

MANUEL PÉDA 80 GIQUE

#### Table des matières

1. Qu'est-ce qu'une IST ?	рЗ
2. Comment s'en protéger ?	p4
1) Le préservatif interne et externe	p4
2) La digue dentaire ou carré de latex	p8
3) La vaccination	р9
4) Les traitements spécifiques	р9
• Le tableau des IST	p10
3. Quand ? Où ? Pourquoi se faire dépister ?	p14
1) Qu'est-ce qu'une prise de risque ?	p14
2) Que faire après avoir pris un risque ?	p14
4. Glossaire	p18
5. Où s'adresser en cas de besoin ?	p30
- Pour toute question	p30
- Pour réaliser un dépistage	p34
- D'autres lieux utiles pour obtenir des	
outils, des informations	p36
6. Bibliographie	p37

# 1 QU'EST-CE QU'UNE IST ?

#### Définition

Infection Sexuellement Transmissible, infection provoquée par des bactéries, virus ou parasites.

Tous les symptômes décrits dans le manuel ne sont pas toujours dus uniquement aux IST (ex : douleur en urinant, écoulement vaginal,...), ce sera au médecin de le déterminer.

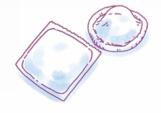
# 2 COMMENT S'EN PROTÉGER ?

### Le préservatif interne et externe

Chacun·e est responsable de sa propre santé et de l'utilisation du préservatif. Si la volonté de se protéger n'est pas commune, la personne a toujours la possibilité de ne pas consentir à l'acte.

# Comment placer un préservatif externe?

Certaines règles/étapes dans l'utilisation d'un préservatif doivent être respectées :



- **1.** Le préservatif doit être appliqué sur le pénis en érection AVANT LES PRELIMINAIRES.
- **2.** Un préservatif doit être conservé à l'abri de la chaleur, du froid et des frottements (Evitez donc le portefeuille et la poche arrière). S'il n'est pas bien conservé, il est fragilisé et risque plus facilement de se déchirer.
- **3.** La date d'expiration située sur l'emballage doit être valide.
- **4.** Les lettres CE doivent figurer sur l'emballage, cellesci certifient la conformité du préservatif aux règles européennes.
- 5. L'emballage doit être ouvert précautionneusement, il ne

- faut pas utiliser de ciseaux ou de dents pour l'ouvrir. Les ongles et les bagues peuvent également être un risque de déchirure du préservatif.
- **6.** Il est important de vérifier le bon sens du préservatif de sorte qu'il puisse se dérouler sur le pénis.
- 7. Le préservatif enroulé est placé sur le bout du pénis et le réservoir est pincé à l'aide de deux doigts afin de chasser l'air (et ainsi éviter les déchirures ultérieures).
- 8. Le préservatif est déroulé jusqu'à la base du pénis.
- **9.** On peut aussi utiliser un lubrifiant à base d'eau pour éviter qu'il ne se déchire.

Remarque: NE JAMAIS employer de produits gras qui fragilisent le préservatif (huile de massage, vaseline,...)

- **10.** Après l'éjaculation, il ne faut pas tarder à se retirer du vagin ou de l'anus en maintenant le préservatif à la base de la verge.
- **11.** Jeter le préservatif à la poubelle après l'avoir fermé avec un nœud.

#### Remarques:

- Pour plus d'aisance et moins de stress lors du premier rapport sexuel, chaque partenaire peut s'entrainer à mettre un préservatif.
- Les préservatifs externes peuvent être obtenus gratuitement auprès d'un Point Relais Sida, du SASER et dans tout centre de planning
- familial. Ils sont également vendus en pharmacie, en grande surface et parfois en distributeurs.
- Il ne faut jamais employer un préservatif usagé ou cumuler deux préservatifs (deux préservatifs externes ou un préservatif interne et un externe).

#### Comment placer un préservatif interne

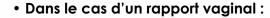
- 1. Le préservatif interne peut être inséré dans le vagin soit debout avec un pied sur une chaise, soit couchée ou assise avec les jambes entrouvertes.
- **2.** À l'aide d'une main, serrer l'anneau situé à l'extrémité du préservatif.
- 3. Avec l'autre main, écarter les lèvres externes du vagin et avec la première main, insérer le préservatif dans le vagin comme s'il s'agissait d'un tampon.
  - **4.** Pousser l'anneau du préservatif le plus loin possible dans le vagin.
  - **5.** L'anneau externe du préservatif doit rester à l'extérieur du vagin, il doit dépasser des lèvres.
  - **6.** À la fin du rapport sexuel, retirer le préservatif en tordant l'anneau situé à l'extérieur pour éviter les fuites de sperme et jeter le préservatif à la poubelle.



- Le préservatif interne peut être inséré plusieurs heures avant le rapport sexuel (jusqu'à 8h avant).
- Il peut être trouvé en pharmacie et, sur demande, auprès du SASER et des Points Relais Sida.
- Lubrifier l'intérieur du préservatif peut aider à le

- maintenir en place pendant la pénétration.
- Veiller lors de la pénétration à bien mettre le pénis dans le préservatif!
- Certaines personnes l'utilisent par voie anale, dans ce cas, il faut retirer l'anneau se trouvant à l'intérieur du préservatif.





- Interrompre le rapport immédiatement.

#### Pour la personne ayant un vagin :

- Evacuer le sperme ou les sécrétions : S'assoir sur le WC et pousser pour évacuer le plus de sperme ou sécrétions possible. Ensuite, évacuer le reste du sperme avec deux doigts en faisant très attention de ne pas se blesser avec les ongles (Une petite blessure représenterait une porte d'entrée pour les IST). Se laver l'extérieur du sexe avec de l'eau tiède.
- **NE PAS faire de douche vaginale** (lavement avec un jet d'eau ou à la poire, etc...) ; la pression du jet d'eau risquerait d'emmener des sécrétions plus loin vers l'utérus. La douche vaginale n'est recommandable QUE si vous avez un diaphragme.

Pensez à la pilule du lendemain!

#### Pour la personne ayant un pénis :

- Uriner pour laver l'urètre.
- Nettoyer le sexe avec de l'eau et particulièrement le gland et l'intérieur du prépuce (la peau qui se retrousse).
- Dans le cas d'un rapport anal :
  - Interrompre le rapport immédiatement
  - S'assoir sur le WC et pousser pour évacuer le plus de sperme ou sécrétions possible. NE PAS essayer d'évacuer le reste de sperme avec les doigts, NE PAS faire de douche anale (jet d'eau, poire de lavement, etc...) : ces pratiques risquent d'endommager les muqueuses fragiles de l'anus et de favoriser la transmission des IST.

