

Guide de
sécurisexe
pour les
femmes
trans

embrasse-moi.



+nos sources d'inspiration : remerciements!

À l'origine, ce guide a été créé par Morgan M. Page, Coordonnatrice des services communautaires pour les personnes trans du 519 Church Street Community Centre. Nous souhaitons remercier toutes ces personnes et tous ces projets qui nous ont inspirés, en commençant par les diverses communautés de gens trans qui visitent le 519 et assistent aux programmes et aux activités du 519 pendant toute l'année. Nous aimerions adresser un merci tout particulier à Christina Strang, qui a conçu la première ressource sur le sécurisexe au Canada anglais pour les travailleuses du sexe trans et les femmes trans : *The Happy Transsexual Hooker*.

Nous voulons aussi remercier le *Gay/Bi/Queer Transmen Working Group* et toutes les autres personnes impliquées dans la création de *Si t'en veux... le guide des hommes trans et des gars auxquels ils plaisent*. Ces deux guides représentent la première inspiration de ce projet, et nous leur devons beaucoup. Une autre source formidable d'inspiration a été le *Safer Sex for Transguys : A Guide for the Whole Spectrum*, créé par James Cullen.

Nous remercions spécialement toutes les personnes qui ont examiné et édité le guide, ou donné leurs suggestions, incluant Logan Broeckaert, Amy Bourns, Melisa Dickie, Aurora Jade Pichette, Kyle Scanlon, Len Tooley, Kate N., Danielle W., Rebecca Hammond, Reece Malone, Christina Strang et James Wilton.

Les organismes communautaires suivants ont aussi fourni critiques et commentaires : ASTT(e)Q : Action Santé Travesti(e)s et Transsexuel(le)s du Québec (un projet de Cactus Montréal), Rainbow Resource Centre, Rainbow Health Ontario, Sherbourne Health Centre et CATIE.

La photographie a été réalisée par Remi Dietrich. Merci enfin à nos modèles Danielle W., Liam S. et Julissa P.

Conception : Jonathan Kitchen, jakcreative.com.

+table des matières

à propos de moi : mots, corps et identités.....	4
communiquons : divulgation et négociation	6
+ R pour Révéler : quand devrais-je divulguer que je suis une personne trans? Quoi dire sur mon état sérologique ITS?.....	6
+ Pour Conclure : négocier l'utilisation du condom et de la digue dentaire avec les partenaires sexuels	7
baise-moi : trucs et conseils pour du sexe plus sécuritaire	11
+ Pénétration anale ou vaginale	11
+ Sucrer et lécher	13
+ Anulingus	13
+ Jambes en ciseaux.....	13
+ Enculer au poing	14
+ Passer le doigt et faire une branlette	15
+ Jouets	15
+ Lubrifiant.....	17
mon médecin : parler à son médecin	18
mes chirurgies : informations pour les femmes trans	
ayant eu des chirurgies génitales	19
+ Ce que je peux faire et ce que je ne peux pas faire	19
+ VIH et autres ITS : néo-vagins et facteurs de risque	21
je m'injecte : aiguilles, silicone et ITS.....	23
paye-moi : trucs et conseils supplémentaires pour travailleuses	
du sexe trans	24
en résumé : tableau des infections transmissibles sexuellement (ITS)	27



+à propos de moi : mots, corps et identités

C'est un fait — les trans aiment beaucoup les mots! En effet, nous faisons constamment preuve de créativité avec les nouveaux termes que nous utilisons pour décrire nos identités, nos corps et nos vies. C'est fantastique, mais cela veut aussi dire qu'il peut être difficile d'inclure tout le monde en tout temps. En rédigeant ce guide, nous avons essayé de prendre des termes simples et généraux. Cependant, quels que soient les mots employés, certaines personnes finiront par ne pas se sentir incluses. Nous sommes donc vraiment désolées si les termes utilisés ne semblent pas refléter votre identité ou vous mettent mal à l'aise. **N'hésitez pas à barrer d'un trait les mots qui vous déplaisent et à les remplacer par ceux qui vous conviennent.**

Parlant d'identités... Ce guide s'adresse aux femmes trans ainsi qu'à leurs partenaires intimes. Lorsque nous parlons de **femmes trans**, nous référons aux personnes à qui on a assigné un sexe masculin à la naissance, mais qui s'identifient comme fille, femme ou bien féminine.

Bien que ce guide soit conçu pour les femmes trans, nous faisons aussi référence à l'occasion aux personnes qui s'identifient comme hommes, mais à qui on a assigné un sexe féminin à la naissance. Nous parlons alors d'**hommes trans**.

Utilisé de façon générale, le terme **trans** désigne toute personne qui s'identifie comme transsexuelle, transgenre ou travestie. Il peut aussi inclure ceux et celles qui s'identifient comme personne aux bispirituelle.

Tout au long du guide, nous utilisons le terme **non-trans** pour désigner les personnes qui conservent un degré d'identification au sexe qui leur a été assigné à la naissance. Lorsque nous parlons de personnes **intersexes**, nous référons spécifiquement à ceux et celles dont le corps ne correspond pas complètement ou pas du tout aux catégories que l'on vient d'énumérer. Enfin, nous utilisons le terme **positive** pour désigner les personnes vivant avec le VIH.

Parlant du corps... Mon gros-clito, ma kékette, mon zizi, ma bidoune, ma devanture, ma flûte à bec, ma protubérance... Quand vient le temps, en tant que femmes trans, de trouver les mots pour décrire nos organes génitaux de naissance, ce n'est pas la créativité qui manque! Dans ce guide, nous utilisons simplement les mots **queues, pénis, kékettes**, justement afin de ne pas en imposer un en particulier. Pour parler des organes génitaux des femmes trans ayant subi une chirurgie de réassignation sexuelle (CRS), nous employons les mots **noune, vagin, nouveau ou néo-vagin, et vulve**.

Pour désigner les organes génitaux de naissance des hommes trans, nous parlons **d'orifice frontal ou d'orifice avant** plutôt que de vagin pour éviter tout risque de confusion. Un certain nombre d'hommes trans ont recours à la phalloplastie et à la métoïdioplastie, qui sont deux chirurgies couramment utilisées pour la création d'un **pénis** (une queue!).

+communiquons : divulgarion et négociation

Dans cette partie, nous allons parler de la DISCUSSION. Ce genre de chose qui arrive d'habitude avant et parfois durant le sexe!

R pour RÉVÉLER : quand devrais-je divulguer que je suis une personne trans?

Il peut être difficile d'évaluer à quel moment dire à un partenaire intime potentiel que tu es trans. Certaines femmes trans le disent tout de suite, alors que d'autres peuvent ne jamais le dire à leurs partenaires. Pour celles d'entre nous qui ont des rapports sexuels avec les hommes non-trans, le potentiel de violence peut souvent être une source d'inquiétude. C'est une décision que nous devons prendre pour nous-mêmes, dans chaque situation.

