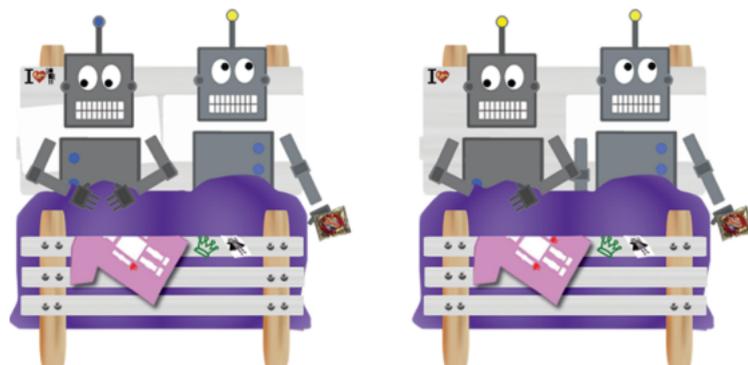


Mots cachés sexy

AMOUR
ANAL
COMMUNICATION
CONDOM
CONSENTEMENT
CROSSER
DEPISTAGE
DOIGT
ITS
LUBRIFIANT
MASTURBATION
ORAL
PLAISIR
PROTECTION
ROBOTS
SERINGUES
SEXE
SOUTIEN
VIH
YOUTHCO

Y	R	C	Z	C	N	T	L	N	N
O	O	R	S	O	O	N	U	O	O
U	B	O	N	I	E	B	I	I	
T	O	S	U	D	T	M	R	T	T
H	T	S	T	O	A	E	I	C	A
C	S	E	I	M	B	T	F	E	C
O	R	R	E	L	R	N	I	T	I
O	U	S	N	A	U	E	A	O	N
R	O	E	I	N	T	S	N	R	U
A	M	X	T	A	S	N	T	P	M
L	A	E	S	D	A	O	W	T	M
D	O	I	G	T	M	C	L	Z	O
D	E	P	I	S	T	A	G	E	C
S	E	R	I	N	G	U	E	S	L
R	I	S	I	A	L	P	V	I	H

Cherche les 8 différences entre ces deux images



Tu veux en savoir davantage sur le VIH ou l'hépatite C ?

Contacte : www.catie.ca • 1-800-263-1638
www.youthco.org • 604-688-1441 • 1-855-YOUTHCO (968-8426)

N° du Centre de distribution de CATIE : ATI-26400_F (also available in English, ATI-26400)

Imprimé avec l'aide de CATIE, 2012.

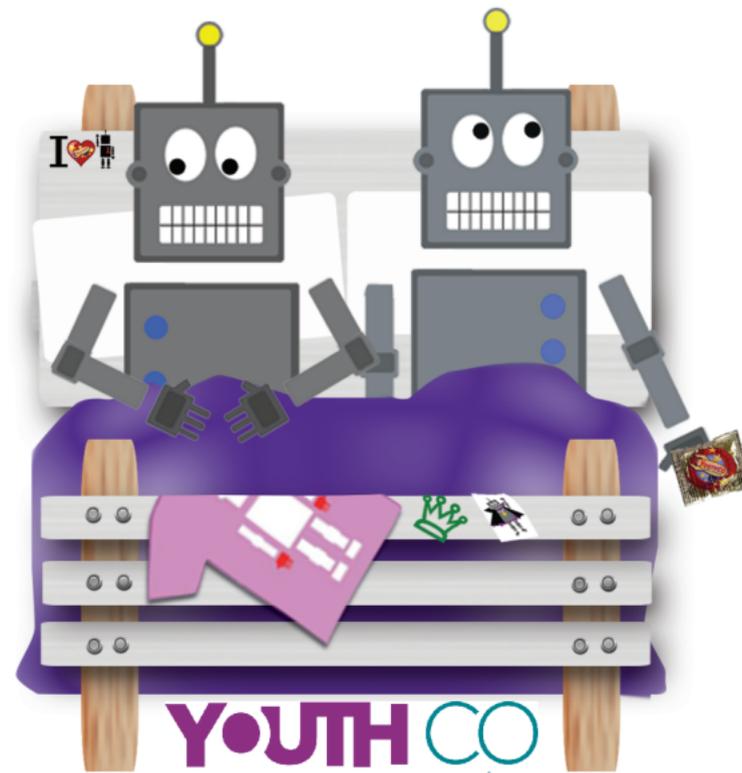


La source canadienne
de renseignements sur
le VIH et l'hépatite C



© YouthCO 2012. Tous droits réservés.

