



# Bokono bwa sida

**Ndenge ya bolongi etumba yango  
Malako mpo ya biso banso**

*Cette plaquette d'information sur le VIH et sur le sida est faite pour que chacun sache comment se transmettre le virus et comment se protéger. Si vous pensez qu'elle ne vous concerne pas, elle peut cependant intéresser vos enfants ou vos proches.*

## Ce que l'on sait

---

### **On sait**

comment le virus du sida (VIH) se transmet.

### **On sait**

ce qu'il faut faire pour l'éviter.

### **On sait**

dépister la présence du virus.

### **On sait**

soulager les personnes atteintes, leur donner des soins efficaces qui permettent de prolonger la durée de la vie.

### **Mais on ne sait pas**

les guérir définitivement du sida.

*Mokanda moye mokomami mpo ya koye-bisa moto na moto ndenge nini ngenge ya sida epesamaka, mpe ndenge nini asengeli komike-bisa. Ataa akanisi te mokanda mwango motali ye te, kasi mateya mana makoki kosalisa bana to bandeko ba ye.*

## **Maye mayebani**

---

### **Eyebani**

ndenge nini ngenge ya sida epesamaka

### **Eyebani**

ndenge nini moto akoki komikebisa.

### **Eyebani**

ndenge ya boluki ngenge ya sida na nzoto ya moto

### **Eyebani**

ndenge ya kokitisa mpasi ya moto oyo abeli sida, ndenge ya kosalisa ye mpe kobakisa bomoyi bwa ye.

### **Kasi eyebani te**

ndenge ya kosilisa to kolongola bokono bwa sida na nzoto ya moto.

## Le sida est dû à un virus

---

Le **virus** responsable du sida s'appelle le virus de l'immunodéficience humaine : **VIH**.



Lorsqu'il entre dans l'organisme, le **VIH** attaque principalement certains globules blancs (**les lymphocytes T4**) qui ont pour fonction de nous défendre contre les maladies.

La maladie sida est **l'étape la plus avancée** et la plus grave d'une infection par le VIH.

## Sida epesamaka na ngenge.

---

**ngenge** oyo epasaka bokono bwa sida elembisaka bokasi bwa makila ya moto

Ntango **ngenge** ena ekoti na nzoto ya moto, ekoboma bakengeli ya makila. Mpo bango nde bapekisaka bokono bokoto o nzoto ya moto.

**Kobele bokono bwa sida** elingi koloba te ngenge yango ekoti na nzoto ya moto mpe sima ya mikolo akobele.

## L'évolution de l'infection par le VIH

---

Après une contamination par le VIH, il peut se passer plusieurs années avant que des signes de maladie apparaissent. Mais **dès que** l'on sait qu'on est atteint par le virus, il est important de **se faire suivre régulièrement** par un médecin.

**En effet, même si aujourd'hui on ne sait pas guérir le sida, les traitements retardent considérablement l'évolution vers la maladie.**

Dès qu'on est atteint par le VIH, on peut **transmettre** le virus à une autre personne dans certaines situations, si les précautions nécessaires ne sont pas prises. La transmission peut avoir lieu **même** si la personne atteinte n'a aucun signe de maladie.

## Sida ebombanaka mbula mingi o kati ya nzoto

---

Sima ya bokoteli bwa ngenge o nzoto, ekoki koleka mbula mingi liboso nzoto elakisa kobela. Yango wana, sima ya koyeba te ngenge ekoteli moto o nzoto, esengeli kokende noki komono monganga.

**Soki na mokolo mwa lelo, minganga naino basukisi bokono bwa sida te, kasi nkisi ezali mpo ya kolembisa bokasi bwa ngenge ena. Nkisi wana nde ekopekisa nzoto ya moto ebela noki bokono bwa sida.**

Sima ya bokoteli bwa ngenge o nzoto, tokoki kopesa ngenge ena na moto mosusu. Ngenge ekoki kopesa ma ataa soki nzoto ya mokumbi ngenge ena elakisi kobe te.

## Comment se transmet le VIH ?

---

Le virus du sida se transmet pendant un **rapport sexuel** non protégé ou lorsque **le sang** d'une personne qui est contaminée par le virus pénètre dans le corps d'une autre personne qui n'est pas contaminée.

### Lors d'un rapport sexuel sans préservatif :

- Un homme infecté par le VIH peut le transmettre à une femme.
- Une femme infectée par le VIH peut le transmettre à un homme.
- Un homme infecté par le VIH peut le transmettre à un autre homme.

**Lorsqu'on utilise une seringue et une aiguille** qui ont déjà servi à une personne atteinte par le VIH : le sang de la personne infectée resté dans la seringue et dans l'aiguille peut pénétrer dans l'organisme. De même, **en cas de blessure** accidentelle avec un objet souillé de sang contaminé, une contamination peut se produire.

**Le virus peut passer** d'une femme enceinte atteinte par le VIH à son enfant pendant la grossesse et l'accouchement ou après la naissance si elle allaite son bébé.



## Ndenge nini ngenge ya sida epasamaka ?

---

Ngenge ya sida ekoki kokotela moto o nzoto ntango ya botamboli ya mwasi na mobali, soki bamikebisi te na botii ekanga, to ntango ya bopesi makila, to ntango mwasi akumbi zemi, soki azali na ngenge ya sida akoki kopesa na mwana.

### - Ntango ya botamboli ya mwasi na mobali, soki tomikebisi na ekanga te:

- Mobali nyonso oyo azali na ngenge ya sida, akoki kopesa yango na mwasi ;
- Mwasi nyonso oyo azali na ngenge ya sida, akoki mpe kopesa yango na mobali ;
- Mpo ya baye bakendeke mibali na mibali, moko akoki kopesa moninga ngenge ya sida.

**Ntango ya botamboli na moninga**, yo ndeko mwasi, na yo ndeko mobali omikebisa Komikebisa elingi koloba kotiya ekanga. Yo mwasi, yo mobali, liboso ya koyeba nzoto ya moninga, esengeli malamumu moko na bino mibale atiya ekanga.

Ngenge ya sida ekoki kokotela moto na nzoto soki ntonga eye alingi kosalela, esi esalelaki na nzoto ya mokumbi ngenge. Ntonga ena ekokotisa makila maye mazali na ngenge o nzoto ya ye. Tokoki mpe kozwa ngenge ya sida soki tozoki mpota mpe soki makila ma mokumbi ngenge ya sida makoti na mpota. Mpe lisusu soki mbeli to eloko nyonso ezwi makila ma mokumbi yango ekoki mpe kokotisa ngenge soki ezokisi ye.

### **Mwasi ya zemi,**

soki azali na ngenge ya sida na nzoto, akoki kopesa yango na ndenge misato :

- ntango mwana azali na libumu,
- ntango ya kobota,
- to ntango ya komelisa mwana mabele.

## Comment éviter d'être contaminé par le virus du sida ?

---

### **Lors des rapports sexuels**

Le préservatif est le seul moyen de se protéger lors de rapports sexuels.

Les préservatifs s'achètent dans les pharmacies, les supermarchés, dans certains bars-tabac, dans des distributeurs automatiques.

### **Si on se sert de seringues et d'aiguilles**

■ Si on est usager de drogues par voie intraveineuse, il faut utiliser uniquement son matériel personnel : ne partager ni aiguille, ni seringue, ni cuiller, ni eau, ni produit, ni filtre.

