



KALAFO



Dikhologo
tša ART

1 GO PHELA KA HIV: GO DIRA KALAFO E ŠOME



zenzele

Bokamoso ke bja rena



Tseba
Dianthire-
therobaerale
(di-ARV)
tša gago

Thomiša
ka di-ARV
lehono

THEKGO

KGATELELO YA DIBAERASE



DIKELETŠO
MABAPI LE GO
NWA DI-ART



ART KE TSELA
E NNOŠI YA GO
LAOLA HIV



GO LALELA
GO NWA
DIHLARE



PEPFAR

U.S. President's Emergency Plan for AIDS Relief



FPD



HIV: DINTLHA TŠA MOTHEO

HIV e emetše Baerase ya go Fokodiša Mašole a Mmele. Mkgwa o mogolo wo HIV e phatlalatšwago ka ona ke ka thobalano ye e sego ya šireletšega. Masea le ona a ka fetelwa ke HIV go tšwa go bomma ba bona bao ba nago le HIV ka nako ya boimana, ya pelego le ya go antšhwa letswele.

THOBALANO YE E SEGO YA ŠIRELETŠEGA



HIV KA MMELENG

HIV e fokodiša mašole a mmele – tšhireletšo ya mmele ye e šireletšago mmele kgahlanong le phetetšo le malwetši. E hlasela disele tša CD4 tša mašole a mmele gomme ya di fetiša difeme tša go dira dikhopi tše ntši tša HIV. Ge di le gare di dira HIV ye ntši, disele tša CD4 di a senywa. Ge mašole a mmele a fokodišwa, mmele ga o kgone go lwantšha diphetetšo le malwetši a go swana le TB.

MAŠOLE A MMELE A A FOKODIŠWA



GO THIBELA PHETETŠO YA HIV

HIV e ka thibelwa ka go tsenela thobalano ye e bolokegilego – ka go šomiša khontomo gabotse nako ye nngwe le ye nngwe. Bomma bao ba nago le HIV ba ka ingwadiša ka go lenaneo la Thibelo ya Phetetšo ya Mma go ya go Ngwana (PMTCT), leo le lego mabapi le go nwa dianthiretherobaerale (ART), go tsenela thobalano ye e bolokegilego le go nyantšha lesea letswele fela. Go latela lenaneo la PMTCT go fokotša sebaka sa go fetetša ngwana ka HIV.

THOBALANO YE E BOLOKEGILEGO

Sengwalwa se se thekgilwe ke Tumelelano ya Tirišano ya Nomoro ya GH001932-04 go tšwa Disenthareng tša Taolo le Thibelo ya Malwetši ya US. Dikagare tša sona ke fela maikarabelo a bangwadi ebile ga di emele maikutlo a semmušo a Disenthara tša Taolo le Thibelo ya Malwetši ya US, a Kgoro ya Maphelo le Ditirelo tša Batho goba a mmušo wa U.S.



“O kgopelwa go leka diphilisi tša dianthiretherobaerale (ARV). Ntebelele. Mengwaga ye mene ke hwetša kalafo gomme ke sa le gona. Bjale ke a tseba mo lebakeng le gore ke hloka diphilisi tše. Ke bone phapano yeo di e dirilego bophelong bja ka le mmeleng wa ka. Diphilisi di dirile gore go phela ka HIV go be bonolo kudu.”

KALAFO

Di-ARV



Saidy Brown



Kalafo ka di-ARV e fokotša tekano ya HIV mmeleng gomme se se feletša ka kgatelelo ya morwalo wa dibaerase. Se se ra gore go na le tekano ye nnyane ya HIV mmeleng. Ge e le gore dibaerase tša gago di gatelegile o ka ipshina ka bophelo bjo bokaone bja go ba le tšweletšo. Gape o na le sebaka se sennyane sa go fetišetša HIV go molekane wa gago. Thoma go nwa di-ARV lehono o thome leeto la gago la go leba go kgatelelo ya dibaerase

