

Livret n°1
Nous les Femmes



VIH au féminin :
ce qui change au quotidien





Dans le monde, plus de la moitié des personnes vivant avec le VIH sont des femmes. En France chaque année, un tiers des découvertes de séropositivité concerne des femmes. Pourtant, le sujet du VIH reste tabou, et encore davantage pour les femmes que pour les hommes. Les femmes souffrent plus souvent d'une invisibilité et d'une vulnérabilité frappantes à bien des égards.

À Actions Traitements, nous souhaitons poursuivre notre investissement pour informer et accompagner les femmes vivant avec le VIH en réalisant de nouveaux documents d'information à l'intention de toutes les femmes : jeunes ou plus âgées, femmes hétérosexuelles, bi ou homosexuelles, femmes transgenres, femmes françaises ou d'origine étrangère, femmes en situation de handicap...

Nous espérons que chacune pourra y

Avant-propos

trouver des réponses, qu'elle soit directement touchée par le VIH ou pas.

Ce premier livret fait un tour d'horizon des questions que se posent de très nombreuses femmes lorsqu'elles apprennent leur séropositivité au VIH. C'est aussi un outil que nous vous invitons à utiliser pour échanger, sur les thèmes abordés, avec les professionnel.le.s de santé et associatifs que vous rencontrez dans votre parcours de soins.

D'autres livrets thématiques suivront.

Cette brochure est le résultat d'un travail participatif qui a utilisé la méthode des focus groupes et des entretiens individuels avec les femmes concernées. Elle est réalisée sous la responsabilité de l'association Actions Traitements et est protégée par la législation sur les droits d'auteur. Sa reproduction et/ou son impression à des fins non commerciales sont autorisées. Toute modification de son contenu doit être préalablement autorisée par l'association Actions Traitements.

Sommaire

- 1** Je découvre que j'ai le VIH - page 04
- 2** Je me traite pour rester en bonne santé - page 06
- 3** J'ai besoin de soutien et d'accompagnement - page 08
- 4** J'en parle ou pas ? Et à qui ? - page 10
- 5** J'aimerais avoir une sexualité épanouie - page 12
- 6** Je désire un enfant, est-ce possible ? - page 14
- 7** Conclusion
Aller plus loin, orientations - page 16



Je découvre que j'ai le VIH

1

Les raisons pour lesquelles une femme fait un test du VIH sont multiples : après un rapport non protégé ou une situation à risque, sur demande d'un.e médecin, parce qu'elle a des symptômes, parce qu'elle est enceinte, parce qu'elle a plusieurs partenaires, parce que son ou sa conjoint.e est séropositif.ve au VIH, parce qu'elle débute une nouvelle relation, ou juste pour vérifier son statut sérologique...

Selon la situation, nous sommes donc plus ou moins préparées à apprendre que le résultat de ce test est positif : certaines ont déjà un doute, d'autres ne s'y attendent absolument pas et tombent des nues.

Mais quoi qu'il arrive, l'annonce de la séropositivité est un choc pour toutes ; elle peut même être un traumatisme surtout si elle ne se déroule pas dans de bonnes conditions.

En effet, beaucoup d'entre nous ont encore une représentation faussée du VIH et de ses conséquences, basée sur des informations qui remontent au

début de l'épidémie, quand il n'y avait pas de traitement et que le VIH était associé à la mort.

Il est donc essentiel de répéter et de savoir que :

- * on peut avoir une vie longue en vivant avec le VIH : l'espérance de vie des personnes séropositives est désormais la même que le reste de la population ;
- * le traitement est devenu plus simple, avec de faibles effets indésirables ;
- * une femme qui prend un traitement et dont la charge virale est indétectable peut avoir des relations sexuelles non protégées (par le préservatif ou la PrEP) et devenir mère sans risquer de transmettre le virus.