Fais confiance à ton intuition! Si tu penses que tes partenaires potentiels ne seront pas troublés, dis-le. Si tu penses qu'ils/elles pourraient être violent(e)s, prends tes cliques et tes claques et pars au plus sacrant! Voici certaines questions à te poser pour décider si c'est le bon moment de divulguer que tu es trans, même si tu penses que ta ou ton partenaire n'en sera aucunement troublé :

- Peux-tu partir facilement de l'endroit où tu es?
- Es-tu dans un lieu où tu te sens à l'aise et en sécurité, comme un endroit public?
- Est-ce que quelqu'un sait où tu es et avec qui?

Il peut être utile, avant de divulguer à quelqu'un que tu es trans, de laisser savoir à une personne en qui tu as confiance que c'est ce que tu prévoies faire. Si un problème survient, tu auras alors une personne vers qui te tourner ou qui pourra aider les recherches pour te retrouver.

Quoi dire sur mon statut sérologique ITS?

Certaines femmes trans ont le VIH ou d'autres ITS (infections transmissibles sexuellement), comme la syphilis ou l'herpès. Alors, en plus de divulguer qu'elles sont trans, elles doivent aussi décider quand et comment divulguer leur statut sérologique.

La loi et le VIH

Si tu as le VIH, tu dois également considérer que le fait de ne pas divulguer ton statut sérologique est illégal au Canada. Si tu as le VIH, tu as l'obligation légale

de le dire à ton ou tes partenaires intimes avant toute activité sexuelle pouvant présenter une « possibilité réaliste de transmettre le VIH ». Des personnes ayant le VIH ont déjà été reconnues coupables de crimes graves pour avoir omis d'en informer leurs partenaires. Selon la loi :

- Tu **as** l'obligation légale de divulguer ton statut sérologique :
 - o avant une relation sexuelle vaginale ou anale sans condom, quelle que soit ta charge virale; ou
 - o avant une relation sexuelle vaginale ou anale quand ta charge virale n'est pas indétectable (ou pas faible), même si tu utilises un condom.
- Tu **n'as pas** l'obligation de divulguer ton statut avant une *relation sexuelle vaginale* si ta charge virale est faible ou indétectable et que tu utilises un condom. Il n'est pas clair si cette disposition s'applique aussi au *sexe anal*.
- On ne sait pas précisément de quelle façon la loi s'applique au sexe oral (avec ou sans condom).

Pour plus de renseignements sur le VIH et la loi, contacte le Réseau juridique canadien VIH/sida. Son personnel peut être en mesure de te diriger vers un avocat, mais ne pourra pas te donner un avis juridique.

www.aidslaw.ca
info@aidslaw.ca
416.595.1666

POUR CONCLURE : négocier l'utilisation du condom et de la digue dentaire avec les partenaires sexuels

Négocier des rapports sexuels plus sécuritaires permet de s'assurer que chaque partenaire impliqué est consentant. Le consentement, c'est de savoir que chacun veut vraiment faire ce qu'il est en train de faire et qu'il ne le fait pas seulement parce qu'il ou elle a peur de dire non ou parce qu'il ou elle est gelée ou saoulée. Prends le temps nécessaire pour déterminer si toi et la personne avec laquelle tu es, vous êtes tous deux clairement consentants. Si ton ou ta partenaire dit non, ne dit rien ou n'a pas l'air tout à fait là, arrête-toi et parle avec lui ou elle. Le sexe sans consentement constitue une agression sexuelle.

Pour certaines personnes, négocier des relations sexuelles plus sécuritaires signifie bien plus que la simple prévention du VIH et des ITS. Cela a aussi à voir avec l'estime de soi, ses limites personnelles et le plaisir. Il existe parmi nous des personnes qui n'accordent pas une grande importance à elles-mêmes ou à leur corps. Dans un tel contexte, il se peut qu'utiliser le condom ne soit pas toujours une priorité. Même si tu n'accordes pas de valeur à ta santé, souviens-toi que tu mets aussi à risque l'ensemble de tes partenaires.

Il est important de bien connaître tes limites. Bien définir ses propres limites peut aider certaines personnes à mieux gérer les douloureuses conséquences associées à de mauvaises expériences sexuelles et intimes vécues par le passé.



Si ta ou ton partenaire insiste pour utiliser un condom, des gants ou une digue dentaire pour des activités sexuelles particulières, assure-toi de respecter ses limites, tout comme tu aimerais qu'elle ou il respecte les tiennes.

Voici différents types de barrières protectrices

Condoms pénétrants : Parfois appelés condoms masculins. Utilisés sur les pénis pour le sexe vaginal ou anal. Peuvent être coupés pour s'en servir comme digues dentaires.

Préservatifs insertifs : Parfois appelés condoms féminins. Peuvent être utilisés par les femmes dans leur vagin, par les hommes trans dans leur orifice avant et par tous dans l'anus. Peuvent être coupés en deux pour s'en servir comme digues dentaires.

Digues dentaires : Le plus souvent utilisées durant le sexe oral pour protéger les deux partenaires.

Gants de latex : Peuvent être coupés et utilisés par les hommes trans lors de la masturbation mutuelle, en les plaçant sur leur pénis trans ou encore employés comme digues dentaires pour les personnes qui pratiquent le sexe oral. Certains hommes trans n'ayant pas eu de phalloplastie trouvent que les digues dentaires ne fonctionnent pas bien, surtout après avoir pris de la testostérone pour une longue période (ou s'ils ont eu une métoïdioplastie), alors une solution est de couper un gant du côté du pouce à partir du poignet, jusqu'à l'endroit où commence le pouce. Ceci peut couvrir leur pénis trans, alors qu'on peut laisser pendre le reste et l'utiliser comme digue dentaire.

Pellicule plastique non compatible avec les micro-ondes : La pellicule plastique n'allant pas aux micro-ondes n'est **pas** aussi efficace que les condoms et les digues dentaires pour la prévention des ITS. Elle devrait donc être utilisée uniquement dans le cas où les condoms ou les digues dentaires ne sont pas disponibles. Si tu utilises la pellicule plastique parce que le condom ne reste pas en place durant l'acte sexuel, cela signifie probablement que tu as la mauvaise taille de condom, alors essaie un plus petit ou un plus grand. Assure-toi aussi d'utiliser assez de lubrifiant. La friction peut faire tomber le condom durant les relations sexuelles. Si tu utilises la pellicule plastique pendant le sexe, vérifie que c'est bien la pellicule non compatible avec les micro-ondes, car l'autre sorte est poreuse (elle a des trous) et ne sera pas efficace. On peut utiliser la pellicule plastique n'allant pas aux micro-ondes durant le sexe oral.

Si tu veux te protéger et protéger tes partenaires sexuels contre le VIH et les autres ITS, vous devrez utiliser chacun des condoms, des digues dentaires ou des gants lorsque nécessaire. Mais il est parfois difficile d'amener un partenaire à les utiliser. Nos deux plus grands conseils sont : **SOIS CLAIRE** et **SOIS FERME**.

SOIS CLAIRE lorsque tu expliques que tu veux utiliser un condom, une digue dentaire ou des gants. Il s'agit de ta santé et de la sienne.