#### **■ Une seringue ne doit servir qu'une fois.**

■ Les seringues et aiguilles sont en vente libre en pharmacie. Le Stéribox<sup>®</sup>, trousse de prévention vendue en pharmacie, contient deux seringues jetables, le matériel stérile pour la préparation des injections et un préservatif.

■ Certaines associations distribuent gratuitement aux usagers de drogues des trousse de prévention.

## Ndenge nini tokoki komikebisa na ngenge ya sida?

---

### **Ntango ya botamboli ya mwasi na mobali :**

Kaka nde ekanga ekoki kopekisa kolekisa ngenge ya sida

Tokoki kosomba ebateli na bisika biyike : esika batekaka nkisi, makaya to masanga.

### **Ntango ya kotiya ntonga na nzoto:**

- Mpo ya baye bamesene komituba ntonga ya bangi, esengeli moto na moto asala yango kaka na ntonga ya ye moko. Asalela ntonga ya moto mosusu te.
- **Akoki kosomba ntonga esika batekaka nkisi. Kuna akoki kosomba mpe mwa kitunga mpo ya komikebisa.**
- Mangomba masusu mapesaka ya ofele bitunga mpo ya kokebisa baye bamitubaka bangi.

## Le préservatif

---

Le préservatif **protège** à la fois contre l'infection par le **VIH** et contre toutes les infections sexuellement transmissibles (**IST**). Le préservatif est également **un moyen contraceptif** : il permet d'éviter les grossesses non désirées.

L'efficacité du préservatif est prouvée, à condition qu'il soit bien utilisé. N'utilisez que les préservatifs portant le marquage **CE** sur l'emballage. Cette inscription est la preuve de leur conformité aux **normes de qualité européennes**.

**Un préservatif ne doit servir qu'une seule fois. Il est important de bien lire et de bien respecter le mode d'emploi.**

En cas d'utilisation de produits ou de médicaments destinés à être appliqués sur le pénis ou dans le vagin, **vérifiez** auprès d'un pharmacien qu'ils sont compatibles avec l'utilisation de préservatifs, c'est-à-dire qu'ils ne risquent pas de les abîmer.

Pour que l'utilisation du préservatif devienne plus rapidement familière et donc plus facile, il peut être utile d'essayer d'abord tout seul !

### Les lubrifiants

En cas de pénétration anale, l'application d'un lubrifiant est **indispensable** afin de diminuer les risques de rupture du préservatif. Le lubrifiant doit être appliqué sur le préservatif une fois mis en place et sur l'anus.

Il ne faut utiliser comme lubrifiant **que des gels à base d'eau**. Ces gels sont vendus en pharmacie, par correspondance ou dans certaines grandes surfaces.

**Ne pas utiliser des produits gras** comme : crèmes et laits de soins corporels, vaseline, huiles de table, crèmes et huiles solaires, crèmes et huiles de massage, etc.

Ces produits **abîment** le préservatif et le rendent **inefficace**.

## Ebateli

---

Ebateli ekopekisa nzoto na biso ekoto ngenge ya sida, mpe ezwa bokono boye bozwamaka na nzela ya botamboli ya mwasi na mobali. Ebateli ekopekisa mpe mwasi azwa zemi ntango alingi te.

Bolamu bwa ekanga bozali na tembe te. Kasi esengeli kopono kaka ekanga oyo bakomi «CE», yango nde bakonzi ya leta bandimi yango.

**Ebateli moko okolata yango kaka mbala moko. Tanga malamumu mpe landa mibeko mpo ya kosalela yango.**

Oyo atiyaka nkisi ya mafuta na esika ya kimwasi to ya kimobali, liboso ya kosalela ekanga, malamumu aluka koyeba na pharmacie soki mafuta mana makoki kobebisa ekanga te.

Mpo omesene kolata ekanga, mekola yango mbala mingi (ntango ozali yo moko !).

### **Boselu**

Mpo ya baye batambolaka mibali na mibali, basengeli kopakola mwa boselu mpo ekanga epasuka te. Pakola boselu na ekanga, sima ya kolata yango, mpe pakola na nzela ya kokoto.

Pona kaka boselu oyo esalami na mayi.

Epekisami kopakola mafuta ya nzoto na ekanga pamba te ekoki kobebisa yango.

## Mode d'emploi du préservatif masculin



■ Ouvrir **délicatement** l'emballage. Attention aux coups d'ongles, de dents et d'objets coupants qui pourraient déchirer le préservatif.



■ Une goutte de liquide séminal ou de sperme peut être libérée avant l'éjaculation. Le préservatif doit donc être placé sur le sexe en érection **avant tout contact** :

- avec les organes génitaux féminins,
- avec la bouche ou avec l'anus de la partenaire ou du partenaire.



■ Lors de la mise en place, **pincer** avec les doigts le réservoir ou l'extrémité du préservatif pour en chasser l'air.



■ Déroulez le préservatif **aussi loin que possible** sur le sexe. S'il ne se déroule pas bien, surtout ne forcez pas ; vous l'avez peut-être posé à l'envers ; jetez-le et prenez en un autre.



■ Retirez-vous juste **après l'éjaculation, avant la fin de l'érection**, en retenant le préservatif à la base du sexe.

■ Jetez le préservatif usagé à la poubelle après l'avoir noué.

**Les préservatifs doivent être entreposés dans un endroit frais et sec, à l'abri de la lumière directe du soleil.**

## Ndenge ya kolata mpe kosalela ekanga

---

- Fungola malamumu ekanga. Keba, manzaka, mino to eloko inso epasola yango te.
- Ntango okotiya ekanga, fina na songe to ebandeli na yango, mpo ya kobimisa moepe mozali na kati.
- Lata ekanga na esika ya kimobali tii na suka. Soki efungwami malamumu te, loba olati yango na ngambo ya mabe; bwaka yango, mpe lata mosusu.
- Bima noki o nzoto ya moninga sima ya «bosopi mayi»; bimisa ekanga na ndenge mayi masopana te, simba ekanga na suka mpe linga yango.
- sima ya bolongoli ekanga, bwaka yango na ekolo ya bosoto.

**Esengami kotiya ekanga na bisika bya mwa mpio mpe ya koyoma, esika mwinda to moyi makasi mozangi, pamba te ekobeba.**

## Accidents et défaillances dans les pratiques de prévention

---

**Il peut arriver des accidents et des défaillances dans les pratiques habituelles de prévention :**

- relation sexuelle sans avoir pu utiliser le préservatif,
- rupture du préservatif,
- partage du matériel d'injection lors d'un usage de drogues,
- piqûre ou coupure accidentelle avec un objet souillé de sang contaminé.

**Il faut alors se rendre le plus tôt possible et sans dépasser un délai de 48 heures, dans une consultation de dépistage ou aux urgences d'un hôpital.**

Un médecin examinera avec vous la situation et vous conseillera. Selon ce que vous savez de votre partenaire et selon ce qui s'est passé, un **traitement préventif** d'une durée d'un mois, destiné à tenter **d'éviter** qu'il y ait contamination par le VIH, pourra être prescrit.