- Nettoyer le sexe avec de l'eau et particulièrement le gland et l'intérieur du prépuce (la peau qui se retrousse)

#### • Dans le cas d'un rapport oral :

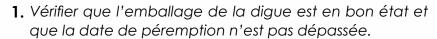
- Cracher le sperme ou les sécrétions
- Se laver la bouche avec un bain de bouche ou une solution dentaire antiseptique NE PAS se brosser les dents ou utiliser du fil dentaire : cela endommage les gencives et « ouvre des portes » à la contamination.
- Ne rien manger, ni boire pendant 1 heure.
- Uriner pour laver l'urètre
- Nettoyer le sexe avec de l'eau et particulièrement le gland et l'intérieur du prépuce (la peau qui se retrousse)

## La digue dentaire ou carré de latex

C'est un voile de protection pour le sexe oral (cunilingus/ anulingus).

# Comment placer une digue dentaire ou un carré de latex ?

La digue dentaire peut être trouvée dans certains centres de prévention (SASER), ou à la demande auprès des Points Relais Sida, dans certaines pharmacies, dans les sex-shops. Mais il est aussi possible de la fabriquer soi-même en coupant un carré dans un préservatif externe.



- **2.** Ouvrir l'emballage à la main (et non avec un objet tranchant ou pointu) en faisant attention à ne pas abîmer son contenu.
- **3.** Placer la digue ou le préservatif sur la vulve ou l'anus du/ de la partenaire et tenir le carré en place pour ne pas qu'il bouge.
- **4.** Possibilité d'ajouter (entre la vulve/ l'anus et la digue) du lubrifiant à base d'eau
- **5.** Ne pas le réutiliser, ne pas le retourner pendant l'utilisation et ne pas utiliser le même pour un anulingus et un cunnilingus.



# 31

#### La vaccination

Voir tableau pages 10 à 13



## Les traitements spécifiques

Voir tableau pages 10 à 13

8

IST	MODE DE TRANSMISSION	SYMPTÔMES	DÉLAI DÉPISTAGE	MODE DE DÉPISTAGE	TRAITEMENT	RISQUES SI PAS DE TRAITEMENT	VACCI- NATION	SE SOIGNE ?
CHLAMYDIA Bactérie	- Pénétration vaginale, anale, fellation, cunnilingus, anulingus, frottement et caresses sexuelles Transmission de la mère à l'enfant à l'accouchement.	- Souvent asymptomatique (80% chez les femmes, 50% chez les hommes) Écoulement vagin, pénis, anus, douleur anale, rougeur des muqueuses, douleur testiculaire, sensation de brulures quand on urine, douleurs pendant les rapports sexuels, saignements après les rapports sexuels (en dehors des règles), pharyngite.	2 semaines après la prise de risque.	Frottis vaginal, gorge et anal (PCR) Analyse d'urine Rem : pas de prise de sang	Antibiotique pour le/la patient e et partenaire(s) (contagiosité jusqu'à 7 jours après la fin du traitement et disparition symptômes).	Stérilité, épididymite, orchite, salpingite, endométrite, PID, gros- sesse extra-utérine, (péri) arthrite.	/	Peut revenir plusieurs fois, une fois traitée et guérie.
GONORRHÉE (BLENWORRASIE - CHAUDE PISSE) Bactérie	- Pénétration vaginale, anale, fellation, cunnilingus, anulingus, caresses sexuelles. - Transmission de la mère à l'enfant à l'accouchement.	<ul> <li>Souvent asymptomatique (surtout pour la femme).</li> <li>Brûlure en urinant.</li> <li>Écoulement jaune/verdâtre par vagin, pénis ou anus.</li> <li>Douleurs vagin, méat urinaire, bas ventre, douleur anale, testiculaire, douleur gorge.</li> <li>Fièvre.</li> </ul>	7 jours	-Examen médical, -Frottis (col de l'utérus/urètre/ anal/gorge) -Analyse d'urines	Antibiotique pour le/la patient·e et partenaire(s) (contagiosité jusqu'à 7 jours après prise d'antibiotiques et disparition symptômes).	Pour les hommes : inflammation des testicules pouvant entrainer la stérilité, cicatrices dans l'urètre, difficulté à uriner, prostatite. Pour les femmes : infertilité, abcès trompes ou ovaires, grossesse extra-utérine.	1	Peut revenir plusieurs fois, une fois traitée et guérie.
TRICHOMONAS  Parasite	- Pénétration vaginale, anale.	- Quelques fois asymptomatique (plus souvent chez l'homme) Pertes gynécologiques anormales jaunes verdâtres parfois mousseuses (odeur+++), irritations et démangeaisons Douleur en urinant Gêne ou douleur pendant l'acte sexuel.	À l'apparition des symp- tômes (période fenêtre inconnue).	Frottis (ou analyse d'urine chez l'homme)	Antiparasitaire (attention souvent interaction avec alcool, en parler avec médecin traitant).	Conséquences rares : maladie pelvienne inflammatoire => infertilité. Douleur pelvienne chronique. Grossesse extra utérine.	/	Peut revenir plusieurs fois, une fois traitée et guérie.
SYPHILIS Bactérie	- Pénétration vaginale, anale, fellation, cunnilingus, anulingus, caresses (stade 2) Echange de seringues/ Sniff Transmission de la mère à l'enfant.	<ul> <li>Pas toujours de symptômes.</li> <li>Différents stades de maladies :</li> <li>1. Syphilis primaire : Chancre sur muqueuses génitales, anales, bouche ou peau.</li> <li>2. Syphilis secondaire : Lésions cutanées (atypiques) sur tronc et extrémités et qqx symptômes généraux (fièvre , perte de poids, etc).</li> <li>3. Syphilis tertiaire : Atteinte neurologique, cardiovasculaire et cutanée.</li> <li>4. Syphilis latente : pas de symptôme.</li> </ul>	6 semaines Si TROD : à 3 mois	Prise de sang Ou TROD	Antibiotiques en injections ou par voie orale  Le/la patient·e n'est plus contagieux·se 7 jours après la fin du traitement.	Dommages au cœur, aux os, au cerveau (paralysie, démence,) et au foie.  Risque d'avortement spontané, bébé mort-né, malformations, accouchement prématuré.  Risque de décès.	/	Peut revenir plusieurs fois, une fois traitée et guérie.
<b>ViH</b> Virus	- Pénétration anale (risque très élevé), vaginale (risque élevé), - sexe oral (risque faible voire très faible) - Via le sang (dont partage de seringues) - Transmission de la mère à l'enfant ( pendant la gros- sesse, l'accouchement ou l'allaitement maternel.)	<ul> <li>- Pas toujours de symptômes mais pour certaines personnes dans les premiers jours de l'infection : grippe (fièvre , fatigue, douleur musculaire , éruption).</li> <li>- Autres signes cliniques : ganglions, diarrhée, éruption cutanée, céphalées.</li> </ul>	Prise de sang 6 semaines après prise de risque. TROD après 3 mois.	Prise de sang ou TROD	Combinaison de différents antirétroviraux. Pour les personnes séropositives : - TASP : antirétroviraux pour rendre la charge virale indétectable. Rem : Si traitement et CVI, une grossesse est possible sans risque de contamination pour l'enfant. Pour les personnes séronégatives : - TPE : dans les 72 heures maximum après la prise de risque avérée (= traitement post-exposition) PREP : traitement préventif lorsque prises de risque élevées.	Évolution vers stade sida et mort.	/	On n'en guérit pas mais si Charge Virale Indétectable (grâce au trai- tement) pas de transmission et stabilisation.

