

## Autres services

Weitere Angebote

## Aidshilfe près de chez vous (association de lutte contre le VIH/Sida)

Die Aidshilfe in Ihrer Nähe

## Le service d'hygiène et de santé publique près de chez vous

Das Gesundheitsamt in Ihrer Nähe

## Ce dépliant a été réalisé par les Aidshilfen de Basse-Saxe.

Les Aidshilfen (associations de lutte contre le VIH/Sida) offrent des informations et des conseils gratuitement et en tout anonymat sur les sujets suivants :

- ▶ La santé en matière de sexualité
- ▶ Le dépistage du VIH et des autres infections sexuellement transmissibles (IST)
- ▶ Les traitements médicaux contre le VIH et les IST
- ▶ La vie avec le VIH
- ▶ L'autodétermination sexuelle
- ▶ La diversité des modes de vie
- ▶ La protection contre les discriminations

Lorsque vous parlez avec nous, vous n'avez pas besoin de donner votre nom. Nous sommes soumis au secret professionnel. Cela signifie que nous ne transmettrons pas vos informations personnelles ni à d'autres personnes, ni à d'autres institutions, ni aux autorités. Les Aidshilfen sont des ONG entièrement indépendantes des pouvoirs publics.



Pour trouver les Aidshilfen près de chez vous ainsi que bien d'autres informations, rendez-vous sur :  
[www.niedersachsen.aidshilfe.de/migration](http://www.niedersachsen.aidshilfe.de/migration)

### Verantwortlich im Sinne des Presserechts:

Aidshilfe Niedersachsen Landesverband e.V.  
Schuhstraße 4, 30159 Hannover  
Telefon: 0511 13 22 12 00  
E-Mail: [info@niedersachsen.aidshilfe.de](mailto:info@niedersachsen.aidshilfe.de)

Projektkoordination: Simone Kamin ([simone.kamin@goettingen.aidshilfe.de](mailto:simone.kamin@goettingen.aidshilfe.de)),  
Marja Rathert ([info@interkulturellegesundheit.de](mailto:info@interkulturellegesundheit.de))

Konzept und Text: Simone Kamin, Ellen Kiebacher und der Facharbeitskreis Flucht und Migration der niedersächsischen Aidshilfen

Übersetzung: Laura Heidrich/Lebenshilfe Celle (deutsche einfache Sprache),  
Eliza Calderon (Bulgarisch), Yasmine Khaled-Jaiser (Arabisch), Henriette Kilger (Englisch),  
Cristina Müller (Rumänisch), Mathilde Pelé (Französisch),  
Beatriz Quintanero Raposo (Spanisch), Mercede Salehpour (Farsi)

Layout und Satz: Birgit Sobiech, [www.schlichtundbuendig.de](http://www.schlichtundbuendig.de)  
Fotos Innenteil: © AdobeStock.com  
3. überarbeitete Auflage 2022

Dieses Faltblatt gehört zur Kampagne „Gesundheit, Selbstbestimmung und Vielfalt in der Sexualität“. Es gibt dieses Faltblatt und weitere Faltblätter in verschiedenen Sprachen. Hier finden Sie alle Informationen:

[www.niedersachsen.aidshilfe.de](http://www.niedersachsen.aidshilfe.de)

Gefördert durch:



Niedersächsisches Ministerium  
für Soziales, Gesundheit  
und Gleichstellung

Gefördert durch die  
**Aktion**  
MENSCH

# Santé, autodétermination et diversité en matière de sexualité

Informations et conseils  
pour migrants et réfugiés



FRANZÖSISCH

 **Aidshilfe**  
Niedersachsen

## Santé et sexualité

- Le préservatif (externe ou interne) vous protège contre le VIH/Sida et réduit le risque de contracter d'autres infections sexuellement transmissibles (IST). Préservatifs externes et internes vous protègent aussi contre les grossesses non désirées.
- Vous trouverez de nombreuses informations en plusieurs langues sur l'utilisation du préservatif sur le site [www.niedersachsen.aidshilfe.de/migration](http://www.niedersachsen.aidshilfe.de/migration)
- Pour savoir si vous êtes porteur du VIH ou d'autres IST, vous pouvez vous faire dépister. Bon nombre de centres *Aidshilfe* et de services d'hygiène et de santé publique proposent des dépistages VIH gratuits. Pour savoir où vous faire dépister pour le VIH et les autres IST dans votre région, vous pouvez vous adresser à la *Aidshilfe* près de chez vous.
- Si vous avez des questions au sujet du VIH ou d'autres IST, contactez une *Aidshilfe*. Elle vous donnera des informations concernant les modes de transmission, la protection, le dépistage et les traitements existants. Ces services sont gratuits, confidentiels et anonymes.
- On ne contracte pas le VIH dans la vie quotidienne. Le VIH se transmet principalement lors de rapports vaginaux et anaux non protégés. Les personnes séropositives (qui ont contracté le VIH) peuvent vivre aussi bien que les personnes non infectées. Pour cela, un traitement médicamenteux est nécessaire. Les médicaments contre le VIH permettent de vivre bien et longtemps. Les personnes séropositives doivent prendre des médicaments tous les jours durant toute leur vie. Cela est possible en Allemagne. C'est pourquoi une infection par le VIH peut, dans certains cas, être un **critère pour obtenir l'asile ou un obstacle à l'expulsion** en Allemagne. Si vous avez des questions à ce sujet, contactez une *Aidshilfe*.