## Likama nini likoki koyela biso soki tosali ngele te ?

---

**Ngenge ekoki kokotela yo :**

- soki bolati ekanga te, ntango ya botamboli ya mwasi na mobali,
- soki ekanga epasuki,
- soki bato mibale basaleli ntonga moko mpo ya komituba bangi na makila,
- soki ozoki, na eloko ezwi makila ma mokumbi ngenge.

**Ntango likama lya ndenge wana likomeli yo, kolekisa mikolo mibale te, kende noki na lopitalo to na bisika biye batalaka nzoto mpo ya boluki ngenge ya sida.**

Kuna nde monganga akotala likambo ekomeli yo, mpe akoteya yo. Na ndenge makambo ma yo maleki, monganga akoki kosenge yo ozwa nkisi mpo na sanza moko. Nkisi wana ekozala mpo ya komeke kopekisa ngenge etambola na makila na nzoto.

## Comment savoir si on est atteint ou non par le virus du sida ?

Aujourd'hui, on peut dépister la présence du virus du sida **dès le 15<sup>ème</sup> jour** après une situation à risque : si les tests de dépistage pratiqués à ce moment sont **positifs**, cela veut dire de façon certaine qu'il y a eu **contamination** par le VIH. Une prise en charge dans les meilleures conditions possibles peut alors être immédiatement proposée.

Par contre, si ces tests ont un résultat **négatif**, ce sera seulement **trois mois** après la dernière situation à risque qu'un nouveau test permettra d'avoir la **certitude** que l'on n'est pas atteint par le VIH. En attendant, il faudra se protéger et protéger son, sa ou ses partenaire(s).

### La démarche de dépistage

Vous voulez **savoir** si vous êtes ou non contaminé par le VIH :

- vous **pensez avoir été confronté à une situation à risque**, vous êtes inquiet ;
- vous et votre partenaire vivez une relation stable et vous voulez abandonner l'utilisation du préservatif ;
- vous envisagez une grossesse.

**Dans toutes ces situations, il est important de consulter au plus vite un médecin.**

Celui-ci vous écoutera, répondra à vos demandes d'information, vous conseillera et vous **prescritra un test si c'est nécessaire.**

Si ce test est pratiqué trois mois (ou plus) après la dernière situation à risque, son résultat est certain, qu'il soit positif ou négatif.

## **Ndenge nini okoki koyeba soki ngenge ya sida ekoteli yo na nzoto ?**

Soki elenge mwasi to elenge mobali atamboli na moninga oyo azali na ngenge ya sida mpe soki batiyaki ekanga te, minganga bakoki koyeba soki ngenge ya sida ezwi moto oyo azalaki na yango liboso te sima ya mikolo zomi na mitano.

Soki monganga alobi te ngenge ekoteli yo na nzoto, akoki kozwa mokano basalisa yo.

Soki ngenge ya sida emonani te na makila, monganga akoyebisa yo te ozali na ngenge na makila te, kasi akosenge yo ozonga lisusu sima ya sanza misato mpo atala lisusu soki ya solo solo ngenge ekotaki yo te. Banda wana akosenge yo omikebisa mpe obatela moninga na baninga ba yo.

### **Kolinga koyeba**

Nani alingi koyeba soki ngenge ya sida ekoteli ye na nzoto :

- oyo akanisi te akumbi ngambo mpe azali kobanga ;
- oyo akanisi te moninga bafandi na ye boyokani, esengi batiya lisusu ekanga te ;
- baye balingi koluka mabota.

### **Mpo ya makambo mana, esengi kokutana na monganga.**

Ye nde akoyoka makambo ma yo, akopese eyano na mituna mya yo, akoteya yo mpe akotala soki esengeli atinda yo kotalisa makila. Soki botali makila bosalami sima ya sanza misato, yango ekopesa eyano ya solosolo.

## L'organisation du dépistage

---

Pour faire un dépistage du VIH, vous pouvez **choisir** entre diverses possibilités :

- rencontrer un médecin dans une **consultation de dépistage anonyme et gratuit**. Il y en a au moins une dans chaque département (voir plus loin la liste des numéros de téléphone). Vous n'aurez rien à payer.
- consulter **votre médecin** qui vous fera, si nécessaire, l'ordonnance permettant de faire pratiquer un test dans un **laboratoire** d'analyses médicales.
- vous rendre dans un centre de **planification familiale**, dans un dispensaire **antivénérien**, dans une **consultation de protection maternelle et infantile (PMI)** ou dans un **hôpital**.

Que le résultat du test soit négatif ou positif, il est important, au moment où il est remis, de s'entretenir avec un médecin. Celui-ci est tenu au **secret médical**.

**Tous les soins en rapport avec une infection par le VIH sont pris en charge à 100 % par la Sécurité sociale ou par l'aide médicale.**

Le dépistage n'est obligatoire en France que dans les situations suivantes : dons de **sang**, dons **d'organes**, dons de **sperme**, dons de **lait**.

Le dépistage est **systématiquement proposé** aux femmes qui envisagent une grossesse ou qui sont enceintes.

## **Botalisi nzoto mpo ya sida esalemi ndenge nini ?**

---

Boluki ngenge ya sida ekoki kosalema ndenge mingi:

- okoki kokende na CDAG na bolayi mpe na lompoto elingi koloba Consultation de dépistage Anonyme et Gratuit. Kuna okokutana na monganga mpo ya koyeba soki ozali to ozali na ngenge ya sida te. Bakotuna nkombo na yo te, mpe okofuta eloko te. Ataa monganga atindi yo te, okoki kozwa nsango mpe mateya, mpe bakoki kosalisa yo. Mpo na koyeba esika ya CDAG okoki kobeta nsinga na sida Info Service: 0 800 84 840 800. Okoki mpe kotuna na DDASS. Yango ezali na bisika biyike okoki kotuna nzinga nzinga ya esika ofandi.
- okoki mpe kokutana na monganga na yo. Akopesa yo nzela mpo - ya boluki ngenge ena o nzoto na yo.
- okoki mpe lissusu kokende na Centre de Planification Familiale, na dispensaire wapi basalisaka bokono botali «kimobali» na «kimwasi», na PMI, to na lopitalo.

**Makila ma yo mazala malamumu to mabe, ezali sekele ya yo na monganga na yo. Ye akoyebisa obele na yo moko. Ntango okokutana na monganga wa yo solola na ye malamumu mpo asunga yo.**

Botalisi nzoto mpo ya koluka ngenge ya sida esengamaka awa na France mbala inso na ntango ya.

- bopesi makila,
- to na ntango ya bopesi bwa mabele.

Esengami, ntango nyonso, na mwasi ya zemi, mwasi nyonso alingi koluka kobota, asala boluki bwa ngenge ya sida.

## **Les consultations de dépistage anonyme et gratuit (CDAG)**

---

**Il existe dans chaque département une ou plusieurs consultations de dépistage anonyme et gratuit où on peut, sans prescription médicale, dans le respect de l'anonymat et gratuitement, recevoir des informations et des conseils et bénéficier si nécessaire d'un test de dépistage. On peut aussi réaliser un dépistage de l'hépatite C et de l'hépatite B.**

Vous trouverez dans les pages suivantes les numéros de téléphone des consultations de dépistage anonyme et gratuit.