10 Suite du tableau

	IST	MODE DE TRANSMISSION	SYMPTÔMES	DÉLA/ DÉPISTAGE	MODE DE DÉPISTAGE	TRAITE- MENT	RISQUES SI PAS DE TRAITEMENT	VACCI- NATION	se soigne ?
ولای	HERPÈS SIMPLEX Virus	- Caresses sexuelles, pénétration vaginale, anale, fellation, cunnilingus, anulingus. - De la mère à l'enfant. - ! Bouton de fièvre	<ul> <li>Parfois plusieurs années après le contact contagieux.</li> <li>Vésicules remplies de liquide puis petits boutons type ulcères sur les organes génitaux anus et bouche.</li> <li>Douleur quand on urine.</li> </ul>	Pas de dépistage en l'absence de symp- tômes.	Examen médical Frottis lorsque vésicule Dans certains cas particulier par prise de sang	Traitement antiviraux par comprimés (ou crème : beaucoup moins efficace).	Maladie chronique (évoluant par poussées) qui apparait quand stress ou fatigue, Complications possibles : surinfection, lésion extragénitale, ! si accouchement : risque infection du nouveau-né. Toute personne porteuse est potentiellement contagieuse y compris lorsqu'elle est asymptomatique MAIS risque augmenté quand il y a des symptômes.	1	Pas de guérison mais diminution de la fréquence des poussées gràce à un traitement anti-rétroviral pendant plusieurs mois.
	HPV ONCOGÈNES  (RISQUES DE CANCERS)  Virus	- Pénétration vaginale, anale, fellation, cunnilingus, anulingus, caresses sexuelles De la mère à l'enfant.	- Cancers ou lésions précancéreuses (du col de l'utérus, de la vulve, du pénis, de l'anus ou de la gorge) Souvent sans symptômes (mais parfois saignements, douleurs, ganglions).	Chez femme: Frottis du col tous les 3 ans à partir de 25 ans jusque 64 ans. Si lésion, frottis tous les 6 mois. Chez HSH, dans cer- tains cas, proposition dépistage par procto- logue spécialisé.	Frottis anatomopa- thologique par médecin et si nécessaire demande PCR HPV	Conisation du col si nécessaire mais aussi chirurgie proctologique ou ORL.	Risque de cancer du col de l'utérus, de la vulve, de l'anus, du pénis, de la gorge et du larynx. Risque de décès dû au cancer.	Oui (2 à 3 injec- tions)	Certaines lésions précancéreuses régressent spontanément sans traitement.
<u> </u>	HPV CONDYLOMES Virus	<ul> <li>Pénétration vaginale, anale, fellation, cunnilingus, anulingus, caresses sexuelles.</li> <li>De la mère à l'enfant.</li> </ul>	- Verrues « choux-fleurs » sur organes génitaux, anus, gorge, bouche.	Pas de dépistage sans symptômes. Diagnostiqué lors apparition des symp- tômes.	Examen médical visuel, biopsie, colposcopie, examen proc- tologique	Traitement local par crème, brû- lure au laser, extraction locale.	Complication surtout esthétique et fonctionnelle sauf si transmission mère /enfant.	Oui (2 à 3 injec- tions)	Récidives fréquentes.
	HÉPATITE B	<ul> <li>Via le sang : Echange de seringues, sniff, tatouages, etc</li> <li>Via sperme, secrétions vaginales et salive : Pénétration vaginale, anale, fellation, cunnilingus,</li> <li>Transmission de la mère à l'enfant surtout à l'accouchement.</li> </ul>	- 95% des patient-e-s n'ont pas de symptôme Fatigue, jaunisse, urines foncées, selles décolorées, nausées, vomissements 10% des patient-e-s deviennent porteur-euse-s chroniques.	9 à 12 semaines après le risque.	Prise de sang	Antiviraux	Cirrhose du foie, cancer du foie, risque de décès.	Oui (3 injections)	Une grande majorité des personnes infectées s'en débarrassent naturellement avant maladie chronique. Si hépatite chronique la guérison totale est plus difficile. Si guérit ne se réinfectera plus.
42%	HÉPATITE C Virus	- Via le sang (y compris le sang séché) - Pénétration avec sang, vaginale, anale (parfois micro-saignements invisibles) - Partage de seringues et matériel connexe, sniff ++ - Transmission de la mère à l'enfant	<ul> <li>- Pas toujours de symptômes (60%).</li> <li>- Au début : syndrome grippal, douleur abdomen.</li> <li>- Ensuite : Fatigue, jaunisse, urines foncées, selles décolorées, nausées, vomissements.</li> <li>- Plus de la moitié vont développer une hépatite chronique.</li> </ul>	Prise de sang PCR : 2 semaines Anticorps : 12 semaines après exposition. TROD : 3 mois	Prise de sang ou TROD	Antiviraux	Cirrhose du foie, cancer du foie, risque de décès.	1	Une fois traitée, guérison Mais n'empêche pas un risque de réinfection.
	HÉPATITE A Virus	<ul> <li>Par selles contaminées ; Anulingus</li> <li>Par mains contaminées et par le sang</li> <li>(en période aigue).</li> <li>Par aliments contaminés (nourriture ou eau contaminée).</li> <li>Transmission de la mère à l'enfant.</li> <li>La moitié des personnes âgées de plus de 35 ans a déjà été infectée par le virus et est donc immunisée.</li> </ul>	- Dans 50 à 80% des cas : pas de symptôme Au début ; nausée, vomissement, syndrome grippal Après quelques jours : peau jaunâtre , urines foncées, selles pâles décolorées Après quelques semaines : grosse fatique.	8 semaines	Prise de sang	Pas de traitement. Se reposer (voire rester au lit).	Chez certaines personnes plus fragiles : une hépatite fulminante peut entrainer un décès.	Oui (2 injec- tions)	Oui

# Quand? où? Pourquoi SE FAIRE DÉPISTER? Qu'est-ce qu'une prise de risque?

Une prise de risque en matière d'IST désigne une ou plusieurs pratiques sexuelles (avec ou sans pénétration) non protégées, le partage d'une seringue usagée ou de matériel de sniff.