## Parler de sexualité peut vous apporter beaucoup

- Il existe de nombreuses manières de vivre et de jouir de sa sexualité. Tout le monde n'a pas les mêmes goûts en matière de sexe. Les partenaires sexuels consentants sont libres de faire ce qu'ils veulent dans leur intimité. En Allemagne, des lois protègent les libertés individuelles et celles-ci doivent être respectées (voir la rubrique suivante « Autodétermination sexuelle »).
- L'important est de parler avec vos partenaires sexuels. Parlez de vos souhaits et de vos limites. Que voulez-vous faire ? Qu'est-ce que vous aimez ? Qu'est-ce que vous ne voulez pas faire ? Qu'est-ce que vous n'aimez pas du tout ? La personne qui pratique des actes sexuels avec vous doit respecter vos limites. Et vous devez aussi respecter les limites de tous vos partenaires. Parler ensemble est souvent d'une grande aide pour mieux comprendre les autres en matière de sexe.
- Vous trouverez des informations pratiques sur la sexualité, le corps et les sentiments sur le site [www.zanzu.de](http://www.zanzu.de)

## Autodétermination sexuelle

En Allemagne chaque personne a le droit de décider ...  
... si elle désire avoir des pratiques sexuelles, quand, avec qui, comment et à quelle fréquence.  
... si elle veut se marier et avec qui.  
... si elle veut avoir des enfants ou pas.

**Personne n'a le droit d'obliger une autre personne à pratiquer des actes sexuels.** Ceci est valable pour tous. Ni votre famille, ni votre partenaire, ni votre mari ou votre femme, ni votre entourage n'ont le droit de vous forcer. **La sexualité doit toujours être choisie librement. Chaque personne a le droit de décider de la manière dont elle dispose de son corps.**

Les violences et abus sexuels sont également interdits par la loi et passibles de sanctions. Si vous avez été victime d'un abus sexuel, parlez-en avec une personne de confiance ou contactez un service de consultation et de conseil. La *Aidshilfe* près de chez vous vous donnera les coordonnées et adresses nécessaires.

En Allemagne, les enfants et les jeunes font l'objet d'une protection particulière. Il est strictement interdit pour les adultes (personnes à partir de 18 ans) et pour les jeunes (de 14 à 17 ans) d'avoir des pratiques sexuelles avec des enfants de moins de 14 ans. Si vous le faites malgré tout, vous êtes passibles de sanctions. Pour plus d'informations relatives à la protection des enfants et des jeunes, rendez-vous sur le site [www.zanzu.de](http://www.zanzu.de). Les rapports sexuels entre parents et enfants ou entre frères et sœurs sont strictement interdits, peu importe l'âge.

## Diversité des modes de vie

En Allemagne personne n'est poursuivi ou sanctionné à cause de son sexe, de son identité de genre ou de son orientation sexuelle. Selon la législation allemande, personne ne doit faire l'objet de discriminations parce qu'il ou elle est homosexuelle, bisexuelle, transsexuel·le ou intersexe.

Les relations homosexuelles sont totalement légales : les hommes ont le droit d'aimer et d'avoir des relations avec des hommes, les femmes d'aimer et d'avoir des relations avec des femmes. Les couples homosexuels peuvent se marier s'ils le souhaitent.

**Quelle que soit votre orientation sexuelle ou votre identité de genre personne n'a le droit de vous attaquer physiquement ou verbalement.**

Si cela vous arrive, contactez le plus rapidement possible un service de consultation et conseil ou une *Aidshilfe* pour obtenir du soutien.

Si vous subissez des persécutions en raison de votre orientation sexuelle ou de votre identité de genre dans votre pays d'origine, cela peut être un critère pour l'obtention de l'asile en Allemagne. Vous trouverez de nombreuses informations en plusieurs langues sur le site [www.queer-refugees.de](http://www.queer-refugees.de)

Dans de nombreuses villes, vous trouverez des services de conseil, des rencontres et manifestations. Le centre *Aidshilfe* près de chez vous est à votre écoute.

