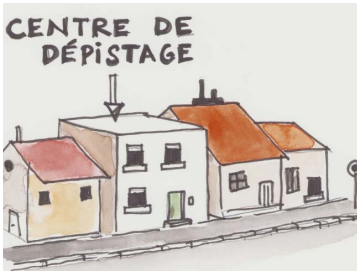
Se faire dépister, c'est prendre soin de soi et des autres.



1 Si vous avez eu un rapport sans préservatif avec une personne qui n'a pas fait son test du vih, faites votre test.



au centre de dépistage, gratuit et près de chez vous. Appelez le 0800 840 800 ou www.sida-info-service.org.



En parlant avec un médecin.



En achetant un auto-test en pharmacie,



Dans tous les laboratoires d'analyses médicales, sans ordonnance (Si vous n'avez pas de droits à la santé ouverts, rendez-vous en centre de dépistage).

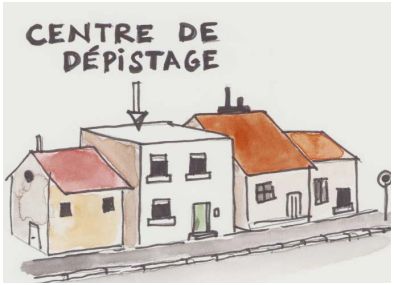
Pour les personnes vivant avec le vih, il existe des traitements qui permettent de vivre longtemps, en bonne santé, et d'avoir des enfants.

Ikambere
"La maison accueillante"

Si ça vous dérange en bas, consultez un professionnel de santé.



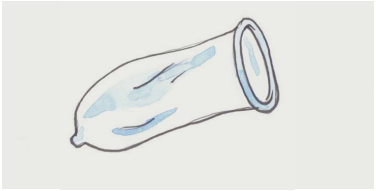
2 N'attendez pas que ça vous brûle, consultez un professionnel de santé.



Vous pouvez aller au centre de dépistage gratuit près de chez vous, Appelez le 0 800 840 800 ou www.sida-info-service.org ou en parler à un professionnel de santé.



Certaines infections sexuellement transmissibles (IST) non soignées peuvent provoquer de graves maladies.



Le préservatif vous protège des IST.



Le dépistage du vih et des IST, c'est au moins une fois par an.

Ikambere
La maison accueillante

La PrEP est un médicament qui protège du vih.

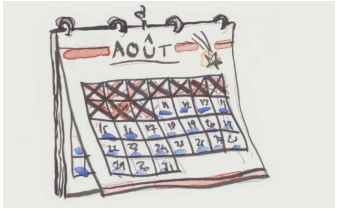


3 La PrEP est un médicament qui protège du vih :



La PrEP est un médicament qui protège du vih.

Pour en savoir plus,
appelez sida info service
au 0 800 840 800 (appel gratuit)
ou www.sida-info-service.org

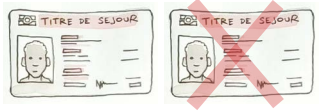


- Soit on la prend tous les jours,
- soit on la prend avant et après le rapport sexuel.

(2 comprimés au moins 2h avant le rapport sexuel à risque puis 1 comprimé le lendemain et 1 le surlendemain à la même heure.)



La PrEP est gratuite pour toutes et tous.



avec ou sans papiers.

Ikambere
"La maison accueillante"

Les préservatifs vous protègent vous et votre partenaire.



4 Les préservatifs vous protègent vous et votre partenaire.

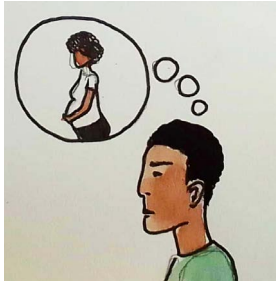




Il existe des préservatifs masculins/externes et des préservatifs féminins/internes.



Je peux refuser un rapport sexuel sans préservatif.



Le préservatif protège du vih, des infections sexuellement transmissibles (IST) et des grossesses non désirées.