SOIS FERME à ce propos! Arrête le sexe le cas échéant. Certains partenaires intimes pourraient évoquer plusieurs raisons pour essayer de te dire qu'ils ne veulent pas utiliser de condom, de digue dentaire ou de gants, incluant :

« *Ça ne va pas! Ça semble trop serré pour ma taille!* » Les condoms viennent dans des tailles plus grandes, cependant les condoms réguliers peuvent s'étirer jusqu'à couvrir la tête d'un adulte, alors cette raison est complètement stupide! Tu peux aussi essayer d'utiliser les condoms insertifs, qui seront peut-être mieux pour toi et ton partenaire.

« *Je suis allergique au latex!* » C'est correct, parce que tu peux toujours prendre la marque en polypropylène (comme Skyn ou Bare) ou les condoms/digues dentaires/gants en polyuréthane. Alors, assure-toi d'en avoir sous la main!

« *Je sens rien quand je les utilise!* » Il arrive que des personnes soient moins sensibles avec les digues dentaires et les condoms en latex. Les condoms et les digues dentaires en polyuréthane sont plus minces et procurent plus de sensation! Essaie-les!

« *Mais je suis propre/sans risque/sans maladie!* » Très souvent, les gens ne présentent pas de symptômes du VIH ou d'autres ITS dès le début, voire jamais. Aussi, plusieurs personnes n'ont même jamais été testées pour le VIH ou les autres ITS. Et même si quelqu'un te montre une copie de son dernier test de dépistage de VIH ou d'ITS, s'il a eu des rapports sexuels depuis (ou même jusqu'à trois mois avant son test pour le VIH), tu peux encore être à risque! (Pour plus de renseignements, voir *en résumé : tableau des infections transmissibles sexuellement*, p. 27.)

« *Mais si tu m'aimais, tu ne me demanderais pas de faire ça!* » La vérité, c'est que si quelqu'un t'aime, il voudra protéger ta santé. Alors, s'il t'aime vraiment, il va utiliser le condom, la digue dentaire ou le gant. En plus, plusieurs personnes aiment utiliser des protections comme les condoms et les digues dentaires parce qu'elles trouvent ça excitant ou qu'elles se sentent plus relaxes de ne pas avoir à penser aux risques, alors ton partenaire devrait, on l'espère bien, respecter ça!

Peu importe la raison, ta santé a plus de valeur que le sexe ou l'argent! Si un partenaire sexuel refuse d'utiliser le condom, essaie de suggérer la masturbation plutôt que le sexe oral/anal/vaginal/frontal. S'il refuse toujours, arrête la session et, si c'est un client, rends-lui l'argent au complet ou en partie, en trouvant une excuse pour partir, et sors de là!

+baise-moi : Trucs et conseils pour du sexe plus sécuritaire

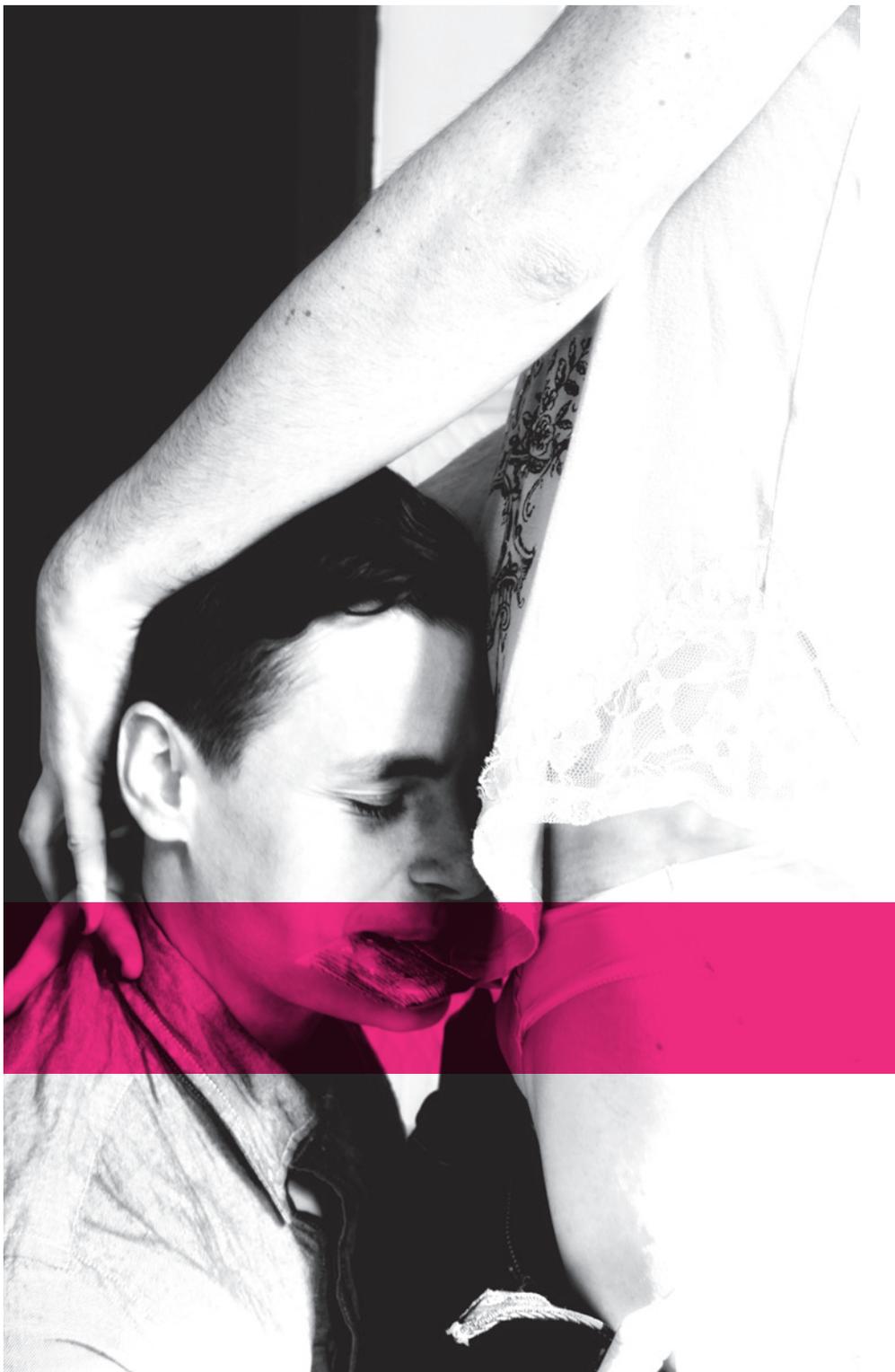
Principes de base

Ce dont il faut se souvenir, c'est que les fluides corporels peuvent transmettre le VIH et les autres ITS. Quand on parle de sécrétions corporelles, on parle de sperme (y compris le liquide pré-éjaculatoire), sang, sécrétions vaginales, sécrétions anales et lait maternel. On peut avoir une ITS et la passer à nos partenaires intimes. La plupart des ITS ne présentent pas de signes ou de symptômes visibles. Bien qu'il soit emmerdant d'avoir une ITS, la plupart d'entre elles peuvent être soignées, voire complètement guéries si elles sont dépistées tôt. C'est pourquoi il importe de consulter un médecin ou de visiter une clinique de santé sexuelle si tu crois avoir été exposé.

