PRÉSER-VATIFS: SUIVEZ LE GUIDE!

STOP SIDA

Préservatifs: suivez le guide!

La campagne STOP SIDA 1999 prend pour thème une fois de plus le préservatif. Elle s'adresse aux jeunes et aux adultes en leur rappelant que c'est le meilleur moyen de se protéger contre l'infection au virus IH.

La population suisse est généralement bien informée de la nécessité et de l'efficacité de cette prévention. Mais il subsiste de graves lacunes en ce qui concerne la manipulation et la qualité des préservatifs. STOP SIDA a donc prévu d'insérer dans les quotidiens et magazines suisses une série d'annonces qui font toute la lumière sur l'utilisation correcte des préservatifs. La campagne se déroulera de juin à décembre 1999.

Ruptures et glissements

Il arrive parfois que des préservatifs glissent ou se déchirent. Ces incidents provoquent généralement des angoisses liées à une possible infection au VIH ou à une grossesse non désirée.

Une étude réalisée en 1997 par l'Institut universitaire de médecine sociale et préventive de l'Université de Lausanne permet de donner des chiffres plus précis: 82% des personnes interrogées (il s'agit d'hommes et de femmes ayant utilisé des préservatifs au cours des six derniers mois) n'ont eu aucun problème de préservatifs; 10,5% par contre ont connu un ou plusieurs cas de ruptures.[1)] Ces accidents s'expliquent souvent par des erreurs de manipulation, plutôt que par la qualité déficiente des préservatifs. Une étude menée en France a fait apparaître des résultats similaires.[2)] La nouvelle campagne STOP SIDA s'attaque donc aux erreurs de manipulation les plus fréquentes.

1) Dubois-Arber F., Jeannin A., Spencer B. et al., Evaluation de la stratégie du sida en Suisse sur mandat de l'Office fédéral de la santé publique: sixième rapport de synthèse, 1996–1998, Institut universitaire de médecine sociale et préventive, 1999, (Raisons de santé – Lausanne 1999)
2) Messiah A., Dart T., Spencer B., Warszawski J. and the French National Survey on Sexual Behaviour Group (ACSF), condom breakage and slippage during heterosexual intercourse: A French national survey, Am J. Public Health, 1997; 87 (3): 421–4

Du bon usage du préservatif

La campagne STOP SIDA 1999 comprend quatre annonces pleine page, quatre sujets hauts en couleurs présentant avec une touche d'humour le «mode d'emploi» des préservatifs sous forme d'exercices sportifs. Le texte décrit de manière claire et directe les principales précautions à respecter, de l'ouverture de l'emballage au bon geste pour retirer le préservatif après usage. Sans oublier l'importance des labels de qualité.

- N° 1: «l'échauffement» (comment ouvrir et déballer le préservatif)
- N° 2: «l'étirement» (comment placer le préservatif sur le gland)
- N° 3: «le saut à la perche» (comment dérouler le préservatif)
- N° 4: «la sortie de terrain» (comment enlever le préservatif).

Cette leçon de choses sera complétée par des annonces plus spécifiques regroupant sur la même page les quatre exercices; chacun de ces sujets comprend un titre, un texte et une présentation qui font allusion à une situation pouvant déboucher sur des rapports sexuels: sortie de disco, apéritifs «prolongés», concerts de plein air, fin des heures de bureau, voyages, vacances, etc. Une brochure contenant des informations détaillées sur les critères de qualité, le mode d'achat et l'utilisation des préservatifs sera disponible à partir de juin 1999 sur Internet (www.stopsida.ch); il sera également possible de la commander en appelant le numéro gratuit 0800 866 455. Cette brochure existera en français, en allemand et en italien. Elle sera distribuée en outre par la fondation Sida Info Doc Suisse à Berne, par les diverses Aides contre le Sida ainsi que dans les pharmacies.

Le Tessin fait cavalier seul

Avant de lancer la campagne STOP SIDA 1999, nous avons mené une enquête auprès d'un certain nombre d'éditeurs de journaux et de magazines suisses pour savoir s'ils étaient prêts à s'associer à cet effort. Les éditeurs de Suisse alémanique et de Suisse romande interrogés ont répondu présents à l'appel et accepté les annonces sans conditions. Mais les principaux éditeurs de journaux tessinois ont créé la surprise en refusant les annonces en version originale. Cette décision est pour le moins étonnante. Car c'est avec le soutien de la télévision et des sociétés d'affichage tessinoises que la campagne STOP SIDA a pu, dès le début, prétendre au titre de campagne d'information et de prévention nationale. Cette année cependant, la campagne STOP SIDA au Tessin se distinguera pour la première fois du reste de la Suisse. Toutefois, grâce à la bonne volonté d'un petit nombre de journaux et magazines, la campagne pourra répondre à sa vocation: informer ouvertement les Tessinoises et Tessinois sur le VIH et le sida, et sur les moyens de protection appropriés en la matière.

Entraînement à l'amour: exercice No 1:

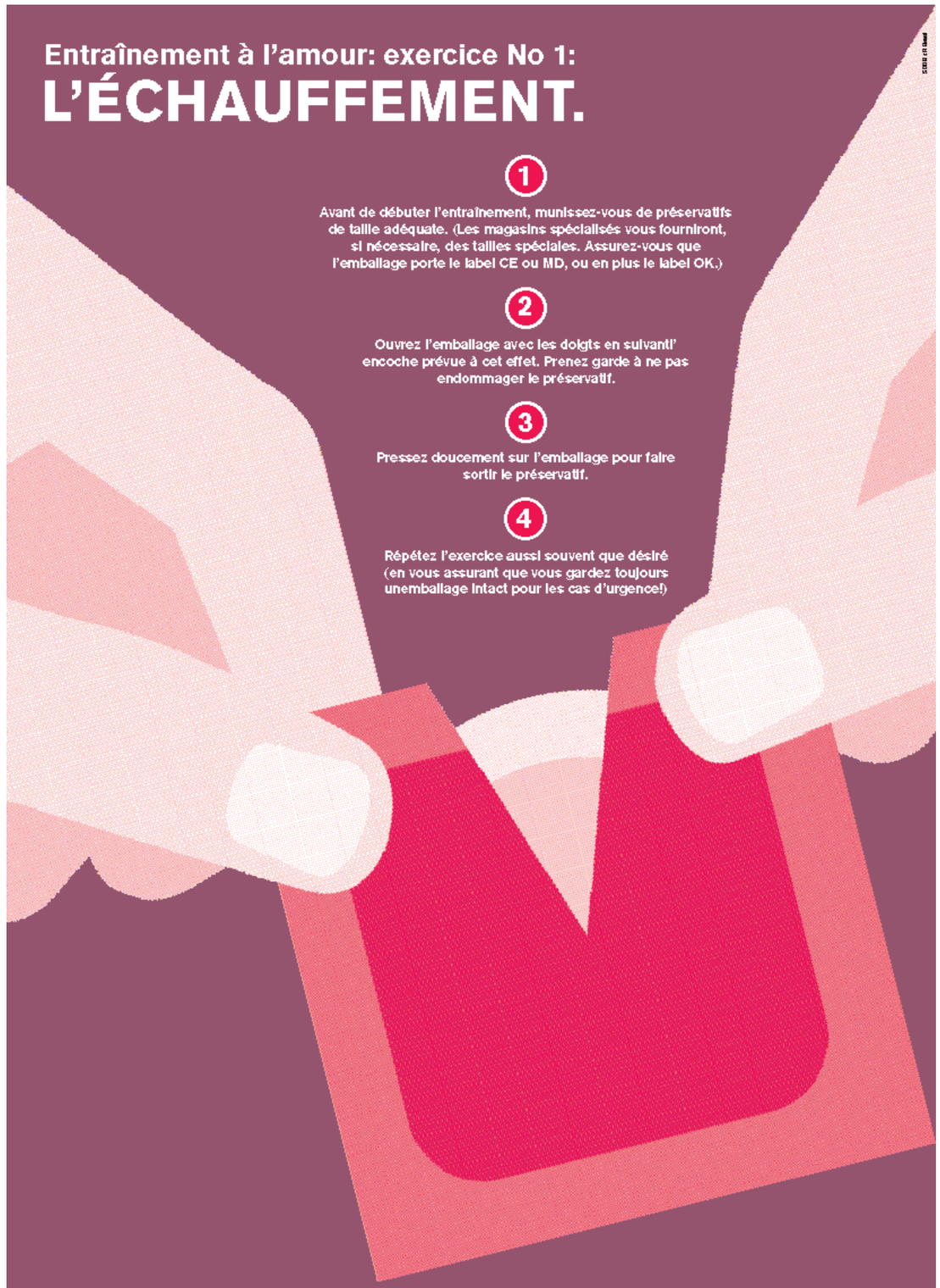
L'ÉCHAUFFEMENT.