Il existe d'autres moyens pour se protéger du vih comme la PrEP. (voir la carte 3).

Ikambere
"La musica reunificante"

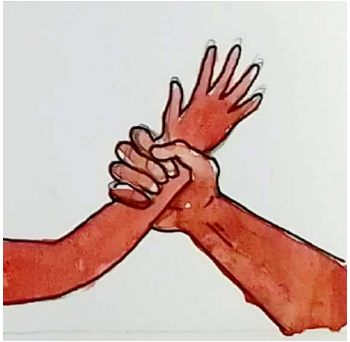
Avoir un rapport sexuel, ça se décide ensemble.



5 Avoir un rapport sexuel, ça se décide ensemble.

Si une femme ne veut pas avoir de rapports sexuels, personne n'a le droit de la forcer.

Et même pas son mari !







- Forcer quelqu'un à avoir un rapport sexuel est un viol.
- Même en couple, une femme n'est pas un objet sexuel.
- L'amour est un plaisir partagé. Les deux partenaires se donnent du plaisir l'un à l'autre.
- La tendresse, les mots d'amour, l'attention et le respect sont essentiels dans une relation.

Ikambere
"La musica acuerdante"

Toutes les formes de violences sont inacceptables et illégales.



6 Toutes les formes de violences sont inacceptables et illégales.

Il existe plusieurs formes de violences :

- **Les violences physiques :** coups, blessures, brûlures, séquestration, scarifications, mutilations sexuelles féminines (excision, infibulation)...
- **Les violences psychologiques :** humiliation, mépris, chantage, isolement social, contrôle des allers et venues...
- **Les violences sexuelles :** viol, attouchements, agressions...
- **Les violences économiques et administratives :** rétention de documents et de la carte bancaire, contrôle du budget, interdiction de travailler...

Des associations peuvent vous aider.