Kalafo ka di-ARV



Dihlare tše di gatelelago goba di laolago HIV di bitšwa dianthiretherobaerale, goba di-ARV ka boripana. Di-ARV di šoma ka go thibela HIV gore e se ke ya hlasela disele tša mmele tša CD4 go dira HIV ye nngwe. Di-ARV di dira dilo tše pedi:

- 1. Di thibela HIV go dira dikhopi tše dingwe tša yona;*
- 2. Di thibela HIV go senya disele tša CD4 (mašole a mmele).*

Se ke ka lebaka leo ge di-ARV di nwewa gabotse, bontši bja dibaerase bo eya fase, go era gore go na le HIV e nnyane ka mading le mmeleng. Gomme, ka yona nako yeo, palo ya CD4 e ya godimo gomme mašole a mmele a tsoga a ba le maatla gape.

Go na le mehuta ye mentši ya di-ARV. Go gatelela HIV gabotse le go e thibela gore e se ke ya oketšega, di-ARV tše tharo tše di fapanego di swanetše go nwewa mmogo.

Ka dinako tše dingwe di- ARV the tharo tše di šomišago go gatelela HIV di kopanywa ka go philisi e tee ye e nwewago gatee ka letšatši, se se bitšwa Kopanyo ya Selekanyo sa go se Fetoge (FDC). Di-ARV tše tharo le tšona di ka nwewa bjalo ka diphilisi tše pedi goba tše tharo tše di tlogelanego, tše di nwewago gatee goba gabedi ka letšatši.



Dihlare ke seo se phološitšego bophelo bja ka. Ge ke thoma go nwa dihlaré palo ya ka ya CD4 e be e le fase kudu. Ke be ke robetše mpeteng. Eupša kgwedi ya go feta, ge ke eya kliniking ke hweditše gore palo ya ka ya CD4 e ile godimo ebile e lokile. Ke ikwa ke le mofsa gape. Ga ke swane le mokgalabje yo a hlokago lehlotlo go sepela go swana le peleng. Ke a phela gape. Ga go seo se ka nthibelago.”

KGETHA BOPHELO

MAPHELO



Thomas Mashego

Go kopanywa ga di-ARV tše di fapanego go bitšwa Kalafo ka Dianthiretherobaerale (ART) goba lenaneo la kalafo ya HIV. Dihlare tše di fapanego di dira mapheko ao a thibelago HIV go netefatša gore ga e kgone go hlasela disele tša CD4.

Di-ARV di thibela HIV ge:

1. E tsena go sele ya CD4;
2. E le ka gare ga sele ya CD4;
3. E lokile go lokolla dikhopi tše diswa tša HIV go sele ya CD4.

Dikholego tša di- ARV

Go nwa dihlare tša gago letšatši le lengwe le le lengwe ka nako ye e swanago go ka gatelela HIV. Go nwa dihlare ka go swana le gabotse go bitšwa go latela go nwa dihlare – o swanetše go latela go nwa dihlare tša lenaneo la kalafo ya ARV. Go latela go nwa di-ARV go feletša ka kgatelelo ya dibaerase. Se ke ge tekano ya HIV ka mading e theogile kudu – go fihla go dikhopi tša ka fase ga tše 50 tša HIV ka mililitara ya madi – ke gore e ka se tšebje ka teko ya morwalo wa dibaerase. Se ga se re gore HIV e fodile eupša gore go na le fela tekano e nnyane ya HIV ka mading.

Naa go direga eng ge dibaerase tša gago di gatelegile?

- HIV e ka se kweše mmele bohloko, go rago gore o ka phela bophelo bjo bokaone bja tšweletšo.
- Go na le kotsi ye nnyane ya gore o ka ba le seemo sa go ganana le dihlare le gore o tla swanelwa ke go fetogela go kalafo ye mpsha ya legato la bobedi ya HIV, yeo e ka bago le malwetšana a mantši a ka morago ga go nwa dihlare.
- Go na le sebaka se sennyane sa go fetišetša baerase go molekane wa thobalano.
- Go na le sebaka sa gore o ka ba le bana bao ba se nago le HIV ka ntle le go fetišetša baerase go molekane wa gago.