Vécu de femme

« J'ai découvert mon VIH en 2016 alors que j'étais enceinte. J'étais très choquée, je pensais que j'allais mourir rapidement, j'ai demandé au médecin : « combien de temps il me reste à vivre ? » J'avais aussi très peur pour mon bébé. On m'a donné des traitements tout de suite. Aujourd'hui ma fille a 6 ans, elle est séronégative et moi je vais bien. »

Aminata

Comment l'annonce devrait se passer

L'annonce de la séropositivité doit être faite par un.e médecin. Il peut arriver qu'un.e autre professionnel.le de santé (sage-femme, infirmier.e, psychologue), ou un.e militant.e formé.e (si le test est réalisé dans un cadre associatif), annonce le résultat positif mais dans ce cas un rendez-vous avec un.e médecin doit suivre rapidement. L'annonce doit toujours avoir lieu en tête-à-tête, dans un cabinet ou un bureau fermé garantissant la confidentialité. Pas question de donner cette information au comptoir d'accueil d'un laboratoire d'analyses ou par téléphone : cela ne devrait plus se produire ! Le temps consacré à cette annonce doit être suffisamment long pour permettre à la personne d'exprimer ses émotions et de poser toutes les questions qui lui viennent. De plus, au sein de la relation avec le ou la professionnel.le ayant donné le diagnostic, il est central que la personne se sente en confiance, rassurée et entendue.

Après l'annonce de la séropositivité, un test de confirmation est nécessaire. Ce sera l'occasion, une fois le choc passé, d'avoir un nouvel échange, peut-être plus serein, avec un.e médecin.

Pendant les heures et les jours qui suivent l'annonce, nous pouvons être envahies par des sentiments divers et parfois contradictoires : colère, déni, sentiment d'injustice, culpabilité, honte, isolement...

Il est nécessaire de prendre le temps de digérer cette information. Soyez bienveillante envers vous-même : vous n'êtes ni responsable ni fautive, vous avez été infectée par le VIH et cela arrive à des milliers de femmes chaque année. N'hésitez pas à vous faire accompagner si vous en ressentez le besoin afin de dépasser le choc provoqué par l'annonce.

L'estime de soi est un élément important pour bien suivre le traitement que l'on va débiter et prendre soin de soi.

Je me traite pour rester en bonne santé

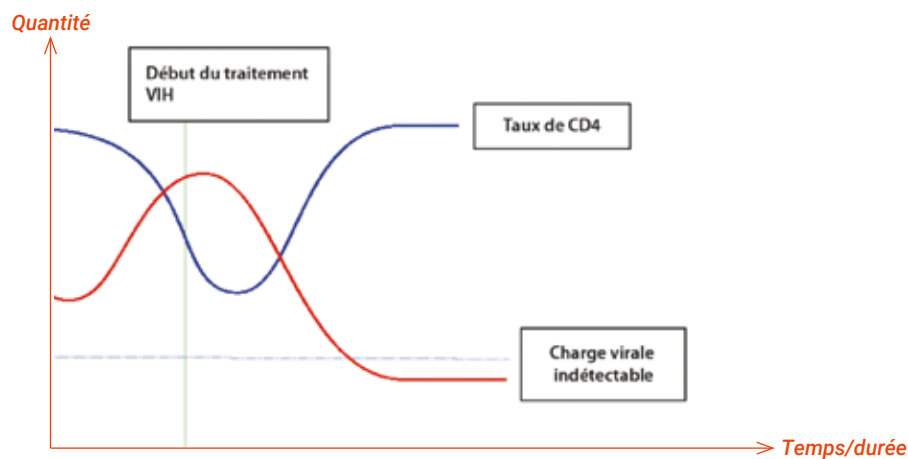
2

Commençons par une bonne nouvelle : la recherche sur les traitements du VIH a fait d'énormes progrès depuis la fin des années 90 et les évolutions continuent, l'objectif étant de préserver au maximum la qualité de vie des personnes concernées.

Aujourd'hui, le traitement est plus facile à prendre (le plus souvent un comprimé chaque jour) et a peu d'effets indésirables. Certaines personnes bénéficient d'un allègement thérapeutique, c'est-à-dire d'une diminution du nombre de jours de prises du traitement, tout en conservant la même efficacité. Il existe également des formes injectables dont l'un

des intérêts est l'espacement des administrations (injections tous les deux mois).