S'équiper pour s'amuser



YOUTH CO
MOUVEMENT DES JEUNES CONTRE LE VIH ET L'HÉPATITE C

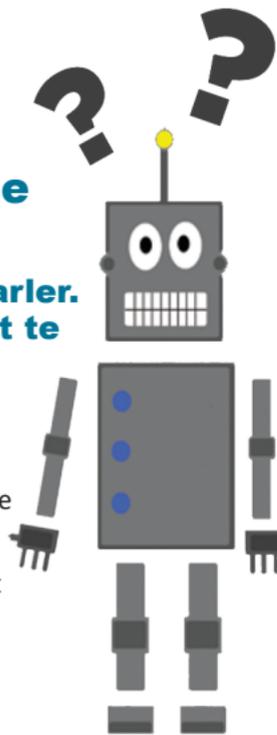
Tout savoir sur le VIH, le sécurisexe et la protection

Qu'est-ce que le VIH?

Virus de l'immunodéficience humaine

Tu en as déjà entendu parler. Nous voulons maintenant te présenter les faits.

- Le VIH est un virus qui affaiblit le système immunitaire.
- Le VIH se transmet d'une personne à une autre.
- Tu peux être atteint du VIH durant plusieurs années sans avoir aucun symptôme.

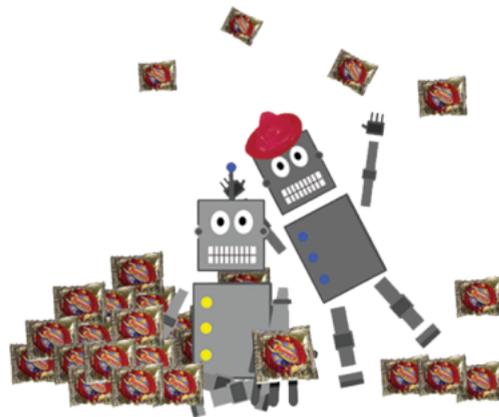


Qu'est-ce que le sida?

Le sida peut se développer lorsqu'une personne séropositive ne suit pas de thérapie.

- Le terme sida est l'abréviation de syndrome d'immunodéficience acquise.
- Tu ne peux pas transmettre le sida, seulement le VIH.
- Lorsqu'une personne est atteinte du sida, les maladies courantes, qu'un système immunitaire en santé peut normalement combattre, deviennent dangereuses pour sa vie.
- Le VIH ne se transforme pas toujours en sida. Un traitement adéquat peut aider les personnes séropositives à rester en santé durant de nombreuses années.

Utilise des condoms!



Pour mettre un condom...

- Vérifie la date d'expiration.
- Vérifie qu'il n'y a pas de trous dans l'emballage du condom en le pressant et en essayant de sentir de l'air qui en sort.
- Fais attention de ne pas déchirer le condom lorsque tu l'ouvres.

Trucs pour des rapports sexuels plus satisfaisants et sécuritaires



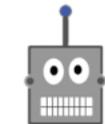
1) Fais sortir l'air du bout du condom. Tu peux mettre une goutte de lubrifiant à l'intérieur du condom, certains aiment cette sensation.



2) Tout en pinçant le bout du condom, déroule-le jusqu'à la base du pénis en érection ou du jouet sexuel.



3) Applique de l'eau ou du lubrifiant à base de silicone à l'extérieur du condom pour réduire les risques qu'il se déchire et accroître le plaisir. N'applique aucun produit à base d'huile (lotions, huile de massage, huile végétale, beurre ou Vaseline), car ils endommagent les condoms.

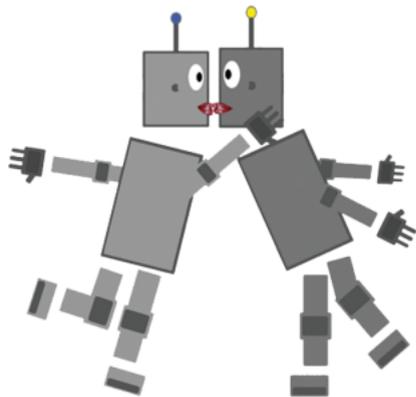


4) Amuse-toi! Et vérifie de temps à autre si le condom est toujours bien en place.



