चेतना जगाइए
एचआईवी और एड्स के विषय में स्वंय जानिए और दूसरों को भी शिक्षित कीजिए

अपने विद्यालय या कार्यस्थल में परिर्वतन लाएँ
एचआईवी और एड्स पीड़ित व्यक्तियों के प्रति कलंक और छूतछात की भावना का विरोध कीजिए

अपनी सुरक्षा कीजिए
सार्वजनिक सुविधाओं का प्रयोग कीजिए, संभोग से बचिए अथवा सुरक्षित उपायों का प्रयोग कीजिए

अपने समुदाय के साथ जुड़िए
एचआईवी और एड्स से पीड़ित और इससे जूझते लोगों की सहायता कीजिए

सार्वभौमिक कार्य की मांग करें
एचआईवी और एड्स की रोकथाम और इलाज़ के लिए कार्यवाही हेतु राजनीतिज्ञों को तैयार कीजिए

एड्स के विषय में नेतृत्व कीजिए

एड्स के लिए एक घंटा : समय है नेतृत्व का

अपने विद्यालय में पहली दिसम्बर को एचआईवी और एड्स के विषय में चर्चा कीजिए

प्रतिवर्ष 1 दिसम्बर को सम्पूर्ण विश्व में लाखों लोग विश्व एड्स दिवस मनाते हैं। विश्व एड्स दिवस एचआईवी और एड्स के विषय में जागरूकता पैदा करता है और यह विद्यालयों में एचआईवी की रोकथाम के लिए एक उत्तम अवसर है। इस आन्दोलन के लिए शिक्षक और उनके संघ अत्यन्त महत्त्वपूर्ण हैं क्योंकि एचआईवी की रोकथाम के लिए और उसके सार्वजनिक उपचार, देखभाल और सहायता प्रदान करने की दिशा में प्रचार प्रसार हेतु उनको प्रमुख भूमिका निभानी है।

2008 में विश्व एड्स दिवस के आन्दोलन की सफलता के आधार पर एज्युकेशन इन्टरनेशनल (Education International) प्रस्तावित करती है कि शिक्षक अपने सहयोगियों और विद्यार्थियों के साथ 1 दिसम्बर 2009 को फिर एक बार विद्यालयों में, कक्षाओं में और संघ की बैठकों में इस गतिविधि किट का प्रयोग करें। 'एड्स के लिए एक घंटा' मार्गदर्शक शीर्षक के अन्तर्गत पूरे विश्व भर में शिक्षा विकास केन्द्र (Education Development Centre) के तत्त्वावधान में एज्युकेशन इन्टरनेशनल द्वारा विकसित इस सरल गतिविधि किट की सहायता से शिक्षक अपने विद्यार्थियों और सहयोगियों का एड्स के विषय में मार्गदर्शन करेंगे। हमें आशा है कि यह गतिवधि पूरे वर्ष भर एचआईवी और एड्स केन्द्रित गतिविधियों के आयोजन के लिए एक प्रारंभिक बिन्दु सिद्ध होगी।

इस किट में दी गई गतिविधि आपकी यह जानने में सहायता करेगी कि एड्स का आपके अपने लिए, अपने सहयोगियों और विद्यार्थियों के लिए क्या अर्थ है और इस किट को आप अपने विद्यार्थियों की आवश्यकता के अनुसार जिस भी वर्ग को आप पढ़ा रहे हैं, तदनुसार परिवर्तित भी कर सकेंगे। इस गतिविधि में बड़े और छोटे दोनों प्रकार के वर्गों के लिए कार्यक्रम सम्मिलित हैं और यह किट इस प्रकार बनाई गई है कि आप एचआईवी और एड्स के विषय में साफ साफ खुली चर्चा को प्रोत्साहित कर सकें। इस किट में एक पोस्टर भी सम्मिलित है जो इस किट की मुख्य गतिविधियों को दर्शाता है और जिसे कक्षाओं, स्टाफ रूम, संघ के कार्यालय आदि स्थानों पर पूरे वर्ष प्रदर्शित किया जा सकता है।