## Que faire après avoir pris un risque?

- La première chose à faire est de prendre contact avec **un/une professionnel·le de la santé :** 

Un centre spécialisé tel que le SASER, un centre de planning familial (à moindre coût) ou un·e médecin généraliste....

- Ce·tte professionnel·le évaluera les éventuels risques encourus et proposera soit :
- Un **dépistage IST** dans un délai de 6 semaines (prise de sang, frottis, analyse d'urine...)
- Dans le cas d'un risque VIH de de 72H, **un traitement d'urgence** appelé TPE. Pour cela, il/elle vous aiguillera vers un hôpital (par exemple CHR de Namur) ou un centre de référence Sida (par exemple Mont-Godinne).



# LE DÉPISTAGE

Les IST se transmettent facilement mais il n'y a pas toujours de symptômes. Toutefois, dès qu'une personne est infectée, elle peut transmettre l'infection. Par conséquent, si une personne pense être contaminée par une IST parce qu'elle a des symptômes ou parce qu'elle a pris un risque, il est impératif qu'elle se protège et qu'elle consulte.

Lorsqu'ils sont présents, les signaux d'alarme peuvent être : des **démangeaisons** au niveau des parties génitales et/ou de l'anus, des **sensations de brûlures** au niveau des parties génitales et/ou de l'anus, **des écoulements inhabituels** par le pénis, le vagin et/ou l'anus, de la **fièvre**, de la **fatigue**, des **boutons**, des **lésions** ou des **verrues** sur les parties génitales, au niveau de l'anus et/ou sur tout le corps, **des saignements** en dehors des règles, des **douleurs** dans le bas ventre, des **ganglions** enflés (aine, cou, aisselles...).

Un dépistage peut aussi être réalisé au début d'une relation, avant d'arrêter le préservatif ou avant d'avoir un enfant. Cela permet de se rassurer, d'adopter un comportement responsable et de vivre une sexualité épanouie. Néanmoins, il est nécessaire de continuer à se protéger si le/la partenaire ne s'est pas fait dépister.

#### Remarques:

En ce qui concerne le traitement des IST, il ne faut pas tenter de se soigner sans avis médical. Par ailleurs, si le/la médecin a prescrit des médicaments, il est impératif de les prendre correctement. Il convient aussi de prévenir le/la/les partenaire(s) ou ex-partenaire(s) pour qu'il(s)/elle(s) puisse(nt) consulter un·e médecin s'il y a eu un risque de contamination.

Plus d'informations sur les lieux de dépistage en page 35.





Stimulation orale de l'anus.

#### Asexuel.le

**Anulingus** 

Qui ne ressent pas d'attirance sexuelle pour autrui.

#### **Autotest**

Un autotest permet d'effectuer un dépistage par soi-même, à la maison ou ailleurs, sans l'aide d'un-e professionnel·le de santé. A partir d'un peu de sang (ou de salive) et avec manipulations quelques assez simples, l'autotest révèle en quelques minutes la présence ou non des anticorps spécifiques produits en cas d'infection par le virus du sida, le VIH. L'au-

être réalisé à partir de 3 mois après un risque. Si le résultat est positif sur l'autotest, il est nécessaire de le confirmer par prise de sang.

#### Bactérie

Micro-organisme formé d'une seule cellule, sans noyau, à structure très simple, considéré comme ni animal ni végétal.

#### Bisexuel.le

Personne ayant une attirance sexuelle et/ou affective pour les hommes et les femmes.

#### Carré de latex

Ou dique dentaire permet de créer une barrière de latex pour se protéger des IST lors des anulingus ou **Quelques conseils** cunnilingus.

#### Charge virale

Mesure de quantité du VIH présente dans le sang.

#### Charge virale indétectable

La charge virale est inférieure à la plus petite charae virale mesurable. On n'arrive plus à détecter le VIH dans le sang. On reste toutefois séropositif·ve à vie.

#### Chlamydia

Une infection sexuellement transmissible due à la bactérie chlamydia trachomatis. La chlamydia est l'IST la plus fréquemment diagnostiquée en Belgique. Les jeunes de 15 à 29 ans sont les plus touché·e·s.

#### Cis(genre)

Personne dont l'identité de genre est en concordance avec son sexe déclaré à l'état civil.

#### Coming-out

L'annonce volontaire (mais obligatoire) d'une pas orientation sexuelle OU d'une identité de genre.

# faire son coming out:

Il n'y a pas de recette toute faite pour faire son comina out.

Mais si c'est à chacun·e d'inventer sa propre recette, voici tout de même quelques suggestions d'inarédients:

- Ne pas penser à la place de l'autre. Ce aui importe, c'est le moment où on se sent prêt·e, et non pas le moment où on pense que les autres le sont.
- En parler dans l'absolu avant de parler de soi-même. Parler d'homosexualité ou de transidentité en général avant de parler de son homosexualité ou de sa transidentité permet de se faire une idée sur ce aue l'interlocuteur·trice est prêt·e à entendre.
- Éviter de le faire sous le coup de la colère ou sur le ton de la provocation

S

car cela risque de braquer l'interlocuteur·rice. Le risque est alors au'il/elle ne veuille plus, dans un premier temps, entendre ce qu'on a à lui dire.

- En parler avec d'autres personnes concernées. De cette manière, on pourra être écouté·e et conseillé·e par d'autres personnes qui vivent ou ont vécu les mêmes choses.
- On peut aussi contacter des associations pour jeunes LGBTQIA+. Elles pourront conseiller si on décide de faire son coming out et soutenir si ça se passe mal avec l'entourage. Elles proposeront également des activités où on pourra rencontrer d'autres ieunes LGBTQIA+ et discuter avec eux/elles.

