

PLUS D'INFORMATIONS / SE FAIRE CONSEILLER:

**aidshilfe-beratung.de | Téléphone: 0180-33-19411\*** (du lundi au vendredi de 9h à 21h, le samedi et le dimanche de 12h à 14h)

#### Impressum

© Deutsche AIDS-Hilfe e.V., Wilhelmstr. 138, 10963 Berlin | Telefon: 030-690087-0  
aidshilfe.de | dah@aidshilfe.de | 2015

Bestellnummer: 044018 | Redaktion: Silke Klumb, Holger Sweers

Übersetzung: Fachübersetzungsdienst Berlin | Gestaltung: diepixelhasen, Bengt Quade, Berlin

Druck: Schöne Drucksachen, Bessemerstr. 76a, 12103 Berlin

\* 9 cts/min. depuis un téléphone fixe allemand, max. 42 cts/min. depuis un téléphone portable allemand

## COMMENT SAVOIR SI ON EST INFECTÉ?

En général, on ne peut pas savoir si quelqu'un est infecté tout simplement en le regardant. Seul un test VIH permet de le savoir. Pour cela, le mieux est d'aller au «Gesundheitsamt» (service de santé publique). Vous pouvez vous y faire un test anonyme, donc sans donner votre nom, et le test est généralement gratuit ou ne coûte pas cher (entre 10 et 15 euros).

Avant de faire un test, il est recommandé de se faire conseiller en détail, dans une aide locale contre le sida (Aidshilfe) par exemple.

Pour réaliser le test, on prélèvera du sang qui sera ensuite analysé dans un laboratoire. Après quelques jours on peut aller chercher le résultat en personne. Dans le cas de tests rapides, il est même possible d'obtenir le résultat immédiatement.

## VIVRE AVEC LE VIH EN ALLEMAGNE

Lorsqu'une infection VIH est constatée, cela ne veut pas dire que l'on a le sida. Au contraire: Quand on sait qu'on est infecté, on peut parler avec un médecin spécialiste du VIH pour savoir à partir de quand il faut prendre des médicaments contre le VIH pour éviter le sida. Si l'on ne dispose pas d'assurance maladie, on peut se rendre dans un centre de santé publique ou dans une Aidshilfe pour recevoir de l'aide. Lorsque l'on suit une thérapie contre le VIH et que l'on est pris en charge par un médecin spécialiste du VIH, il est tout à fait possible de fonder une famille et d'avoir des enfants qui ne sont pas infectés.

A savoir également: une infection VIH ne change rien au statut de séjour – personne ne vous demandera de quitter l'Allemagne. Et le fait d'être infecté du VIH n'empêche pas d'exercer presque tous les métiers.

FRANZÖSISCH

## NOUS EN PARLONS INFORMATIONS SUR LE VIH ET LE SIDA

aidshilfe.de

Deutsche  
AIDS-Hilfe

## NOUS PARLONS DU VIH ET DU SIDA

Beaucoup de gens ont du mal à parler du VIH et du sida car ce sujet est souvent tabou et il fait peur. Nous en parlons tout de même pour vous informer sur ce thème. Il vous sera ensuite peut-être plus facile de parler de la protection contre le VIH, par exemple avec votre partenaire ou dans votre famille.

Cette brochure vous présente les informations les plus importantes concernant les modes de transmission et les moyens de protection, le test VIH et la vie quotidienne avec le VIH en Allemagne. Si vous avez des questions ou que vous souhaitez vous faire conseiller, vous trouverez des conseillers et conseillères compétent(e)s sur place dans votre aide locale contre le sida (Aidshilfe) (voir la dernière page).

## QU'EST-CE QUE LE VIH ET QU'EST-CE QUE LE SIDA?

Le VIH est un virus. Il affaiblit le système immunitaire qui sert à défendre le corps contre les maladies. Lorsque l'on s'est infecté avec ce virus et que l'on ne prend pas de médicaments à temps, on peut attraper le sida, une maladie pouvant être mortelle. De plus, on risque de transmettre ce virus aux autres:

- **lors du sexe vaginal ou anal sans préservatif** (même si aucune éjaculation n'a lieu dans le corps)
- **lors de rapports sexuels oraux**, si du sperme ou du sang menstruel entrent dans la bouche
- **lors de la consommation de drogues**, si des seringues ou des aiguilles sont utilisées par plusieurs personnes
- **de la mère à l'enfant** (lorsqu'on ne prend pas de médicaments contre le VIH ou que l'on allaite l'enfant).

## COMMENT PEUT-ON SE PROTÉGER ET PROTÉGER LES AUTRES?

- Utiliser un préservatif lors de rapports sexuels vaginaux ou anaux. Ils protègent du VIH et diminuent le risque de contamination par d'autres infections sexuellement transmissibles.
- Veiller à ce que ni du sang ni du sperme n'entrent dans la bouche ou dans le corps.
- N'utiliser que ses propres seringues et accessoires dans le cas de la consommation de drogue et ne pas donner son matériel utilisé à d'autres personnes.
- Les femmes enceintes infectées par le VIH peuvent éviter de transmettre le virus à leur enfant en prenant des médicaments contre le VIH, en se faisant soigner par des spécialistes du VIH lors de la naissance et en n'allaitant pas.

## AUCUN RISQUE DE TRANSMISSION DANS LA VIE DE TOUS LES JOURS

Le VIH ne se transmet pas facilement. Dans la vie de tous les jours, il n'existe donc aucun risque de contamination. Vous pouvez tout à fait vivre et travailler avec d'autres personnes, leur serrer la main, les prendre dans vos bras et les embrasser, utiliser les mêmes toilettes, salles de bains et saunas qu'eux, manger dans la même assiette, boire dans le même verre et utiliser les mêmes couverts qu'eux.

Le VIH n'est pas transmissible par l'air, la salive, les larmes, la sueur, l'urine, les excréments ni les piqûres d'insectes.