अतः आप अपने छात्रों और सहयोगियों सहित इस गतिविधि में भाग लेकर अपने नेतृत्व का प्रदर्शन कीजिए और विश्व एड्स दिवस को सफल बनाने में अपना योगदान कीजिए।

आज एड्स के लिए एक घण्टा, पूरे वर्ष एड्स विषयक नेतृत्व

'एड्स विषयक एक घण्टा' गतिविधि

गतिविधि का प्रारम्भ

कोई भी व्यक्ति, अपने विद्यार्थियों, शिक्षकों और अन्य विद्यालयीय कर्मचारियों के साथ विश्व एड्स दिवस के लिए 'एक घण्टा गतिविधि' में नेतृत्व कर सकता है। यह भी आवश्यक नहीं है कि आप एचआईवी और एड्स के विषय में विशेषज्ञ ही हों। आपकी मुख्य भूमिका तो केवल इस विषय में एक खुली चर्चा प्रारम्भ करने की है जो एचआईवी और एड्स के विषय में समुचित कार्यवाही करने के लिए

निस्सन्देह पहला कदम है।

वस्तुतः सबसे अधिक महत्त्वपूर्ण तथ्य तो यह है कि आप एक ऐसा मुक्त वातावरण तैयार करें जिसमें आपके सहयोगी और विद्यार्थी अपने विचारों को बिना किसी झिझक के प्रस्तुत कर सकें और इस विषय पर दूसरों के साथ समुचित चर्चा भी कर सकें। एचआईवी और एड्स अत्यन्त संवेदनशील विषय है और इनके विषय में छूतछात, कलंक, भेदभाव जैसी अनेक गलत धारणाएँ जुड़ी हुई हैं।

मुक्त चर्चा का वातावरण बनाने के लिए आपको यह जानना होगा कि कैसे -

- इस मुक्त चर्चा को प्रारम्भ किया जाए
- उन प्रश्नों का सामना किया जाए जिनके उत्तर आपको न आते हो,
- कैसे छूतछात ओर कलंक विषयक कथनों को रचनात्मक तरीके से सुलझाया जाए।

मुक्त चर्चा प्रारम्भ करना

एक प्रभावी चर्चा प्रोत्साहित करने के लिए नीचे कुछ संकेतबिन्दु दिए जा रहे हैं-

- खुले परन्तु रचनात्मक विचार विमर्श के लिए नियम और लक्षण निर्धारित करें,
- प्रतिभागियों को बोलने, विविध बिन्दुओं पर विचार करने और परस्पर दूसरों के विचारों के प्रति सम्मान की भावना सहित वादविवाद करने के लिए प्रोत्साहित करें।

उन प्रश्नों को झेलना जिनके उत्तर आप नहीं जानते

सम्भव है आपको सभी प्रश्नों के उत्तर नहीं आते हो। ऐसी स्थिति में आप कह सकते हैं कि मुझे इस प्रश्न का उत्तर नहीं आता परन्तु मैं इसका उत्तर आपके लिए मालूम करने का प्रयत्न करूंगा/करूंगी। तब आप आपने विद्यालय के स्वास्थ्य शिक्षक, नर्स या स्थानीय क्लिनिक/हस्पताल आदि के डाक्टर से उस प्रश्न का उत्तर जानकर अपने वर्ग को बता सकते हैं अथवा आप अपने प्रतिभागियों को इस विषय में स्वयं शोध करने के लिए भी प्रोत्साहित कर सकते हैं और उनके द्वारा की गई शोध के फलस्वरूप प्राप्त उत्तरों को प्रस्तुत करने के लिए एक अतिरिक्त सत्र का भी प्रावधान कर सकते हैं। ध्यान रहे, किसी भी अवस्था में गलत जानकारी न दें।

कलंक और छूत सम्बन्धी कथनों का सामना करना

यह स्पष्ट करते हुए कि कलंक या छूतछात जैसे कथनों को स्वीकार नहीं किया जा सकता, आप निम्नलिखित बिन्दुओं पर चर्चा करते हुए अपनी गतिविधि को प्रारम्भ करें-

