

Mieux vivre ma sexualité

L'ESSENTIEL	06	> Avec qui parler de ma sexualité ?	16
> Qu'est-ce qui s'est passé dans ma vie depuis que je sais que je suis séropositif ?	08	> Et en cas de troubles sexuels ?	22
> Le plaisir, pour moi, c'est quoi ?	12	> Quels intérêts pour moi d'être sous traitement antirétroviral ?	24

Dire ou pas ma séropositivité à un partenaire

L'ESSENTIEL	26	> Ça ne serait pas plus simple si j'avais seulement des partenaires séropos ?	30
> Lui dire ou pas ?	27		

Connaître les outils de prévention

L'ESSENTIEL	32	> Ma charge virale est indétectable : il y a moins de risques de transmettre le VIH lors de relations sexuelles ?	35
> Le traitement comme prévention, qu'est-ce que ça veut dire ?	34	> Ma charge virale est indétectable : plus besoin de capote ?	37

> Pour moi, séropo, quels intérêts de continuer à utiliser des préservatifs ? 37

> Que faire en cas d'accident de préservatif ? 42

Connaître les risques

L'ESSENTIEL 44

> À quels moments de ma séropositivité suis-je plus contaminant ? 46

> Quelles sont les autres infections que je peux attraper et transmettre lors de rapports sexuels ? 47

> Si je ne baise qu'avec des séropos, comme moi, quels sont les risques ? 53

> Qu'est-ce qu'une pratique à risque ? 55

> Et la fellation ? 57

Ressources

> M'informer 58
> Être aidé à distance et orienté 60
> Trouver une association, un groupe de soutien 60
> Trouver des professionnels et des structures adaptés à mes besoins 61