Go hwetša tshedimošo ka botlalo ka ga go latela go nwa kalafo ya ARV hwetša khopi ya Zenzele ya sengwalwa sa 'Go phela ka HIV: Go fihlelela Kgatelelo ya Morwalo wa Dibaerase'

Fagmedah Miller



Ka dinako tše dingwe go boima kudu go nwa philisi bošego bjo bongwe le bjo bongwe. Go swana le, 'naa ke a gapeletšega,' eupša ge ke nagana gore ke be ke babja bjang pele ga ge ke enwa di-ARV, gomme ke ile ka taboga ka ya go tšea dihlare tša ka gobane ke a tseba gore ge ke sa di nwe, ke tla hlokofala ka pela ke bolawa ke HIV."

KWEŠIŠO

LAPA





Go thomiša kalafo ka ARV e sa le nako, ka pela ka fao go kgonagalago ka morago ga ge dipoelo tša diteko di re o na le HIV, go ra gore di-ARV di ka kgona go šoma ka pela pele ga ge HIV e etšwa taolong, go era gore o tla ba le bophelo bjo bokaone ka kakaretšo.

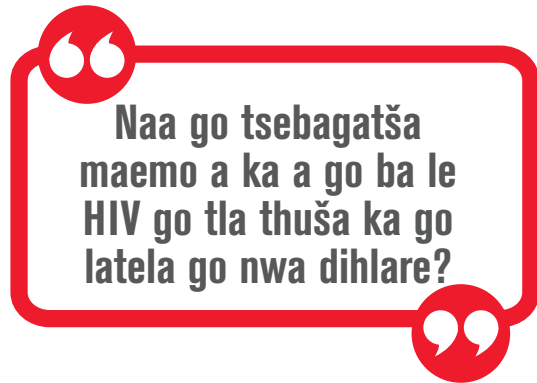
Naa o swanetše go thoma neng go nwa di-ARV?

Go thoma ka kalafo e sa le ka pela, wa se emele go babja goba go ba le maswao go kaone. Afrika Borwa e na le Molawana wa Leka o Alafe, go rago gore ge diteko tša gago di ka re o na le bolwetši bja HIV o ka thoma go nwa di-ARV ka pela, go sa kgathale gore palo ya gago ya CD4 ke eng. O ka boledišana le mošomi wa gago wa tlhokomelo ya maphelo go tseba gore lenaneo la gago la kalafo e tla ba lefe.

Ge o thoma go nwa di-ARV, o swanetše go di nwa letšatši le lengwe le le lengwe ka nako ya go swana. Ke boikgato bja bophelo ka moka. Go bohlokwa gore o se ke wa tshela goba wa emiša go nwa di-ARV. Go tshela goba go emiša go nwa di-ARV go ka feletša ka go ganana le diokobatši.

Hwetša thekgo go thoma kalafo. Hwetša wa leloko la lapa goba mogwera yo a ka bago mogwera wa gago wa kalafo gore a go fe thekgo. Boledišana le mošomi wa tlhokomelo ya maphelo ge e le gore ga o na le bonnete bja ge eba o ka phegelela go nwa di-ARV tša gago.

Thoma kalafo lehono!



Naa go tsebagatša maemo a ka a go ba le HIV go tla thuša ka go latela go nwa dihlare?

Go botša motho yo o mo tshepago wa go swana le wa leloko la lapa wa kgauswi, mogwera, morutiši, moruti goba mošomi wa tlhokomelo ya maphelo ka ga maemo a gago a HIV go tla go dira gore o ikwe o ratwa, o amogelwa ebile o thekgwa. Go hwetša thekgo le tlhohleletšo ya go nwa di-ARV go tla go thuša go latela go nwa dihlare le go fihlelela kgatelelo ya morwalo wa dibaerase.