Rappelons à quoi sert ce traitement appelé antirétroviral : il est généralement composé de plusieurs molécules complémentaires (on parle souvent de « trithérapie » ou « bithérapie ») qui vont bloquer, à différentes étapes, la multiplication du virus dans l'organisme. Le traitement ne guérit pas définitivement car il ne peut pas supprimer totalement le virus : si une personne cesse complètement de prendre ses médicaments, le virus va recommencer à se multiplier et à s'attaquer au système immunitaire.



En revanche, lorsque nous prenons correctement et régulièrement nos médicaments (cela s'appelle être observante), le traitement agit de façon très efficace et notre charge virale devient « indétectable » : cela veut dire que la quantité de virus est tellement faible qu'il est impossible de la mesurer dans le sang. Le VIH ne peut alors provoquer aucun dégât sur notre organisme.

Indétectable = intransmissible ; I=I

Le traitement du VIH a un deuxième impact considérable : lorsque notre charge virale est indétectable, le risque de transmettre le virus est nul. Concrètement, nous pouvons avoir des relations sexuelles non protégées (sans l'usage du préservatif ou de la PrEP pour son/sa/ses partenaire.s) sans craindre de contaminer notre ou nos partenaire.s par le VIH. Un vrai soulagement !

Cette information, scientifiquement indiscutable, est hélas encore trop peu connue des personnes atteintes par le VIH et de certain.e.s professionnel.le.s

de santé : il est important qu'elle soit davantage diffusée.

Nous avons donc une double motivation à bien suivre notre traitement : pour rester en bonne santé bien sûr, mais aussi pour ne plus connaître l'angoisse d'une éventuelle transmission du virus à nos partenaires.

Ceci implique de bien prendre ses médicaments ou de respecter le rythme des injections selon les recommandations du ou de la médecin, mais aussi d'avoir un suivi médical global : respecter le rythme des rendez-vous, faire les bilans et examens complémentaires nécessaires, consulter des spécialistes si besoin, ne pas négliger le suivi gynécologique... et surtout ne pas hésiter à poser des questions tout au long du suivi, il est important que vous puissiez avoir toutes les réponses à vos questionnements.

Pour plus d'informations, vous pouvez regarder la vidéo « Santé des femmes vivant avec le VIH : santé sexuelle et reproductive, vieillissement, ce qu'il faut savoir » :

www.actions-traitements.org/video

Vécu de femme

« J'ai le VIH depuis la fin des années 80, quand il n'y avait aucun traitement donc aucun espoir. Je me disais que je n'allais pas vivre longtemps. Mais j'adorais mon médecin qui m'a suivie dès le début et pendant dix ans. Quand les premiers traitements sont arrivés, j'ai adopté une attitude positive, j'y ai cru et j'ai toujours pris mes médicaments. Surtout ne pas lâcher, ne pas arrêter son traitement : c'est le conseil que je voudrais donner aux autres femmes. »

Corinne

J'ai besoin de soutien et d'accompagnement.....



Vivre avec le VIH n'est pas simple psychologiquement. À la découverte de la séropositivité, il est fréquent de traverser une période d'abattement. Par la suite, même après des années de vie avec le VIH, nous pouvons connaître des moments de tristesse, d'anxiété et même des épisodes dépressifs. La dépression est d'ailleurs plus fréquente chez les femmes vivant avec le VIH.

Dans les périodes difficiles, nous les femmes, avons tendance à nous replier sur nous-mêmes, à nous isoler. C'est justement ce qu'il faudrait éviter, car pour vivre le mieux possible avec le VIH, physiquement et moralement, nous avons besoin d'être entourées et accompagnées.

Partager avec d'autres personnes vivant avec le VIH

Certaines femmes ont la chance d'être soutenues par leur famille, leur partenaire, des ami.e.s... D'autres ont choisi de ne pas en parler ou n'ont pas d'entourage bienveillant.

Quelle que soit sa situation, l'échange et le partage avec d'autres personnes

séropositives, notamment des femmes, est extrêmement bénéfique.

Beaucoup de femmes ont retrouvé l'estime d'elles-mêmes, voire le goût de vivre, en prenant contact avec des associations de lutte contre le VIH où elles ont pu rencontrer d'autres femmes concernées. Ne plus se sentir seule au monde, s'apercevoir que d'autres femmes ont les mêmes interrogations, partager des informations, s'entraider, se confier, rire ensemble : ces rencontres communautaires pourraient être considérées comme faisant partie du traitement car elles sont centrales pour le bien-être moral et psychologique.

