



PRENDS SOIN DE TOI!

Pour ta santé –
Un test sauve la vie!

Tu te poses des questions sur ta santé? Tu veux en savoir plus sur le VIH/Sida? **Nous pouvons t'aider!**

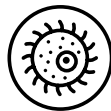
Aujourd'hui les progrès de la médecine permettent de soigner beaucoup de personnes. Et même de les guérir!

Si une personne séropositive prend régulièrement le traitement antirétroviral, il est possible d'éviter qu'elle ne meure du SIDA.

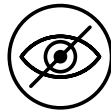
Il n'y a qu'un seul moyen de savoir si on est séropositif: **se faire tester**. Si le test est positif, un traitement et un accompagnement médical seront proposés à la personne testée positive, même pour les réfugiés.

Le traitement permet aux personnes séropositives de vivre une vie normale et saine. Le traitement empêche également la contamination des enfants. Connaître son statut, c'est aussi s'assurer de ne pas infecter une autre personne involontairement. C'est se protéger et protéger les autres.

IMPORTANT:



Sans traitement, une infection avec le VIH peut causer le SIDA, une maladie qui peut être mortelle.



Le VIH ne se voit pas! Une personne séropositive n'a pas l'air malade. Une personne séropositive peut vivre des années sans remarquer de symptômes et infecter d'autres personnes sans le savoir.



Tout le monde peut contracter le VIH, quel que soit son âge, sa sexualité, son origine ou son sexe!

LE VIH PEUT SE TRANSMETTRE:



Par les rapports sexuels non protégés avec un homme ou une femme. Le préservatif évite les infections sexuellement transmissibles (STI) et la transmission du VIH.



Par le partage de seringues ou d'aiguilles usagées (par exemple lors de la prise intraveineuse de drogues)



Si une mère séropositive ne prend pas de thérapie, il y a un risque qu'elle infecte son enfant (avant la naissance, pendant l'accouchement ou lors de l'allaitement).

LE VIH NE SE TRANSMET PAS:



En ayant des contacts sociaux avec des personnes séropositives (vivre, travailler ensemble...)



En utilisant les mêmes couverts, en buvant dans le même verre qu'une personne séropositive.



Lors de baisers, d'embrassades, de contacts avec la peau d'une personne séropositive.

OÙ PEUT-ON SE FAIRE CONSEILLER ET TESTER ?

Brandenburg (Havel) SANTÉ PUBLIQUE Klosterstraße 14 14770 Brandenburg an der Havel T +49 3381 585320	Landkreis Havelland SANTÉ PUBLIQUE Forststraße 45, Haus A 14712 Rathenow T +49 3385 5517110	SANTÉ PUBLIQUE Lankeweg 4 14513 Teltow T +49 3328 318135
Cottbus MUNICIPALITÉ COTTBUS Puschkinpromenade 25 03044 Cottbus T +49 355 6132215	SANTÉ PUBLIQUE Goethestraße 59/60 14641 Nauen T +49 3321 4035306	Landkreis Prignitz SANTÉ PUBLIQUE Bergstraße 1 19348 Perleberg T +49 3876 713549
BÜNDNIS FAIRES BRANDENBURG E.V. Rat- und Tatzentrum Cottbus Straße der Jugend 33 03050 Cottbus T +49 321 21335991	SANTÉ PUBLIQUE Dallgowerstr. 9 14312 Falkensee T +49 3321 4036820	Landkreis Spree-Neiße SANTÉ PUBLIQUE Heinrich-Heine-Straße 1 03149 Forst (Lausitz) T +49 3562 98615356/-16
Frankfurt (Oder) SANTÉ PUBLIQUE Logenstraße 6 15230 Frankfurt (O) T +49 335 5525313	Landkreis Märkisch-Oderland SANTÉ PUBLIQUE Klosterstraße 14 15344 Strausberg T +49 3346 850 6710/-6711	Landkreis Teltow-Fläming SANTÉ PUBLIQUE Am Nuthefließ 2 14943 Luckenwalde T +49 3371 6083892
Potsdam MUNICIPALITÉ POTSDAM Santé publique, Room 505 Jägerallee 2 14469 Potsdam T +49 2892434/-2412	Landkreis Oberhavel SANTÉ PUBLIQUE Havelstr. 29 16515 Oranienburg T +49 3301 601 3781/-3773	SANTÉ PUBLIQUE Straße der Jugend 63 14974 Ludwigsfelde T +49 3378 803608
Landkreis Barnim SANTÉ PUBLIQUE Am Markt 1 16225 Eberswalde T +49 3334 2141601	Landkreis Uckermark GESUNDHEITS- UND VETERINÄRAMT Berliner Straße 123 16303 Schwedt/Oder T +49 3332 208 137	Landkreis Spree SANTÉ PUBLIQUE Großenhainer Straße 62 01968 Senftenberg T +49 3573 8704326/-4322
Landkreis Dahme-Spreewald CENTRE DE CONSEIL SIDA Beethovenweg 14 15907 Lübben T +49 3546 201784	Landkreis Oberspreewald-Lausitz SANTÉ PUBLIQUE Karl-Marx-Straße 1 17291 Prenzlau T +49 3984-703 353	Associations d'aide aux séropositifs: AIDS-HILFE POTSDAM E.V. Kastanienallee 27 14471 Potsdam T +49 331 95130851
Landkreis Elbe-Elster SANTÉ PUBLIQUE Grochwitzer Straße 20 04916 Herzberg T +49 3535 463108	Landkreis Oder-Spree SANTÉ PUBLIQUE Am Bahnhof 1, Haus 1 15517 Fürstenwalde T +49 3361 35 2213	AIDS-HILFE LAUSITZ E.V. Kulturzentrum „Bunte Welt“ Thierbacher Str. 21 03048 Cottbus T +49 321 21335991
	Landkreis Ostprignitz-Ruppin SANTÉ PUBLIQUE Neustädter Straße 44 16816 Neuruppin T +49 3391 6885366	RAT & TAT ZENTRUM POTSDAM Jägerallee 29 14469 Potsdam T +49 331 240190
	Landkreis Potsdam-Mittelmark SANTÉ PUBLIQUE Steinstraße 14, Room 104 14806 Bad Belzig T +49 33841 91306	