#### Condylomes

Petites verrues indolores provoquées par le papillomavirus (HPV) sur les organes génitaux, l'anus ou la bouche (boursouflures ayant un aspect de chou-fleur).

#### **Consentement sexuel**

(article 417/5 du code pénal)

Accord libre et éclairé qu'une personne donne à son-sa partenaire au moment d'avoir une activité sexuelle. Ce choix doit être mutuel et volontaire.

#### Un OUI franc sinon rien!

Le consentement peut être retiré à tout moment avant ou pendant l'acte à caractère sexuel.

Chacun·e doit être en pleine capacité de consentir.

Donc, pas de consentement si la personne a peur, dort, a pris de l'alcool, des stupéfiants (ou équivalent), est inconsciente ou dans toute autre situation de vulnérabilité pouvant altérer le libre arbitre.

Pas de consentement s'il s'agit d'un e mineur e même de plus de 16 ans, qui entretiendrait une relation sexuelle avec une personne de sa famille ou cohabitant avant autorité sur lui/elle, ou encore, avec une personne ayant une position de confiance, d'autorité ou d'influence.

#### Cunnilingus

Stimulation de la vulve avec la langue.

#### Dépistage décentralisé

Dépistage du VIH et des IST proposé en différents lieux, en Province de Namur, par le SASER.

#### Dique dentaire

Ou carré de latex permet Fellation de créer une barrière de latex pour se protéger des IST lors des anulingus ou cunnilingus.

#### Elisa

La méthode immuno-enzymatique ELISA est un examen de laboratoire. Cette méthode est principalement utilisée en immunologie pour détecter la présence d'un anticorps ou d'un antigène dans un échantillon.

#### Expression de genre

Manière dont on exprime un genre. La virilité et la féminité sont par exemple des expressions de genre. L'expression de genre est très quelque chose de

normé (femme féminine/ homme viril), mais chala bouche, les lèvres et/ou cun·e a le droit de ne pas suivre ces normes.

> Il n'y a pas de limites dans la manière dont on souhaite exprimer son genre: on peut jouer avec les codes vestimentaires, la voix, la gestuelle, etc.

Stimulation du pénis avec la bouche, les lèvres et/ou la lanaue.

#### **Frottis**

Prélèvement médical sans douleur d'un liquide ou de cellules de l'organisme en vue d'un examen microscopique.

#### Gay

Homme ayant une attirance sexuelle et/ou amoureuse pour un autre homme.

#### Genre fluide

L'identité de genre n'est pas fixe mais peut fluctuer, évoluer, changer au cours de la vie.

#### Gonorrhée

Infection

sexuellement

transmissible due à la bac- amoureuse pour des pertérie appelée aonocoque. Elle est aussi connue sous le nom de chaude-pisse ou blennorragie.

#### Hépatites A. B. C

Inflammations aiguës ou chroniques du foie. L'hépatite est dite aiguë lors du contact de l'organisme avec le virus, et chronique lorsqu'elle persiste au-delà de 6 mois après le début de l'infection. L'hépatite peut évoluer ou non vers une forme grave (fulminante), une cirrhose ou un cancer.

#### Hétérosexualité

Attirance sexuelle et/ou amoureuse pour des personnes de l'autre genre.

#### Herpès

sexuellement Infection transmissible causée par le virus herpès simplex (HSV). Le virus provient de la même famille que celui qui cause l'herpès buccal ou, aussi connu sous le nom de bouton de fièvre.

#### Homosexualité

Attirance sexuelle et/ou sonnes du même genre.

#### HPV

Le Human Papillomavirus (HPV) est l'une des infections sexuellement transmissibles les plus répandues : environ 70 à 80% de la population sexuellement active sera en contact avec ce virus au cours de sa vie sexuelle. Il existe plus de 200 types de HPV. Certains types provoquent des condylomes (verrues aénitales). D'autres types, plus graves, peuvent être à l'origine de cancers (col de l'utérus, vagin, anus, pénis, vulve et gorge).

#### Identité de genre

Genre auquel une personne s'identifie. Ainsi, le plus couramment, les personnes avec un sexe biologique femelle se construiront en tant que filles, et les personnes avec un sexe biologique mâle se construiront en tant que garçons.

Mais on a le droit de ne pas se reconnaître dans ces normes. Il est possible, par

exemple, d'avoir un sexe avec 143 millions de noubiologique mâle et pourtant se sentir femme et inversément.

On peut donc se définir en fonction de ce qu'on sent comme étant bon pour soi.

Quels aue soient les chemins de vie qu'on emprunte, notre identité nous appartient et nous avons le droit de nous reconnaître dans le genre qui nous convient le mieux et de nous construire notre propre identité de genre.

Les transidentités ne relèvent pas de l'orientation sexuelle mais de l'identité de genre.

#### **Immunité**

Protection développée ou acquise par certains organismes, face à une maladie.

#### Infection à trichomonas

Un parasite de l'être humain qui se transmet par contact sexuel. Il provoque une infection appelée trichomonase. C'est l'IST la plus répandue au monde

veaux cas par an (OMS), (remarque : elle augmente les risques de syphilis et d'herpès génital car ulcération... et donc le risque est multiplié par 3).

#### <u>Intersexe</u>

Se dit d'une personne née avec des caractéristiques sexuelles qui ne correspondent pas aux définitions typiques de mâle ou femelle.

#### IST

Infection sexuellement transmissible.

#### Lesbienne

Femme ayant une attirance sexuelle et/ou amoureuse pour une autre femme.

#### LGBTQIA+

Lesbienne Gay Bisexuel·le Queer Intersexe **T**rans **A**sexuel·le +(toutes les identités, préféautres rences, expressions qui ne sont pas représentées dans les autres lettres du sigle).

une personne LGBTQIA+ ? Il n'y a pas d'âge pour découvrir son homosexualité ou sa transidentité. L'adolescence est une période propice aux questionnele genre. C'est donc plus généralement à ce moment-là que les personnes découvrent leur homosexualité ou leur transidentité. En tous les cas, ce qui est fréquent, c'est l'impression, une fois accepté, que cela a toujours fait partie de soi. Les personnes se sentent alors libérées car elles s'acceptent telles qu'elles sont.

#### Lubrifiant

Gel (! à base d'eau) aui facilite la pénétration, la rend plus confortable, diminue les risques de rupture de préservatif et évite l'endommagement des muqueuses lors de la pénétration.