Au-delà de l'échange avec des pairs, les associations proposent aussi de nombreuses activités (gratuites) qui participent au bien-être : activités physiques, relaxation, ateliers cuisine, etc.

Autant de moments partagés qui donnent envie de continuer à s'occuper de soi et à prendre en charge sa santé.

Vécu de femmes

« Je suis pudique, je ne m'ouvre pas facilement. Mais à l'association où je vais, je me sens bien, je rencontre des personnes séropositives comme moi, je participe à des groupes de parole, c'est le seul endroit où je peux m'exprimer librement sur ma vie avec le VIH. Ça redonne de l'énergie et de la force quand on a besoin d'être reboostée. »

Muriel

« Je me posais des dizaines de questions : est-ce que je peux encore avoir des relations amoureuses ?

Est-ce que je pourrai me remarier ?

J'ai cherché sur internet une association, ils m'ont invitée à une soirée séropositivité.

Après, j'y allais tous les jours ! J'ai aussi pu y consulter un psychologue, il m'a expliqué beaucoup de choses, ça m'a vraiment aidée. »

Hasna

L'éducation thérapeutique du patient, ça peut aider !

Si vous le souhaitez, vous pouvez participer à un programme d'éducation thérapeutique du patient (ETP). L'objectif ? Comprendre sa santé et son traitement pour faire les bons choix et devenir actrice de sa santé afin de vivre au mieux avec le VIH. Différents programmes d'accompagnement existent partout en France : au sein de l'hôpital, dans des centres de santé, des associations... En fonction de votre demande, on vous proposera plusieurs séances individuelles et/ou des ateliers collectifs. Vous pouvez en parler au ou à la médecin qui vous suit.

Actions Traitements vous accompagne
Actions Traitements est la première association de lutte contre le VIH à avoir obtenu l'agrément d'éducation thérapeutique du patient en dehors du milieu hospitalier en 2012. Aujourd'hui nous proposons un accompagnement « sur mesure » couvrant les cinq champs de la santé - physique, psychique, sociale, affective et sexuelle - grâce à une équipe composée de différent.e.s professionnel.le.s et de patient.e.s intervenant.e.s formé.e.s pour cela. Les thématiques abordées sont multiples et portent notamment sur la qualité de vie et le bien-être, la vie affective et sexuelle, le parcours de soins, les actualités et informations concernant les traitements médicamenteux et la nutrition. Nos ateliers sont construits avec et pour vous, c'est pourquoi nous les adaptons chaque semestre pour répondre au mieux à vos besoins.

Bouger, c'est bon pour le corps et la tête

C'est prouvé, l'activité physique est indispensable pour rester en bonne santé. Pas besoin pour autant de pratiquer un sport de manière intensive ou de courir un marathon (sauf si vous aimez ça !). Il y a mille et une façons de bouger. Il est essentiel de choisir une activité qui vous apporte du plaisir car vous aurez alors envie de vous y adonner régulièrement. Marcher, nager, faire du yoga, de la gym douce ou même du jardinage : l'important, c'est de se vider la tête et de se sentir bien une fois la séance finie.

Pour rappel, les associations proposent gratuitement ce type d'activités. N'hésitez pas à consulter notre agenda sur le [site www.actions-traitements.org](http://www.actions-traitements.org).

J'en parle ou pas ? Et à qui ?

4

Vécu de femme

« J'ai eu une chance inouïe de pouvoir en parler dans ma famille et d'avoir leur soutien : ça m'a sauvé la vie. Ce qui m'a manqué au début, c'est de ne pas pouvoir parler avec d'autres personnes séropositives. »

Isabelle

Il n'y a aucune obligation de dire que l'on est atteinte du VIH, quelle que soit la situation et le type de relation que nous avons avec la personne. Nous avons l'entière liberté de choisir à qui nous voulons le dire ou pas. Certaines voudront en informer tous leurs proches, d'autres considéreront que le dire et l'assumer est un acte militant, d'autres encore préféreront garder cela pour elles. Tous les choix sont légitimes et il est important que vous preniez votre temps pour réfléchir à ce que vous souhaitez pour vous-même.