Ka fao o ka tsebagatšago

Go tsebagatša gore o na le HIV ke kgetho ya gago ebile gantsi ke sephetho se boima se o ka se tšeago. Go boledišana le moeletši ka kliniking go ka thuša goba o ka šomiša dipotšišo tše hlano tša “N” bjalo ka tlhahlo:

Naa o ka botša mang

Naa o tla ba botša eng le gore ke phetolo efe ye o e emetšego

Naa o ka ba botša neng

Naa o ka ba botša kae

Naa goreng o ba botša

O swanetše go nagana ka fao go tsebagatša go ka go amago le motho yo o mmošago. Ka fao motho yoo a fetolago ka gona go tla ya ka gore le na le kamano ya mohuta mang. O swanetše go ikemišetša go araba potšišo efe goba efe goba dipelaelo tše motho yo mmošago a ka bago natšomight have.



Go hwetša tshedimošo ka bottlalo ka ga thekgo le go tsebagatša hwetša khopi ya Zenzele ya sengwalwa sa 'Go phela ka HIV: Go Hwetša Thekgo.



Tseba di-ARV tša gago

Di-ARV di na le mainakakaretšo le mainapapatšo, go fa mohlala, paracetamol ke leinakakaretšo gomme Panado ke leinapapatšo. Go bohlokwa go tseba phapano.

Leinakakaretšo la sehlare sa ARV ke setswaki goba resipe yeo se dirilwego ka yona.

Leinapapatšo ke leina leo khamphani ya paracetamol le e fago yona.

Dikhamphani tše pedi tše di fapanego tša pharasethamole di ka dira ARV ye e swanago ka ditswaki. Ye nngwe le ye nngwe e tla fa di-ARV tša yona mainapapatšo a go fapana. Dihlare di ka fapana ka mebala goba ka dibopego, le go tla ka diputhelo tša go fapana, eupša di swana ka ditswaki tšeo di lego ka go tšona.

Ge e le gore ga o na le bonnete bja ge eba o na le di-ARV tše di nepagetšego botšiša mošomi wa tlhokomelo ya maphelo wa gago goba letšetša Mogala wa thušo ka ga AIDS wa: 0800 012 322.

****Selo se bohlokwa kudu ke leinakakaretšo la sehlare sa ARV****

Leina kakaretšo	Dolutegravir	Leina papatšo	Tivicay
	Abacavir		Ziagen
	Ritonavir		Norvir
	Efavirenz		Sustiva
	Emtricitabine		Emtriva
	Lamivudine		Epivir
	Lopinavir		Kaletra
	Nevirapine		Viramune
	Tenofovir		Viread
	Atazanavir		Reyataz

Di-ARV TŠA KOPANYO YA SELEKANYO SA GO SE FETOGE (FDC) =
di-ARV tše 2 goba go feta ka go philiisi e 1

Emtricitabine + Tenofovir	Truvada
Lopinavir + Ritonavir	Aluvia of Kaletra
Tenofovir + Emtricitabine + Efavirenz	Atripla, Atroiza, Odimmune, Tribuss, Trutiva
Tenofovir + Lamivudine + Dolutegravir	Kovatrax, Acryptega, Dovimil, TELADO, VOLUTRIP, Telatri, EMDOLTEN, Deltevir

Mananeo a kalafo ka ART a legato la mathomo

Go na le mehuta ye mentši ye e fapanego ya di-ARV gomme se se ra gore go na le mananeo ao a fapanego a kalafo. Ge o thoma go nwa di-ARV, mošomi wa tlhokomelo ya kalafo wa gago o tla ahlahlala lenaneo leo le go loketšego.

Mananeo a kalafo go batho ka moka bao ba thomago go nwa ART, ba mengwaga ye 15 le go feta.