Les adresses peuvent également être obtenues soit par le Minitel 3611 en tapant « sida » dans la rubrique « nom » ou « activité » et en précisant le numéro du département, soit en téléphonant à :

**Sida Info Service : 0 800 840 800.**

**Consultation mpo ya koyeba soki ozli to ozali na virus ya Sida te, kuna bakosenga kombo na yo te, mpe okofuta te (CDAG)**

---

**Département nyonso ezali na bisika moko to mingi mpo ya Consultation Anonyme de Dépistage Gratuit.**

**Kuna okoki kokende, ata monganga atindi yo te, okoki kozua ba sango mpe mateya manso maye matali hépatite.**

**Okoki mpe kotalisa nzoto mpo ya boluki hépatite C to hépatite B**

Bisika ya ba Consultations, epayi bakosenga kombo na yo te, mpe okofuta te, okoki kozua yango na Minitel 3611. Okobeta "Sida", epayi ekomami "Nom" to "Activité", mpe okobakisa Numéro ya Département, okoki mpe ko Téléphoner na :

**Sida Info Service : 0 800 840 800.**

**Liste des numéros de téléphone des consultations de dépistage anonyme et gratuit (CDAG)** **Adresses mpe téléphones ya consultations de dépistage anonyme et gratuit (CDAG) ya France mobimba.**

**01. AIN**

04.74.45.41.89 Bourg-en-Bresse  
04.74.73.10.86 Oyonnax  
04.50.40.38.16 Gex

**02. AISNE**

03.23.24.37.37 Laon  
03.23.69.66.68 Chateau-Thierry  
03.23.06.74.74 Saint Quentin  
03.23.75.74.04 Soissons  
03.23.59.08.19 Soissons

**03. ALLIER**

04.70.03.89.77 Montluçon  
04.70.20.88.00 Moulins  
04.70.97.13.30 Vichy

**04. ALPES-DE-HAUTE-PROVENCE**

04.92.30.17.27 Digne les Bains  
04.92.36.76.52 Digne les Bains  
04.92.70.17.52 Manosque  
04.92.81.12.37 Barcelonnette  
04.92.61.06.92 Sisteron  
04.92.64.48.01 Saint Auban  
04.92.89.10.23 Saint-André-les-Alpes

**05 - HAUTES-ALPES**

04.92.40.61.89 Gap  
04.92.25.34.33 Briançon

**06. ALPES-MARITIMES**

04.93.85.12.62 Nice  
04.93.69.71.79 Cannes  
04.93.39.06.36 Cannes  
04.92.41.71.99 Menton  
04.93.65.98.98 Antibes  
04.93.36.40.40 Grasse

**07. ARDÈCHE**

04.75.20.20.73 Privas  
04.75.35.60.22 Aubenas  
04.75.67.89.30 Annonay

**08. ARDENNES**

03.24.58.78.15 Charleville-Mézières  
03.24.41.54.80 Fumay  
03.24.27.80.00 Sedan  
03.24.38.66.66 Rethel

**09. ARIÈGE**

05.61.03.31.60 Saint Jean de Verges

**10. AUBE**

03.25.49.00.27 Troyes

**11. AUDE**

04.68.24.29.99 Carcassonne  
04.68.90.68.90 Narbonne

**12. AVEYRON**

05.65.75.42.24 Rodez  
05.65.65.30.03 Villefranche de Rouergue

**13. BOUCHES-DU-RHÔNE**

04.91.14.21.16 Marseille  
04.91.78.43.43 Marseille  
04.91.08.33.28 Marseille  
04.42.20.13.89 Aix en Provence  
04.90.93.00.95 Arles  
04.42.36.95.40 Aubagne  
04.42.88.48.00 Marignane  
04.90.45.06.60 Salon de Provence  
04.42.89.05.06 Vitrolles

**14. CALVADOS**

02.31.94.84.22 Caen

**15. CANTAL**

04.71.46.56.10 (répondeur) ou  
04.71.46.56.58 Aurillac  
04.71.60.64.63 Saint-Flour

**16. CHARENTE**

05.45.85.65.15 Angoulême  
05.45.24.42.84 Angoulême  
05.45.35.13.13 Cognac



**17. CHARENTE-MARITIME**

05.46.45.52.40 La Rochelle  
05.46.92.77.20 Saintes

**18. CHER**

02.48.48.48.40 Bourges

**19. CORRÈZE**

05.55.92.66.67 ou  
05.55.92.60.06 Brive  
05.55.29.79.71 Tulle

**20A. CORSE-DU-SUD**

04.95.29.90.10 ou  
04.95.29.15.92 Ajaccio

**20B. HAUTE-CORSE**

04.95.55.06.24 ou  
04.95.56.06.25 Bastia  
04.95.59.12.66 Bastia

**21. CÔTE-D'OR**

03.80.63.68.14  
Dijon - Beaune

**22. CÔTE-D'ARMOR**

02.96.01.72.99  
Saint-Brieuc

**23. CREUSE**

05.55.51.70.62  
Guéret

**24. DORDOGNE**

05.53.07.70.00 ou  
05.53.07.70.53 Périgueux  
05.53.63.86.40 Bergerac

**25. DOUBS**

03.81.65.44.50 Besançon  
03.81.99.37.00  
Montbéliard

**26. DRÔME**

04.75.42.35.70 Valence  
04.75.75.75.49 Valence  
04.75.01.29.04 Montélimar  
04.75.70.82.66 Romans-sur-Isère

**27. EURE**

02.32.33.80.51 Évreux  
02.37.71.69.52 Vernon

**28. EURE-ET-LOIR**

02.37.30.31.06 Chartres  
02.37.30.30.71 Le Coudray  
02.37.51.52.53 Dreux

**29. FINISTÈRE**

02.98.22.33.15 ou  
02.98.34.71.91 Brest  
02.98.52.62.90 Quimper

**30. GARD**

04.66.87.66.70 Nîmes  
04.66.78.34.56 ou  
04.66.78.31.78 Alès  
04.66.79.12.70 Bagnols-sur-Céze

**31. HAUTE-GARONNE**

05.61.77.78.59 Toulouse  
05.61.14.81.50 Toulouse  
05.61.50.41.41 Toulouse  
05.34.45.40.40 Toulouse  
05.61.89.80.12 Saint Gaudens

**32. GERS**

05.62.05.22.75 Auch

**33. GIRONDE**

05.57.22.46.66 Bordeaux

**34. HÉRAULT**

04.67.33.69.50 Montpellier  
04.67.35.73.84 Béziers  
04.67.46.58.87 Sète

**35. ILLE ET VILAINE**

02.99.28.43.02 Rennes  
02.99.21.27.57 Saint Malo

**36. INDRE**

02.54.29.60.04  
Chateauroux

**37. INDRE-ET-LOIRE**

02.47.66.48.94 Tours

**38. ISÈRE**

04.76.12.12.85 Grenoble  
04.74.31.50.31 Vienne  
04.76.12.12.85 Bourg d'Oisans (antenne)

**39. JURA**

03.84.35.60.53 Lons-le-Saunier  
03.84.79.80.77 Dôle

**40. LANDES**

05.58.46.27.27 Mont-de-Marsan  
05.58.90.19.06 Dax

**41. LOIR-ET-CHER**

02.54.55.64.05 Blois  
02.54.58.42.23 Blois  
02.54.23.36.96 Vendôme

**42. LOIRE**

04.77.32.68.17 Saint-Étienne  
04.77.42.77.89 Saint-Étienne  
04.77.44.31.08 Roanne

### 43. HAUTE-LOIRE

04.71.05.66.90 Le Puy en Velay  
04.71.50.82.00 Brioude

### 44. LOIRE-ATLANTIQUE

02.40.08.38.15 ou  
02.40.08.31.19 Nantes  
02.40.90.63.33 Saint Nazaire  
02.40.55.88.09 Châteaubriand  
02.40.90.63.33 Guérande (antenne)

