كنت تشعر كرجل برغبة ونشوة تجاه الرجال، أو إذا كنت امرأة تشعرين بانجذاب ورغبة نحو النساء ... فلا يسمح لأحد بإيذاءك لفظيا كان أو جسديا، فإذا حدث هذا توجهي إلى أقرب مكان للمشورة أو إحدى منظمات رعاية مرضى نقص المناعة لطلب الدعم منهم. ... كما أنه يمكن أن تكون هذه المثلية سببا مباشرا لطلب اللجوء إذا كنت مضطهدا في بلدك بسبب ميولك. ولمعلومات أكثر بلغات مختلفة: [www.queer-refugees.de](http://www.queer-refugees.de) ... يوجد في العديد من المدن امكانية تقديم المشورة و كذلك إقامة العديد من اللقاءات والفعاليات.

كل العناوين تجدونها تحت:

[www.niedersachsen.aidshilfe.de/refugees](http://www.niedersachsen.aidshilfe.de/refugees)



## الحديث عن الحياة الجنسية ليس سهلا أبدا ولكن غالبا ما يكون مفيدا جدا

يوجد طرق عدة للتعايش معا والاستمتاع بالحياة الجنسية، ولكن ليس كل شخص يود ممارسة الجنس بنفس الطريقة التي يريدها غيره. فالمسموح فقط هو ما يتفق عليه من جميع الأطراف وما يحبه ويعجبهم وما يودون ممارسته طواعية. وتحقيقا لهذا الغرض يوجد في ألمانيا قوانين حماية لإبد وأن تراعى (انظر العمود السابق: حق " تقرير المصير ")

تبادل مع شريك/شريكة حياتك الرغبات وحدود العلاقة، فإذا لم يوافق أحد الطرفين على شيء ما فلا بد على الآخر مراعاة ذلك والامتنال له وطلبه.

تجدون معلومات مفيدة وقيمة جدا بلغات متعددة متعلقة بموضوع

الحياة الجنسية، الجسد، والمشاعر على الموقع التالي:

[www.zanzu.de](http://www.zanzu.de)

## حق تقرير المصير في الحياة الجنسية

للناس في ألمانيا الحق في تقرير .....

..... متى، ومع من، وكيف وإلى أي مدى يرغبون ممارسة الحياة الجنسية.

..... بمن يتزوجون أو لا يرغبون في ذلك.

..... عما إذا كانوا يودون إنجاب أطفال أم لا.

لا يسمح لأحد ما أن يجبر الآخرين رغما عنهم أو أن يستغل شخص ما نظرا لضعف موقعه للقيام بأعمال جنسية. هذا ينطبق أيضا داخل الأسرة والشراكة ودائرة المعارف.

الأطفال والشباب في ألمانيا محميون بشكل خاص. وإنه من الممنوع: أن يقوم كلا من البالغين (أكثر من ١٥ عاما) أو الشباب (ما بين ١٥-١٧ عاما) بعلاقات جنسية مع الأطفال حتى عمر ١٤ عاما. فإذا فعلوا ذلك عرضوا أنفسهم للعقاب. وللمزيد من قوانين حماية الأطفال والشباب تجدونها تحت هذا الرابط: [www.zanzu.de](http://www.zanzu.de)

كذلك من الممنوع أيضا بين أفراد الأسرة الواحدة العلاقة الجنسية بين الوالدين والأطفال أو بين الأخوة مع بعضهم البعض بغض النظر عن أعمارهم. طبقا للقانون يحظر العنف والاستغلال الجنسي والذي يعرض صاحبه للعقاب. أما إذا كنت ممكن تعرضوا لعنف جنسي فيمكنك التحدث مع شخص ما تثق فيه أو الذهاب إلى أماكن تقديم المشورة. يمكنك الحصول على عناوين الاتصال من مكتب رعاية مرضى نقص المناعة القريب منك.

كل أماكن منظمات رعاية مرضى نقص المناعة تجدونها هنا تحت هذا

الرابط:

[www.niedersachsen.aidshilfe.de/refugees](http://www.niedersachsen.aidshilfe.de/refugees)

## الصحة الجنسية

تحمي الأوقية أثناء العلاقة الحميمة (سواء كان في القبل أو الدبر) من الإصابة بمرض نقص المناعة البشرية وكذلك من الحمل الغير مرغوب فيه. يخفض الواقي من خطر الإصابة بالأمراض المنتقلة جنسيا مثل الايدز. ستجدون معلومات قيمة ومفيدة لكيفية استخدام الواقي بلغات عدة على الموقع التالي: [www.niedersachsen.aidshilfe.de/refugees](http://www.niedersachsen.aidshilfe.de/refugees) إذا كنت تريد أيضا معرفة ما إذا كنت مصابا بفيروس نقص المناعة فيمكنك القيام بالاختبار الطبي للكشف عن هذا الفيروس. هذا الاختبار تستطيع القيام به في مكاتب الصحة الحكومية مجانا وفي سرية تامة، ولا يحق لأحد أن يستعلم عن نتيجته سواك.

إذا كانت لديك أي أسئلة حول فيروس نقص المناعة البشرية أو غيرها من الأمراض المنقولة جنسيا، يمكنك التوجه لمنظمات رعاية مرضى نقص المناعة. هناك يمكنك الحصول على نصائح مجانية وبسرية تامة لطرق العدوى ووسائل الوقاية وكذلك لاختبار أو للعلاج، ولن تحتاج لذكر اسمك.

حتى لا تمثل الإصابة بمرض نقص المناعة تهديدا للحياة لابد من معالجتها طبييا. ولأنه من الممكن في ألمانيا (وليس في كل الدول الأخرى) أن تكون الإصابة بمرض نقص المناعة - بشروط معينة - سببا لطلب حق اللجوء

كل البيانات تجدونها تحت هذا العنوان:

[www.niedersachsen.aidshilfe.de/refugees](http://www.niedersachsen.aidshilfe.de/refugees)