5) Lorsque tu as terminé, tiens bien la base du condom et retire-toi lorsque tu es encore en érection. Tu empêcheras ainsi le condom de glisser et ton sperme restera à l'intérieur du condom. Jette ton condom à la poubelle.

Trucs pour des rapports sexuels plus satisfaisants et sécuritaires



Amuse-toi et aie du plaisir!

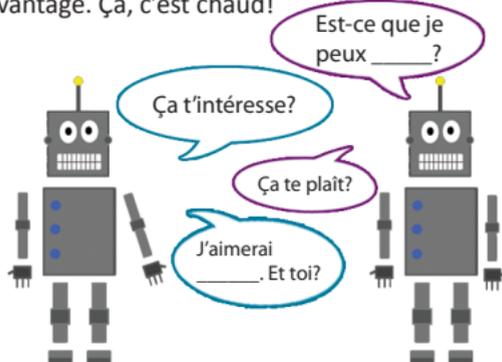
Il n'y a pas qu'une seule et unique façon d'avoir des relations sexuelles. Découvre-les par toi-même ou avec un(e) partenaire. Essaie de nouvelles choses. Recommence.

Consentement = sexy

Le consentement, c'est de savoir que toutes les personnes impliquées sont d'accord pour faire ce qu'elles font, et qu'elles n'acceptent pas seulement parce qu'elles sont ivres, gelées ou qu'elles ont peur de dire non.

Pose-toi la question et pose-la à ton ou ta partenaire. Si la personne répond non, ne dit rien ou ce que vous faites ne semble pas lui plaire, arrêtez et parlez-en. Les rapports sexuels non consentants constituent une agression sexuelle.

Quand tu discutes de ces choses avec ton ou ta partenaire, cela vous permet de découvrir ce que chacun de vous aime, pour être plus à l'aise et faire les choses que vous aimez davantage. Ça, c'est chaud!



Des rapports sexuels plus sécuritaires et sexy

Les activités suivantes sont fun et ne te mettent pas à risque pour le VIH ou d'autres ITS :

- S'embrasser
- Se caresser
- Se masturber (se toucher)
- Activités sexuelles manuelles (passer un doigt, crosser)

Pour poursuivre la conversation...

Parlez de ce que vous aimez et de ce que vous n'aimez pas, de protection, des tests de dépistage, de vos fétiches, des ITS, de vos limites et de vos fantasmes.

Pour que le VIH se transmette d'une personne à une autre, trois éléments doivent être présents :

Fluide corporel porteur du VIH + accès direct à la circulation sanguine + pratique à risque = Transmission possible du VIH

1) Fluide corporel porteur du VIH.

Les seuls fluides pouvant transmettre le VIH sont le sang, le sperme, le liquide pré-éjaculatoire, les sécrétions vaginales et rectales et le lait maternel.

2) Accès direct à la circulation sanguine.

Le VIH peut survivre dans notre organisme, mais lorsqu'il est exposé à l'air, à l'extérieur de notre corps, il meurt rapidement. Pour que le VIH se transmette d'une personne à une autre, il doit avoir un accès direct à la circulation sanguine. Par exemple par les trous de seringue, les fissures (petites déchirures présentes dans les cavités de notre corps) et certaines muqueuses comme le vagin, l'anus et le gland du pénis.

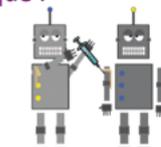
3) Activité à risque.

Une « activité à risque » peut permettre au fluide corporel porteur de VIH de s'introduire dans la circulation sanguine.

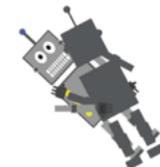
Voici des exemples d'activités à risque :



Relations sexuelles anales non protégées



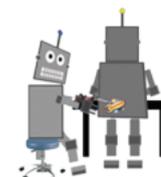
Partage de seringues



Relations sexuelles vaginales non protégées



Relations sexuelles orales non protégées (faible risque de transmission du VIH, mais risque élevé de transmission d'autres ITS, comme la gonorrhée et l'herpès)