### 45. LOIRET

02.38.51.43.61 Orléans-la-Source  
02.38.74.45.54 Orléans cedex I

### 46. LOT

05.65.20.54.11 Cahors  
05.65.50.65.93 Figeac

### 47. LOT-ET-GARONNE

05.53.69.40.41 Agen  
05.53.20.30.50 Marmande  
05.53.40.59.59 Villeneuve sur lot

### 48. LOZÈRE

04.66.49.49.40 Mende

### 49. MAINE-ET-LOIRE

02.41.35.41.13 Angers  
02.41.49.68.81 Cholet

### 50. MANCHE

02.33.20.70.43 Cherbourg  
02.33.06.33.07 Saint Lô

### 51. MARNE

03.26.69.60.60 poste 71-95  
Chalons-en-Champagne  
03.26.78.45.70 ou  
03.26.78.79.97 Reims (répondeur)  
03.26.58.73.04 ou  
03.26.58.71.02 Epernay  
03.26.81.79.18 Cézanne  
03.26.60.81.41 Sainte Ménehould

### 52. HAUTE-MARNE

03.25.30.71.77 Chaumont  
03.25.56.84.00 Saint Dizier

### 53. MAYENNE

02.43.56.00.17 Laval  
02.43.66.50.80 Laval

### 54. MEURTHE-ET-MOSELLE

03.83.15.40.06 ou  
03.83.15.40.13 Vandœuvre-les-Nancy

### 55. MEUSE

03.29.83.83.32 Verdun  
03.29.45.88.55 Bar-le-Duc

### 56. MORBIHAN

02.97.54.76.00 ou  
02.97.54.76.69 Vannes  
02.97.84.42.66 Lorient  
02.97.28.42.40 Pontivy

### 57. MOSELLE

03.87.55.33.83 Metz  
03.87.56.30.70 Metz  
03.87.87.33.33 Forbach  
03.87.23.24.44 Sarrebourg  
03.82.55.89.10 Thionville

### 58. NIÈVRE

03.86.68.30.61 Nevers

### 59. NORD

03.20.54.57.73 Lille  
03.27.81.57.00 Cambrai  
03.27.98.50.61 Douai  
03.28.24.04.00 Dunkerque  
03.20.69.48.14 Tourcoing  
03.27.33.55.62 Valenciennes

### 60. OISE

03.44.06.53.40 Beauvais  
03.44.86.32.23 Compiègne  
03.44.61.60.00 ou  
03.44.61.65.10 Creil

### 61. ORNE

02.33.26.04.23 Alençon  
02.33.32.30.49 Alençon

### 62. PAS-DE-CALAIS

03.21.21.31.99 Arras  
03.21.01.25.62 Béthune  
03.21.10.05.80 Boulogne-sur-mer  
03.21.34.62.30 Calais  
03.21.69.10.95 Lens  
03.21.95.61.70 Saint-Omer

### 63. PUY-DE-DÔME

04.73.14.50.80 Clermont-Ferrand

### 64. PYRÉNÉES-ATLANTIQUES

05.59.92.48.12 Pau  
05.59.63.35.29 Bayonne

### 65. HAUTES-PYRÉNÉES

05.62.56.74.94 Tarbes

## 66. PYRÉNÉES-ORIENTALES

04.68.51.60.84 Perpignan  
04.68.66.24.00 Perpignan

## 67. BAS-RHIN

03.88.11.65.78 ou  
03.88.11.63.30 Strasbourg  
03.88.23.78.48 Strasbourg

## 68. HAUT-RHIN

03.89.64.61.85 Mulhouse  
03.89.45.89.69 Mulhouse  
03.89.12.44.65 Colmar

## 69. RHÔNE

04.72.41.32.91 Lyon  
04.78.42.29.26 Lyon  
04.72.11.62.06 Lyon  
04.72.50.08.68  
Vénissieux (antenne)  
04.74.09.28.27  
Villefranche-sur-Saône

## 70. HAUTE-SAÔNE

03.84.96.61.23 Vesoul

## 71. SAÔNE-ET-LOIRE

03.85.38.09.17 Mâcon  
03.85.48.62.28 Chalon-sur-Saône

## 72. SARTHE

02.43.43.43.70 Le Mans

## 73. SAVOIE

04.79.96.50.83 Chambéry  
04.79.96.51.52 Chambéry  
04.79.96.51.72 Chambéry  
04.79.34.01.26 Aix-les-Bains  
04.79.37.89.56 Albertville  
04.79.59.93.88 Saint Jean de Maurienne

## 74. HAUTE-SAVOIE

04.50.88.33.71 Annecy  
04.50.83.21.19 Thonon-les-Bains  
04.50.47.30.49 ou  
04.50.47.30.48 Sallanches  
04.50.87.48.27 Ambilly  
04.79.85.50.09 ou  
04.79.33.96.00 ou  
04.79.62.56.24 Chambéry  
04.50.38.23.81 Annemasse

## 75. PARIS

01.42.61.30.04 ou  
01.42.97.48.29 1<sup>er</sup>  
01.49.96.62.70 4<sup>ème</sup>  
01.58.41.18.17 6<sup>ème</sup>  
01.40.05.43.75 ou  
01.40.05.41.87 (répondeur) ou 01.40.27.00.00  
Hôpital Fernand Vidal ou  
01.42.49.99.24 (avant midi, sinon répondeur) 10<sup>ème</sup>  
01.49.28.21.54 12<sup>ème</sup>  
01.42.16.10.53 13<sup>ème</sup>  
01.40.78.26.00 ou  
01.40.78.26.56 (répondeur) 14<sup>ème</sup>  
01.58.14.30.30 14<sup>ème</sup>  
01.40.25.80.80 ou  
01.40.25.84.34 18<sup>ème</sup>  
01.40.33.52.00 20<sup>ème</sup>

## 76. SEINE-MARITIME

02.32.88.80.40 Rouen  
02.35.07.33.33 Rouen  
02.32.73.38.23 ou  
02.32.73.38.20 Le Havre  
02.35.77.00.85 Elbeuf  
02.35.82.20.81 Dieppe  
02.35.28.23.99 Fécamp

## 77. SEINE-ET-MARNE

01.64.14.55.55 Melun  
01.64.35.38.38 ou  
01.64.35.38.77 Meaux  
01.60.06.26.76 Lognes  
01.64.12.46.80 Lagny  
01.60.71.22.07  
Fontainebleau  
01.60.52.51.42 Provins  
01.64.26.51.06 Chelles

## 78. YVELINES

01.39.63.92.99 ou  
01.39.63.80.90 Le Chesnay (répondeur)  
01.30.22.09.60 Les Mureaux  
01.34.83.79.07 Rambouillet