La famille

Parents, frères et sœurs, enfants, oncles et tantes, cousins et cousines, autant de personnes que de relations particulières. La question à se poser est : est-ce que cela va m'apporter quelque chose de positif de le dire à tel ou telle. Ou au contraire, est-ce que cela risque de provoquer des problèmes que j'aimerais mieux éviter ? Si vous êtes très proche de votre sœur et que vous pensez qu'une fois le choc passé, elle sera un précieux soutien pour vous, alors la réponse est toute trouvée.

S'il s'agit d'une cousine éloignée que vous voyez une fois par an dans un repas de famille, est-ce que cela représente un intérêt de le lui dire ?

Il y a des situations plus délicates, comme celles de parents âgés : peut-être craignez-vous que cette nouvelle les perturbe au plus haut point, que



leur inquiétude soit disproportionnée, qu'elle vous oblige à les rassurer alors que c'est vous qui avez besoin d'être aidée. Alors ne vous précipitez pas pour faire cette annonce, réfléchissez, prenez le temps de préparer le terrain.

Le ou la partenaire

Beaucoup de personnes vivant avec le VIH se comportent différemment avec une aventure d'un soir ou dans le cadre d'une relation amoureuse. Lors d'un rapport sexuel, si vous êtes sous traitement et que votre charge virale est indétectable, le risque de transmission du VIH est égal à zéro. Le préservatif quant à lui protège contre les IST et d'une grossesse non désirée. Par conséquent, certaines personnes estiment que le ou la partenaire d'un soir n'a pas à connaître le statut sérologique.

Si c'est une personne avec qui on est déjà en couple ou avec qui on projette un avenir amoureux, il est difficilement envisageable de garder longtemps le silence. Bien sûr, la peur du rejet est présente mais le dire permet d'alléger un fardeau et d'entamer un dialogue. Certaines associations proposent de vous accompagner dans l'annonce à vos proches. N'hésitez pas à les contacter si vous en ressentez le besoin.

Au travail ou en formation

S'il est un lieu où parler de votre séropositivité au VIH peut certainement vous amener plus d'ennuis qu'autre chose, c'est le milieu professionnel. Mieux vaut donc s'abstenir de l'évoquer auprès de vos patrons ou même de vos collègues, sauf si vous estimez que certains.e.s d'entre eux.elles sont des proches de confiance.

Si vous avez besoin d'aménagements de votre poste ou de votre temps de travail à cause du VIH, vous pouvez solliciter la médecine du travail qui est tenue au secret professionnel et ne peut en aucun cas mentionner la pathologie qui motive cette demande. Pour une femme venant d'apprendre sa séropositivité aujourd'hui, ce besoin est toutefois rarissime.

J'aimerais avoir une sexualité épanouie

5



Les traitements antirétroviraux associés à une charge virale indétectable auraient dû révolutionner la sexualité des personnes vivant avec le VIH. En effet, avec une charge virale indétectable, le risque de transmettre le virus lors d'une relation sexuelle disparaît, ce qui devrait logiquement rendre les relations sexuelles bien plus légères.

Pourtant, pour de nombreuses femmes, la sexualité avec le VIH est encore un problème. Certaines n'ont plus du tout de vie sexuelle ; d'autres, quittées en raison de leur séropositivité au VIH, aimeraient retrouver un ou une partenaire mais elles n'y croient plus.

Parmi celles qui ont des rapports sexuels au sein d'une relation de couple stable, certaines continuent à utiliser le préservatif même si elles sont sous traitement et ont une charge virale indétectable : elles savent qu'elles ne peuvent pas transmettre le VIH mais n'osent pas abandonner le préservatif, la crainte de contaminer l'autre étant trop ancrée dans leur esprit.

