

N'hésite pas à passer au **stand Sex&Co**, des **professionnels de planning** sont là pour t'accueillir en toute **confidentialité** et dans le **respect du secret professionnel!**

Retrouve-nous également sur notre **fan page Facebook**

« Sex and Co »

 Like us on Facebook

Centre de Planning Familial!

QU'EST-CE QUE C'EST ?

- ⊙ Lieu d'accueil spécialisé en Santé Relationnelle, Affective et Sexuelle
- ⊙ Pas besoin de RDV pour poser tes questions et trouver un soutien
- ⊙ Peu importe ton âge et ton statut financier
- ⊙ En toute confidentialité et dans le respect du secret professionnel
- ⊙ Respect de tes convictions, orientation sexuelle et identité de genre
- ⊙ Équipe pluridisciplinaire : accueillants, médecins (gynécologue), psychologues, assistants sociaux, juristes,...
- ⊙ Agréé par la Wallonie et par la COCOF pour Bruxelles

DE NOMBREUX SUJETS PEUVENT ÊTRE ABORDÉS :

La contraception, la grossesse, l'avortement, les IST, les difficultés conjugales, l'adolescence, les relations parents-enfants, ...

TU Y TROUVERAS :



Pilule du lendemain



Test de grossesse



Préservatifs



Documentation



TU TROUVERAS SUR LE STAND...

- ⊙ Des **préservatifs moulants** (aussi appelés préservatifs masculins)
 - Vérifie toujours la date de péremption sur l'emballage
 - N'oublie pas de pincer le réservoir pendant que tu l'enfiles
- ⊙ Des **préservatifs flottants** (aussi appelés préservatifs féminins)
- ⊙ Du **lubrifiant à base d'eau**, il ne protège ni des IST, ni des grossesses mais il rend la relation plus confortable.

Ma contraception en festival ...

J'AI OUBLIÉ MA PILULE...

- Plus de 12h d'oubli ?! Elle ne sera plus efficace, donc utilise un préservatif.
- En cas de rapport non protégé, procure-toi la pilule du lendemain sur notre stand.
- Si tu as vomi dans les 2 heures après ta prise de pilule, c'est comme si tu avais oublié ta pilule !

JE PRENDS UN CONTRACEPTIF HORMONAL (PILULE, PATCH, ANNEAU) ET JE SOUHAITE NE PAS ÊTRE RÉGLÉE EN FESTIVAL...

Ne marque pas l'arrêt habituel entre tes 2 plaquettes (anneaux ou patches)

J'AI UN ANNEAU VAGINAL ET JE SOUHAITE LE RETIRER QUELQUES HEURES...

Vu les conditions d'hygiène en festival, laisse-le bien où il est!

LA PILULE DU LENDEMAIN...

- ⊙ C'est une contraception d'urgence!
- ⊙ Prends-la le plus vite possible après le rapport sexuel non-protégé, 72h au maximum.
- ⊙ Elle est disponible sur le stand Sex&Co gratuitement.

- ⊙ Des **mouchoirs à plaisir** (aussi appelés digues dentaires ou carré de latex), pour l'utiliser, il te suffit de le mettre devant ta bouche et de lécher ce que tu veux... ;-)

- 1 Lave-toi les mains avant et après tout rapport sexuel.
- 2 Si c'est possible, fais une toilette intime.
- 3 Urine après un rapport sexuel, c'est un moyen naturel de diminuer le risque d'infection urinaire ou par un champignon.

Plus d'infos pour une **sexualité responsable** en festival sur

www.sexandco.be

ou en scannant le **QR code** avec ton smartphone.



Retrouve le **planning le plus proche** de chez toi en allant sur

www.loveattitude.be



FÉDÉRATION LAÏQUE DE CENTRES DE PLANNING FAMILIAL

Avec le soutien de la **Wallonie**, de la **COCOF**, et de la **Fédération Wallonie-Bruxelles**



Wallonie



FÉDÉRATION WALLONIE-BRUXELLES



Francophones Bruxelles

Zone PTN Zcard



Les IST, le VIH/SIDA mais pas que...

C'EST QUOI ÇA ?

Les IST sont des infections sexuellement transmissibles comme le VIH mais aussi la Chlamydia, la Gonorrhée, la Syphilis, ...

Plus d'infos sur :
www.preventionist.org

COMMENT SAVOIR SI J'AI UNE IST ?

Pour avoir une IST, tu dois avoir eu un/des rapport(s) non-protégé(s) ...

Souvent, il n'y a pas de signes visibles, le meilleur moyen de savoir si on a une IST est de faire un dépistage chez un médecin ou une personne formée pour faire un dépistage.

MAIS CONSULTE UN MÉDECIN EN CAS DE :

- ⊗ Sensation de brûlure, picotement en urinant
- ⊗ Écoulement anormal
- ⊗ Boutons (douloureux ou non)
- ⊗ Démangeaisons anormales des organes génitaux
- ⊗ Rougeurs des muqueuses
- ⊗ Verrues
- ⊗ Douleurs au bas du ventre ou aux parties génitales

Où te faire dépister ?

→ Dans un **Centre de Planning** proche de chez toi, tu le trouveras facilement sur

www.sexandco.be

→ Dans une association qui pratique des tests de dépistage rapide gratuits :

⊗ **Ex-Aequo à Bruxelles :**
02/736.28.61
(test rapide VIH & syphilis, chez les gays, sur RDV)

⊗ **Sid'Aids Migrants à Bruxelles :**
02/502.36.76
(test rapide VIH pour les migrants)

⊗ **Aide Info SIDA à Bruxelles :**
0800/20.120
(test rapide du VIH sans RDV pour tous)

⊗ **Sida Sol à Liège :**
04/366.96.10
(test rapide du VIH et prise de sang pour tous)

⊗ Ou tout simplement chez ton **médecin traitant...**

Chaque professionnel de la Santé ou personne formée au dépistage est tenue au secret médical... tu peux donc consulter en toute confidentialité



J'AI PRIS UN RISQUE...

Il existe un traitement d'urgence pour diminuer le risque de contamination par le VIH, appelé TPE (traitement post-exposition).

Quoi ? Fellation avec éjaculation dans la bouche, pénétration anale ou vaginale non-protégée.

Quand ? Dans les 24h après la prise de risque (72h max)

Où ? Aux urgences d'un hôpital universitaire

Qui-Comment ? Un médecin analysera avec toi le degré de la prise de risque.



- 1 Parle de sexualité et des moyens de se protéger avec ta/ton/tes partenaire(s)
- 2 Utilise un préservatif, il reste le meilleur moyen de se protéger du VIH et des autres IST
- 3 Utilise un lubrifiant à base d'eau, il te permettra de faciliter le rapport
- 4 Fais-toi dépister régulièrement du VIH et autres IST
- 5 Fais-toi vacciner contre l'hépatite A&B et l'HPV
- 6 Utilise un Kit d'injection à usage unique et une paille de sniff à usage personnel pour la consommation de drogues