Si tu souhaites contacter un centre de conseil VIH, voici quelques informations importantes à connaître:



Le test VIH est **GRATUIT** dans le Brandebourg, que ce soit dans les AIDS-Hilfen ou les Centres de santé publique (Gesundheitsämter). Tu n'as pas besoin d'un **CARTE D'ASSURANCE MALADIE** (feuille de traitement)!



Le test est **ANONYME**, c'est à dire que tu ne dois pas donner ton nom ou tes coordonnées lorsque tu te fais tester ou conseiller.



La séance de conseil ou le résultat du test sont **PERSONNELS** et aucune information ne sera communiquée à d'autres personnes ou administrations. Important: être séropositif ne signifie pas pour les réfugiés qu'ils seront renvoyés dans leur pays d'origine!



Si tu as des questions ou des doutes concernant une possible infection avec le VIH, n'hésite pas à prendre contact avec une personne conseillère (AIDS-Hilfe ou Santé publique) dans ta région. Ensemble, nous pouvons trouver des solutions et des réponses!

Comment te protéger? Comment protéger les autres ?



Les préservatifs sont un moyen très efficace de se protéger des infections sexuellement transmissibles, du VIH et des grossesses non désirées. Les centres de conseils mettent des préservatifs gratuitement à disposition de chacun.



La communication avec ton ou ta partenaire est importante pour ta santé et la sienne. N'hésite pas à l'informer et à parler avec elle ou lui de ton état de santé.

Une visite chez le médecin : un acte important pour ta santé et celles des autres.



Les médecins (ainsi que les administrations sanitaires et les services sociaux) sont soumis au SECRET MEDICAL. Il est interdit de divulguer des informations sur un patient sans son accord préalable. Ils ne peuvent ni juger ta personne ni tes actes.

Si le secret médical n'est pas respecté ou si tu es victime de discriminations de la part d'un médecin ou d'une institution, tu peux prendre contact avec la AIDS-Hilfe ou une association d'aide aux réfugiés qui pourront te conseiller. Le médecin est ton partenaire santé le plus important. N'hésite pas à le consulter si tu as des questions ou des doutes sur ta santé, même si tu ne te sens pas malade.

S'il t'est difficile de parler de VIH ou de santé sexuelle avec ton médecin, tu peux utiliser ce petit formulaire: coche les cases correspondantes à tes demandes et donne le formulaire à ton médecin pendant la visite médicale. Ils pourront ainsi t'aider au mieux.

J'ai eu | Ich habe

- des rapports sexuels (vaginaux, anaux) non protégés | ungeschützten Sex (vaginal, anal)
 - avec un homme | mit einem Mann
 - avec une femme | mit einer Frau
- un contact avec du sang possiblement contaminé (échange de seringues, aiguilles, transfusions sanguines en dehors de l'Europe) | Kontakt zu Blut (Spritzenaustausch, Nadel) **gehabt**

C'était | Es war

- il y a moins de trois jours | vor weniger als 3 Tagen
- il y a moins de 10 jours | vor weniger als 10 Tagen
- il y a 1 mois | vor 1 Monat il y a 2 mois | vor 2 Monaten
- il y a 3 mois ou plus longtemps | vor 3 Monaten / Es war vor einer längeren Zeit

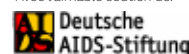
J'ai | Ich habe

- des douleurs génitales ou anales | Schmerzen im genitalen/anal Bereich
- de la fièvre | Fieber
- une éruption cutanée | Hautausschlag
- des douleurs articulaires | Gliederschmerzen
- des sueurs nocturnes | Nachtschweißausbrüche
- une inflammations des ganglions | Lymphknotenschwellung

Je souhaite me faire tester | Ich möchte mich

- pour le VIH | auf HIV
- pour d'autres maladies sexuellement transmissibles | auf andere sexuell übertragbare Infektionen **testen lassen.**

Avec l'aimable soutien de:



Ce projet est co-financé par le ministère du Travail, des Affaires Sociales, de la Santé, des Femmes et de la Famille de l'Etat du Brandebourg grâce aux fonds de la lotterie nationale.