1. Avant de débuter l'entraînement, munissez-vous de préservatifs de taille adéquate. (Les magasins spécialisés vous fourniront, si nécessaire, des tailles spéciales. Assurez-vous que l'emballage porte le label CE ou MD, ou en plus le label OK.)

2. Ouvrez l'emballage avec les doigts en suivant l'encoche prévue à cet effet. Prenez garde à ne pas endommager le préservatif.

3. Pressez doucement sur l'emballage pour faire sortir le préservatif.

4. Répétez l'exercice aussi souvent que désiré (en vous assurant que vous gardez toujours unemballage intact pour les cas d'urgence!)



Savoir utiliser correctement un préservatif, c'est une simple question d'entraînement. Alors exercez-vous! Pour vous sentir plus sûr(e) le moment venu. Plus détendu(e).Pour éprouver plus de plaisir et pour le faire partager. Commandez notre brochure en appelant le 0800 866 455 ou en tapant www.stopsida.ch

STOP AIDS

Entraînement à l'amour: exercice No 2:

LA PRISE D'ÉLAN.



1. Comprimez le réservoir entre le pouce et l'index pour faire sortir l'air.

2. Placez le préservatif sur le gland avec l'anneau à l'extérieur de manière à pouvoir le dérouler.

3. Agissez à temps: avant toute pénétration!

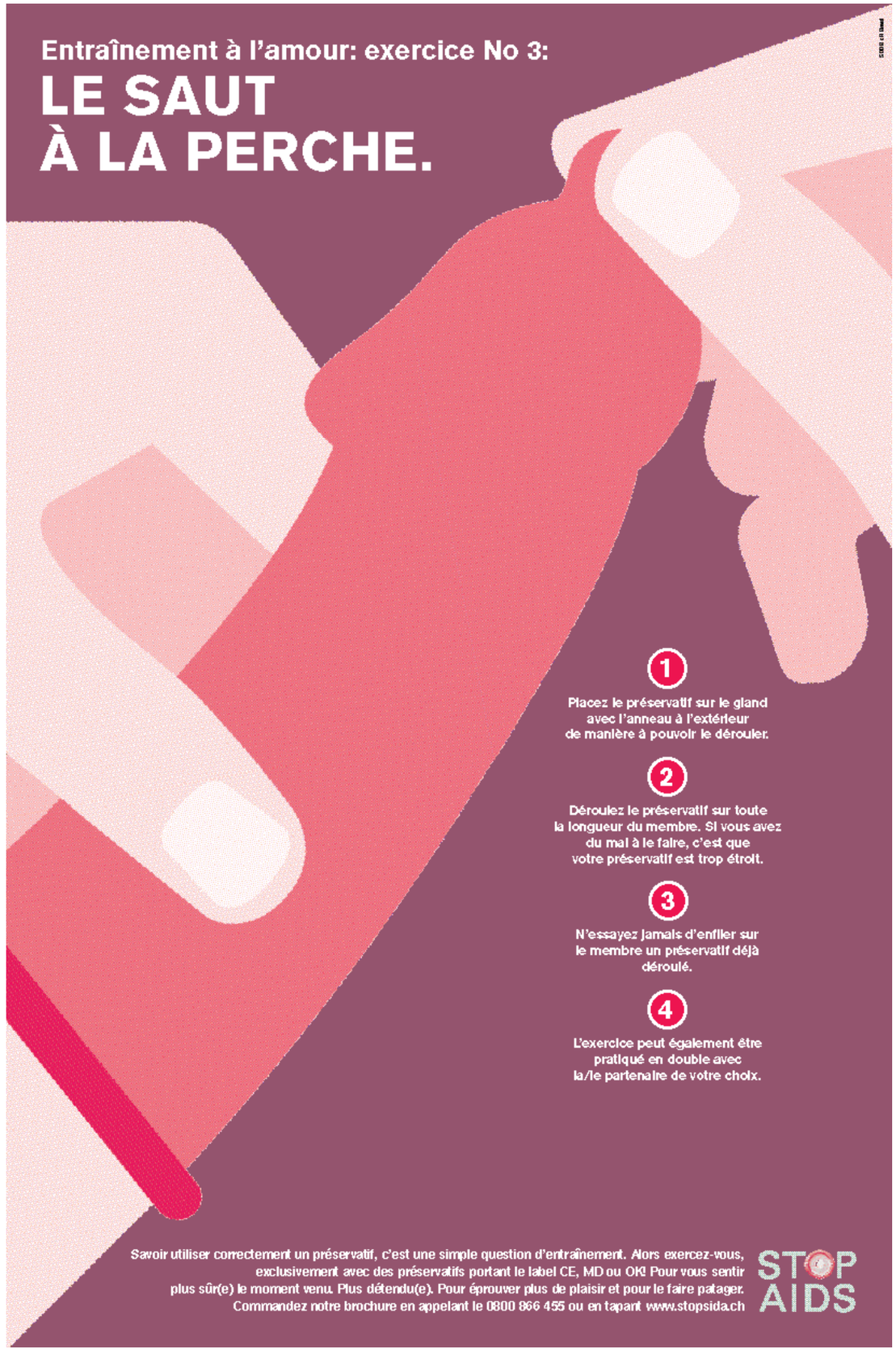
4. Répétez l'exercice jusqu'à ce que vous soyez en mesure de l'exécuter dans le noir.

Savoir utiliser correctement un préservatif, c'est une simple question d'entraînement. Alors exercez-vous, exclusivement avec des préservatifs portant le label CE, MD ou OK! Pour vous sentir plus sûr(e) le moment venu. Plus détendu(e). Pour éprouver plus de plaisir et pour le faire patager. Commandez notre brochure en appelant le 0800 866 455 ou en tapant www.stopsida.ch

STOP AIDS

Entraînement à l'amour: exercice No 3:

LE SAUT À LA PERCHE.



1. Placez le préservatif sur le gland avec l'anneau à l'extérieur de manière à pouvoir le dérouler.
2. Déroulez le préservatif sur toute la longueur du membre. Si vous avez du mal à le faire, c'est que votre préservatif est trop étroit.
3. N'essayez jamais d'enfiler sur le membre un préservatif déjà déroulé.
4. L'exercice peut également être pratiqué en double avec la/le partenaire de votre choix.