#### Majorité sexuelle en Belgique

(article 417/6 du code pénal) En Belgique, la majorité sexuelle reste fixée à 16 ans.

À quel âge sait-on qu'on est La loi a prévu des exceptions afin de laisser une certaine autonomie sexuelle aux mineur·e·s ayant atteint l'âge de 14 ans et ayant des relations sexuelles mutuellement consenties avec ments sur la sexualité et sur d'autres mineur·e·s âgé·e·s de 3 ans de plus au maximum.

#### Masturbation

Pratique qui consiste à (se) donner du plaisir sexuel par stimulation des organes génitaux.

#### **Morpions**

Poux du pubis

#### Orientation sexuelle

Attirance sexuelle ou amoureuse qu'on éprouve pour une autre personne. Ainsi, l'hétérosexualité, l'homosexualité, la bisexualité, et la pansexualité sont toutes des orientations sexuelles.

Il n'y a pas d'âge pour découvrir son orientation sexuelle et celle-ci peut parfois évoluer au cours du temps. Tout cela dépend des personnes. C'est pourauoi il est essentiel d'être

attentif·ve à ce que l'on Planning Familial ressent. On ne choisit pas son orientation sexuelle.

Il existe ainsi une multitude de variations amoureuses. autant de façons de vivre son orientation sexuelle qu'il y a de personnes sur cette terre. Une personne peut très bien se définir comme homo, et avoir un jour une aventure, voire une histoire d'amour hétéro (et vice versa).

#### Pansexuel·le

Personne ayant une attirance sexuelle et/ou affective pour d'autres personnes sans préférence marquée pour un genre ou un sexe.

#### PCR

Analyse spécifique de recherche de l'ADN en laboratoire.

#### Période fenêtre

Désigne le délai minimum aui peut s'écouler entre le moment de l'infection et le moment où on peut détecter l'infection si elle est présente (par la détection des anticorps, PCR, , etc...)

Centre de consultations ayant une expertise dans les matières relatives à la vie affective, relationnelle et sexuelle : contraception, grossesse désirée ou non, prévention et prise en charge des IST dont le SIDA, difficultés à vivre la sexualité, relations de couple, d'amitié, parents-enfants,... ainsi que toutes les préoccupations traversées dans la construction d'une vie respectueuse de soi et avec les autres. Pour remplir ces missions d'accueil d'accompagnement, ces centres disposent des compétences de professionnel·le·s : assistant·e·s sociaux·ales, psychologues, conseiller·ère·s coniugaux·ales, médecins, juristes, sexologues.

#### **Préliminaires**

Phase de préparation intime faite de tendresse, d'échanges et de caresses diverses, au début des rapports sexuels et amenant les partenaires à un état d'excitation sexuelle. Il s'agit de Préservatif externe donner du plaisir sans avoir pour but de parvenir immédiatement à l'orgasme, même si celui-ci est possible durant cette période.

#### Premier décembre

Journée mondiale de lutte contre le Sida depuis le 1<sup>er</sup> décembre 1988.

#### PREP

(Prophylaxie Pré-Exposition) Traitement préventif pour le VIH proposé à des personnes séronégatives particulièrement exposées au risque d'infection par le VIH dans le but de diminuer ce risque lors de relations sexuelles sans préservatif.

#### **PRS**

Point relais sida, c'est une personne rendue disponible par une institution pour faire la prévention VIH/IST en province de Namur. La personne désignée accepte de se former à cette mission pour pouvoir donner des informations actualisées dans sa région géographique et diffuser les outils indispensables.

Également appelé capote ou condom.

Un préservatif externe s'enfile sur le pénis en érection dès le début des caresses pour se protéger des infections sexuellement transmissibles et/ou d'une grossesse.

#### Préservatif interne

Préservatif muni d'un anneau souple (OU une éponge) qui se place dans le vagin ou dans l'anus avant le rapport sexuel (Peut être placé plusieurs heures avant). Il doit être retiré dès la fin du rapport.

#### Queer

Se dit d'une personne dont le sexe, le genre, l'orientation sexuelle, l'identité de genre et/ou l'expression de genre diffèrent des attentes de la société.

#### **Relation** anale

Rapport sexuel qui consiste en la pénétration par un pénis en érection ou autre objet réservé à cet effet, dans l'anus de sa/son partenaire.

#### Relation vaginale

Rapport sexuel qui consiste en la pénétration par un pénis ou un autre objet réservé à cet effet, dans le vagin de sa/son partenaire.

#### Ruban Rouge

Symbole international de solidarité et d'entraide envers les personnes atteintes par le virus VIH/SIDA. Arborer le ruban rouge, c'est rejeter toute forme de discrimination à l'égard des personnes vivant avec le VIH/SIDA.

#### Séropositif.ve au VIH

Personne porteuse du virus du sida (VIH).

#### Sida

d'immunodéfi-Syndrome cience acquise, plus connu sous le nom sida, est un ensemble de symptômes consécutifs à la destruction de cellules du système immunitaire par le virus de l'immunodéficience humaine (VIH).

#### Syphilis

Infection sexuellement transmissible (IST) causée par une bactérie. Elle se manifeste initialement par l'apparition d'une ulcération non douloureuse (chancre) au pénis, au vagin, à l'anus, dans la bouche ou sur la peau. L'évolution de la maladie se fait en trois stades successifs. Si elle n'est pas traitée, la syphilis peut causer des problèmes de santé araves, touchant le cœur et le système neurologique (cerveau,...).

#### Spéculum

Outil médical permettant d'explorer une cavité corporelle par l'écartement des parois. En gynécologie, il est utilisé dans le but de visualiser l'aspect macroscopique du col utérin et de la muqueuse vaginale ainsi que les secrétions cervico-vaginales et d'effectuer des prélèvements.

#### **TASP**

Traitement comme vention. C'est le traitement d'une personne séropositive pour le VIH et un moyen de prévention car les antirétroviraux permettent d'obtenir

une charge virale indétec- un autre genre que celui table et donc d'empêcher le risque de transmission du virus à un·e partenaire séronégatif·ve lors de rapports sexuels non protégés.

#### Test de grossesse

Test qui permet de savoir si une personne est enceinte ou non.

#### TPE

Traitement post exposition Traitement qui vise à réduire le risque de contamination par VIH chez une personne séronégative. Pour être efficace, il doit débuter très rapidement si possible dans les 24 heures qui suivent la prise de risque et, au arand maximum dans les 72 heures. Après la prise de risque, la personne doit se présenter aux urgences de certains hôpitaux ou dans un centre de référence sida qui évaluera la perfinence ou non de proposer le TPE.