Vécu de femmes

« Ce qui me manque aujourd'hui c'est la vie de couple. Ma charge virale est indétectable mais je me bloque. C'est compliqué, ça me revient dans la tête. »

Sophie

« Je vivais à l'étranger quand j'ai appris ma séropositivité ; j'avais 22 ans. Je suis tombée en dépression pendant deux ans, j'ai arrêté les relations sexuelles. Je sais seulement depuis quelques mois qu'en ayant une charge virale indétectable, je ne peux pas transmettre le virus. Mais je n'ose pas encore enlever les capotes, j'ai peur de contaminer. »

Lucia

La sexualité reste intimement liée à notre perception de nous-même et de notre corps. Si nous n'avons plus confiance en nous et en notre pouvoir de séduction, il est compliqué de se laisser aller dans les bras de quelqu'un, de s'ouvrir et de faire confiance.

Peur du regard de l'autre, mauvaise image de soi : il est possible de travailler sur ces éléments avec l'aide d'un ou une psychologue. On peut aussi se réapproprier petit à petit son corps par des activités de bien-être, des massages, des soins esthétiques (que peuvent proposer certaines associations) ...

Si vous vous sentez à l'aise avec votre médecin, vous pouvez aborder les questions de désir, de libido et de sexualité avec lui ou elle, ou consulter un ou une sexologue.

Vécu de femme

« Je suis séropositive depuis de nombreuses années mais le VIH n'a jamais remis en cause ma féminité. Désormais ma sexualité est basée sur la notion « indétectable = intransmissible » : j'ai des relations libres sans problème. »

Céline

Je désire un enfant, est-ce possible ?

6

Depuis déjà un certain nombre d'années, en France, une femme vivant avec le VIH peut avoir un enfant sans aucun risque que le bébé soit contaminé, ni au cours de la grossesse ni pendant l'accouchement.

La conception peut se faire par la méthode naturelle, en ayant des rapports sexuels non protégés : même si l'homme est séronégatif, il ne pourra pas être contaminé lors de ces rapports si sa partenaire est sous traitement antirétroviral et qu'elle a une charge virale indétectable.

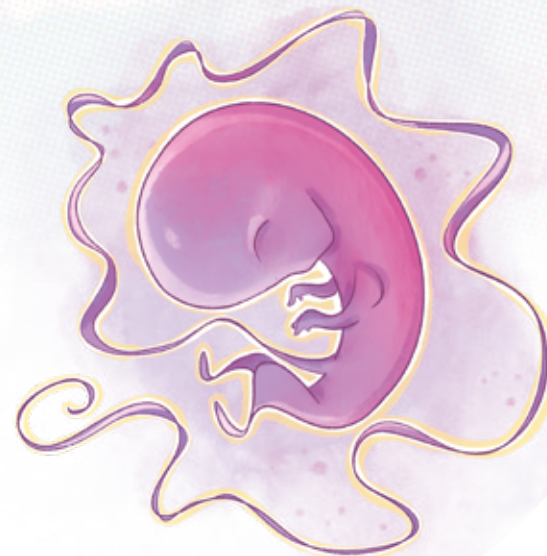
Si le couple préfère bénéficier d'une Procréation Médicalement Assistée, le fait que la femme vive avec le VIH leur donne accès à la PMA. Ceci est également vrai pour une femme célibataire séropositive.

Quelle que soit la méthode choisie pour concevoir le bébé, si la future mère prend un traitement antirétroviral efficace et qu'elle a une charge virale indétectable, il n'y a pas de risque de transmission du virus au nourrisson pendant la grossesse et l'accouchement. Une charge virale indétectable permet un accouchement par voie basse : il n'est plus nécessaire d'accoucher par césarienne comme c'était le cas auparavant.

Vécu de femme

« Malgré mon VIH, je voulais vraiment avoir un bébé. Au début j'avais peur mais le médecin m'a dit qu'il n'y avait aucun danger. Mon bébé a huit mois maintenant, il va très bien mais je l'éleve seule : le père est parti parce qu'il avait peur du VIH. »

Vera



Il est important de discuter de votre désir d'enfant ou de votre grossesse avec votre infectiologue. Certains médicaments antirétroviraux ne sont pas recommandés pendant la grossesse parce qu'ils pourraient représenter un risque pour l'enfant à naître. Si vous désirez être enceinte et que vous prenez une de ces molécules, le

ou la médecin la remplacera par une autre, avec la même efficacité et sans risque pour le bébé.