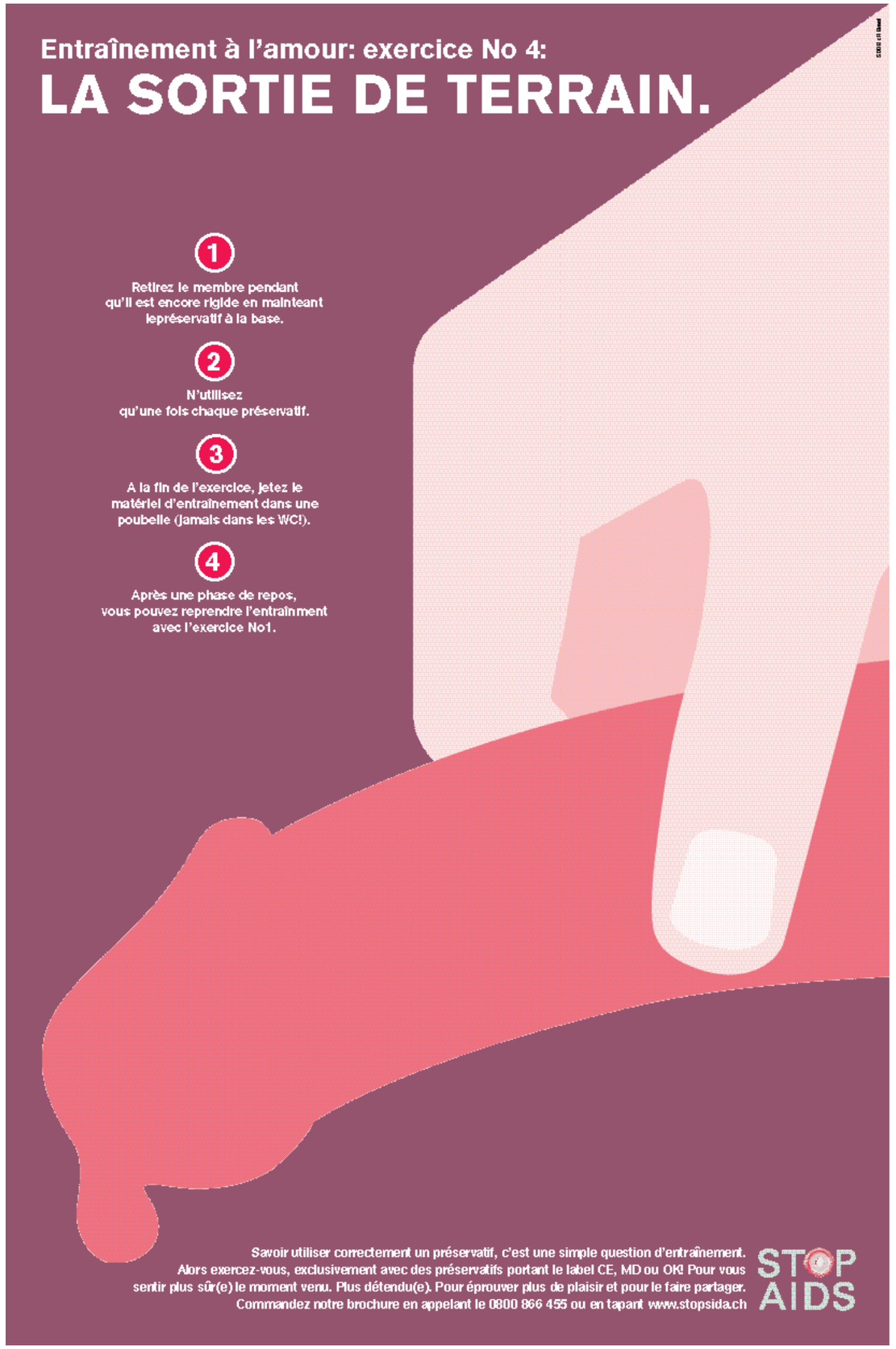
Savoir utiliser correctement un préservatif, c'est une simple question d'entraînement. Alors exercez-vous, exclusivement avec des préservatifs portant le label CE, MD ou OK! Pour vous sentir plus sûr(e) le moment venu. Plus détendu(e). Pour éprouver plus de plaisir et pour le faire patager. Commandez notre brochure en appelant le 0800 866 455 ou en tapant www.stopsida.ch

STOP AIDS

Entraînement à l'amour: exercice No 4:

LA SORTIE DE TERRAIN.

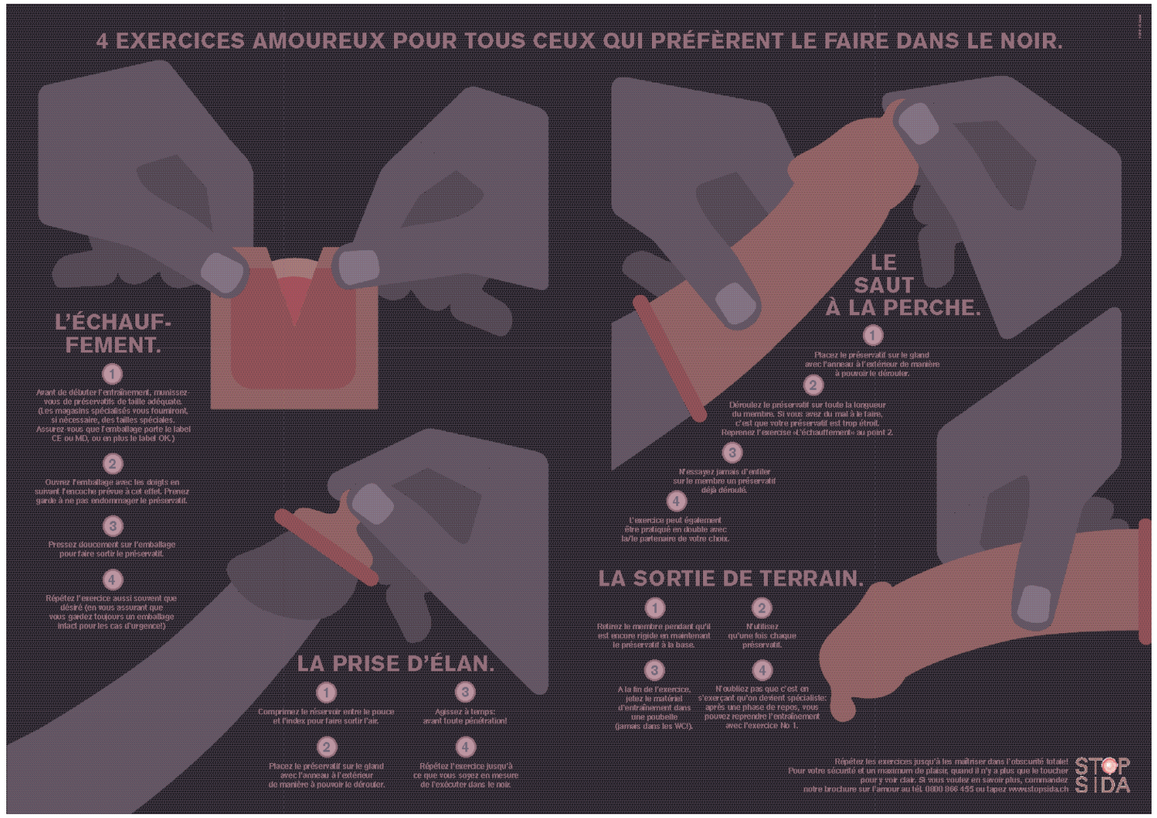
1. Retirez le membre pendant qu'il est encore rigide en mainteant lepréservatif à la base.
2. N'utilisez qu'une fois chaque préservatif.
3. A la fin de l'exercice, jetez le matériel d'entraînement dans une poubelle (jamais dans les WC!).
4. Après une phase de repos, vous pouvez reprendre l'entrainment avec l'exercice No1.



Savoir utiliser correctement un préservatif, c'est une simple question d'entraînement. Alors exercez-vous, exclusivement avec des préservatifs portant le label CE, MD ou OK! Pour vous sentir plus sûr(e) le moment venu. Plus détendu(e). Pour éprouver plus de plaisir et pour le faire partager. Commandez notre brochure en appelant le 0800 866 455 ou en tapant www.stopsida.ch

STOP AIDS

4 EXERCICES AMOUREUX POUR TOUS CEUX QUI PRÉFÈRENT LE FAIRE DANS LE NOIR.



L'ÉCHAUF-FEMENT.

1. Avant de débuter l'entraînement, munissez-vous de préservatifs de taille adéquate. (Les magasins spécialisés vous fourniront, si nécessaire, des tailles spéciales. Assurez-vous que l'emballage porte le label CE ou MD, ou en plus le label OIC.)
2. Ouvrez l'emballage avec les doigts en suivant l'encoche prévue à cet effet. Prenez garde à ne pas endommager le préservatif.
3. Pressez doucement sur l'emballage pour faire sortir le préservatif.
4. Répétez l'exercice aussi souvent que désiré (en vous assurant que vous gardez toujours un emballage intact pour les cas d'urgence!)

LE SAUT À LA PERCHE.

1. Placez le préservatif sur le gland avec l'anneau à l'extérieur de manière à pouvoir le dérouler.
2. Déroulez le préservatif sur toute la longueur du membre. Si vous avez du mal à le faire, c'est que votre préservatif est trop étroit. Reprenez l'exercice «l'échauffement» au point 2.
3. N'essayez jamais d'enfiler sur le membre un préservatif déjà déroulé.
4. L'exercice peut également être pratiqué en double avec la/le partenaire de votre choix.

LA SORTIE DE TERRAIN.

1. Retirez le membre pendant qu'il est encore rigide en maintenant le préservatif à la base.
2. N'utilisez qu'une fois chaque préservatif.
3. A la fin de l'exercice, jetez le matériel d'entraînement dans une poubelle (jamais dans les WC).
4. N'oubliez pas que c'est en s'exerçant qu'on devient spécialiste: après une phase de repos, vous pouvez reprendre l'entraînement avec l'exercice No 1.