Pénétration anale ou vaginale

Ah le bon vieux va-et-vient à l'horizontale! Pénétrer ou se faire pénétrer dans le cul ou le vagin par une queue, un godemiché de style « strap-on » ou un jouet peut certes nous faire monter au septième ciel. Mais il faut se souvenir que la pénétration comporte un très haut risque de transmission du VIH et des autres ITS lorsque pratiquée sans barrière de protection comme le condom. Voici quelques conseils de sécurité à suivre pour une baise du tonnerre :

- Utilise un condom! Pénis ou godemiché, peu importe — entrée interdite sans capote!
- Change le condom chaque fois que tu changes de trou ou de partenaire! Ceci va aider à limiter la propagation de bactéries et d'ITS entre orifices et partenaires.
- Utilise du lubrifiant! La meilleure option est le lubrifiant à base d'eau, surtout si tes condoms sont en latex. Un lubrifiant à base d'eau réduit les risques de microlésions le long des parois vaginales/anales et les risques de rupture de la capote. C'est une façon de limiter les possibilités de transmission du VIH et autres ITS autant pour toi que pour tes partenaires.
- La baise sans condom (le « barebacking » en anglais) est populaire dans la porno, mais c'est une pratique sexuelle à risque élevée! Respecte ton corps et celui de ton ou ta partenaire en utilisant capotes et lubrifiant.
- Si tu baises une femme non-trans ou un homme trans avec ta queue, que vous ne voulez pas de grossesse et qu'elle ou lui n'utilise pas de contraception, utilise des condoms. Te saucer le pinceau ou baiser pendant un moment avant de mettre le condom comporte autant de risques que de ne pas en mettre du tout. Le VIH et autres ITS ne se transmettent pas seulement par le sperme, mais aussi par le liquide pré-éjaculatoire et les sécrétions vaginales.



Sucer et lécher

Mouillée, mouillée, mouillée! Sucrer, lécher, manger, brouter — c'est du pareil au même. Le sexe oral (mettre ta bouche ou ta langue entre les jambes de quelqu'un), c'est délicieusement cochon! **Le sexe oral ne présente qu'un risque faible pour la transmission du VIH**, mais demeure un risque pour les autres ITS, soit l'herpès, la gonorrhée, et la syphilis. Ne t'en fais pas, tu peux sucer et lécher autant que tu le désires, et ce de façon sécuritaire en suivant les conseils très simples qui suivent :

- Trans ou non, enfiler une capote sur toutes les kékettes! Pour un maximum de sensation, mets un peu de lubrifiant à l'intérieur du condom avant de l'enfiler. Les hommes trans qui ont eu recours à la phalloplastie devraient aussi utiliser des condoms.
- Utilise une digue dentaire ou des gants pour manger une noune ou sucer un pénis trans.

Si tu n'utilises pas de condom...

- Tu pourrais être plus à risque de contracter une ITS si tu as un mal de gorge ou des lésions à l'intérieur de la bouche et que c'est toi qui performs le sexe oral.
- N'utilise pas de soie dentaire, de rince-bouche et ne te brosse pas les dents pour au moins 30 minutes avant de sucer ou de lécher quelqu'un. L'hygiène buccale peut causer de toutes petites lésions dans la bouche, ce qui augmente les risques de transmission des ITS.
- Si tu choisis d'y aller sans condom, évite d'avalier du sperme ou du liquide pré-éjaculatoire.

Anulingus

Manger un cul peut être extrêmement excitant. Bien que les risques de transmission du VIH soient faibles quand on mange ou lèche un cul, ils sont élevés en ce qui concerne la transmission de parasites (des vers) et certaines ITS comme la chlamydia, la gonorrhée, la syphilis, le VPH et les hépatites (A et B). À titre préventif, l'utilisation d'une digue dentaire, d'une pellicule plastique (non compatible avec les micro-ondes) ou d'un condom coupé sur sa longueur est conseillée.

Le tribadisme (ou jambes en ciseaux)

Quand deux personnes qui ont un vagin s'entrecroisent les jambes en ciseaux pour se frotter ensemble les vulves, on dit qu'elles pratiquent le tribadisme. Les femmes trans qui couchent avec des femmes non-trans ou des hommes trans n'ayant pas subi de phalloplastie aiment souvent beaucoup cette position, surtout si la femme trans a eu sa chirurgie de réassignation sexuelle (CRS). Cette activité ne comporte que de faibles risques de transmission du VIH, mais peut comporter un risque en ce qui concerne la transmission des autres ITS comme la syphilis, la gonorrhée, le

VPH et l'herpès! Voici quelques conseils à suivre pour diminuer ces risques :

- Essaie de porter un sous-vêtement ou des pantalons pendant que vous vous frottez les parties génitales ensemble. Ceci va réduire le contact direct entre les fluides.
- Utilise une pellicule plastique (non-compatible avec les micro-ondes) avec un peu de lubrifiant. C'est probablement la façon la plus sécuritaire de pratiquer le tribadisme!

Enculer au poing, pénétrer à la main

Ça rentre, ça sort; c'est comme un ressort! Enculer au poing, c'est tout un sport... On dit qu'on encule au poing lorsqu'on insère une partie ou la totalité de la main dans le cul, le vagin ou l'orifice frontal de quelqu'un. Les femmes trans ayant subi une chirurgie de réassignation sexuelle (CRS) ont avantage à consulter la section chirurgie (p. 19) de ce guide avant de se faire pénétrer vaginalement au poing. La personne qui se fait enculer ou pénétrer pourrait être plus à risque de contracter ou de transmettre le VIH ou une autre ITS lors d'autres activités sexuelles, et ce pour une période allant jusqu'à deux semaines suivant le moment de la pénétration.

Si tu es la personne qui encule au poing ou qui pénètre à la main, sache que tes risques de contracter le VIH durant cette activité sont très faibles, pourvu que tu n'aies pas de coupures ou lésions sur ta main. Les coupures ou lésions (comme des envies) sont parfois si petites qu'elles peuvent être difficiles à remarquer. On peut réduire grandement les risques associés à l'enculage au poing ou à la pénétration à la main en respectant les consignes suivantes :

- Utilise des gants!
- Utilise du lubrifiant! Ceci va diminuer les microdéchirures et les lésions au niveau des parois du canal vaginal et de la cavité rectale, et ainsi réduire les risques de transmission du VIH et d'autres ITS. Les lubrifiants à base d'eau sont les meilleurs, particulièrement si tu utilises un gant de latex.
- Les condoms constituent la meilleure stratégie de réduction des risques de transmission des ITS. Comme les parois vaginales et anales peuvent subir des lésions et déchirures quand on y insère la main ou le poing, les risques de transmission du VIH et des autres ITS peuvent s'en trouver augmentés.
- Taille tes ongles! Les ongles longs peuvent plus facilement causer des déchirures ou coupures durant l'insertion du poing ou de la main.