Après la naissance, la décision du type d'allaitement doit faire l'objet d'une décision partagée entre la femme et son infectiologue.

Vécu de femme

« C'est important de parler de l'allaitement : quand on a le VIH et qu'on allaite son enfant au biberon, ça peut être un problème pour une femme africaine. Une amie a vu que je ne donnais pas le sein à mon enfant, elle m'a insultée en me disant que j'avais le sida. »

Aïssata

Conclusion

7

En 2023, apprendre que l'on est atteinte du VIH est toujours un événement dans la vie d'une femme. C'est un choc et même, parfois, un traumatisme. Certaines ont l'impression que leur monde s'écroule, que leur avenir s'assombrit ; elles pensent qu'elles devront renoncer à leur sexualité, à leur désir de maternité... D'autres ont simplement peur pour leur vie.

Et puis, elles découvrent les progrès faits par la médecine, les traitements efficaces qui rendent le virus indétectable, le plaisir de retrouver une sexualité non protégée sans aucun risque de transmission du VIH, la possibilité d'être mère, la perspective de vieillir avec le VIH...

Bien sûr, tout ne devient pas rose. Mais pour dépasser les difficultés de ce nouveau quotidien avec le VIH, l'échange et le partage d'expériences avec d'autres femmes ayant vécu la même situation sont d'une aide précieuse.

Sortir de l'isolement, solliciter des proches si c'est possible, trouver du soutien auprès d'une association, permet d'envisager plus sereinement sa vie avec le VIH, et avec le temps, réapprendre à s'aimer, à aimer la vie tout simplement.

De nombreuses associations en région peuvent vous renseigner ou vous accompagner si besoin. N'hésitez pas à les contacter : ACTIS à Saint-Etienne, ADIS à Calais, ENTR'AIDS à Lyon, ENTR'AIDSIDA à Limoges, ENVIE à Montpellier, GAPS à Bordeaux, REVIH à Mulhouse, TEMPO à Grenoble, TIPI à Marseille, l'Arbre Fromager en Guyane, Gwada Uni-Vers en Guadeloupe, Nariké M'SADA à Mayotte, etc. Enfin, n'hésitez pas à consulter l'annuaire des associations proposé par Sida Info Service : www.sida-info-service.org/annuaire/Association-Sida

Aller plus loin, orientations

De nombreuses associations interviennent dans le domaine de la lutte contre le VIH et dans l'accompagnement des personnes concernées. Nous en citons quelques-unes ici.

Aides pour les groupes d'auto-support (notamment avec le groupe Femmes dans le 12^{ème} arrondissement de Paris), l'information, et la présence sur tout le territoire métropolitain et DROM-COM : www.aides.org



Le Comité des Familles propose un accompagnement médico-social des personnes concernées par le VIH et sensibilise sur la santé sexuelle par son émission radio « Vivre avec le VIH ». N'hésitez pas à les contacter pour toutes questions liées au désir d'enfant et d'allaitement :

www.comitedesfamilles.net



Ikambere accompagne les femmes vivant en situation de précarité et avec une maladie chronique (VIH, diabète, obésité, hypertension artérielle) :

www.ikambere.com



Marie-Madeleine (AMM) basée à Versailles, soutient et accompagne des femmes originaires principalement d'Afrique subsaharienne, vivant en Île-de-France dans la précarité avec des pathologies lourdes et chroniques telles que les cancers, le VIH, les hépatites virales et/ou ayant subi des violences :

www.marie-madeleine.asso.fr



Le PASTT (Prévention Action Santé Travail pour les Transgenres) œuvre pour la reconnaissance et l'insertion socio-culturelle et professionnelle des personnes transgenres :

www.association-pastt.fr



Sol en Si (Solidarité Enfants Sida) basée à Bobigny et à Marseille, accompagne des familles concernées par le VIH/Sida, les hépatites et d'autres maladies chroniques :

www.solensi.org



Remerciements

Directeur de publication

Franck Desbordes,
association Actions Traitements

Comité de rédaction

Denise Argence,
association Actions Traitements

Carole Damien,
association Actions Traitements

Aïcha Fofana Dara,
association Marie-Madeleine

Inès Messaoudi,
association Le PASTT

Nicolet Nkouka,
association AIDES

Caroline Janvre,
psychologue-sexologue,
association Actions Traitements

Eva Sommerlatte,
association Le Comité des Familles

Dr Véronique Tirard-Fleury,
médecin de santé publique, *associations
Actions Traitements/Comité des Familles*

