

QU'EST-CE QUE LE VIH?

Le virus de l'immunodéficience humaine (VIH) est une infection transmissible par le sang, qui s'attaque au système immunitaire et qui peut mener au syndrome d'immunodéficience acquise (sida) s'il n'est pas traité.

Grâce au traitement, le VIH devient indétectable dans le sang et le corps ne peut plus le transmettre. Aujourd'hui, les personnes ayant le VIH peuvent vivre longtemps et en santé.

Quels sont les modes de transmission du VIH?

- Contact sexuel (p. ex., relation sexuelle vaginale ou anale);
- Transmission par le sang (p. ex., partage d'aiguilles ou de seringues);
- Transmission mère-enfant (durant la grossesse).

Où puis-je obtenir un dépistage?

ZoneGaie : Dépistage gratuit et anonyme du VIH.
Tous les jeudis de 17 h à 20 h au Centre de santé communautaire du Centre-ville,
420 rue Cooper, Ottawa.
(Tél. 613-233-4443)

Clinique de santé sexuelle
au 179 rue Clarence, Ottawa
(Tél. 613-234-4641)

Centre de santé communautaire de Somerset Ouest
au 55 rue Eccles, Ottawa
(Tél. : 613-238-8210).

Services de santé de l'Université d'Ottawa,
au 100 privé Marie-Curie, Ottawa
(Tél. : 613 564-3950).

Symptômes

Ce n'est pas tout le monde qui va présenter des symptômes après une infection au VIH, mais nombreuses sont les personnes qui en présenteront.

Cela peut s'apparenter aux symptômes de la grippe dans les deux à quatre semaines après l'infection (p. ex., fièvre et douleurs musculaires, nausée, diarrhée et vomissement).

Si vous avez nouvellement reçu un diagnostic de VIH, visitez HIV411.ca pour y trouver des services près de chez-vous.

Quels liquides corporels sont-ils porteurs du VIH?

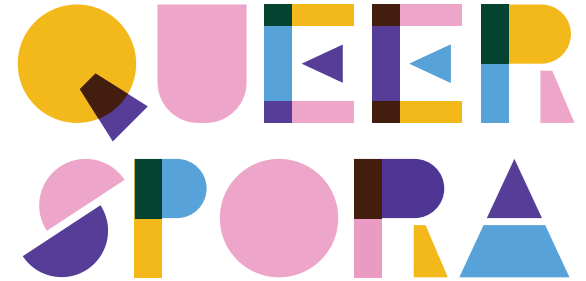
- Sang
- Sperme (liquide pré-éjaculatoire/éjaculatoire)
- Liquide rectal
- Liquide vaginal
- Lait maternel

PRÉVENTION DU VIH ET DES ITS

- Préservatifs.
- PrEP (pilule quotidienne) : La PrEP peut prévenir le VIH, mais la PrEP, seule, ne vous protégera pas contre les autres infections transmissibles sexuellement (ITS).
- PPE (après avoir été potentiellement exposé au VIH)
- Préservatifs et PrEP : combiner les deux peut très bien réduire la transmission du VIH et des ITS.
- Se faire dépister et connaître son statut sérologique.
- Éviter de partager le matériel d'utilisation des drogues avec d'autres (seringues, pipes à Méth, etc.).

AUTRES INFECTIONS TRANSMISSIBLES SEXUELLEMENT

- Hépatites
- Virus du papillome humain (VPH)
- Herpès génital
- Chlamydia
- Gonorrhée
- Syphilis



SERVICES DE SANTÉ ET D'INSTALLATION POUR NOUVEAUX ARRIVANTS

Services de santé et d'installation pour nouveaux arrivants

La brochure a été préparée et révisée par les nouveaux arrivants GBTQ à Ottawa, en partenariat avec MAX Ottawa et Capital Rainbow Refuge.

Ressources et services importants pour les nouveaux arrivants

SANTÉ

- Si vous souhaitez en savoir davantage au sujet des services de santé, dans votre langue maternelle, visitez le Centre de santé d'Ottawa pour nouveaux arrivants, au 219 avenue Argyle (niveau inférieur).
- Si vous avez besoin d'aide pour avoir recours à des services de santé mentale dans la région d'Ottawa, communiquez avec nos navigateurs de santé et de mieux-être à navigation@maxottawa.ca ou par téléphone au 613-701-6555.
- Si vous vivez une crise de santé mentale, téléphonez au Centre de détresse d'Ottawa au 613-238-3311. Accessible 24 heures et 7 jours par semaine.

EMPLOI

Lorsque vous serez prêt à chercher un travail, les centres d'Emploi Ontario pourront vous aider. Trouvez le centre le plus proche en consultant le site Web suivant :

ontario.ca/fr/page/travail-et-emploi

LANGUE ET ÉCOLES

Le YMCA-YWCA offre des évaluations linguistiques et des aiguillages vers les cours appropriés. Contactez-les au 613-238-5462.

ymcaywca.ca/accueil/

SOCIALISATION ET DIVERTISSEMENT

MAX compte en son sein de nombreux groupes de socialisation. Pour en apprendre à ce sujet, visitez notre site Web : maxottawa.ca.

- Le Centre de santé communautaire du Centre-ville offre un programme pour les nouveaux arrivants LGBTQ+ tous les deux et dernier lundis du mois de 17 h 30 à 19 h 30.
- Si vous fréquentez les bars, visitez T's ou Swizzles.
- Si vous préférez les boîtes de nuit, vous pourriez opter pour le Lookout, le Babylon et/ou le Mercury Lounge.

HYPERLIENS UTILES

- Le site Web settlement.org contient des réponses à de nombreuses questions sur l'installation des nouveaux arrivants.
- Pour trouver des centres de dépistage du VIH anonymes, visitez le site Web suivant : bit.ly/2Ugcu8N
- Pour de plus amples renseignements sur la PrEP et la PPE, visitez equipyourself.ca
- Apprenez-en plus sur les ITSS ici : catie.ca/fr/feuilles-info

CELA VOUS INTÉRESSE?

Pendant que vous découvrirez la ville et vous-même, vous pourriez avoir besoin de services de soutien à l'installation et de ressources communautaires. Vous trouverez, dans ce guide, des renseignements et des sites Web utiles.

Il est également important de prendre soin de votre santé sexuelle. Obtenir un dépistage tous les trois à six mois est une excellente façon de rester en santé.

La production de ce document a été rendue possible grâce à une contribution financière de l'Agence de la santé publique du Canada. Les opinions exprimées dans le présent document ne représentent pas nécessairement celles de l'Agence de la santé publique du Canada