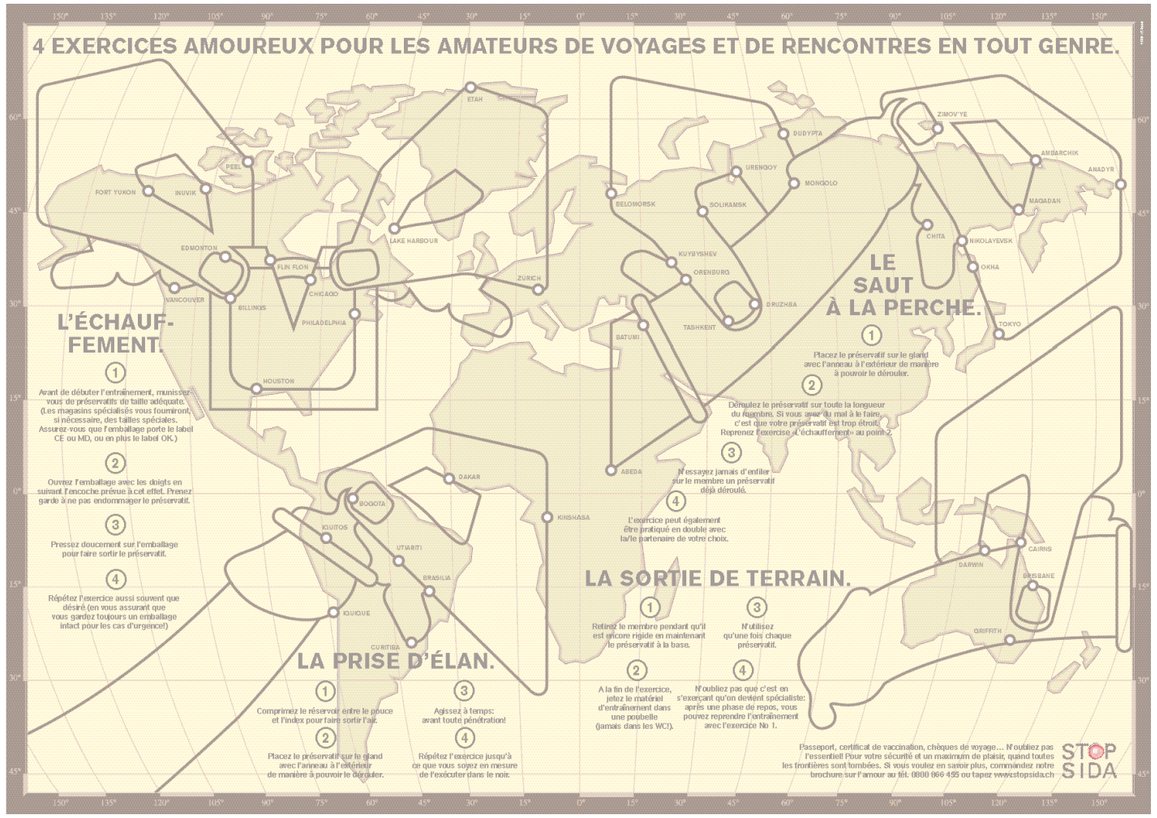
LA PRISE D'ÉLAN.

1. Comprimez le réservoir entre le pouce et l'index pour faire sortir l'air.
2. Placez le préservatif sur le gland avec l'anneau à l'extérieur de manière à pouvoir le dérouler.
3. Agissez à temps: avant toute pénétration!
4. Répétez l'exercice jusqu'à ce que vous soyez en mesure de l'exécuter dans le noir.

Répétez les exercices jusqu'à les maîtriser dans l'obscurité totale! Pour votre sécurité et un maximum de plaisir, quand il n'y a plus que le toucher pour y voir clair. Si vous voulez en savoir plus, commandez notre brochure sur l'amour au tél. 0800 866 455 ou tapez www.stopsida.ch

STOP SIDA

4 EXERCICES AMOUREUX POUR LES AMATEURS DE VOYAGES ET DE RENCONTRES EN TOUT GENRE.



L'ÉCHAUF-FEMENT.

1. Avant de débuter l'entraînement, munissez-vous de préservatifs de taille adéquate. (Les magasins spécialisés vous fourniront, si nécessaire, des tailles spéciales. Assurez-vous que l'emballage porte le label CE ou MD, ou en plus le label OIC.)
2. Ouvrez l'emballage avec les doigts en suivant l'encoche prévue à cet effet. Prenez garde à ne pas endommager le préservatif.
3. Pressez doucement sur l'emballage pour faire sortir le préservatif.
4. Répétez l'exercice aussi souvent que désiré (en vous assurant que vous gardez toujours un emballage intact pour les cas d'urgence!)

LE SAUT À LA PERCHE.

1. Placez le préservatif sur le gland avec l'anneau à l'extérieur de manière à pouvoir le dérouler.
2. Déroulez le préservatif sur toute la longueur du membre. Si vous avez du mal à le faire, c'est que votre préservatif est trop étroit. Reprenez l'exercice «l'échauffement» au point 2.
3. N'essayez jamais d'enfiler sur le membre un préservatif déjà déroulé.
4. L'exercice peut également être pratiqué en double avec la/le partenaire de votre choix.

LA SORTIE DE TERRAIN.

1. Retirez le membre pendant qu'il est encore rigide en maintenant le préservatif à la base.
2. A la fin de l'exercice, jetez le matériel d'entraînement dans une poubelle (jamais dans les WC).
3. N'utilisez qu'une fois chaque préservatif.
4. N'oubliez pas que c'est en s'exerçant qu'on devient spécialiste: après une phase de repos, vous pouvez reprendre l'entraînement avec l'exercice No 1.

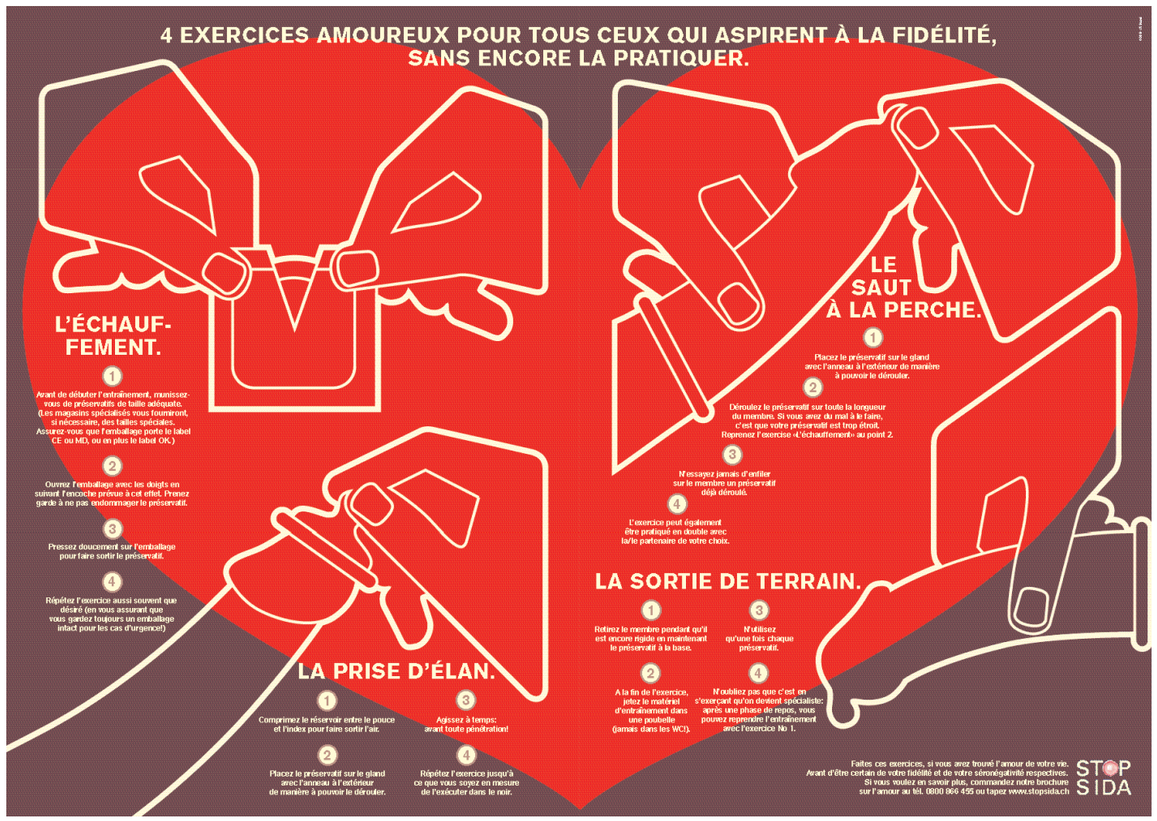
LA PRISE D'ÉLAN.