Passer le doigt, faire une branlette

Le doigt en dedans, la main autour! Peu importe la forme des organes génitaux, ces activités ne comportent généralement qu'un risque faible pour la transmission du VIH. Reste qu'elles posent tout de même un risque quant à la transmission des verrues génitales et même de l'herpès. Pour minimiser le plus possible ces risques, nous t'invitons à suivre les conseils suivants :

- Lave-toi les mains avant d'avoir du sexe! De l'eau, du savon et en un tour de main, l'affaire est dans le sac!
- Assure-toi bien qu'aucune coupure ou lésion ne soit présente. Les très petites écorchures ou coupures sont parfois quasi impossibles à déceler ou à ressentir.
- Utilise des gants, et ce tout particulièrement si tu pénètres un vagin, un cul ou un orifice frontal. Change de gants chaque fois que tu changes d'orifice ou de partenaires afin de ne pas transférer bactéries et virus d'un ou d'une partenaire à l'autre.
- Ne te sers pas du sperme ou des sécrétions d'une autre personne comme lubrifiant pour te passer le doigt ou te faire une branlette.

Les jouets

Godemichés, vibrateurs, voire les concombres eux-mêmes sont souvent une source de grand bonheur dans la couchette! Ils ne comportent pratiquement aucun risque de transmission du VIH et des autres ITS si tu t'en tiens aux consignes suivantes :

- Couvre tes jouets avec un condom ou une pellicule plastique qui ne va pas aux micro-ondes!
- Change le condom ou la pellicule plastique chaque fois que tu changes d'orifice ou de partenaire. Tu éviteras ainsi de propager bactéries et virus d'un ou d'une partenaire à l'autre!
- Nettoie tes jouets après chaque usage. Les godemichés et jouets en silicone doivent être bouillis jusqu'à 5 minutes après usage ou bien lavés avec un savon antibactérien.
- Les jouets de caoutchouc et les queues de cyberpeau sont poreux et donc assez difficiles à stériliser complètement. Assure-toi donc d'utiliser un condom pour les couvrir. Les légumes sont aussi des jouets! Les concombres, et même la courge musquée pour les ambitieuses intrépides, peuvent avec brio tenir lieu de jouets. Examine-les bien pour t'assurer qu'ils sont en bon état, ensuite nettoie-les à fond avec de l'eau et du savon avant de les insérer dans l'orifice de quelqu'un. Vérifie l'expiration et s'ils sont expirés, prend garde!! Les légumes expirés peuvent causer des infections à levures — ouye!



Le lubrifiant

Lors d'une relation sexuelle anale et vaginale et de la pénétration manuelle ou au poing, le lubrifiant peut être un élément essentiel pour passer un bon moment. L'utilisation d'un bon lubrifiant aide à diminuer les déchirures au niveau des parois anale et vaginale. Même petites, les lésions et les déchirures augmentent les risques de contracter ou de propager le VIH et autres ITS.

À conseiller

Les lubrifiants à base d'eau (solubles dans l'eau), Astroglide par exemple.

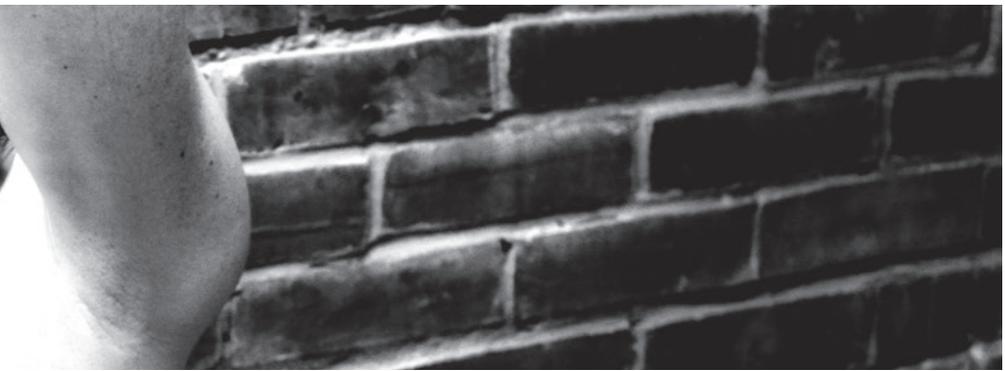
Les lubrifiants à base de silicone : ils sont sécuritaires pour les condoms faits de latex ou de polypropylène/polyuréthane et semblent même plus durablement résistants que les lubrifiants à base d'eau. N'utilise pas de lubrifiants à base de silicone avec des jouets en silicone, car ils détérioreront tes jouets. Attention — ils peuvent facilement tacher les tissus, notamment les vêtements et les draps.

À déconseiller

L'utilisation de Vaseline, d'eau, de crachat, de lotions d'huile à massage, d'huile à cuisson (p. ex. Crisco) ou de tout autre type d'huile, quelle qu'elle soit, est vivement déconseillée. La Vaseline, produite à partir du pétrole, endommage les parois anale et vaginale, ce qui augmente tes risques de contracter une ITS. L'eau, le crachat et les huiles tendent à être rapidement absorbés par le corps, ce qui provoque un assèchement en accéléré et augmente par conséquent les risques encourus.

Un rappel

Même si tu utilises un lubrifiant contenant un spermicide, tu dois quand même utiliser un condom ou des gants pour prévenir la propagation du VIH et des ITS! Il faut aussi mentionner que les lubrifiants contenant un spermicide peuvent endommager les parois anale et vaginale, ce qui augmente potentiellement les risques de contracter le VIH ou une autre ITS.



+mon médecin : parler à son médecin

Il peut être difficile pour les personnes trans et leurs partenaires intimes de parler ouvertement à leur médecin. Ceci est particulièrement vrai si tu n'es pas certaine que ton médecin sera sensible aux problématiques trans ou aux questions sexuelles. Mais si tu veux avoir du sexe incroyablement torride et sain, tu devras à un certain moment en discuter avec ton médecin. Voici certains éléments à soulever avec ton médecin ou à une clinique de santé sexuelle :

- Si tu pratiques tout type de relation sexuelle (incluant le sexe oral), tu devrais régulièrement te faire dépister pour le VIH et les autres ITS. Certaines personnes se font tester tous les quelques mois, alors que d'autres choisissent de le faire seulement une fois par année. Souviens-toi que même si tu es dans une relation monogame à long terme, tu devrais faire un test de dépistage pour le VIH et les ITS au moins une fois par année.
- Si tu es séropositive, tu devrais quand même te faire tester pour les autres ITS. Souviens-toi que tu peux toujours contracter et transmettre d'autres ITS, et qu'en être infectée pourrait vraiment affaiblir ton système immunitaire. Ces infections peuvent aussi être plus difficiles à traiter si tu es positive. Si tu as une autre ITS, avise ton médecin pour qu'il ou elle soit en mesure de t'aider à te maintenir en santé.
- Parle à ton médecin si tu as des écoulements, des démangeaisons ou si tu remarques des odeurs inhabituelles provenant de tes parties génitales, de ta gorge ou de ton anus.
- Les personnes trans devraient s'informer auprès de leur médecin au sujet de la vaccination. Tu devrais pouvoir te faire vacciner gratuitement contre les hépatites (A et B) et le VPH.

+mes chirurgies : informations pour les femmes trans ayant eu des chirurgies génitales

De nombreuses femmes trans aiment leurs organes génitaux de naissance et ne ressentent pas le besoin de les altérer. Certaines n'ont pas les moyens de se permettre les chirurgies qu'elles considèrent comme les plus adéquates pour leurs corps. D'autres enfin choisissent de recourir à l'orchidectomie (ablation des testicules) ou à la chirurgie de réassignation sexuelle (CRS)/vaginoplastie. Si tu fais partie de ces femmes ayant subi ou qui envisagent de subir l'une de ces chirurgies ou si tu couches avec une d'elles, la section qui suit s'adresse tout spécialement à toi!