Mananeo a kalafo go batho ka moka bao diteko tša bona di bolelago gore ba na le HIV go akaretšwa:

- > Basadi bao ba imilego le ba go antšha letswele
- > Batho ba go ba le Hephathaethisi B
- > Batho ba go ba le TB

- **Tenofovir (TDF) + Emtricitabine (FTC) + Efavirenz (EFV)**

Ka divaello e fiwa hjala ka di-ARV tše 3 ka philiisi ye 1 gateo ka letšatši (FDC)

GOBA

- **Tenofovir (TDF) + Lamivudine (3TC) + Efavirenz (EFV)**

GOBA

- **Tenofovir (TDF) + Emtricitabine (FTC) + Dolutegravir (DTG)+**

Di hwetšagala go thoma ka 2019

ba se ya basadi ba mengwaga yeo ba kyonago go ba le masea bao ba ka imago (bao ba sa šomišego mekgwa ya thibelapelego)

Ge Efavirenz e se ya lokela motho e tla tšeelwa legato ke Nevirapine

Ge Efavirenz le Nevirapine di se tša lokela motho yo mongwe, di tla tšeelwa legato ke Lopinavir/Ritonavir:

- **Tenofovir (TDF) + Lamivudine (3TC) + Nevirapine (NVP)**

- **Tenofovir (TDF) + Emtricitabine (FTC) + Lopinavir/Ritonavir (LPV/r)**

GOBA

- **Tenofovir (TDF) + Lamivudine (3TC) + Lopinavir/Ritonavir (LPV/r)**

Ge Tenofovir e se ya lokela motho yo mongwe, e tla tšeelwa legato ke Abacavir:

- **Abacavir (ABC) + Lamivudine (3TC) + Efavirenz (EFV)**

GOBA

- **Abacavir (ABC) + Lamivudine (3TC) + Nevirapine (NVP)**



Dikeletšo ka ga go nwa di-ARV

Go nwa di-ARV ke boikgafu bja bophelo ka moka gomme ka dinako tše dingwe go ka ba boima kudu. Eupša go na le magato a makgonthe ao o ka a tšego ao a ka go thušago go nwa di-ARV tša gago letšatši le lengwe le le lengwe, ka nako ya go swana, go dira gore HIV e laolege le go fihlelela kgatelelo ya morwalo wa dibaerese:

- *Go šomiša lepokisi la diphilisi la matšatši a 7 go dira gore di-ARV di dule di beakantšwe gabotse. Tšea nako gatee ka beke go tšhela lepokisi leo ka diphilisi go itokisetša beke ye e tlogo.*
- *Go seta alamo, goba segopotši, godimo ga sellathekeng le go nwa di-ARV ka pela ge se fetša go lla.*
- *Go seta segopotši sellathekeng goba go šomiša khalentara ya lebotong bjalo ka segopotši sa gore o boele klinikining go ya go tšea di-ARV tše dingwe beke pele ga ge dihlare di fela.*
- *Go kgetha tiragalo ya kgafetšakgafetša ya ka mehla ye e ka go thušago go gopola go nwa di-ARV tša gago, go swana le go poratšha meno a gago, goba ge lenaneo la gago la thelebišene le o le ratago le thoma.*
- *Go ngwala tayari ya kalafo. Tsenya leina la ARV ye nngwe le ye nngwe. Akaretša selekanyo, palo ya diphilisi tše o tlo di nwago, le gore o tlo di nwa neng. Ngwala ARV ye nngwe le ye nngwe ge o e nwa.*
- *Go beakanyetša pele diphetogo tše di ka tlogo, go swana le mafelelo a beke, ge o eya gae goba ge o eya maikhutšong. O swanetše go netefatša gore o na le di-ARV tše di lekanego gore di tšeye nako ka moka yeo o tla bego o se gona.*
- *Hwetša mogwera wa kalafo yo a tshepagalago – motho yo a ka go gopotšago go nwa di-ARV tša gago*
- *Go tsebagatša – go botša motho yo mongwe ka ga maemo a gago a HIV go ka go thuša go ikwa o ratwa, o amogelelegile ebile o thekgwa.*
- *Go boledišana le mošomi wa tlhokomelo ya maphelo ka kalafo ya gago ge e le gore ga o na le bonnete ka ga di-ARV tša gago goba ge e le gore o swara bothata ka go nwa dihlare.*
- *Tsenela goba o thome sehlopha sa batho bao ba phelago ka HIV. Dihlopha tše di ka ba dikliniking, dikerekeng, dikolong le setšhabeng.*
- *Ge e le gore o be o enwa di-ARV tekano ya go feta ngwaga gomme dibaerese tša gago di gatelegile, o ka tsenela sehlopha sa mabapi le go latela go nwa dihlare ka klinikining goba setšhabeng sa geno.*