1. Comprimez le réservoir entre le pouce et l'index pour faire sortir l'air.
2. Placez le préservatif sur le gland avec l'anneau à l'extérieur de manière à pouvoir le dérouler.
3. Agissez à temps: avant toute pénétration!
4. Répétez l'exercice jusqu'à ce que vous soyez en mesure de l'exécuter dans le noir.

Passeport, certificat de vaccination, chèques de voyage... N'oubliez pas l'essentiel! Pour votre sécurité et un maximum de plaisir, quand toutes les frontières sont tombées. Si vous voulez en savoir plus, commandez notre brochure sur l'amour au tél. 0800 866 455 ou tapez www.stopsida.ch

STOP SIDA

4 EXERCICES AMOUREUX POUR TOUS CEUX QUI ASPIRENT À LA FIDÉLITÉ, SANS ENCORE LA PRATIQUER.



L'ÉCHAUF-FEMENT.

1. Avant de débuter l'entraînement, munissez-vous de préservatifs de taille adéquate. (Les magasins spécialisés vous fourniront, si nécessaire, des tailles spéciales. Assurez-vous que l'emballage porte le label CE ou MD, ou en plus le label OIC.)
2. Ouvrez l'emballage avec les doigts en suivant l'encoche prévue à cet effet. Prenez garde à ne pas endommager le préservatif.
3. Pressez doucement sur l'emballage pour faire sortir le préservatif.
4. Répétez l'exercice aussi souvent que désiré (en vous assurant que vous gardez toujours un emballage intact pour les cas d'urgence!)

LE SAUT À LA PERCHE.

1. Placez le préservatif sur le gland avec l'anneau à l'extérieur de manière à pouvoir le dérouler.
2. Déroulez le préservatif sur toute la longueur du membre. Si vous avez du mal à le faire, c'est que votre préservatif est trop étroit. Reprenez l'exercice «l'échauffement» au point 2.
3. N'essayez jamais d'enfiler sur le membre un préservatif déjà déroulé.
4. L'exercice peut également être pratiqué en double avec la/le partenaire de votre choix.

LA SORTIE DE TERRAIN.

1. Retirez le membre pendant qu'il est encore rigide en maintenant le préservatif à la base.
2. A la fin de l'exercice, jetez le matériel d'entraînement dans une poubelle (jamais dans les WC).
3. N'utilisez qu'une fois chaque préservatif.
4. N'oubliez pas que c'est en s'exerçant qu'on devient spécialiste: après une phase de repos, vous pouvez reprendre l'entraînement avec l'exercice No 1.

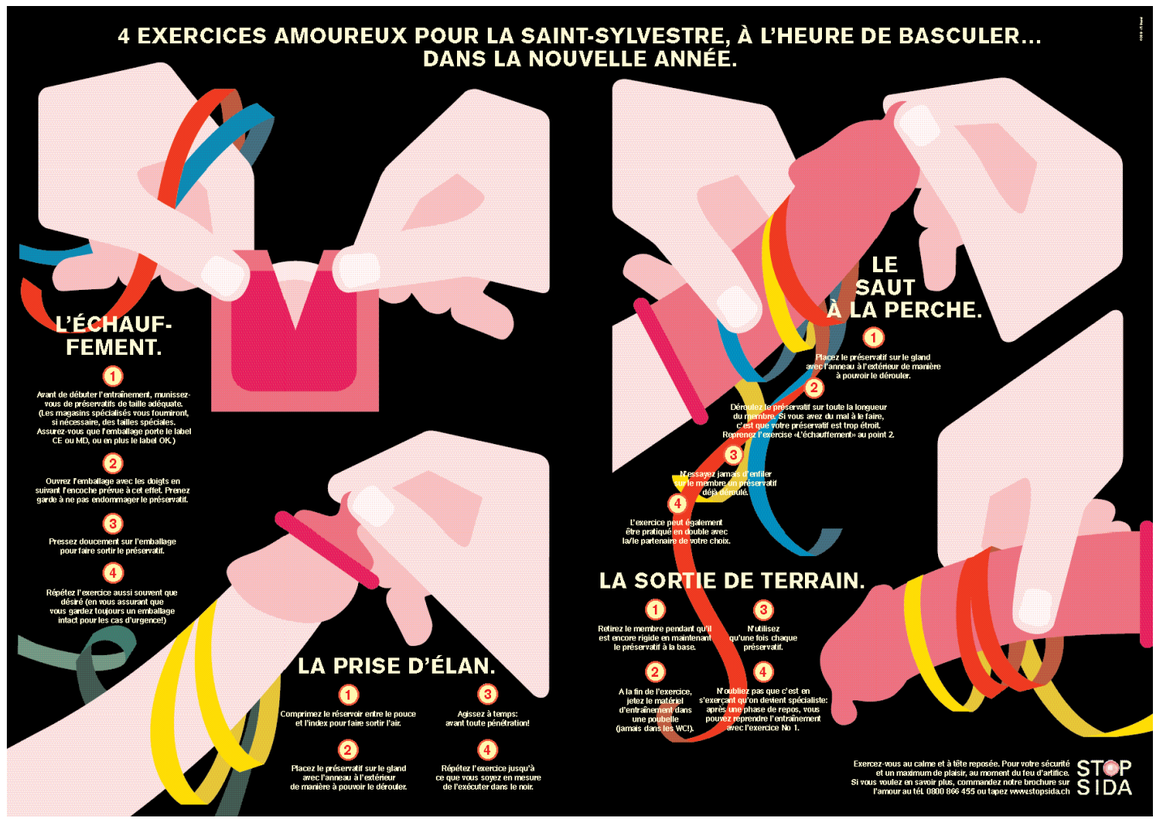
LA PRISE D'ÉLAN.

1. Comprimez le réservoir entre le pouce et l'index pour faire sortir l'air.
2. Placez le préservatif sur le gland avec l'anneau à l'extérieur de manière à pouvoir le dérouler.
3. Agissez à temps: avant toute pénétration!
4. Répétez l'exercice jusqu'à ce que vous soyez en mesure de l'exécuter dans le noir.

Faites ces exercices, si vous avez trouvé l'amour de votre vie. Avant d'être certain de votre fidélité et de votre séronégativité respectives. Si vous voulez en savoir plus, commandez notre brochure sur l'amour au tél. 0800 866 455 ou tapez www.stopsida.ch

STOP SIDA

4 EXERCICES AMOUREUX POUR LA SAINT-SYLVESTRE, À L'HEURE DE BASCULER... DANS LA NOUVELLE ANNÉE.



L'ÉCHAUF-FEMENT.

1. Avant de débuter l'entraînement, munissez-vous de préservatifs de taille adéquate. (Les magasins spécialisés vous fourniront, si nécessaire, des tailles spéciales. Assurez-vous que l'emballage porte le label CE ou MD, ou en plus le label OIC.)
2. Ouvrez l'emballage avec les doigts en suivant l'encoche prévue à cet effet. Prenez garde à ne pas endommager le préservatif.
3. Pressez doucement sur l'emballage pour faire sortir le préservatif.
4. Répétez l'exercice aussi souvent que désiré (en vous assurant que vous gardez toujours un emballage intact pour les cas d'urgence!)

LE SAUT À LA PERCHE.

1. Placez le préservatif sur le gland avec l'anneau à l'extérieur de manière à pouvoir le dérouler.
2. Déroulez le préservatif sur toute la longueur du membre. Si vous avez du mal à le faire, c'est que votre préservatif est trop étroit. Reprenez l'exercice «l'échauffement» au point 2.
3. N'essayez jamais d'enfiler sur le membre un préservatif déjà déroulé.
4. L'exercice peut également être pratiqué en double avec la/le partenaire de votre choix.

LA SORTIE DE TERRAIN.