## 79. DEUX-SÈVRES

05.49.78.30.72 Niort  
05.49.68.31.22 Bressuire

## 80. SOMME

03.22.91.07.70 Amiens  
03.22.45.56.69 Amiens

## 81. TARN

05.63.47.44.58 Albi

## 82. TARN-ET-GARONNE

05.63.92.81.19 Montauban  
05.63.04.67.00 Moissac

## 83. VAR

04.94.22.70 92 ou  
04.94.22.74.45 Toulon  
04.94.50.90.53 ou  
04.94.50.90.52 Draguignan  
04.94.51.18.65 Fréjus  
04.94.12.60.33 Hyères  
04.94.97.03.01 Saint Tropez

#### 84. VAUCLUSE

04.90.04.34.13 Apt  
04.90.87.38.44 Avignon  
04.90.16.19.49 Avignon  
04.32.85.88.96  
Carpentras  
04.90.78.85.29 Cavaillon  
04.90.11.22.30 ou  
04.90.11.22.33 Orange

#### 85. VENDÉE

02.51.44.63.18 La Roche-  
sur-Yon  
02.51.21.86.71 Les-Sables-  
d'Olonne

#### 86. VIENNE

05.49.44.39.05 ou  
0800.000.385 Poitiers  
(répondeur)  
05.49.02.90.19 ou  
05.49.02.90.90  
Chatellerault (standard)

#### 87. HAUTE-VIENNE

05.55.05.66.52 Limoges  
05.55.45.12.70 Limoges

#### 88. VOSGES

03.29.68.73.02 Épinal

#### 89. YONNE

03.86.48.48.62 Auxerre  
03.86.34.95.30 ou  
03.86.34.95.32 Avallon  
03.86.65.21.34 Sens

#### 90. TERRITOIRE DE BELFORT

03.84.28.17.12 Belfort

#### 91. ESSONNE

01.64.96.02.49 Corbeil-  
Essonnes  
01.64.94.53.99 Étampes  
01.60.77.73.52 Évry-  
Courcouronnes  
01.69.21.49.22 Juvisy-  
sur-Orge  
01.69.20.88.87 Massy  
01.64.90.14.54 Arpajon

#### 92. HAUTS - DE - SEINE

01.41.20.29.29 Nanterre  
01.47.69.65.89 Nanterre  
01.47.93.03.24  
Gennevilliers  
01.49.09.59.59 ou  
01.49.09.59.57 Boulogne  
01.46.03.39.11 Boulogne  
01.45.37.42.01 Clamart  
01.42.42.08.69 ou  
01.74.60.67.68 Colombes  
01.47.93.03.24 Asnières  
01.41.18.15.50 Suresnes  
01.46.42.14.24 Vanves  
01.46.42.14.24 Fontenay  
aux Roses  
01.46.42.14.24 Chatenay-  
Malabry

#### 93. SEINE-SAINT-DENIS

01.42.35.61.99 Saint  
Denis  
01.48.30.20.44 ou  
01.48.95.51.72 Bobigny  
01.41.70.81.91 Montfermeil  
01.43.85.65.08 Aulnay  
sous bois

#### 94. VAL-DE-MARNE

01.45.17.55.00 Créteil  
01.47.06.02.32  
Champigny-sur-Marne  
01.43.90.20.17 Ivry-sur-  
Seine  
01.43.86.22.37 Villeneuve-  
Saint-Georges  
01.55.53.50.80 Vitry-sur-  
Seine

#### 95. VAL-D'OISE

01.30.30.22.49 Cergy  
01.34.53.22.11 Gonesse  
01.34.23.25.29 Argenteuil

#### 971. GUADELOUPE

CDAG\*  
0590.89.10.10 poste 30.24  
Pointe-à-Pître  
0590.91.24.52 Pointe-  
à-Pître  
0590.87.01.17 Saint  
Martin  
0590.81.16.40 Basse  
Terre  
0590.91.85.25 Abymes

#### 972. MARTINIQUE

CDAG\*  
0596.55.23.01 Fort de  
France  
0596.60.36.87 Fort de  
France

### 973. GUYANE

CDAG\*

0594.39.50.50 ou  
0594.39.53.25 ou  
0594.31.81.60 Cayenne  
0594.34.87.77 Saint  
Laurent du Maroni  
0594.32.42.20 Kourou  
CDG\*\*  
0594.27.09.28 Apatou  
0594.27.09.28 Cacao  
0594.37.44.02 Camopi  
0594.30.21.42 Cayenne  
0594.31.01.20 Cayenne  
0594.37.41.02 Grand  
Senti  
0594.34.62.54 Iracubo  
0594.38.88.79 Macouria  
Tonate  
0594.34.82.26 Mana  
0594.37.20.49  
Maripasoula  
0594.35.60.84 Natoury  
0594.27.06.51 Régina  
0594.35.40.40 Remire  
0594.28.06.79 Roura  
0594.37.02.00 Saint  
Georges  
de l'Oyapock  
0594.34.11.47 Saint  
Laurent  
du Maroni  
0594.34.51.54 Sinnamary  
0594.34.10.60 Awala  
Yalimapo  
0594.34.17.01 Javouhey

### 974. LA RÉUNION

CDAG\*

0262.90.55.60 ou  
0262.90.55.61 Saint Denis  
0262.35.91.65 Saint  
Pierre-le-Tampon  
0262.43.38.20 poste  
400 ou  
poste 407 Le Port  
0262.50.20.00 poste 239  
Saint Benoît  
0262.41.32.75 poste 29  
Saint Denis  
0262.96.90.80 Saint  
Pierre  
0262.34.86.00 Saint Leu

### 98. NOUVELLE CALÉDONIE

0687.27.27.73

\*CDAG : Consultation de  
dépistage anonyme et  
gratuit.

\*\*CDG : Consultation de  
dépistage gratuit.

\* *Mpona DOM  
(Département de  
l'Outre Mer), liste  
ezali na ba Centres ya  
Dépistage ya kofuta te  
(CDG)*



## **Que signifie précisément le résultat du test ?**

---

**Un résultat positif** est vérifié, sans attendre, sur une deuxième prise de sang. Si ce test est lui aussi positif, cela veut dire que vous êtes contaminé par le virus du sida.

**Vous devrez alors vous faire suivre régulièrement par un médecin.**

Dès qu'une personne est atteinte par le VIH, elle peut **transmettre** le virus, même si elle ne ressent aucun trouble particulier. Elle doit donc penser à protéger son, sa ou ses partenaire(s) :

- en utilisant systématiquement le préservatif lors des rapports sexuels
- en ne partageant avec personne son matériel d'injection, en cas d'usage de drogues par voie intraveineuse

**Un résultat négatif** est certain seulement si trois mois (ou plus) ont passé depuis la dernière situation à risque. Dans ce cas il signifie que vous n'êtes pas atteint par le virus du sida, mais il ne témoigne de votre situation **qu'à un moment donné** et ne vous protège pas de risques futurs de contamination par le VIH.

**Vous devrez continuer à vous protéger en utilisant des préservatifs et/ou du matériel d'injection neuf et stérile en cas d'usage de drogues par voie intraveineuse.**

## **Boluki ngenge ya sida elingi koloba nini?**

---

Soki monganga atali mpe alobi na yo ete ozali na ngenge ya sida na makila ma yo (wana na lompoto babengi yango résultat positif) monganga, mpo andima ete ezali ngenge ya sida ya solo solo esengeli asala boluki ya mbala ibale. Soki boluki bolakisi lisusu kaka ngenge ena na tembe te ngenge ya sida ezali kati na makila ma yo. Banda wana esengeli ondima kosalisa nzoto.