Rédaction

Marianne Bernède

Coordination

Julia Charbonnier,
association Actions Traitements

*Nous remercions chaleureusement toutes
les femmes ayant participé au focus groupe
et aux entretiens individuels.*

Relecture

Dr Clotilde Allavena,
infectiologue, CHU Hôtel Dieu Nantes

Jean-Marc Bithoun,
association Actions Traitements

Dr Agnès Certain,
praticien hospitalier,
Hôpital Bichat-Claude Bernard, Paris

Christian Christner,
association Actions Traitements

Yves Ferrarini,
association Actions Traitements

Thaïs Fouquet,
association Le Comité des Familles

Dr Rose Nguyen,
réseau PERI NAT IF SUD

Anne-Sophie Petit,
docteure en psychologie sociale
de la santé, psychologue

Dr Anne Simon,
association Actions Traitements

Dr Nadia Valin,
Hôpital Saint-Antoine, Paris

Maquette

Delphine de la Barre, *graphiste*

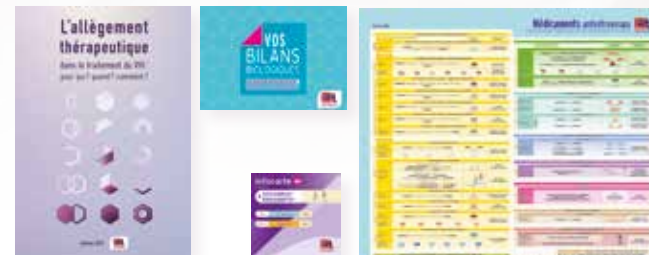
Illustrations

Hélène Bonnardot

*Brochure éditée avec le soutien
financier de Santé Publique France*

+ Infos pratiques

> Nos outils pratiques sont à télécharger et/ou à commander gratuitement
www.actions-traitements.org/commande



> Notre programme d'accompagnement s'adresse aux personnes concernées par le VIH et les co-infections.

Pour y participer, contactez le 06 51 62 16 20 (SMS, appels, Whatsapp) ou envoyez un mail à accompagnement@actions-traitements.org :

- Entretiens individuels et ateliers collectifs d'éducation thérapeutique, consultation avec une psychologue-sexologue, permanence sociale, permanence diététique, ateliers bien-être (méditation, sophrologie, etc.) et affirmation de soi (stages d'autodéfense, droits au travail).

> Notre Ligne d'écoute et d'information est disponible au 01 43 67 00 00 (appel non-surtaxé) du lundi au jeudi de 15h à 18h et par mail ecoute@actions-traitements.org

> Pour vous informer, suivre l'actualité VIH / hépatites et rester en contact avec Actions Traitements :

[actionstraitements](https://www.facebook.com/actionstraitements)

[actions_traitements](https://www.instagram.com/actions_traitements)

[Actions Traitements](https://www.youtube.com/channel/UC...)

[@Association_AT](https://twitter.com/Association_AT)

[Actions Traitements](https://www.linkedin.com/company/actions-traitements)



actions traitements
ASSOCIATION DE PATIENTS AGRÉÉE

ACTIONS TRAITEMENTS

23, rue Duris - 75020 PARIS
Tél : 01 43 67 66 00

www.actions-traitements.org

courriel : at@actions-traitements.org



Votre avis nous intéresse !

Afin de nous donner votre avis sur cette brochure, merci de bien vouloir répondre à quelques questions.

Ce document est rédigé et édité sous la responsabilité d'Actions Traitements, association de patient.e.s. Il n'est pas exhaustif : n'hésitez pas à contacter votre médecin ou pharmacien.ne en cas de doute. La thérapeutique change rapidement, imposant des mises à jour régulières. Tenez-vous informé.e, parlez-en avec votre médecin.