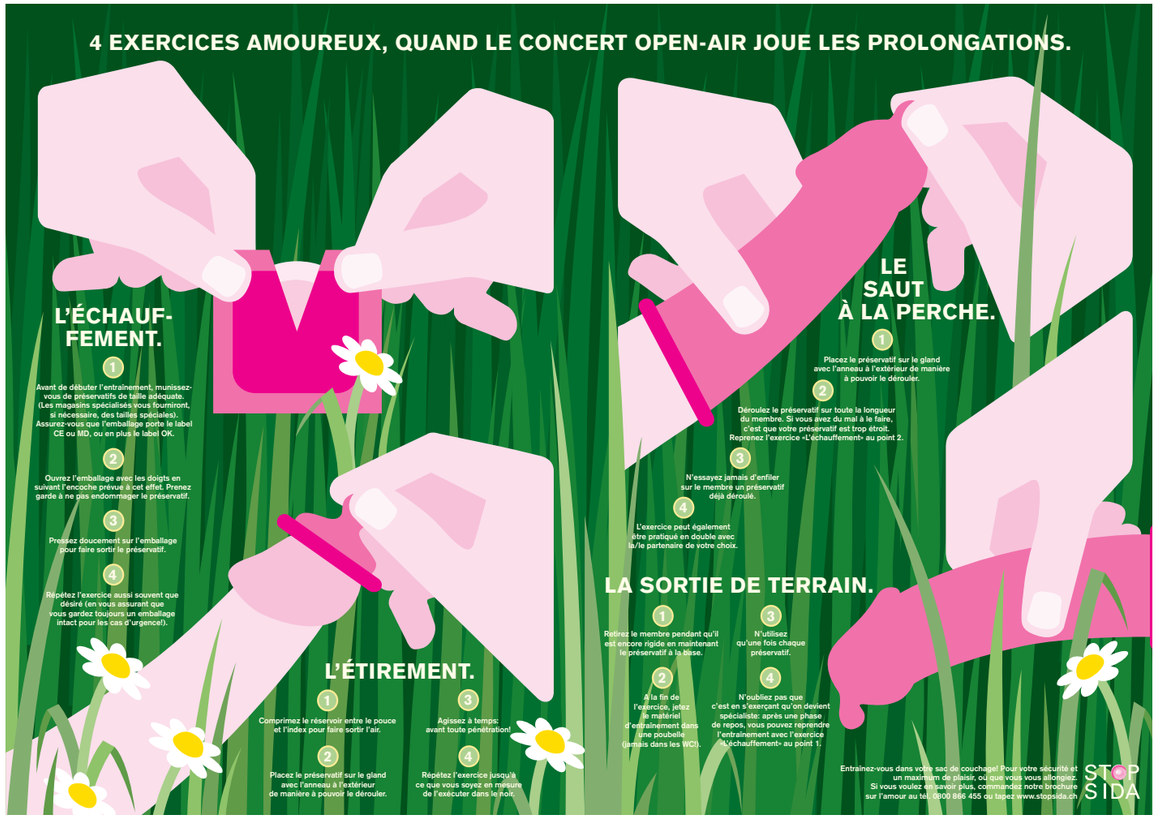
1. Retirez le membre pendant qu'il est encore rigide en maintenant le préservatif à la base.
2. A la fin de l'exercice, jetez le matériel d'entraînement dans une poubelle (jamais dans les WC).
3. N'utilisez qu'une fois chaque préservatif.
4. N'oubliez pas que c'est en s'exerçant qu'on devient spécialiste: après une phase de repos, vous pouvez reprendre l'entraînement avec l'exercice No 1.

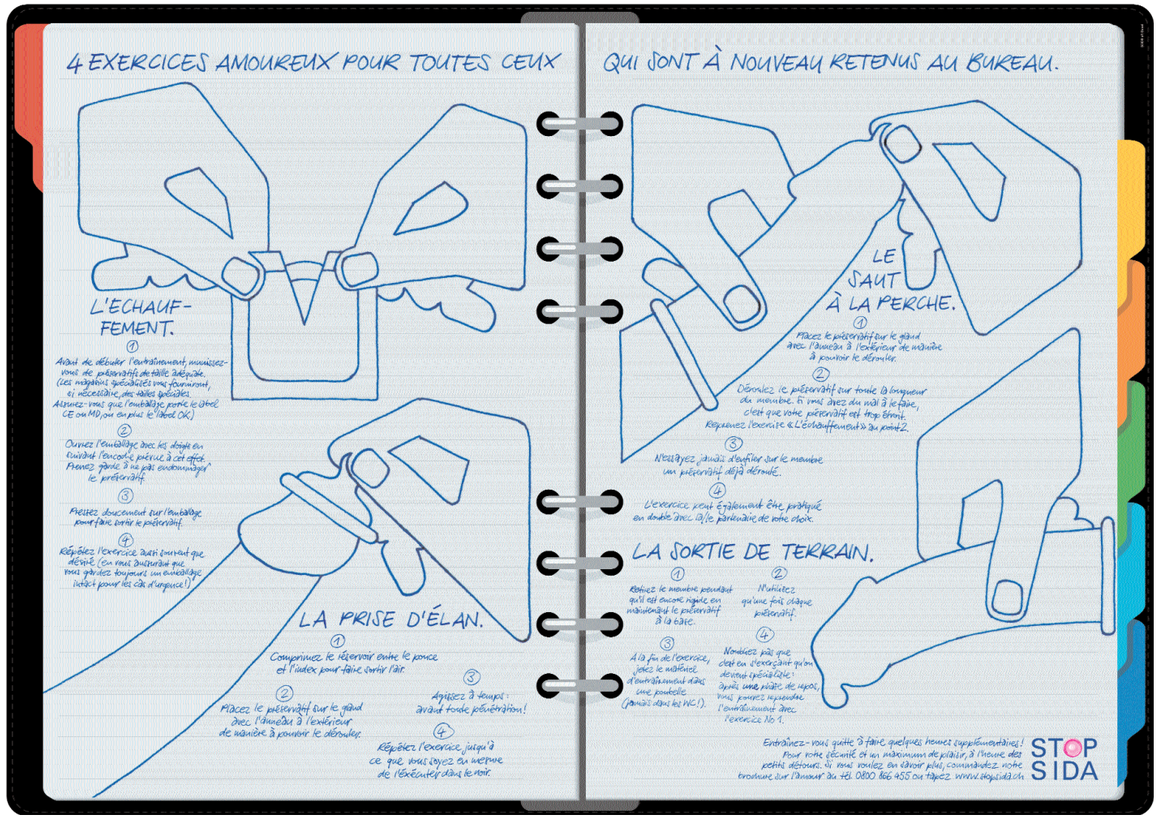
LA PRISE D'ÉLAN.

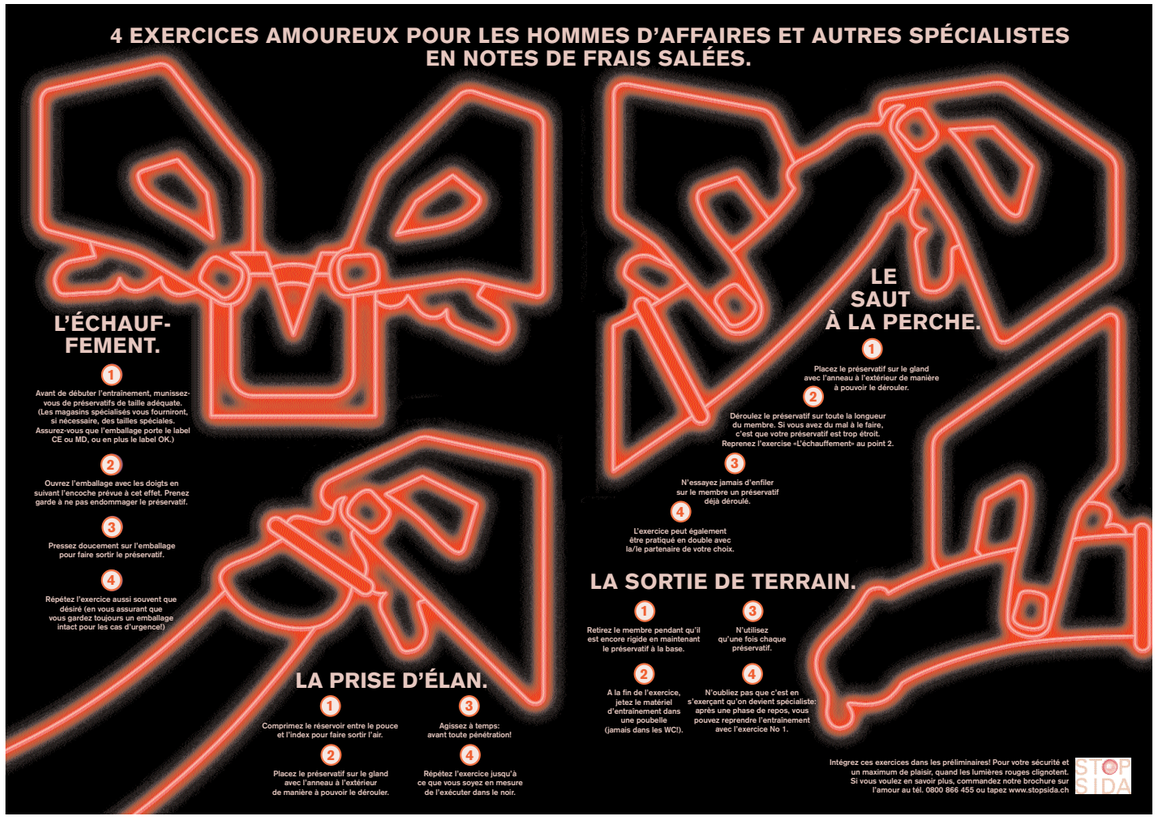
1. Comprimez le réservoir entre le pouce et l'index pour faire sortir l'air.
2. Placez le préservatif sur le gland avec l'anneau à l'extérieur de manière à pouvoir le dérouler.
3. Agissez à temps: avant toute pénétration!
4. Répétez l'exercice jusqu'à ce que vous soyez en mesure de l'exécuter dans le noir.