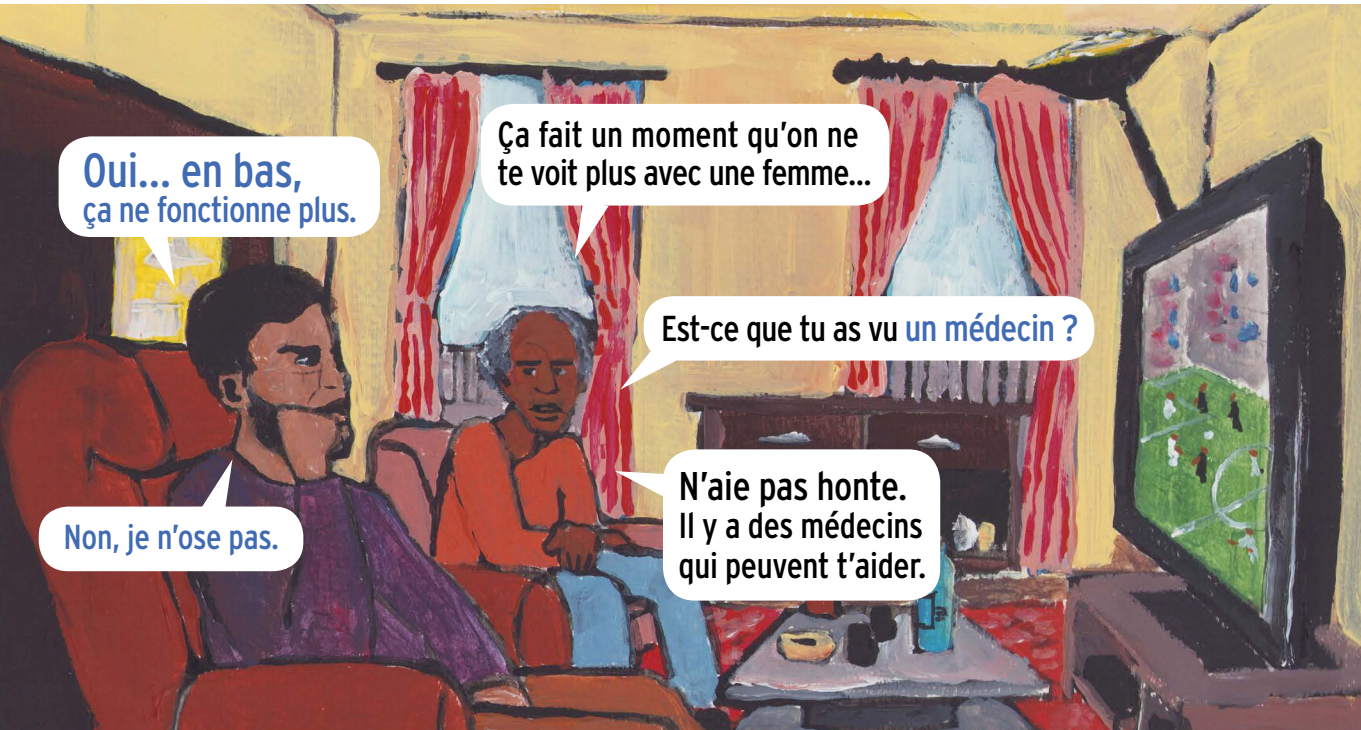


FNACAV :
Prise en charge des auteurs de violences conjugales et familiales.
www.fnacav.fr
tél : 01-44-73-01-27

08 019 019 11
Numéro national dédié à la prévention par l'écoute et l'orientation des auteurs de violences conjugales.

Ikambere
"La maison accueillante"

Si vous avez des problèmes d'érection, parlez-en à votre médecin.



7 Si vous avez des problèmes d'érection, parlez-en à votre médecin.



Votre médecin peut vous orienter vers un spécialiste : sexologue, urologue, psycho-sexologue, cardiologue...



Evitez de prendre des médicaments ou des plantes sans l'avis d'un médecin ou de suivre les « conseils » trouvés sur internet.

Ne restez pas seul. En parler avec un professionnel de santé, ça aide.

Ikambere
"La maison accueillante"

La décision d'avoir des enfants se prend à deux.



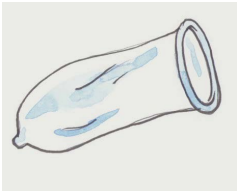
8 La décision d'avoir des enfants se prend à deux.

Il existe plusieurs moyens de contraception qui peuvent être pris par les femmes :

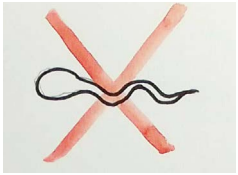
- pilule
- stérilet (DIU)
- patch
- implant
- préservatifs
- anneau

Prendre une contraception est un droit pour les femmes.

Pour les hommes, il existe le préservatif



et la vasectomie.