**Moto nyoso azali na ngenge ya sida na makila, ataa nzoto ya ye ebeli te, akoki kopese yango na moto mosusu. Esengeli akebisa oyo ya ye nzoto mpe akebisa nzoto ya baninga ba ye.**

Ndenge nini :

- akotiya ekanga ntango iso ya botamboli ya mwasi na mobali ;
- soki amitubaka ntonga ya bangi, amituba obele na ntonga ya ye moko.

Kebisa nzoto na yo mikolo minso, na kolata ekanga ntango ya botamboli na mwasi to mobali.

Soki okei epay ya monganga mpo ya boluki ngenge ya sida, makila ma yo makoki kolakisa ngenge ena to te.

**Kasi mpo monganga andima te ya solo solo ozali na ngenge ya sida te na makila ma yo, akobenge yo lisusu sima ya sanza misato banda mokolo alukaki ngenge mbala ya yambo. Banda wana omikebisa nzoto ya yo mpo ozwa ngenge ena ebe te. Mpo te soki omikebisi te, na sima okoki mpe kozwa yango.**

## **Pourquoi se faire dépister le plus vite possible ?**

---

Quand une personne est atteinte par le VIH, les traitements actuels ne font pas disparaître l'infection, mais ils permettent de **ralentir** fortement l'évolution vers la maladie sida. Ils **améliorent** souvent considérablement la qualité de vie des personnes atteintes. Il est donc important de savoir le plus tôt possible après une situation à risque de contamination si on est atteint par le VIH, afin de pouvoir bénéficier **d'une prise en charge médicale**.

Quand une femme enceinte est atteinte par le VIH, des traitements **réduisent** considérablement les risques de transmission du virus à l'enfant.

## **En quoi consistent les traitements contre le VIH ?**

Les traitements contre le VIH ont pour objectif de **diminuer la multiplication du virus** dans le corps. Actuellement, ils sont donnés en associant le plus souvent plusieurs médicaments différents (**multithérapies**).

Ces traitements sont contraignants car, pour être efficaces, ils obligent à prendre chaque jour un grand nombre de médicaments à des moments très précis. Cependant, ils transforment la vie d'un grand nombre de personnes atteintes par le VIH, en améliorant considérablement leur état général.



## **Mpo na nini esengami kosala boluki noki noki?**

---

Soki moto azali mokumbi ya ngenge ya sida, na moi mwa lelo nkisi nyonso akomele ekolongola yango te. Kasi nde ekopekisa ye ebela bokono bwa sida noki. Pamba te, soki ngenge ya sida ekoti yo nzoto ekokemba mpe ekofanda tii mokolo nzoto ekobebe makasi. Nkisi bakopese ye ekol-embisa ngenge ya sida oyo ezali kati na ye. Mpo na yango esengeli malamau na moto nyonso oyo azali kobanga to akanisi te ngenge ya sida ekoti ye na nzoto amono mban- go mbango monganga

Ataa mwasi oyo abandii zemi, soki akei noki noki komono monganga bakoki kosalisa ye mpo te mwana oyo azali na libumu ngenge ya sida ya mama ekoto ye te

## **Bozwa nkisi ya sida elingi koloba nini ?**

Tozongeli lisusu na koloba ete na moi mwa lelo nkisi ya koboma ngenge ya sida emonani naino te. Moto nyonso oyo ngenge ya sida ekoti kati na ye bopese ye nkisi mpo te ngenge ye sida oyo ezali kati ne ye ekemba te mpe etungisa nzoto na ye mingi mingi koleka te.

Ngenge ya sida ekofanda kati ya nzoto ya ye kasi ye akozala mwaa malamau. Esengeli na mokumbi ngenge ena kolanda mibeko mya monganga mpe komele nkisi ntango inso ndenge bakosenge ye.

## On « n'attrape » pas le sida au travail, au café, à l'école...

---

Le sida n'est pas une maladie comme la grippe ou la tuberculose.

Il ne se transmet pas par des postillons ou des crachats, ni en serrant la main, ni en mangeant dans le même plat, ni en buvant dans le même verre.

- On ne peut pas « l'attraper » en utilisant des équipements publics : piscine, toilettes, douches, bains.
- Si quelqu'un a été contaminé par le virus du sida, il ne peut le transmettre dans son entourage que lors de rapports sexuels non protégés ou par un partage de matériel d'injection en cas d'usage de drogues par voie intraveineuse.
- Les rapports de tendresse (baisers, caresses...) ne sont pas contaminants.

**Le sida  
n'empêche pas  
d'aimer**



## Sida ezwamaka ndenge nini mpe bisika wapi ?

---

Sida ezwamaka ndenge misato :

- ntango ya kotambola ya mwasi na mobali  
Mwasi to mobali oyo atamboli na mokumbi ya sida
- ntango ya bopesi makila. Moto oyo bapesi makila maye mazali na ngenge ya sida .
- ntango mwana azali na libuma ya mama. Soki mokumbi zemi azali mpe mokumbi ngenge ya sida, ye akoki kopesa ngenge ena na mwana ntango azali na libumu, ntango ya kobota, to mpe ntango ya kopesa mwana mabele.

### Sida ezwamaka epayi wapi ?

- Sida ezali malali ezwamaka na mopepe te. Epesamaka to ezwamaka na mbote te, na koliya sani moko to komele kopo moko na moto akumbi ngenge te. Epesamaka to ezwamaka na kikoso te, na esika ya mosala te, na esika ya komele masanga te, na kelasi mpe te. Sida epikise te ozala na bondeko na moto oyo ngenge ya sida ezali kati na ye.

**Sida epekisi kolinga te.**

## La prévention du sida et la contraception

---

La pilule et le stérilet sont des moyens contraceptifs qui permettent d'éviter une grossesse non désirée.

**Ils ne protègent pas des infections sexuellement transmissibles (IST), ni du virus du sida.**

Le préservatif, seul moyen de se protéger des IST et du sida lors des rapports sexuels, est aussi un moyen contraceptif.

## Mpo ya bandeko basi

---

Mpo ya komikebisa na zemi oyo akanaki te mwasi ameleke mbuma babengi na lompoto «pilule» to akosenge na monganga atiya ye «epikisi-zemi» to «stérilet» na lompoto.

**Kasi soki mwasi atamboli na mobali oyo azali na ngenge ya sida kati ya ye, mbuma ena to epikisi-zemi, ekokanga ngenge ya sida te.**

Esengeli, mpo mwasi amikebisa na ngenge ya sida, to ye to mobali, moko na bango mibale, atiya to alata ekanga.

## Il n'y a pas que le sida

---

La plupart des **infections sexuellement transmissibles (IST)**, si elles ne sont pas soignées, peuvent avoir des conséquences graves sur la santé, telle que la stérilité.

**Mais elles peuvent être traitées et guéries.**

L'hépatites B et les IST se transmettent au moment d'un rapport sexuel non protégé.