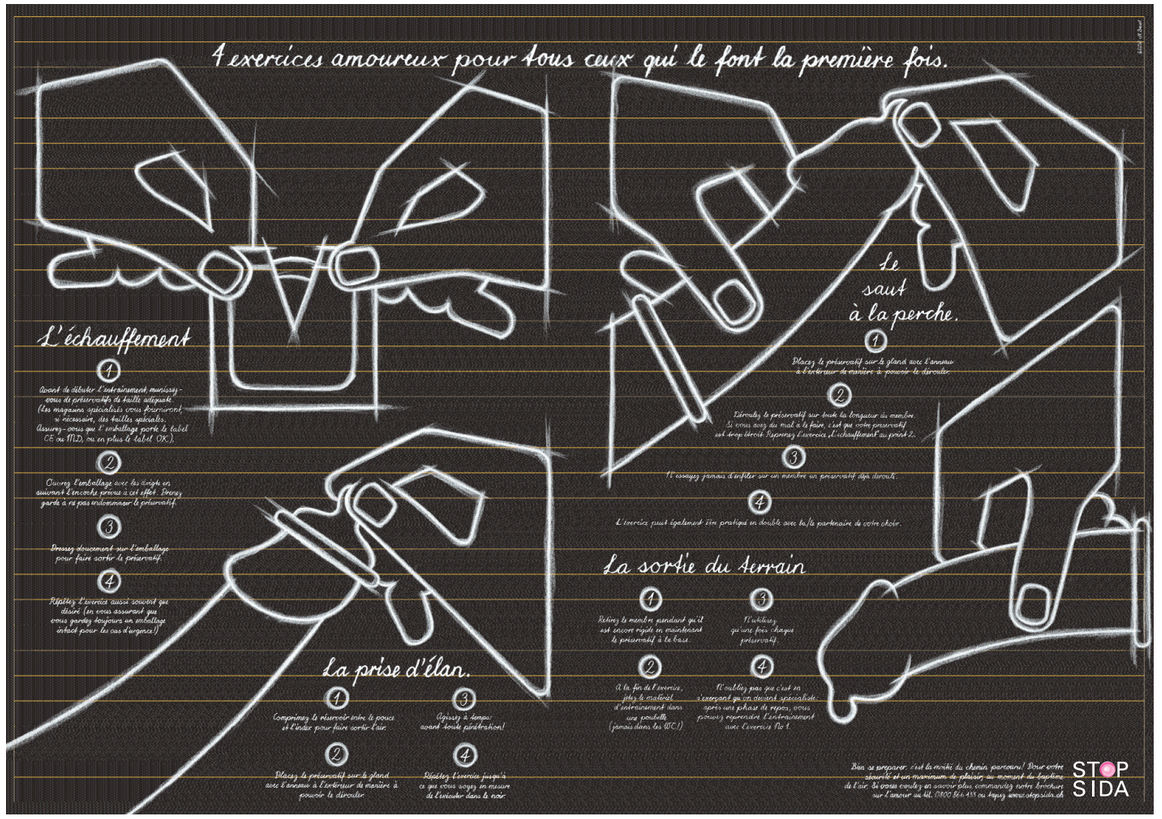
Exercez-vous au calme et à tête reposée. Pour votre sécurité et un maximum de plaisir, au moment du feu d'artifice. Si vous voulez en savoir plus, commandez notre brochure sur l'amour au tél. 0800 866 455 ou tapez www.stopsida.ch

STOP SIDA


4 EXERCICES AMOUREUX, QUAND LE CONCERT OPEN-AIR JOUE LES PROLONGATIONS.
L'ÉCHAUF-FEMENT.
1
Avant de débuter l'entrainement, munissez-vous de préservatifs de taille adéquate. (Les magasins spécialisés vous fourniront, si nécessaire, des tailles spéciales). Assurez-vous que l'emballage porte le label CE ou MD, ou en plus le label OK.
2
Ouvrez l'emballage avec les doigts en suivant l'encoche prévue à cet effet. Prenez garde à ne pas endommager le préservatif.
3
Pressez doucement sur l'emballage pour faire sortir le préservatif.
4
Répétez l'exercice aussi souvent que désiré (en vous assurant que vous gardez toujours un emballage intact pour les cas d'urgence!).
L'ÉTIREMENT.
1
Comprimez le réservoir entre le pouce et l'index pour faire sortir l'air.
2
Placez le préservatif sur le gland avec l'anneau à l'extérieur de manière à pouvoir le dérouler.
3
Agissez à temps: avant toute pénétration!
4
Répétez l'exercice jusqu'à ce que vous soyez en mesure de l'exécuter dans le noir.
LE SAUT À LA PERCHE.
1
Placez le préservatif sur le gland avec l'anneau à l'extérieur de manière à pouvoir le dérouler.
2
Déroulez le préservatif sur toute la longueur du membre. Si vous avez du mal à le faire, c'est que votre préservatif est trop étroit. Reprenez l'exercice «Échauffement» au point 2.
3
N'essayez jamais d'enfiler sur le membre un préservatif déjà déroulé.
4
L'exercice peut également être pratiqué en double avec la/le partenaire de votre choix.
LA SORTIE DE TERRAIN.
1
Retirez le membre pendant qu'il est encore rigide en maintenant le préservatif à la base.
2
A la fin de l'exercice, jetez le matériel d'entrainement dans une poubelle (jamais dans les WC!).
3
N'utilisez qu'une fois chaque préservatif.
4
N'oubliez pas que c'est en s'exerçant qu'on devient spécialiste: après une phase de repos, vous pouvez reprendre l'entrainement avec l'exercice «Échauffement» au point 1!
Entrainez-vous dans votre sac de couchage! Pour votre sécurité et un maximum de plaisir, ou que vous vous allongiez. Si vous voulez en savoir plus, commandez notre brochure sur l'amour au tél. 0800 866 455 ou tapez www.stopsida.ch
STOP SIDA


4 EXERCICES AMOUREUX POUR TOUTES CEUX QUI SONT À NOUVEAU RETENUS AU BUREAU.
L'ÉCHAUF-FEMENT.
1
Avant de débuter l'entrainement, munissez-vous de préservatifs de taille adéquate. (Les magasins spécialisés vous fourniront, si nécessaire, des tailles spéciales). Assurez-vous que l'emballage porte le label CE ou MD, ou en plus le label OK).
2
Ouvrez l'emballage avec les doigts en suivant l'encoche prévue à cet effet. Prenez garde à ne pas endommager le préservatif.
3
Pressez doucement sur l'emballage pour faire sortir le préservatif.
4
Répétez l'exercice aussi souvent que désiré (en vous assurant que vous gardez toujours un emballage intact pour les cas d'urgence!).
LA PRISE D'ÉLAN.
1
Comprimez le réservoir entre le pouce et l'index pour faire sortir l'air.
2
Placez le préservatif sur le gland avec l'anneau à l'extérieur de manière à pouvoir le dérouler.
3
Agissez à temps: avant toute pénétration!
4
Répétez l'exercice jusqu'à ce que vous soyez en mesure de l'exécuter dans le noir.
LE SAUT À LA PERCHE.
1
Placez le préservatif sur le gland avec l'anneau à l'extérieur de manière à pouvoir le dérouler.
2
Déroulez le préservatif sur toute la longueur du membre. Si vous avez du mal à le faire, c'est que votre préservatif est trop étroit. Reprenez l'exercice «L'échauffement» au point 2.
3
N'essayez jamais d'enfiler sur le membre un préservatif déjà déroulé.
4
L'exercice peut également être pratiqué en double avec la/le partenaire de votre choix.
LA SORTIE DE TERRAIN.
1
Retirez le membre pendant qu'il est encore rigide en maintenant le préservatif à la base.
2
A la fin de l'exercice, jetez le matériel d'entrainement dans une poubelle (jamais dans les WC!).
3
N'utilisez qu'une fois chaque préservatif.
4
N'oubliez pas que c'est en s'exerçant qu'on devient spécialiste: après une phase de repos, vous pouvez reprendre l'entrainement avec l'exercice No 1.
Entrainez-vous quitte à faire quelques heures supplémentaires! Pour votre sécurité et un maximum de plaisir, à l'heure des petits détours. Si vous voulez en savoir plus, commandez notre brochure sur l'amour au tél. 0800 866 455 ou tapez www.stopsida.ch
STOP SIDA