#### Transgenre (ou trans)

Ce terme reprend toutes les personnes qui ont en commun de se reconnaître dans qui leur a été assigné à la naissance. Les personnes trans désirent souvent, mais pas tout le temps, changer de prénom, prendre des hormones (testostérone, oestrogène, progestérone), s'épiler (femmes trans), faire certaines opérations. À noter que ce ne sont pas les opérations qui font qu'on est trans, ce qui compte avant tout c'est la reconnaissance sociale de son identité de genre par autodéclaration. C'est le cas, par exemple, d'un enfant élevé comme un garcon mais qui se considère comme étant une fille. Être trans ne relève donc pas d'une orientation sexuelle. mais bien d'une identité de aenre.

#### TROD

Test Rapide d'Orientation Diagnostique. Test (VIH, syphilis ou hépatite C) par prise de aouttes de sana qui permet d'avoir un résultat en quelques minutes. Il est totalement fiable 3 mois après une prise de risque. S'il est réactif, il doit être confirmé par un test classique par prise de sang (ELISA).

#### VIH

l'immunodéfi-Virus de cience humaine (VIH) est un virus infectant l'être humain et responsable du syndrome d'immunodéficience acquise (SIDA).

#### Virus

Agent infectieux nécessitant un hôte, souvent une cellule, dont il utilise le métabolisme et ses constituants pour se répliquer.

#### **Western Blot**

Test pour confirmer ou infirmer une infection par le VIH révélé par le test Elisa.

# 5 OÙ S'ADRESSER EN CAS DE BESOIN ?

Pour toute question:

#### LE SASER

# Service de santé affective, sexuelle et de réduction des risques

Accueil, écoute, expertise en matière de VIH/sida, IST, réduction des risques liés à l'usage de produits psychotropes, dépistage, animations en milieu scolaire et extrascolaire, groupes de rencontre, lutte contre l'homophobie, mise

à disposition et échange de matériel de consommation, accompagnement des personnes vivant avec le virus du sida, coordination du réseau des points relais sida.

Rue Docteur Haibe, 4 5002 Saint-Servais Tél. : 081 77 68 20 saser@province.namur.be

#### LES POINTS RELAIS SIDA

https://pointsrelaissida.jimdo.com



Contacts: Laure De Myttenaere ou Marie Lambert laure.demyttenaere@province.namur.be marie.lambert@province.namur.be Tél.: 081 77 68 20

#### Namur et Jambes

#### Centre de Planning Familial Solidaris

Rue de la Tour, 7 5000 Namur Tél. : 081 77 71 62

cpf.namur@solidaris.be

#### Centre de Planning Familial de Namur

3, rue Eugène Hambursin 5000 Namur Tél.: 081 23 01 83 evras@cpfn.be

# Maison des jeunes : Jeunesse et Culture de Saint Servais

Chaussée de Waterloo, 182 5002 Saint Servais

Tél.: 081 77 71 70

Personne de contact : Marie De Rycke jeunesseetculture@solidaris.be

#### Maison de l'adolescent (MADO)

Rue de l'Armée Grouchy, 20B 5000 Namur

Tél.: 081 77 64 83

#### Infor Jeunes

rue Pepin 18 5000 Namur

Tél.: 081 22 38 12 (lundi au vendredi: 11h30 =>17h) namur@inforjeunes.be

#### Jambes social et culturel asbl MJ

Avenue Parc D'Amée 5 5100 Jambes Tél.: 081 31 27 15 Personne de contact: Nunzio Maugeri

#### Espace P

Rue du lombard 19 5000 Namur Tél.: 081 34 65 66 ou 0478 36 62 93 namur@espacep.be www.espacep.be

#### **Beauraing**

#### L'Autre Sens

Rue de Rochefort 38A 5570 Beauraing

Tél.: 0473 82 19 67

service.prevention.beauraing@gmail.com

bf.autresens@gmail.com

Personne de contact : Bérengère Fourny

#### Ciney

#### Maison provinciale du Mieux-Etre

Rue Walter Sœur, 66 5590 Ciney

Tél.: 081 77 68 26

pmspse.ciney@province.namur.be

Personne de contact :

Laure Masson

#### Centre de Planning Familial de Ciney

1, clos de l'Ermitage 5590 Ciney Tél.: 083 22 07 07 cpfciney@cpfciney.be

#### Couvin / Philippeville

#### Maison provinciale du Mieux-Etre

Ruelle Cracsot, 12 5660 Couvin

Tél.: 081 77 68 22

pmspse.couvin@province.namur.be

Personne de contact : Marie-Hélène Jacques

#### Centre de planning familial- Réseau Solidaris

Rue de France, 35 5600 Philippeville Tél.: 081 77 78 37

cpf.philippeville@solidaris.be

#### Dinant

#### Centre de planning familial Solidaris

Place Patenier, 9 5500 Dinant Tél.: 081 77 78 30 cpf.dinant@solidaris.be

## La Bruyère

#### **CRLB-Maison des Jeunes**

Place Séverin 1 5081 Bovesse Tél.: 081 56 82 23 www.crlb.be info@crlb.be

#### Gembloux

#### **IMAGIN'AMO**

Place de L'Orneau, 12 5030 Gembloux

Tél. : 081 61 05 44 ou 0479 32 75 87 Personnes de contact : Amaury Rosar

et Typhaine Davin

#### **Rochefort**

# Centre de Planning familial

55, avenue de Ninove 5580 Jemelle

Tél.: 084 22 18 22 rochefort@

planningfamilial.net

# CIDJ Rochefort

Centre d'information et de documentation pour jeunes

Rue de France,11b 5580 Rochefort Tél.: 084 22 30 73 rochefort@cidi.be

Personne de contact : Luc Frippiat

#### **Tamines**

#### Centre de Planning et d'information

16, avenue Roosevelt5060 Tamines

Tél.: 071 74 10 01 ou 0497 68 99 26 tamines@planningfamilial.net

#### Pour réaliser un dépistage :

#### Le SASER

Dépistage anonyme et gratuit du VIH, les mardis de 16h à 18h et les jeudis de 17h à 19h sur rendez-vous,

rue Docteur Haibe 4 5002 Saint-Servais 081 77 68 20 saser@province.namur.be

Dépistage des hépatites B et C, de la syphilis, de la chlamydia et de la gonorrhée moyennant une vignette de mutuelle.