- कोई भी व्यक्ति स्वंय एचआईवी या एड्स का शिकार नहीं होना चाहता;
- एचआईवी और एड्स का होना किसी का निजी अपराध नहीं है;
- प्रत्येक व्यक्ति, चाहे वह स्वयं एचआईवी/एड्स की स्थिति में हो, यह समान अधिकार रखता है कि वह इसकी रोकथाम, इलाज, देखभाल और सहायक सेवाओं का पूरा पूरा लाभ उठा सके;
- प्रत्येक व्यक्ति को यह समान अधिकार है कि वह स्वयं भी एचआईवी/एड्स की स्थिति

की चिन्ता किए बिना इस विषय में अध्ययन और प्रचार कार्य कर सके;

- एचआईवी और एड्स के विषय में प्रत्येक को अपनी अपनी भूमिका का निर्वाह करना है।

गतिविधि के संचालन के लिए दिशा-निर्देश

उद्देश्य

- एचआईवी और एड्स विषयक बिन्दुओं पर सोचने और चर्चा करने के लिए प्रतिभागियों को सम्मिलित करना।
- एचआईवी और एड्स के प्रत्युत्तर में कार्य करने के लिए प्रतिभागियों को प्रोत्साहित करना।

लक्ष्य वर्गः शिक्षक तथा उनके विद्यार्थीगण (13 वर्ष और उससे अधिक आयु वर्ग के हों)

समय : एक घण्टा

सामग्रीः

क) 'नेतृत्व कीजिए' कार्यतालिका की प्रतियाँ जिनमें से प्रत्येक पर विचार के लिए कथन लिखें हों;

ख) कागज और पेन

ग) 'नेतृत्व कीजिए' - विषयक पोस्टर (ऐच्छिक)

प्रक्रियाः

1. भूमिका (तीन मिनिट)

- प्रतिभागियों को यह स्पष्ट करते हुए कि 1 दिसम्बर विश्व एड्स दिवस है, सत्र का प्रारम्भ करें। आप कह सकते हैं-

  यह समय है जब पूरे विश्व में लोग एचआईवी और एड्स के विषय में चेतना उत्पन्न करने के लिए और एचआईवी और एड्स से जूझने के लिए सशक्त कदम उठाने का प्रयास करते हैं। सम्पूर्ण विश्व के विद्यालयों, विद्यार्थियों और शिक्षकों के साथ कन्धे कन्धा मिलाते हुए आज हम एक गतिविधि करने जा रहे हैं।

- छोटे वर्गों में चर्चा के लिए प्रतिभागियों को 4-8 के वर्गों में बांटिए;
- प्रत्येक वर्ग को 'नेतृत्व कीजिए' कार्यतालिका की प्रति बांटिए;
- निम्नलिखित सूची में से कुछ कथनों को चर्चा के लिए चुनिए -
  - एचआईवी और एड्स पूरे विश्व के सभी देशों में लोगों को प्रभावित कर रहे हैं।
  - एचआईवी किसी दूसरे एचआईवी ग्रस्त के साथ हाथ मिलाने से अथवा उनके द्वारा प्रयुक्त सामान शौचालय, बर्तन या चाक आदि के प्रयोग से फैल सकता है।
  - यदि आप ऐसे लोगों के साथ सहवास करते है जो स्वस्थ दिखते हैं, आपको एचआईवी का खतरा नहीं हो सकता।

- ➲ यदि आप केवल एक ही साथी से साथ रहते है तो आपको एचआईवी का रोग नहीं हो सकता।
- ➲ असुरक्षित सहवास से नारियों को पुरुषों के अपेक्षा एचआईवी रोग के होने की अधिक सम्भावना होती है।
- ➲ युवा वर्ग जो अधिक उम्र वाले साथियों के साथ सहवास करते हैं, एचआईवी के रोग के अधिक शिकार हो सकते हैं।
- ➲ एचआईवी से ग्रस्त लोग अनेक लोगों के साथ संभोग करने वाले होते हैं।
- ➲ एचआईवी ग्रस्त विद्यार्थियों को अन्य विद्यार्थियों के साथ विद्यालय जाने की अनुमति देनी चाहिए।
- ➲ एचआईवी ग्रस्त शिक्षकों को पढ़ाना नहीं चाहिए।
- ➲ यदि आप किसी को एचआईवी के रोगी का अपमान करते हुए या अन्य किसी प्रकार से तंग करते हुए देखें तो बीच में हस्तक्षेप न करना ही सर्वोत्तम है।