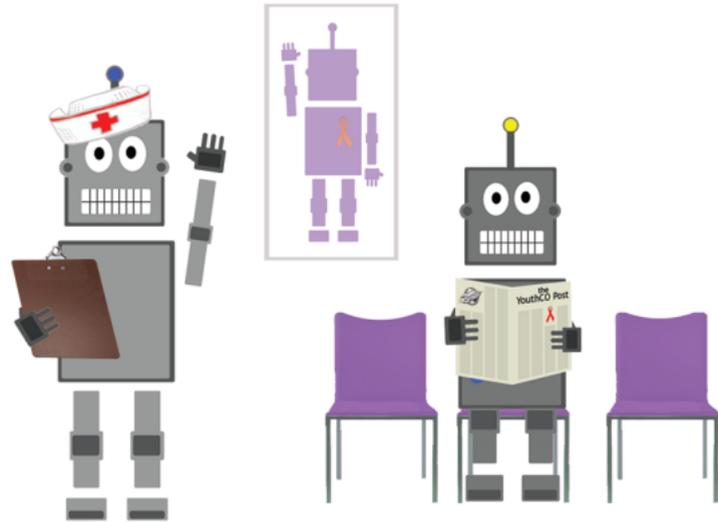
Partage de matériel de tatouage et de piercing



À l'accouchement et lors de l'allaitement

Mais il existe beaucoup de choses qui ne présentent AUCUN risque de transmettre le VIH : utiliser des toilettes publiques, se toucher, se caresser, s'embrasser, les larmes, les piqûres de moustiques et les activités sexuelles manuelles (crosser, passer un doigt).

Les tests de dépistage



Vérifie ta mécanique avant de partir en orbite!

De nombreuses infections transmissibles sexuellement (ITS) ne présentent aucun symptôme visible. La SEULE et unique façon de savoir si tu es atteint du VIH ou d'une autre ITS est de subir un test de dépistage.

- Un test de dépistage du VIH est un test sanguin. La plupart des autres tests pour les ITS sont des prélèvements génitaux ou des tests d'urine.
- Tous les tests sont gratuits et confidentiels.
- Tu peux subir un test dans un cabinet médical, dans une clinique d'ITS ou dans une clinique pour les jeunes.
- Les cliniques pour les jeunes offrent aussi habituellement de l'information, des méthodes de contraception et des condoms gratuits.

Passer des tests de dépistage fait partie intégrante d'une bonne santé sexuelle. Beaucoup d'ITS peuvent facilement être soignées. Si tu sais que tu as contracté une ITS comme le VIH, tu es sur la bonne voie pour rester en santé et préserver celle de tes partenaires.

Pour trouver une clinique de dépistage du VIH proche de chez toi, visite www.vih411.ca ou communique avec CATIE au 1-800-263-1638, www.catie.ca.

Même s'il n'y a pas de remède contre le VIH, tu peux vivre en santé longtemps grâce à un traitement et du soutien.

- Tu peux avoir une vie sexuelle saine, une famille, une carrière et du plaisir.
- Tu peux rester en santé en suivant le traitement adéquat pour toi, en dormant suffisamment, en mangeant aussi bien que tu peux te le permettre, en diminuant ta consommation d'alcool ou de drogues et en trouvant des façons de gérer ton stress.
- Vivre avec le VIH implique bien souvent de faire face à la stigmatisation et aux préjugés.
- Il peut être très utile d'avoir du soutien et des personnes à qui tu peux parler.

Tu peux trouver du soutien ou rencontrer d'autres jeunes séropositifs à des endroits comme l'organisme YouthCO ou un organisme de lutte contre le VIH de ton quartier.

Es-tu à la recherche de?

- Soutien individuel ou de groupe
- Un milieu confidentiel où tu peux parler avec d'autres jeunes séropositifs
- Information sur le traitement, la vie avec le VIH et des références pour d'autres organismes

Pour te renseigner sur ces sujets et sur les activités qui ont lieu dans ta région, fais un appel confidentiel. Pour trouver une clinique de dépistage du VIH proche de chez toi, visite www.vih411.ca ou communique avec CATIE au 1-800-263-1638, www.catie.ca.

Que faire si le test est positif?

L'accès au traitement

Les personnes séropositives dans le monde et même celles au Canada n'ont pas toutes accès de la même façon à un traitement abordable et aux médicaments pour le VIH. Des facteurs, comme :

- Le revenu : la nourriture, les médicaments et les divertissements nous aident à rester en santé, mais coûtent de l'argent.
- Le logement : un logement sécuritaire et stable facilite le respect de la routine de prise de médicaments quotidiens.
- La géographie : il peut être plus difficile d'obtenir un traitement dans les communautés rurales et dans les pays en voie de développement.

Tous ces facteurs influencent ta capacité à accéder au traitement contre le VIH et à prendre tes médicaments quotidiens.