Une facture du laboratoire d'un montant maximum de 21€ peut vous être adressée.

L'absence de couverture mutuelle ne doit pas être un frein au dépistage.

#### Consultations décentralisées du SASER

Sur rendez-vous au 081 77 68 20

A la Maison provinciale du Mieux-Être de Couvin (PRS)

Dépistage anonyme et gratuit du VIH, et des infections sexuellement transmissibles, les 3èmes et 4èmes mardis du mois de 16h à 18h

Ruelle Cracsot, 12 5660 Couvin • A la Maison provinciale du Mieux-Être de Dinant

Dépistage anonyme et gratuit du VIH, et des infections sexuellement transmissibles, les 1<sup>ers</sup> et 2<sup>èmes</sup> mercredis du mois de 16h à 18h

Rue A.Daoust 45
5500 Dinant

- D'autres consultations peuvent avoir lieu ponctuellement en décentralisé! Renseigne-toi!
- Dans les centres de planning familial
- Chez un.e médecin généraliste
- Dans une maison médicale
- Tu peux également trouver un lieu de dépistage via :

www.depistage.be www.loveattitude.be



# D'autres lieux utiles pour obtenir des outils, des informations

• Information et matériel de réduction des risques

Andenne: Plan de cohésion sociale: 085 84 95 67

**Beauraing:** L'Autre Sens: 082 67 92 40

Couvin: Le Répit: 060 34 65 86

Dinant: Destination: 082 22 85 43

Jemelle: La Passerelle: 084 21 07 64

Namur: NES - L'échange: 081 64 00 95

SASER: 081 77 68 20 Sésame: 081 23 04 40

• Plateforme prévention sida

Place de la Vieille Halle aux Blés, 28-29, 1000 Bruxelles 027 33 72 99 www.preventionsida.org

• Les centres de références sida :

www.depistage.be/depistage/centre-de-preference-vih/

• D'autres centres de prévention sida :

Centre \$ (Sidasol) à Liège : 04 2876700 - info@centre-s.be

Sida/IST Charleroi: 071 92 54 10

sidamst@chu-charleroi.be

 Centre de ressources documentaires de la province de Namur

Campus Provincial: anastasia@province.namur.be 081 77 67 29 - 081 77 67 99

• Les cheff

www.lescheff.be

• Les Centres Locaux de Promotion Santé

www.lesclps.be



#### **Brochures:**

- « Les IST, Infections sexuellement transmissibles », plateforme prévention sida, édition juillet 2019
- « Guide des jeunes LGBTQIA+ » édité par les CHEFF (www. lescheff.be), 2019-2020.
- « Le livre des Infections sexuellement transmissibles », Institut National de Prévention et d'Education pour la Santé, 2009.
- « Mutualité Solidaris. Les IST : mieux vaut s'en passer que se les passer », Union Nationale des Mutualités Socialistes, 2011.

#### **Powerpoint:**

- « Actualisation des connaissances du 14/06/2019 » par le Docteur Valérie Delpierre, formation des Points relais sida organisée par le SASER, Namur.
- « Les IST en consultation, présentation du 24/04/2019 » par le Docteur Edwinne Deprez, formation des médecins généralistes organisée par le SASER, Namur.
- « le service droit des jeunes de Namur », présentation pour les points relais Sida/SASER du 20 septembre 2022.

#### Syllabus IST:

« RÉDUCTION DES RISQUES EN MILIEUX FESTIFS, Les Infections Sexuellement Transmissibles » par le Centre de Planning Familial des Femmes Prévoyantes Socialistes de Philippeville – Rue de France, 35 à 5600 Philippeville, 2016

#### En ligne:

- « L'assurance maladie, Les infections sexuellement transmissibles (IST) » [Consulté le 14 avril 2015], http://www. ameli-sante.fr/infections-sexuellement-transmissibles-ist/definition-ist.html
- « Plate-Forme Prévention SIDA, Le sida, c'est quoi ? ». [Consulté le 17/04/2015], http://preventionsida.org/sida-lessentiel/le-sida-cest-quoi/
- « Santé-Médecine, MST-Maladies sexuellement transmissibles-Définition » [Consulté le 14 avril 2015], http://sante-medecine.commentcamarche.net/ faq/13636-mst-maladies-sexuellement-transmissibles-définition



#### Outil créé par le groupe des Points relais sida, coordonné par le SASER.

Un merci particulier au groupe de travail pour les heures consacrées à la création de cet outil, à différentes étapes-clé de sa réalisation ou tout au long de son processus.

Véronique Blanpain, Dominique Charlier, Carine Crucifix, Laure De Myttenaere, Catherine Dupont, Pascale Dupuis, Bérengère Fourny, Luc Frippiat, Raphaël Henry, Delphine Leroy, Anne-Sophie Mans, Charlotte Nicolas, Agnès Nyirababiligi, Bénédicte Reginster, Bénédicte Rusingizandekwe, Norine Stenico, Véronique Tellier, Dorothy Vandermeuse

#### Merci au groupe des Points relais sida.

En 2023: Centres de Planning Familial Solidaris (Namur/ Dinant/ Philippeville), Centre de Planning Familial de Namur, Infor Jeunes Namur, L'Autre Sens Beauraing, CIDJ Rochefort Centre d'information et de documentation pour jeunes, Maison des jeunes: Jeunesse et Culture de Saint Servais, Maison de l'adolescent (MADO), Jambes social et culturel, Centre de Planning Familial de Ciney, Maison provinciale du Mieux-Etre de Ciney, Maison provinciale du Mieux-Etre de Ciney, Maison des Jeunes, Centre de Planning familial de Rochefort, Centre de Planning et d'information de Tamines, Espace P de Namur,

Merci aux Docteurs Valérie Delpierre et Edwinne Deprez pour leur expertise médicale.

Merci aux jeunes qui ont donné leur avis à des étapes clés du projet.

Merci à l'équipe du SASER.

Merci à la Direction de Santé publique.

Merci à la Province de Namur d'avoir mobilisé ressources humaines et financières.

Merci à la Région wallonne d'avoir cru en notre projet en le soutenant financièrement.

Merci au créateur de Profiler de nous avoir permis de nous inspirer de ce jeu que les adolescents adorent.

Merci à lan De Haes, illustrateur et graphiste, d'avoir si joliment donné vie à cet outil.



#### Édition 2023



Avec le soutien de la Wallonie

Wallonie familles santé handicap

AVIQ