☞ ***प्रत्येक वर्ग को विचार करने के लिए अलग अलग कथन दें।***

2. छोटे वर्गों में चर्चा (25 मिनिट)

- ▲ वर्गों से कहें कि वे सर्वप्रथम एक ऐस व्यक्ति को चुनें जो छोटे वर्ग में हुए समस्त चर्चित बिन्दुओं को नोट करे और बड़े वर्ग के सम्मुख प्रस्तुत कर सके। प्रत्येक वर्ग को कहें कि वे इस वर्ग के लिए निश्चित किए गए कथन को कार्यतालिका के ऊपर खाली रेखा पर लिखें।
- ▲ प्रत्येक सदस्य को कहें कि वह अपने वर्ग के अन्य सदस्यों के साथ इस विषय पर एक मिनट यह चर्चा करें कि उस कथन का क्या अभिप्राय है।
- ▲ अब वर्ग कार्यतालिका पर लिखे इन तीन प्रश्नों के प्रत्युत्तरों पर चर्चा करें -
  - ➲ कौन से बिन्दु कथन में ऐसे हैं जिन पर वर्ग का प्रत्येक सदस्य सहमत है?
  - ➲ इस कथन के किस बिन्दु पर वर्ग के सभी सदस्य असहमत हैं?
  - ➲ अपनी चर्चा में उठाए गए बिन्दुओं पर आप क्या कार्यवाही करना चाहेंगे?
- ▲ विवरण लेखक वर्ग की चर्चा में प्रस्तुत किए गए सभी बिन्दुओं को संक्षेप में नोट करें जिससे बड़े वर्ग के सामने उन्हें रखा जा सके।

3. बड़े वर्ग का कार्य (20 मिनट)

- ▲ फिर से बड़े वर्ग को संगठित करें और छोटे समूहों के विवरण लेखकों को तीन प्रश्नों पर हुई चर्चा को प्रस्तुत करने के लिए आमन्त्रित करें।
- ▲ यदि समय हो तो प्रमुख बिन्दुओं पर चर्चा करवायें। यदि समय कम हो तो स्वयं ही प्रमुख बिन्दुओं को प्रस्तुत करें।
- ▲ विश्व एड्स दिवस के विषय में संक्षेप में निम्नलिखित बिन्दुओं को सार रूप में प्रस्तुत करें-

- ➲ एचआईवी और एड्स सार्वभौमिक समस्या हैं। विश्व में लाखों लोग इससे पीड़ित हैं और अनेक अन्य लोग इससे पीड़ित होते जा रहे हैं क्योंकि उनके साथ उनके परिवार, मित्र, विद्यार्थी, सहयोगी आदि सभी रहते हैं। अतः हम सब ही इस समस्या से जुड़े हैं और त्रस्त हैं।
- ➲ चाहे कोई एचआईवी से त्रस्त हो या न हो, सबको पूरा अधिकार है कि वे स्वास्थ्य विषयक उपलब्ध समस्त सामाजिक सुविधाओं के बारे में शिक्षा प्राप्त करें और अपनी पूरी शक्ति से इस समस्या के साथ निपटने, रहने और शिक्षा प्राप्त करने में समर्थ हों। हमें यह सुनिश्चित करना होगा कि एचआईवी और एड्स के विषय में सबकों कार्य करने और अपनी भूमिका निभाने का अधिकार प्राप्त हो सके।
- ➲ 2009 के विश्व एड्स दिवस का प्रमुख विषय है-

  'मानवधिकार और सार्वजनिक पहुँच, और यह विषय सरकारों, समुदायों, विद्यालयों, परिवारों और व्यक्तियों सहित सभी से सम्बन्ध रखता है जिससे एचआईवी और एड्स की समस्या से निपटा जा सके और यह सुनिश्चित हो सके कि अपेक्षित शिक्षा और सेवाएँ सभी को उपलब्ध हों। इसके लिए प्रत्येक स्तर पर सभी लोगों को कार्य करना होगा और अपने उत्तरदायित्व का निर्वाह करना होगा।
- ➲ यह कार्य युवा और प्रौढ़ दोंनो ही कर सकते हैं।