Ce que je peux faire et ce que je ne peux pas faire...

Orchidectomie — L'orchidectomie (ou castration) consiste à retirer les testicules (les gosses!) qui sont principalement responsables de la production de testostérone dans le corps. Les testicules produisent aussi le sperme, alors si tu as subi une orchidectomie, il se peut que ta sexualité en soit quelque peu affectée. D'abord, il est possible que tu produises encore du liquide pré-éjaculatoire, mais que tu ne puisses plus venir en éjaculant comme auparavant. Cela dit, ne plus éjaculer ne signifie pas nécessairement que tu ne peux plus avoir d'orgasme et que tu n'es plus à risque de contracter ou de transmettre une ITS! Il se pourrait que tu ne sois plus capable de maintenir une érection à la suite d'une orchidectomie. Si tu le peux, utilise un condom quand même lorsque tu as des rapports sexuels avec ta queue. Si tu as de la difficulté à maintenir le condom en place, c'est probablement qu'il n'est pas de la bonne taille ou que tu n'as pas utilisé assez de lubrifiant. Essaie un condom d'une autre grandeur avec encore plus de lubrifiant pour voir si cela aide à le maintenir en place. Si le problème persiste, en dernier recours, essaie avec un morceau de pellicule plastique non compatible avec les micro-ondes.



VIH et autres ITS : néo-vagins et facteurs de risque

Chirurgie de réassignation sexuelle (CRS)/vaginoplastie – Tu as donc une belle noue flambant neuve? Ton nouveau vagin et ta vulve ont probablement été façonnés à partir de la peau de ton pénis, de tes testicules, de tes cuisses, voire peut-être de ton colon! Voici certains éléments à garder en tête :

- Rappelle-toi bien que tu peux toujours être à risque de contracter ou de transmettre le VIH et autres ITS! Selon le type de chirurgie que tu as subie (si ton chirurgien a utilisé une partie de ton colon par exemple), il se pourrait que ces risques soient même plus élevés qu'auparavant. Assure-toi bien que tes partenaires utilisent le condom, la digue dentaire ou des gants.
- Généralement, les vagins trans ne se lubrifient pas (ne mouillent pas) d'eux-mêmes. Certaines femmes trans « mouillent » un peu, mais pas autant que les femmes non-trans et les hommes trans; la plupart ne s'autolubrifient pas. Utilise donc un lubrifiant afin de prévenir les déchirures et les coupures à l'intérieur de ton vagin. Ça rend aussi le sexe beaucoup plus facile et plaisant!
- Le vagin des femmes trans est plus fragile et n'a pas la même élasticité que le vagin des femmes non-trans et l'orifice frontal des hommes trans. Il y a donc certaines pratiques sexuelles — la pénétration vaginale au poing ou à la main par exemple — que tu ne seras peut-être jamais capable de faire. Il se pourrait aussi qu'on te déconseille certaines activités comme le sexe anal et l'enculage au poing pour une période allant habituellement de deux ans à vie post-chirurgicalement. Vérifie avec ton chirurgien, car ce type de pénétration risque de causer un prolapsus vaginal, c'est-à-dire que ton vagin pourrait chuter à l'extérieur de ton corps, ou encore une fistule recto-vaginale, c'est-à-dire une ouverture entre ton rectum et ton vagin, souvent difficile à réparer et dangereuse pour la santé. Sois donc prudente! Quand tu as du sexe anal, vas-y lentement d'abord et arrête si tu ressens une douleur inhabituelle.
- N'oublie pas de te dilater! La dilatation consiste à insérer une « endoprothèse en plastique » (terme médical pour un godemiché) dans ton vagin de façon continue, afin de le garder ouvert et élastique. Il faut se dilater régulièrement, faute de quoi ton vagin pourrait perdre de sa profondeur et devenir trop étroit pour être pénétré durant les rapports sexuels. Comme une réduction du volume de la cavité néo-vaginale est souvent irréversible, il importe de suivre de très près les recommandations de ton chirurgien concernant le temps et la fréquence de tes dilatations vaginales. La plupart des complications

post-chirurgicales peuvent être surmontées tant et aussi longtemps que tu continues de te dilater. Ne lâche surtout pas!

- Si tu ressens des douleurs ou que tu sens que c'est serré quand tu te fais pénétrer, essaie de te dilater une heure ou deux avant d'avoir du sexe. Ce n'est certainement pas toujours évident de prévoir nos activités sexuelles, mais se dilater avant de baiser peut rendre les rapports sexuels beaucoup plus faciles et agréables!
- Si tu te fais pénétrer, essaie différentes positions afin d'évaluer lesquelles fonctionnent le mieux pour ton corps. Certaines positions semblent mieux fonctionner pour les vagins trans. Au bout du compte, ce qui fonctionne et ne fonctionne pas peut vraiment varier d'une femme trans à l'autre.
- Comme ton vagin pourrait développer une infection à levures, assure-toi bien que tout ce que tu y insères est impeccable de propreté!
- Il n'y a toujours pas consensus concernant la pertinence du test Pap pour les nouveaux vagins. Certains médecins disent oui, d'autres non. Certaines souches de VPH peuvent augmenter les risques de développer un cancer cervical ou anal. Comme ton vagin pourrait contracter l'une de ces souches du VPH, il vaut mieux opter pour la prudence et dire à ton médecin que tu veux passer un test Pap.

+je m'injecte : aiguilles, silicone et ITS

En tant que femmes trans, les aiguilles font souvent partie de notre vie, particulièrement si nous les utilisons pour l'injection de nos hormones ou si nous avons recours à des injections de silicone pour modifier notre corps. Elles peuvent également faire partie de notre vie si nous utilisons des drogues comme le crystal meth ou l'héroïne.

Les injections ne représentent pas forcément un risque pour la santé. Si tu t'injectes, tu peux prendre certaines mesures afin de réduire considérablement tes risques de développer des abcès et des infections ou de contracter le VIH et l'hépatite C.

Voici quelques éléments à avoir en tête :

- Assure-toi de garder la zone d'injection propre, peu importe l'endroit exact où tu insères les aiguilles dans ton corps. Lave-toi les mains avec du savon, nettoie le site d'injection avec de l'alcool avant l'insertion et utilise ensuite un pansement adhésif pour couvrir l'endroit.
- Utilise une aiguille neuve et stérile chaque fois que tu t'injectes. Tu peux obtenir des aiguilles neuves et du matériel d'injection gratuitement dans les centres d'échange et de distribution de seringues ou au centre local de services communautaires et de santé (CLSC) de ta région.
- Généralement, le calibre des aiguilles pour les hormones est différent (plus grand) de celui d'une seringue pour s'injecter des drogues. Les hormones s'injectent le plus souvent avec des aiguilles à injection intramusculaire. Tu dois donc t'assurer d'en avoir constamment à ta disposition. On peut les acheter dans n'importe quelle pharmacie ou s'en procurer auprès de notre médecin ou dans un CLSC.
- Ne jette pas simplement les aiguilles! Tu peux obtenir un collecteur d'aiguilles à la pharmacie ou au bureau de ton médecin. Si tu n'as pas de contenant pour déchets dangereux tout près, mets les aiguilles utilisées dans une bouteille d'eau en plastique. Tu peux les retourner à la pharmacie, au bureau de ton médecin ou dans les centres de distribution de seringues. On peut aussi les déposer dans des contenants pour produits dangereux installés dans les toilettes de plusieurs centres communautaires.