O se ke wa dumelela letšhogo la malwetšana a ka morago ga go nwa dihlare le go thibela go nwa di **ARV** tša gago

Batho ba bantši ba tšhoga go nwa di-ARV ka gobane ba kwele dikanelego tše di sego tša loka ka ga malwetšana a bona a ka morago ga go nwa dihlare. Ge o thoma go nwa di-ARV o ka itemogela malwetšana a ka morago ga go nwa dihlare, eupša ga se mang le mang a itemogelago malwetšana a. Batho ba babedi bao ba nwago dihlare tša go swana ba ka itemogela malwetšana a ka morago ga go nwa dihlare a go swana. Gantši malwetšana a ka morago ga go nwa dihlare ga a tšeye lebaka le letelele. Ka tlwaelo a tšea dibeke tše pedi go fihla go tše nne ge mmele wa gago o tlwaela di-ARV. Le ge o itemogela malwetšana a ka morago ga go nwa dihlare, go bohlokwa gore o se ke wa tshela goba wa emiša go nwa di-ARV. Go kaone go boledišana le mošomi wa tlhokomelo ya maphelo ka ga dikgato tše o ka di tšego le dihlare tše di ka thušago go laola malwetšana a ka morago ga go nwa dihlare. Ka dinako tše dingwe mošomi wa tlhokomelo ya maphelo o tla fetoša lenaneo la kalafo ka ARV a go fa yeo e swarago mmele wa gago gabotse go eya ka gore malwetšana ao a ka morago ga go nwa dihlare a mpefetše bjang.

Naa ge nka tshela selekanyo?

Enwa selekanyo seo o se tshetšego ka pela ka fao o ka kgonago, ka ntle le ge o le kgauswi le go nwa selekanyo seo se latelago. Ge go le bjale selekanyo seo se latelago se swanetše go nwewa gomme kalafo e tšwetšwe pele ka fao go tlwaelegilego. O se ke wa nwa dilekanyo tše pedi go lefela selekanyo seo o se tshetšego!

Naa bjale ge nka hlatša ka morago ga go nwa selekanyo?

Ge o ka hlatša tekano ya ka fase ga iri ka morago ga go nwa di-ARV tša gago, o swanetše go nwa selekanyo gape. Ge o tšwela pele go hlatša o kgopelwa go ikgokaganya le mooki goba ngaka.

Naa ke swanetše go nwa di-ARV le dijo goba ka ntle le dijo?

Go kaone go nwa di-ARV tša gago go ya ka fao o eleditšwego ke mošomi wa tlhokomelo ya maphelo wa gago.

Malwetšana a
ka morago ga
go nwa dihlare
a lebaka le
lekopana a ka
akaretša:

- **Go lapa**
- **Go sellega (go ikwa o babja)**
- **Go hlatša**
- **Go se dume dijo**
- **Letšhologo (mantle a masesane)**
- **Go opša ke hlogo**
- **Go fiša ga mmele**
- **Sehlabi sa mešifeng**
- **Go dikologa**
- **Go hloka boroko (go se swarwe ke boroko)**
- **Phetogo ya sebopego sa mmele**

Go ganana le di-ARV

Go tshela kalafo – go se nwewe goba go emiša go nwa di-ARV – go ka feletša ka go ganana le diokobatši. Se se ra gore di-ARV di ka se sa gatelela HIV. Ge di-ARV di sa nwewe gabotse maemo a di-ARV ka mading a ba fase gomme HIV e tšea sebaka se ya fetiša sebopego sa yona gomme se se ka radia di-ARV. Ge se se hlaga, di-ARV tše dingwe di swanetše go nwewa, di-ARV tše di bitšwa kalafo ya legato la bobedi. Ge o ganana le kalafo ya legato la bobedi, gona kalafo e thoma go ba boima.