4. 'एड्स विषयक नेतृत्व करें' पोस्टर (15 मिनट)

▲ स्पष्ट करें कि व्यक्तिगत, सामुदायिक एवं वैश्विक सभी स्तरों पर एचआईवी और एड्स विषयक कार्य करने के कई रास्ते हो सकते हैं। **एड्स विषयक नेतृत्व करें'** पोस्टर इस कार्य के विविधरूपों को स्पष्ट करता है। यदि आपके पास पोस्टर नहीं है, तब भी आप निम्नलिखित बिन्दुओं के माध्यम से चर्चा कर सकते हैं-

▲ कक्षा के सामने कार्य के करने के विविध प्रकारों को स्पष्ट करें।

➲ 'अपनी रक्षा करें' इस शीर्षक से बात को शुरू करें। यह विषय सभी को अपने स्वास्थ्य के विषय में और अन्य लोगों के साथ अपने संबंधों के विषय में उत्तरदायित्व संभालने के लिए प्रोत्साहित करेगा। इस दिशा में पहला कदम संभोग से दूर रह कर तथा सुरक्षित संभोग का प्रयोग करके एचआईवी तथा अन्य संभोग विषयक रोगों और गर्भ ठहरने आदि से अपने को बचाना है। रक्तादि शारीरिक द्रव्य के संसर्ग में आने पर सार्वजनिक सावधानियाँ जैसे दस्ताने और का प्रयोग करना न भूलें।

➲ 'चेतना जगाइए' विषय आपके विद्यालय और समुदाय सहित अनेक विविध परिस्थितियों पर लागू होता है। इसका उद्देश्य है सब लोगों को एचआईवी और एड्स के विषय में इसकी रोकथाम, इलाज, देखभाल और सहायता एवं कलंक और छूतछात सहित सभी विषयों के

बारे में लोगों को जानकारी प्राप्त करने में सहायता करना। आप, इस चेतना को उत्पन्न करने के लिए, समाचार विषयक बिन्दुओं और लेखों पर चर्चा करने के लिए एक मंच भी स्थापित कर सकते हैं, उसमें अतिथि वक्ताओं को भी आमन्त्रित कर सकते हैं; किसी नाटक की रचना और प्रस्तुति करवा सकते हैं, एक पोस्टर प्रतियोगिता आयोजित कर सकते हैं, और समाचार पत्रों के सम्पादकों को पत्र भी लिख सकते हैं।

- ‘अपने विद्यालय और कार्यस्थल को बदलिए’ का अर्थ है कि आप अपने विद्यालय या कार्यस्थल को एचआईवी और एड्स की समस्या से जूझने के लिए तैयार कीजिए। इसके अन्तर्गत स्वास्थ्य सेवाएँ और व्यापक एचआईवी तथा एड्स शिक्षा का प्रचार भी सम्मिलित है। अपने विद्यालय को इसे कलंक और छूतछात की बीमारी के दोष से जूझने के लिए प्रोत्साहित कीजिए और एचआईवी तथा एड्स से ग्रस्त विद्यार्थियों और शिक्षकों को पूरी तरह विद्यालय में सम्मिलित करने के लिए समर्थन दीजिए। यह बहुत आवश्यक है कि एचआईवी तथा एड्स से ग्रस्त लोगों के प्रति कलंक और छूतछात की भावना से रहित एक सकारात्मक जीवन जीया जाए।

- ‘अपने समुदाय में सम्मिलित होवें’ विषय के अन्तर्गत एचआईवी और एड्स से पीड़ित लोगों और उनके साथ रहने वालों की सहायता करने के लिए अपेक्षित विविध गतिविधियाँ सम्मिलित हैं- जैसे हस्पताल में सेवा प्रदान करना, घर में देखभाल कार्यक्रम, एड्स कार्यदल तथा एचआईवी और एड्स से त्रस्त बच्चों-अनाथों के लिए सहायता प्रदान करना, उनको गृहकार्य आदि में मदद करना इत्यादि।