**L'utilisation du préservatif évite la contamination.**

Les virus des hépatites B et C peuvent se transmettre également par le sang :

- notamment chez les **usagers de drogues**, par le partage de seringues et du matériel de préparation de l'injection. Pour s'en protéger, il faut utiliser à chaque injection une seringue et une aiguille neuves. Il ne faut partager ni aiguille, ni seringue, ni cuiller, ni eau, ni produit, ni filtre.
- lors d'une **blesseure accidentelle** avec un objet souillé de sang contaminé.

Il existe un vaccin contre l'hépatite B (remboursé partiellement). Il n'existe pas de vaccin contre l'hépatite C.

Si vous pensez que vous avez pu être contaminé, il est important de consulter un médecin le plus vite possible, en cabinet ou dans un centre antivénérien. En cas de nécessité, vous pourrez ainsi bénéficier rapidement d'un traitement efficace. Le test de dépistage du virus de l'hépatite C peut être pratiqué dans toutes les consultations de dépistage anonyme et gratuit.

## Pembeni ya sida, malali misusu mizali

---

Malali mingi oyo mizwamaka na ntango ya botamboli ya mwasi na mobali, mpe na bosangisi makila, soki basalisi mango te, makoki kobebisa nzoto mabe mpe kokanga mabota. Ezali lokola bokono babengi na lompoto «hépatite». Hépatite ezali ndenge mibale.

**Kasi malali mango makoki kosalisama mpo moto abela lisusu te.**

Soki moto akanisi to azali kobanga te akutanaki na ngenge ya hépatite akende noki noki epayi ya monganga.

**Kolatisa Préservatif ekopekisa kozua bokono.**

Ba Virus ya ba Hépatites B na C bakoki mpe kopesama na nzela ya makila:

- Bato baye bameseni kotiya Drogue na makila, soki basangisami tonga mpe kisi na bato misusu. Mpo ya komikebisa, esengeli omitiya na nzoto kaka tonga ya sika. Kosangisa na moto mosusu - tonga, lutu, Filtre, bakisi, ni mayi ya tonga te.
- Soki moto azokami na eloko ezui makila ya mokumbi Virus.

Vaccin mpo ya kopekisa bozui bua "Hépatite B" (Sécurité sociale azongisaka ndambo ya mbongo ofuti, na kosomba yango). Kasi, Vaccin mpo ya kopekisa bozui bua Hépatite C ezali te.

Soki okanisa mpe ozali kobanga ke ozui Virus, kende noki epayi ya munganga, na Cabinet na ye, to na Centre antinvénerien. Kuna nde okoki kozua Traitement ya makasi. Test ya Dépistage ya Virus ya Hépatite C ekoki kosalama na ba Consultations de Dépistage Anonyme et Gratuit (Consultations ya boyebi, epayi ba kosenga yo kombo te, mpe okofuta te).

## Où s'informer

---

- dans les consultations de dépistage anonyme et gratuit (CDAG) (*voir liste page 24 à page 29*) ;
- chez votre médecin généraliste ;
- dans les centres de protection maternelle et infantile (PMI, consultations prénatales) ;
- dans les centres de planification et d'éducation familiale ;
- dans les dispensaires antivénéériens ;
- lors de consultations de gynécologie ou de dermatologie ;
- auprès d'associations.
- en téléphonant directement à :

**SIDA INFO SERVICE : 0 800 840 800**

communication gratuite - tous les jours, 24 h/24



## Esika nini okozwa mayebisi, to mateya?

---

Mayebi to mateya makoki kozwama mingi na bisika biye :

- Bisika ya ba Consultations de Dépistage Anonyme et Gratuit (CDAG);
- Esika ya munganga;
- Na ba Centres de Planification et d'Education familiale
- Na ba Dispensaires antivénéériens (esika basalisaka bokono nyonso bozuamaka na nzela ya bolalani);
- Tango ya ba Consultations ya Gynécologie (mpona basi), mpe ba Consultations ya Dermatologie (Consultations na makambo matali lopo ya nzoto);
- Epayi ya ba Associations.
- Okoki mpe kobenga na :

**SIDA INFO SERVICE : 0 800 840 800**

(Ba kosenga kombo nayo te, mpe okofuta te, okoki kobenga tango nyonso - 24 heures / 24)

**Des lignes de téléphone confidentielles  
et anonymes pour obtenir des informations :**

**Numéros ya téléphone mpo na mayebisi (esika  
bakosenga nkombo ya yo te):**

**SIDA INFO SERVICE : 0 800 840 800**

*(communication gratuite - tous les jours, 24 h/24) écoute, soutien, orientation pour les problèmes ayant trait au sida.*

Okoki kobenga mikolo minso, ngonga na ngonga. Kuna bayokaka mpe bateyaka makambo matali sida. okofuta te

**SIDA INFO DROIT : 0810 636 636**

*(coût d'une communication locale - mardi de 16 h à 22 h - vendredi de 14 h à 18 h) questions juridiques et sociales liées au sida.*

Awa okofuta téléphone. Kasi yango efungwamaka kaka mokolo mwa mosala ya mibale - kobanda ngonga 16 h tii 22 h na mokolo ya mosala ya mitano - kobanda 14 h tii 18 h. Kuna okozwa mateya na mibeko nyonso na makambo ya sida.

**FIL SANTÉ JEUNES : 0 800 235 236**

*(communication gratuite tous les jours de 8 heures à minuit) pour les jeunes de 12 à 25 ans.*

Na kobenga okofuta te - okoki kobenga mikolo minso kobanda 8h, tii minuit. kuna ezali mpo na bilenge ya 12 ans tii 25 ans.

**DROGUES ALCOOL TABAC INFO SERVICE : 113**

*(communication gratuite tous les jours, 24h/24).*

Na kobenga okofuta te: okoki kobenga mikolo nyonso

**Pour obtenir ou consulter des documents d'information et de communication sur le sida :**

***Mpo na kozwa, to kotanga mikanda mitali makambo ma sida:***

## **INPES**

*Institut national de prévention et d'éducation pour la santé*

Immeuble Étoile Pleyel - 42, bd de la Libération  
93203 Saint-Denis Cedex

## **CRIPS**

*Centres régionaux d'information et de prévention sur le sida*

Aquitaine : 05 57 57 18 80 / 81

Auvergne : 04 73 34 12 12

Ile de France : 01 53 68 88 88

Nord - Pas de Calais : 03 20 15 49 10

Pays de Loire : 02 51 86 05 60

PACA - Marseille : 04 91 59 83 83

PACA - Nice : 04 92 14 41 20

Rhône Alpes : 04 72 00 55 70

**LE KIOSQUE - Paris : 01 44 78 00 00**

*Information sur le sida et sur la toxicomanie.*

 **Sida Info Service**  
**0 800 840 800**

24 h sur 24 . confidentiel, anonyme et gratuit

**Document rédigé sous la responsabilité  
de la Direction générale de la Santé,  
ministère de la Santé, de la Famille  
et des Personnes handicapées.**

**Édition et diffusion :  
Institut national de prévention  
et d'éducation pour la santé  
(INPES)**

**Immeuble Étoile Pleyel  
42, bd de la Libération  
93203 Saint-Denis Cedex  
Fax : 01.49.33.23.90**

*État des connaissances : avril 2002.*



La traduction de cette brochure a été assurée par Inter Services Migrants - 01 43 56 20 50