4 EXERCICES AMOUREUX POUR LES HOMMES D'AFFAIRES ET AUTRES SPÉCIALISTES EN NOTES DE FRAIS SALÉES.
L'ÉCHAUF-FEMENT.
1
Avant de débuter l'entrainement, munissez-vous de préservatifs de taille adéquate. (Les magasins spécialisés vous fourniront, si nécessaire, des tailles spéciales. Assurez-vous que l'emballage porte le label CE ou MD, ou en plus le label OK.)
2
Ouvrez l'emballage avec les doigts en suivant l'encoche prévue à cet effet. Prenez garde à ne pas endommager le préservatif.
3
Pressez doucement sur l'emballage pour faire sortir le préservatif.
4
Répétez l'exercice aussi souvent que désiré (en vous assurant que vous gardez toujours un emballage intact pour les cas d'urgence!)
LA PRISE D'ÉLAN.
1
Comprimez le réservoir entre le pouce et l'index pour faire sortir l'air.
2
Placez le préservatif sur le gland avec l'anneau à l'extérieur de manière à pouvoir le dérouler.
3
Agissez à temps: avant toute pénétration!
4
Répétez l'exercice jusqu'à ce que vous soyez en mesure de l'exécuter dans le noir.
LE SAUT À LA PERCHE.
1
Placez le préservatif sur le gland avec l'anneau à l'extérieur de manière à pouvoir le dérouler.
2
Déroulez le préservatif sur toute la longueur du membre. Si vous avez du mal à le faire, c'est que votre préservatif est trop étroit. Reprenez l'exercice «Échauffement» au point 2.
3
N'essayez jamais d'enfiler sur le membre un préservatif déjà déroulé.
4
L'exercice peut également être pratiqué en double avec la/le partenaire de votre choix.
LA SORTIE DE TERRAIN.
1
Retirez le membre pendant qu'il est encore rigide en maintenant le préservatif à la base.
2
A la fin de l'exercice, jetez le matériel d'entrainement dans une poubelle (jamais dans les WC).
3
N'utilisez qu'une fois chaque préservatif.
4
N'oubliez pas que c'est en s'exerçant qu'on devient spécialiste: après une phase de repos, vous pouvez reprendre l'entrainement avec l'exercice No 1.
Intégrez ces exercices dans les préliminaires! Pour votre sécurité et un maximum de plaisir, quand les lumières rouges clignotent. Si vous voulez en savoir plus, commandez notre brochure sur l'amour au tél. 0800 866 455 ou tapez www.stopsida.ch
STOP SIDA


4 exercices amoureux pour tous ceux qui le font la première fois.
L'échauffement
1
Avant de débuter l'entrainement, munissez-vous de préservatifs de taille adéquate. (Les magasins spécialisés vous fourniront, si nécessaire, des tailles spéciales. Assurez-vous que l'emballage porte le label CE ou MD, ou en plus le label OK).
2
Ouvrez l'emballage avec les doigts en suivant l'encoche prévue à cet effet. Prenez garde à ne pas endommager le préservatif.
3
Pressez doucement sur l'emballage pour faire sortir le préservatif.
4
Répétez l'exercice aussi souvent que désiré (en vous assurant que vous gardez toujours un emballage intact pour les cas d'urgence!)
La prise d'élan.
1
Comprimez le réservoir entre le pouce et l'index pour faire sortir l'air.
2
Placez le préservatif sur le gland avec l'anneau à l'extérieur de manière à pouvoir le dérouler.
3
Agissez à temps: avant toute pénétration!
4
Répétez l'exercice jusqu'à ce que vous soyez en mesure de l'exécuter dans le noir.
Le saut à la perche.
1
Placez le préservatif sur le gland avec l'anneau à l'extérieur de manière à pouvoir le dérouler.
2
Déroulez le préservatif sur toute la longueur du membre. Si vous avez du mal à le faire, c'est que votre préservatif est trop étroit. Reprenez l'exercice «L'échauffement» au point 2.
3
N'essayez jamais d'enfiler sur un membre un préservatif déjà déroulé.
4
L'exercice peut également être pratiqué en double avec la/le partenaire de votre choix.
La sortie du terrain
1
Retirez le membre pendant qu'il est encore rigide en maintenant le préservatif à la base.
2
A la fin de l'exercice, jetez le matériel d'entrainement dans une poubelle (jamais dans les WC!).
3
N'utilisez qu'une fois chaque préservatif.
4
N'oubliez pas que c'est en s'exerçant qu'on devient spécialiste: après une phase de repos, vous pouvez reprendre l'entrainement avec l'exercice No 1.
Bien se préparer, c'est du moins du chemin parcouru! Pour votre sécurité et un maximum de plaisir au moment du baptême de l'air. Si vous voulez en savoir plus, commandez notre brochure sur l'amour au tél. 0800 866 455 ou tapez www.stopsida.ch
STOP SIDA

Une maladie toujours incurable

En Suisse, à l'heure actuelle, deux à trois personnes contractent chaque jour le virus IH.

Les nouvelles thérapies du sida mises en œuvre depuis quelques années ont modifié l'image de l'infection au VIH. La perception et la conscience des risques s'en trouvent elles aussi transformées.

Le sida est désormais une maladie qu'on peut potentiellement «traiter». Mais traiter ne veut pas dire guérir, du moins pas pour l'instant. Pourtant, dans l'esprit du public, les deux choses sont trop souvent confondues. Beaucoup de gens ne perçoivent plus le sida comme une menace particulière; à leurs yeux, il s'agit d'une maladie comme les autres.[3)]

Ce serait oublier un peu vite que les nouvelles thérapies du sida entraînent une foule d'effets secondaires indésirables et que dans l'état actuel de nos connaissances, on ne peut pas augurer avec certitude de leur succès à long terme.

La prévention reste donc le seul moyen d'éviter les souffrances et les douleurs liées à cette maladie.

3) Rosenbrock R., Schaeffer D., Moers M. et al., Die Normalisierung von Aids in Westeuropa. Der Polit-Zyklus am Beispiel einer Infektionskrankheit, Berlin, 1999, Wissenschaftszentrum Berlin für Sozialforschung, Veröffentlichungsreihe der Arbeitsgruppe Public Health

Poursuivre le travail d'information

Le programme national VIH et sida 1999–2003 de l'Office fédéral de la santé publique parvient à une conclusion analogue: il faut poursuivre l'effort d'information auprès des jeunes et des adultes vivant en Suisse en mettant l'accent sur les situations à risques et les moyens de se protéger. Il faut conserver les acquis – bon niveau de sensibilisation et bons réflexes de protection au sein de la population – tout en encourageant la prévention à long terme.[4)]

Beaucoup de personnes dans notre pays doivent vivre quotidiennement avec le VIH ou le sida, et il en sera ainsi pour longtemps encore. Notre campagne répond donc à un but précis: donner à toutes les femmes et à tous les hommes les moyens de se protéger et de protéger leur(s) partenaire(s) d'une infection au VIH.

Il faut pour cela des informations précises et concrètes. D'où le choix pour 1999 d'une campagne à caractère didactique.

4) Office fédéral de la santé publique (éditeur), VIH et sida, Programme national 1999–2003, Berne, 1999

Office fédéral de la
santé publique (OFSP)
Service des campagnes
3003 Berne
Tél. 031 323 87 79
Fax 031 323 88 40
Internet www.stopsida.ch

Aide Suisse contre le Sida
Konradstrasse 20
Case postale 141
8031 Zurich
Tél. 01 273 42 42
Fax 01 273 42 62
Internet www.aids.ch

STOP SIDA

Une campagne de prévention de l'Office fédéral de la santé publique, en collaboration avec l'Aide Suisse contre le Sida.

PRÉSER-VATIFS: SUIVEZ LE GUIDE!

STOP SIDA