- **‘सार्वभौमिक क्रिया की मांग’** का अर्थ है राजनीतिज्ञों और राष्ट्रीय नेताओं को एचआईवी और एड्स की रोकथाम, इलाज, देखभाल एवं सहायक सेवा प्रदान करने और कलंक तथा छूतछात की भेद भावना के विरुद्ध कार्य करने के लिए तैयार करना। आप यह काम रैली आयोजित करके अथवा राजनीतिज्ञों को पत्रादि लिख कर भी कर सकते हैं।

यदि समय हो तो प्रतिभागियों को विशिष्ट कार्य करने की प्रतिज्ञा करने के लिए प्रोत्साहित कर सकते हैं। प्रत्येक प्रतिभागीयों को एक कागज़ दीजिए जिसपर वे अपना नाम और जो कार्य वे करना चाहते हैं उसका विवरण लिखें। आगामी महीनों में अपने स्वीकृत कार्य में किए गये कार्य की जानकारी देने के लिए भी उनको आप कहेंगे। आप उन्हें अपने अपने स्वीकृत कार्य को पोस्टर पर भी भी लिखवा सकते हैं।

गतिविधि के पश्चात् अनुगामी कार्यक्रम

- विश्व एड्स दिवस के बाद के महीनों में जिन्होंने जो जो कार्य करने की प्रतिज्ञा पत्र पर हस्ताक्षर किये थे उन्हें अपने कार्य की प्रगति का विवरण देने के लिए कहें।

- वर्ष के अन्तराल में अनेक बार इस पोस्टर पर ध्यान आकर्षित कीजिए और छात्रों को एचआईवी और एड्स की रोकथाम में भागीदार होने और समुचित कार्य करने की आवश्यकता का स्मरण कराते रहिए।

'नेतृत्व कीजिए' कार्यतालिका

परिचर्चा के लिए कथन - .....

निर्देश -

- प्रत्येक वर्ग, अपने वर्ग से, चर्चा के बिन्दु और सारांश लिखने और उन्हें बड़े समूह के सामने प्रस्तुत करने के लिए एक, सदस्य चुने;
- आपके वर्ग का प्रत्येक सदस्य एक मिनिट में यह सोचे कि इस कथन से वह क्या समझता है;
- वर्ग के प्रत्येक सदस्य को कार्यतालिका पर लिखे तीन प्रश्नों के उत्तरों पर भी चर्चा करनी है।
- प्रमुख बिन्दुओं का सारांश प्रस्तुत करने का प्रयत्न करें जिससे विवरण लेखक उन्हें लिख सके और बड़े समूह के सामने प्रस्तुत कर सके।

प्रश्न –

1. इस कथन के विषय में किन बिन्दुओं पर सभी लोग सहमत हैं?

2. इस कथन के विषय में कौन से ऐसे बिन्दु (यदि है तो) हैं जिन पर वर्ग के सभी सदस्य असहमत हैं?

3. आपकी चर्चा में प्रस्तुत किए गए प्रमुख बिन्दुओं पर आप क्या कार्यवाही करना चाहेंगे?

परिचर्चा के लिए कथन

टिप्पणी : कथनों के प्रत्युत्तर में निम्नलिखित बिन्दु, मात्र एक उदाहरण के रूप में प्रस्तुत किए जा रहे हैं जिससे आप विचारणीय बिन्दुओं के विषयों में कुछ अनुमान लगा सकें। आप और आपके विद्यार्थी अपनी आयु, ज्ञान के स्तर और रुचि के अनुसार अन्य तथ्य और सूचनाएँ जोड़ सकते हैं।

1. पूरे विश्व में सभी देशों में लोग एचआईवी और एड्स से त्रस्त हैं।

सही है: विभिन्न देशों में प्रायः 400 लाख लोग एचआईवी से पीड़ित हैं। 2007 में प्राय 21 लाख लोग एड्स के शिकार हो गए। 25 लाख नए एचआईवी विषयक मामले सामने आए। एचआईवी और एड्स प्रायः सभी देशों में फैल रहा है यद्यपि अन्य देशों की अपेक्षा कुछ देशों में इसकी दर कहीं अधिक है।