Se ke ka lebaka leo go le bohlokwa go latela lenaneo leo le filwego la kalafo.

Di-ARV di ka se fodiše HIV, di ka kgona fela go gatelela goba go laola baerase ye. Di-ARV ke yona tsela e nnoši ye e šomago gabotse ya go gatelela phetetšo ya HIV. Go tloga mola mmušo wa Afrika Borwa o tsebagatšago di-ARV ka dipetleleng le ka dikliniking, palo ya mahu a go amana le AIDS- e theogile, gomme batho ba mmalwa ba babja ba na le bolwetši bja go amana le HIV. Ge e le gore diteko tša gago di re o na le HIV gomme o sa new di-ARV, o swanetše go etela kliniki o thomive ka kalafo lehono.



Itirele o amogele phekolo ya gore o na le HIV

Tseba gore ga o noši,

Tseba gore o na le thekgo.

O ka ba le kgetho ya go phela.

Kgetha bophelo ka gore o ka kgona.

Di-ARV di go dumelela go phela bophelo bjo botelele bjo bokaone.

Ka fao, lebelela bophelo go feta phekolo ya gago.

O ikgafe go tharollo ya go phela bokaone.

Thomiša o latele kalafo ka di-ARV.

Phela bokaone. Dira tše ntši. Hlohleletša ba bangwe.

Zenzele! Bjo ke bophelo bja gago.

Ditoro le maikemišetšo a gago a bohlokwa.

O se tsoge o feletšwe ke tshepo go tšona ka lebaka la ge o phekotšwe gore o na le HIV.

Maemo a gago ga a laole bokamoso bja gago.

O se ke wa leta.

Ga go na nako ya go lahlegelwa.

O se sa khuta.

Emelela o tie o tlogele leswao la gago.

Thoma kalafo lehono.

Latela kalafo gomme obamele diketelo tša kliniking.

Ga se kotlo, ke senotlelo sa bophelo le sa bokamoso bja gago.

Senotlelo seo se go kgontšhago go dira se sengwe le se sengwe seo o beakantše go se dira.

Zenzele! Bokamoso ke bja rena!

**Molokoloko wa dikgatišo tša 'Zenzele Living with HIV'
di akaretša dingwalwa tše di latelago:**



1 KALAFO



2 GO TSEBAGATŠA



3 GO LATELA GO NWA DIHLARE



4 PMTCT THIBELO YA PHETETŠO YA MMA
GOYA GO NGWANA



5 LERATO LE THOBALANO



6 PHEPO LE MOKGWA WA BOPHELO



7 BA MAHLALAGADING



8 GO TŠOFALA KA HIV



9 GO KWIŠIŠA TB



10 WELCOME BACK

**Ge e le gore o phela ka HIV Ga o noši. O ka hwetša
thušo le thekgo. Go hwetša sehlopha sa thekgo sa
Facebook ngwalela ask@brothersforlife.co.za goba re
romele molaetša go letlakala la rena la
www.facebook.com/BrothersforlifeSA gomme re tla go
tsebiša mohlokomedi wa sehlopha. O ka etela gape
www.brothersforlife.mobi
www.thefutureisour.co.za**

**Go hwetša thekgo ya bafsa le ya ba mahlalagading
etela www.facebook.com/BWiseHealth**

**Go na gape le baeletši ba bantši bao ba nago le
maitemogelo bao ba ka go thušago ka mekgatlong ye e
ngwadilwego ka mo fase. Megala ka moka ga e lefelwe
gomme baeletši ba hwetšagala diiri tše 24 ka letšatši.**

Mogala wa thušo ka ga AIDS 0800 012 322

Mogala wa LifeLine wa 0861 055 555

**Mogala wa Thušo ya bana le ba mahlalagading wa
0800 055 555 wa ba mengwaga ya ka fase ga ye
17 Momconnect *134*550#**

**Ge e le gore o nyaka ditirelo tša thekgo ya
HIV karolong efe goba efe ya naga etela
www.healthsites.org.za
go hwetša sehlopha sa thekgo lefelong la geno.**

J7571 - 0860 PAPIKA