+paye-moi : trucs et conseils supplémentaires pour travailleuses du sexe trans

Le travail du sexe peut être un moyen viable (et parfois plaisant) de subvenir à nos besoins et de payer nos hormones et nos chirurgies. Certaines d'entre nous pratiquent le travail du sexe seulement pour gagner de l'argent, alors que d'autres trouvent que cela peut aussi renforcer notre estime de soi, valider notre identité et confirmer que notre corps est désirable.

Comme d'autres genres de travail, le travail du sexe comporte parfois des risques. C'est important d'avoir un plan pour se protéger si jamais ces situations se présentent.

Avant un rendez-vous :

- Consulte La Liste des mauvais clients et des agresseurs, publiée par les organismes locaux pour les travailleuses du sexe. Elle contient de l'information à propos des mauvais clients qui ont déjà été violents envers d'autres travailleuses du sexe.
- Trouve un ami digne de confiance que tu pourras appeler avant et après tes rendez-vous. Donne-lui le nom de ton client, son numéro de téléphone, son courriel ou sa plaque d'immatriculation au cas où les choses tourneraient mal. Tu peux aussi faire semblant de communiquer ces informations à un ami, faisant ainsi croire au client que quelqu'un sait où tu es supposée être et que cette personne appellera la police advenant ta disparition.
- Travaille le plus possible par deux ou en groupe sur la rue. Écris les numéros de plaque d'immatriculation des clients avec lesquels tes amies s'en vont et laisse ces amies faire la même chose pour toi.
- Apporte toujours des condoms et du lubrifiant. Ne compte pas sur le client pour les apporter. Tu peux obtenir des condoms gratuitement auprès de la

plupart des centres communautaires et des cliniques de santé sexuelle.

- Porte du brillant à lèvres ou du baume à lèvres. Cela peut aider à protéger tes lèvres des coupures ou des déchirures, particulièrement durant l'hiver. Les coupures et les déchirures sur tes lèvres augmentent ton risque de contracter le VIH et les autres ITS.
- Évite de porter des colliers ou des foulards. Si le rendez-vous se passe mal, ces derniers pourraient être utilisés pour t'étouffer.

Pendant le rendez-vous :

- Ne crois jamais le client. Suppose toujours que les clients peuvent te mentir.
- Dans la mesure du possible, apporte seulement ta carte d'assurance-maladie, alors si tu te fais voler, tu ne perdras pas tes autres pièces d'identité. Mais si tu dois aller à l'hôpital, tu pourras recevoir des soins.
- Sois claire et ferme concernant tes prix et tes limites. Si tu préfères utiliser les condoms pour le sexe oral, sois ferme à ce propos, même si on t'offre plus d'argent. Dis au client qu'il n'aura pas de sexe sans condom. Il vaut mieux perdre de l'argent et chercher un autre client que de mettre en danger sa santé!
- Ne passe à la couchette qu'après avoir reçu l'argent! Pas de paiement, pas de plaisir! Assure-toi que tes clients te paient à l'avance.
- Les rendez-vous avec plus d'un client à la fois peuvent comporter plus de risques. Si tu te sens mal à l'aise, sors de là tout de suite.
- Si tu te sens menacée ou inconfortable, sors de là aussi vite que tu peux! Si tu te sens en sécurité de le faire, appelle le 911, ou signale l'incident à un organisme local œuvrant auprès des travailleuses du sexe ou des personnes trans.

Après un rendez-vous :

- Si quelque chose se passe mal lors d'un rendez-vous et que tu ne te sens pas en sécurité, envisage de rapporter l'incident à un organisme local pour les travailleuses du sexe ou à la police.



+en résumé : **tableau des infections transmissibles sexuellement**

Contracter une ITS, ce n'est pas la fin du monde. Mais si elle est non traitée, cela peut nuire à ta santé et à celle de tes partenaires. Ce tableau donne des informations essentielles à propos de différentes ITS, comment elles se transmettent, comment réduire tes risques de les contracter et de les transmettre, et comment on peut les traiter.

VIH (virus de l'immunodéficience humaine)

Comment tu la contractes :

- + Relation sexuelle anale ou vaginale/frontale non protégée (sans condom).
- + Partage de seringues ou d'autre matériel pour s'injecter des drogues (y compris des hormones).
- + **Peut** se transmettre :

- si l'on réutilise des aiguilles ou de l'encre pour faire des tatouages.
- si l'on réutilise des aiguilles ou en partageant des bijoux pour faire des perçages.
- à un fœtus ou à un bébé lors de la grossesse, de l'accouchement ou de l'allaitement. La transmission verticale (du parent à l'enfant) toutefois, grâce à la prévention efficace, survient maintenant moins de deux pour cent du temps au Canada.

Comment on la traite :

- + Parle à ton médecin.
- + Le VIH est incurable, mais il y a un traitement. Avec des soins et un traitement adéquats, la plupart des personnes atteintes du VIH peuvent éviter de souffrir du sida et demeurer longtemps en santé.

Comment réduire tes risques de la contracter et de la transmettre :

- + Utilise un condom pour baiser.
- + Assure-toi d'utiliser de nouvelles aiguilles et de ne pas les partager.
- + Évite le contact avec le sang et le sperme.

Syphilis

Comment tu la contractes :

- + Relation sexuelle orale, anale ou vaginale/frontale non protégée.
- + Les baisers avec salive (beaucoup plus rarement).
- + Contact avec une plaie de syphilis.
- + Peut se transmettre du parent à l'enfant pendant l'accouchement.

Ce que tu peux ressentir :

- + Au départ, plusieurs personnes n'ont aucun symptôme.
- + Certaines personnes ont une plaie ouverte sans douleur sur ou dans leur corps (les parties génitales, l'anus et la bouche sont les endroits les plus fréquents).
- + Certaines personnes sont confrontées à une perte des cheveux, des éruptions (particulièrement sur les mains et les pieds), de la fièvre, une enflure des glandes et des douleurs musculaires et articulaires. Si elle n'est pas traitée, la syphilis peut causer de sérieux dommages aux organes principaux.

Comment on la traite :

- + Parle à ton médecin.
- + La syphilis se guérit généralement avec des antibiotiques.

Comment réduire tes risques de la contracter et de la transmettre :

- + Utilise un condom pour le sexe oral, anal et vaginal/frontal avec un pénis trans, un pénis et un godemiché.
- + Utilise des gants pour la masturbation.
- + Utilise une digue dentaire pour le sexe oral avec les parties vaginales et frontales.

Herpès génital

Comment tu la contractes :

- + Contact peau à peau avec la région infectée, même s'il n'y a pas de symptômes.
- + Relation sexuelle orale, anale ou vaginale/frontale non protégée.
- + Les baisers.