2. एचआईवी, किसी भी एचआईवी से पीड़ित रोगी के साथ हाथ मिलाने से और उनके साथ प्रयुक्त उसी शौचालय, बर्तन या चाक आदि के प्रयोग से फैलता है।

अशुद्धः एचआईवी केवल निम्नलिखित चार शारीरिक द्रव्यों - रक्त, वीर्य, योनिज स्राव और छाती के दूध के सम्पर्क में आने से ही फैलता है-

जिन चार प्रमुख जरियों से यह वाइरस फैल सकता है वे हैं-

- असुरक्षित यौन सम्भोग करने से;
- औषधि देते समय दूषित सूइयों के दुबारा प्रयोग से;
- संक्रमित रक्त चढ़ाने से अथवा अस्वच्छीकृत मेडिकल औजारों के प्रयोग से;
- जन्म देने से पूर्व और जन्म देने के पश्चात् माता के द्वारा शिशु को स्तनपान कराने से वाइरस का संक्रमण हो सकता है।

एचआईवी में एच का अभिप्राय - ह्यूमेन (मनुष्य) से है जिसका अर्थ है कि इस बीमारी का संक्रमण केवल मनुष्यों द्वारा ही हो सकता है कीटाणुओं और पशुओं द्वारा नहीं।

3. यदि आप स्वस्थ दिखाई देने वालों के साथ संभोग करते हैं तो आप एचआईवी ग्रस्त नहीं हो सकते।

अशुद्धः बहुत से एचआईवी पीड़ित लोग भी स्वस्थ दिखाई देते हैं। एचआईवी पीड़ित के भी कुछ प्रत्यक्ष लक्षण वर्षों तक दिखाई नहीं पड़ते हैं और उन्हें स्वयं को भी यह नहीं पता होता कि एचआईवी से पीड़ित हैं। यदि उनमें एचआईवी से जुड़े कुछ लक्षण दिखाई दे भी रहे हैं तो ये लक्षण एचआईवी के अलावा अन्य रोगों द्वारा भी उत्पन्न किये जा सकते हैं जिनका एचआईवी से कोई भी संबंध नहीं होता। अतः देखकर ही किसी के विषय में निश्चय नहीं किया जा सकता कि अमुक व्यक्ति एचआईवी से पीड़ित है।

4. यदि आप केवल एक ही साथी के साथ रहते हैं तो आप एचआईवी से पीड़ित नहीं होंगे।

अशुद्धः यह तो साथी पर निर्भर करता है, वह मिलने से पहले वह क्या करते थे और क्या दोनों में से किसी एक ने रिश्ते के अतिस्क्ति असुरक्षित संभोग किया है अथवा वह मादक द्रव्यों के इन्जेक्शन लेता रहा है। मात्र एक स्थायी सम्बन्ध सुरक्षा की गांरटी नहीं दे सकता।

5. असुरक्षित यौन सम्बन्धों से नारियों के एचआईवी से संक्रमित होने के अधिक अवसर होते हैं।

शुद्धः इसके कई कारण हो सकते हैं–

⇒ **शारीरिक** – नारियों शरीर में एक बड़ा योनिज द्रव्य उत्पादक पर्दा होता है जिसके माध्यम से वायरस प्रवेश कर सकता है और स्त्रियों के योनिज रज में पुरुष के वीर्य से अधिक वायरस होता है।

⇒ **सामाजिक/सांस्कृतिकः** कई संस्कृतियों में महिलाओं को यह अधिकार नहीं होता कि वें यौन सम्बन्धों के विषय में चर्चा कर सकें अथवा यौन सम्बन्ध विषयक निर्णय ले सकें यहाँ तक कि वे पुरुष साथी को सुरक्षित यौन सुविधाओं का प्रयोग करने के लिए भी नहीं कह सकतीं।