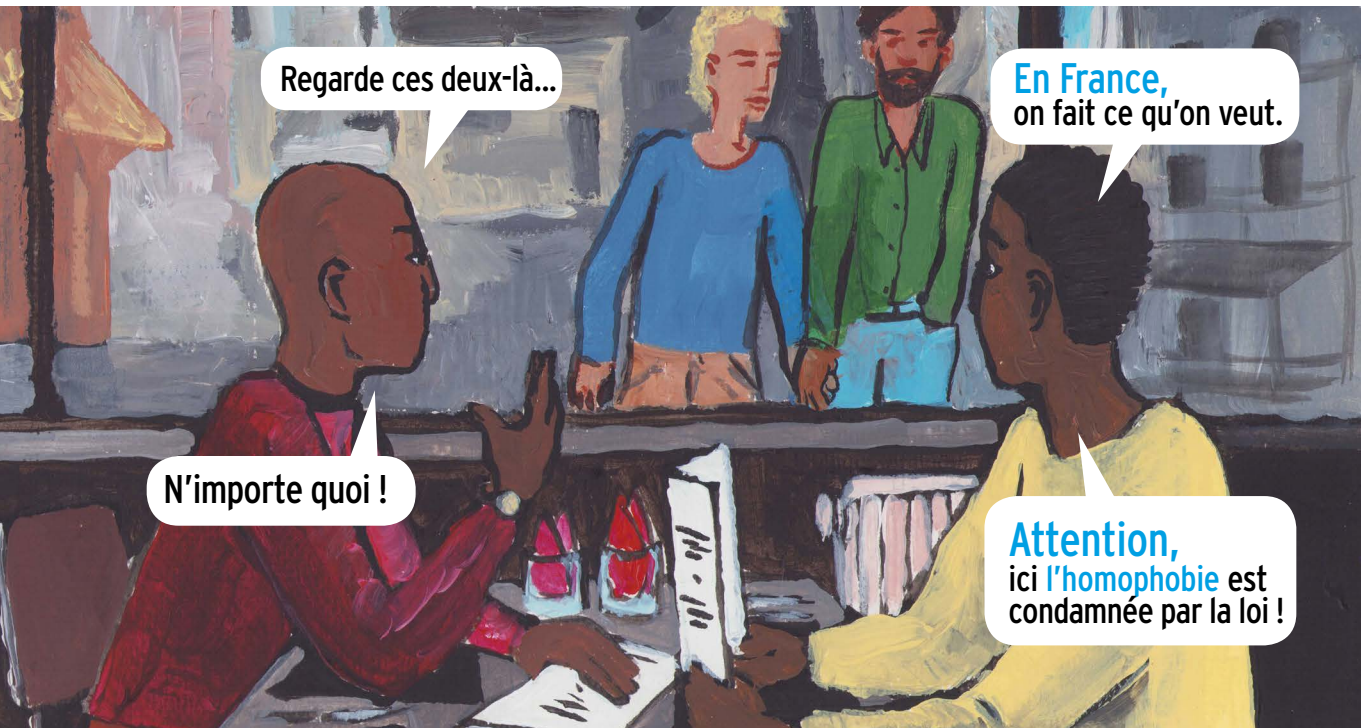
Les femmes ont aussi le droit de décider le nombre d'enfants qu'elles veulent.

En cas de **grossesse** non désirée, une femme peut voir un professionnel de santé pour faire une interruption volontaire de grossesse (IVG) appelée aussi avortement.

L'avortement doit se faire avec un médecin ou une sage-femme pour protéger la santé des femmes. L'avortement est un droit et c'est gratuit en France.

Ikambere
"La musica nourrissante"

En France, chacun est libre de vivre son orientation sexuelle.



9 On ne choisit pas son orientation sexuelle.

LGBTQI + , qu'est-ce que ça veut dire ?

- L= Lesbienne : femme qui aime et/ou a des relations sexuelles avec d'autres femmes.
- G= Gay : homme qui aime et/ou a des relations sexuelles avec d'autres hommes.
- B= Bisexuel·le : personne qui aime et/ou a des relations sexuelles avec des hommes et des femmes.
- T=Transgenre : homme trans : homme qui est né avec un appareil génital dit féminin ; femme trans : femme qui est née avec un appareil génital dit masculin.
- Q= Queer : ensemble des personnes qui ne sont pas hétérosexuelles, ainsi que les personnes trans.
- I = Intersexe : personne qui a des caractéristiques sexuelles (seins, clitoris, pénis, barbe, forme du corps...) masculines et féminines.

- En France, l'homophobie, le rejet et la haine de l'autre sont condamnés par la loi. Tout le monde a droit au respect, quelle que soit son orientation sexuelle.

Si vous vous interrogez sur votre orientation sexuelle ou votre identité de genre, ou que vous êtes victimes de discriminations : Léia est là : **0 800 004 134** ou www. leiaestla.fr ; SOS homophobie : **01 48 06 42 41**

- Ardhis : association d'accompagnement administratif et juridique des personnes LGBTQI+ étrangères victimes de discrimination dans leur pays d'origine www.ardhis.org, **09 72 47 19 55.**

Ikambere
La maison accueillante