

Headline	HIV Patients Dare To Meet With Others		
MediaTitle	Guang Ming Daily		
Date	18 Sep 2012	Color	Full Color
Section	News	Circulation	130,564
Page No	A6	Readership	400,000
Language	Chinese	ArticleSize	267 cm ²
Journalist	N/A	AdValue	RM 3,641
Frequency	Daily	PR Value	RM 10,923



掙扎20年釋放自我 愛滋病患勇敢見人

(吉隆坡訊) 感染愛滋病依然可以擁有正面的生活，因為愛滋病而痛苦掙扎超過20年的諾拉扎度希瑪(38歲)，終於勇敢地走向人群，說出受感染的經過，以及家人承受的痛苦。

以往在面對報章訪問都要求匿名的她，周日在馬來西亞愛滋病理事會(MAC)主辦的活動，選擇“釋放自我”，她站在人群中說：“我終於發現原來根本沒有什麼好覺得羞恥的。我沒有做錯，所以我不怕。”

堅強過活與常人無異

剛完成復健自信的她透露，她於22年前從已故丈夫處感染愛滋病後，過著備受排斥及被羞辱的生活超過20年。但最讓她難過心碎的是，3名孩子因而在學校被欺負，甚至老師也對他們諸多挑剔及找麻煩。

但秉持著堅強面對的態度，她最終過著正面生活，靠努力



■完成復建自信計劃的諾拉扎度希瑪(面向鏡頭)和希拉互相擁抱。

發展生意，如烘焙蛋糕及銷售美容產品，养活一家人。

“我可以像其他人一樣工作及做任何東西，只要我準時接受治療。”

諾拉扎度希瑪也是30名參與復健自信計劃中，唯一出席愛滋理事會活動的成員。

這項活動主要是讓感染愛滋病而面對痛苦的民眾重拾生存的自信，教導他們克服外界的誤解及歧視。

馬來西亞愛滋病理事會主席拿督拉卡林認為，這項復健自信計劃將會是更進一步邁向“零歧視”的計劃。(LMY)

義工：患者須活得更正面

前吸毒者諾拉辛(38歲)目前前是推廣及關懷愛滋病患者活動義工。他說，愛滋病患者必須活得更正面，打破恐懼，以及坦然面對他人的拒絕、羞辱和歧視。

“我知道有很多人會拒絕尋求幫助，但我要他們知道路是可以走出來的。”

堅持使用匿名的希拉(31歲，檳城愛滋病服務社區志工)在受

訪時說，當5年前獲知被前男友傳染愛滋病後，感覺自己的生命就這樣結束，所幸家人給了她愛的力量以繼續生存。

“他們確實很震驚，但沒有抗拒我，反而展示出他們對我的愛，所以我選擇勇敢站出來尋求幫助，而不是躲在家里隱藏自己。我一定可以得到一個正常人的生活，甚至可以幫助別人。”(LMY)