टिप्पणीः जब स्त्रियाँ आर्थिक रूप से पुरुषों पर निर्भर होती हैं, तो यह उनके वश में नहीं होता कि वे कब और किसके साथ यौन सम्बन्ध बनाएँ। अतः उनके एचआईवी से पीडित होने के अधिक अवसर होते हैं। अतः स्त्री और पुरुष दोनों को ही यौन सम्बन्ध विषयक निर्णय लेने का समान उत्तरदायित्व समझना चाहिए जिससे वें सुरक्षित रह सकें और अनचाहे गर्भ से बच सकें।

6. युवा जब अधिक आयु वाले साथियों के साथ यौन सम्बन्ध बनाते हैं तो उनमें एचआईवी से पीड़ित होने का खतरा बढ़ जाता है।

शुद्धः अधिक आयु वाले लागों के संभोग सम्बन्धी अनेक साथी हो चुके होते हैं और कम आयु वाले साथियों के विषय में निर्णय लेने में अपना अधिकार जमाते हैं। जब युवा साथी (महिलायें) दूसरे पुरुष साथी पर धन, सैलफोन, कार में सवारी आदि सुविधाएँ यौन सम्बन्ध के बदले ग्रहण करती हैं तो सीमा बांधने और कन्डोम आदि सुरक्षित यौन सुविधाओं का प्रयोग करने के लिए कहने का अधिकार भी छोड़ देती हैं और इस प्रकार खतरे का शिकार बन जाती हैं।

7. जो लोग एचआईवी पीड़ित होते हैं वे थोड़े थोड़े समय पर अनेक लोगों के साथ संभोग करने वाले होते हैं।

अशुद्ध- एचआईवी पीड़ित लोग यह संक्रमण यौन सम्बन्धों के अलावा अन्य साधनों जैसे कीटाणुयुक्त सूइयों के प्रयोग आदि से भी प्राप्त कर सकते हैं और चाहे यह रोग उन्हें असुरक्षित यौन सम्बन्धों से प्राप्त हुआ हो उसका यह अभिप्राय नहीं कि वे शीघ्र शीघ्र अनेक लोगों से शारीरिक सम्बन्ध रखने वाले हैं यद्यपि ऐसे व्यवहार से एचआईवी का खतरा बढ़ जाता है। परन्तु एचआईवी का वायरस केवल एक बार असुरक्षित यौन सम्बन्ध से भी संक्रमित हो सकता है।

8. एचआईवी पीड़ित छात्रों को अन्य विद्यार्थियों के साथ विद्यालय जाने की अनुमति दे देनी चाहिए।

शुद्ध– सभी विद्यार्थियों को शिक्षा का अधिकार प्राप्त है। इसके अतिरिक्त एचआईवी संक्रमित छात्रों के साथ किसी प्रकार का छूतछात का भाव नहीं रखा जा सकता और एचआईवी का संक्रमण विद्यालय के सामान्य जीवन के दैनिक संसर्ग से नहीं फैल सकता।

9. एचआईवी त्रस्त शिक्षकों के पढ़ाना नहीं चाहिए।

अशुद्ध– एचआईवी का संक्रमण ही किसी व्यक्ति को बुरा या खराब नहीं बनाता। अन्य रोगों के समान ही, सही उपचार से अनेक शिक्षक एचआईवी पीड़ित होते हुए भी अपना कार्य बहुत अच्छे प्रकार से कर सकते हैं। एचआईवी की स्थिति की परवाह किए बिना प्रत्येक व्यक्ति को कार्य करने का अधिकार है।

10. यदि आप किसी को एचआईवी के कारण किसी व्यक्ति का अपमान करते हुए या तंग करते हुए देखें तो अच्छा होगा कि आप बीच में न पड़ें।

अशुद्ध – यदि आप कुछ नहीं कहते या करते तो तब भी आपका मौन रहना तंग करने वाले का समर्थन ही करना होता है। अतः तंग करने वाले को तुरन्त रुकने के लिए कहें और उसको समझाएँ कि एचआईवी के कारण किसी के साथ भेदभाव करना स्वीकार नहीं किया जा सकता। आपका हस्तक्षेप इसे कलङ्क और छूतछात समझने से रोकने में सहायक सिद्ध होगा।