Ce que tu peux ressentir :

- + Plusieurs personnes n'ont aucun symptôme, mais si elles en ont, ils peuvent apparaître une semaine après la transmission.
- + Démangeaisons ou picotements dans la région anale-génitale ou sur la bouche.
- + Glandes sensibles et enflées.
- + Une ou plusieurs cloques pouvant évoluer en plaies douloureuses.
- + Maux de tête, fièvre, douleurs musculaires.

Comment on la traite :

- + Parle à ton médecin.
- + Il n'y a pas de traitement pour l'herpès génital, mais il existe des médicaments antiviraux qui peuvent aider à réduire ou à prévenir les symptômes.
- + Garde la région propre et sèche; évite les sous-vêtements et les pantalons serrés en matière synthétique.

- + Lave-toi rapidement et utilise un séchoir, plutôt qu'une serviette, pour sécher autour des plaies.

Comment réduire tes risques de la contracter et de la transmettre :

- + Utilise un condom pour le sexe oral, anal et vaginal/frontal avec un pénis trans, un pénis et un godemiché.
- + Utilise des gants pour la masturbation.
- + Utilise une digue dentaire pour le sexe oral avec le vagin ou l'orifice frontal.
- + Essaie d'éviter les relations sexuelles durant une poussée.

Gonorrhée

Comment tu la contractes :

- + Relation sexuelle orale, anale ou vaginale/frontale non protégée.
- + Peut se transmettre du parent à l'enfant pendant l'accouchement.

Ce que tu peux ressentir :

- + Certaines personnes ne présentent aucun symptôme, mais lorsqu'ils se manifestent, c'est deux à cinq jours après la transmission.
- + Écoulement jaune du pénis trans, du pénis, du vagin, de l'orifice frontal ou de l'anus.
- + Mal de gorge.
- + Douleur durant la pénétration.
- + Sang dans les selles.
- + Sensation de brûlure ou de douleur au moment d'uriner.
- + Douleur au bas-ventre, fièvre et frissons.

Comment on la traite :

- + Parle à ton médecin.
- + La gonorrhée se traite avec des antibiotiques.
- + Non traitée, la gonorrhée peut conduire à une maladie inflammatoire pelvienne pouvant causer l'infertilité.

Comment réduire tes risques de la contracter et de la transmettre :

- + Utilise un condom pour le sexe oral, anal et vaginal/frontal.
- + Utilise une digue dentaire pour le sexe oral avec le vagin ou l'orifice frontal.
- + Si tu as la gonorrhée, parle à ton médecin pour obtenir des antibiotiques. Prends-les exactement tels que prescrits.

Virus du papillome humain (VPH ou verrues génitales)

Comment tu la contractes :

- + Contact peau à peau avec la région infectée.
- + Relation sexuelle orale, anale ou vaginale/frontale non protégée.

Ce que tu peux ressentir :

- + Plusieurs personnes ne présentent aucun symptôme.
- + Verrue isolée ou groupe de verrues sur, dans ou autour des parties génitales ou de l'anus.
- + Les verrues peuvent être rondes, aplaties ou en forme de chou-fleur, grises ou de couleur chair.

Comment on la traite :

- + Parle à ton médecin.
- + Le VPH ne se guérit pas, mais une fois que les verrues sont présentes, tu peux décider de les geler ou brûler ou d'utiliser des crèmes topiques pour les éliminer.
- + Sans traitement, certaines souches de VPH peuvent conduire à un cancer de l'anus ou du col de l'utérus. Même si la plupart des femmes trans n'ont pas d'utérus, elles peuvent quand même avoir besoin de faire un test Pap. Ceci est particulièrement vrai si les tissus de leur nouveau vagin ont été infectés par le VPH. Les tests Pap peuvent déceler les changements dans le vagin, plutôt que de vérifier le col de l'utérus. Dis à ton médecin que tu es une femme trans et que tu as besoin d'un test Pap.

Comment réduire tes risques de la contracter et de la transmettre :

- + Utilise un condom, une digue dentaire ou des gants pour le sexe oral, anal, vaginal/frontal et pour la masturbation.
- + Les verrues sur les mains peuvent se transmettre aux parties génitales.
- + Fais des tests Pap régulièrement pour dépister toute anomalie cervicale.
- + Parle à ton médecin pour obtenir un vaccin afin de te protéger des verrues et de certaines souches de VPH.

Chlamydia

Comment tu la contractes :

- + Relation sexuelle orale, anale ou vaginale/frontale non protégée.
- + Peut se transmettre du parent à l'enfant pendant l'accouchement.

Ce que tu peux ressentir :

- + Certaines personnes n'ont aucun symptôme, mais pour celles qui en ont, les symptômes apparaissent une à trois semaines après la transmission.
- + Écoulement anormal clair ou épais, venant du pénis trans, du pénis, du vagin ou de l'orifice frontal.
- + Douleur durant les relations sexuelles ou au moment d'uriner.
- + Douleur à l'abdomen.
- + Fièvre.

Comment on la traite :

- + Parle à ton médecin.
- + La chlamydia se traite avec des antibiotiques.
- + Non traitée, la chlamydia peut entraîner une maladie inflammatoire pelvienne pouvant causer l'infertilité.

Comment réduire tes risques de la contracter et de la transmettre :

- + Utilise un condom pour le sexe oral, anal et vaginal/frontal.
- + Utilise une digue dentaire pour le sexe oral avec l'orifice vaginal ou frontal.
- + Si tu as la chlamydia, parle à ton médecin pour obtenir des antibiotiques.



+besoin de plus d'informations?

**The 519 Church Street
Community Centre**
Toronto, Ontario
www.the519.org

2-Spirited People of the 1st Nations
Toronto, Ontario
www.2spirits.com
416.944.9300

**Action Santé Travesties
et Transsexuelles du Québec
(ASTT(e)Q)**
Montreal, Québec
www.astteq.org
514.847.0067 x207

Alberta Trans Org
Calgary, Alberta
www.albertatrans.org

**Catherine White Holman
Wellness Centre**
Vancouver, British Columbia
www.cwhwc.com/

Head and Hands
Montreal, Québec
www.headandhands.ca/programs-services/health/hormone-treatment/

Rainbow Resource Centre
Winnipeg, Manitoba
www.rainbowresourcecentre.org
204.474.0212

**Trans Health Clinic,
Klinic Community Health Centre**
Winnipeg, Manitoba
www.klinic.mb.ca
204.784.4090

**Transgender Health Program,
Vancouver Coastal Health**
Vancouver, British Columbia
www.transhealth.vch.ca
866.999.1514

Trans Sask Support Services
Regina, Saskatchewan
www.transsask.org

Avez-vous besoin de plus d'information et de ressources sur le VIH ou l'hépatite C?
Contactez CATIE au : www.catie.ca | 1.800.263.1638 | info@catie.ca



La source canadienne
de renseignements sur
le VIH et l'hépatite C



Numéro de centre de distribution de CATIE : ATI-26425 (also available in English, ATI-26424)

Brochure créée en version nationale et imprimée avec l'aide de CATIE, 2013.