



# saisonniers

VOS DROITS NE SONT PAS EN VACANCES !

---

## SAISONNIÈRES, SAISONNIERS :

### PRENDRE SOIN DE SA SANTÉ, C'EST ESSENTIEL !



[CFDT.FR/JEUNES](https://www.cfdt.fr/jeunes)

 @cfdt\_officiel

 /la.CFDT

 @cfdt.bsky.social

 CFDT

 /la.cfdt\_officiel

 @La\_CFDT

« Faire sa saison », c'est enchaîner un rythme soutenu pendant plusieurs semaines ou plusieurs mois, dans un contexte où les échanges et les nouvelles rencontres sont particulièrement nombreux. Au travail comme lors des afterworks\*, les interactions font pleinement partie du quotidien. Dans ce cadre, **veiller à sa santé sexuelle est essentiel**, pour soi comme pour ses partenaires.

---

\*après le travail

---

**CFDT.FR**

## CONNAIS-TU LA DIFFÉRENCE ENTRE IST ET MST ?

On parle aujourd'hui davantage d'**Infections sexuellement transmissibles (IST)**, car **une infection peut être présente sans symptôme**. Les **MST**, ou Maladies sexuellement transmissibles, correspondent aux situations où l'infection a évolué et provoque des symptômes, parfois importants.

**Tu peux donc transmettre ou contracter une IST sans le savoir**. C'est pour cela que **la prévention et le dépistage sont indispensables**, même quand tout semble aller bien.

✳ **HIV ET SIDA**: malgré des progrès dans la prise en charge des patients séropositifs, l'infection par le HIV reste un fléau, surtout dans sa dernière phase appelée SIDA qui reste une des causes principales de décès dans le monde pour les adolescents et les femmes en âge de procréer.

## LE PRÉSERVATIF MASCULIN OU FÉMININ : UNE PROTECTION SIMPLE ET EFFICACE

Aujourd'hui **se faire dépister et utiliser un préservatif restent les deux meilleurs moyens de se protéger** de toute infection.

Facile à utiliser, souvent distribués gratuitement, il doit être utilisé **à chaque rapport sexuel, du début à la fin**.

**Le préservatif est le seul moyen de te protéger efficacement contre les IST et de protéger ton ou ta partenaire**. Il protège également contre les grossesses non désirées.

✳ **Le savais-tu ?** La pilule, le stérilet, l'implant ou le patch **sont aussi des contraceptifs, mais ils ne te protègent absolument pas contre les IST**.

**Pour être pleinement protégé-e, utilise toujours un préservatif, même si une autre méthode contraceptive est utilisée.**

## DÉPISTAGE : UN RÉFLEXE À ADOPTER

Le dépistage est fortement recommandé en cas de rapport non protégé avec un nouveau partenaire ou en cas de doute.

**Les signes qui doivent t'alerter**: une inflammation des organes génitaux, un écoulement par le pénis ou des pertes vaginales anormales, des brûlures en urinant, des douleurs lors des rapports sexuels, des lésions au niveau des organes génitaux... il est alors recommandé de consulter un médecin sans attendre.

**Se faire dépister, c'est un acte de prévention et de responsabilité.**

Les dépistages sont gratuits et confidentiels dans les centres de santé sexuelle et les **CeGIDD** (Centres gratuits d'information, de dépistage et de diagnostic). Tu trouveras

facilement leurs adresses sur internet. Le dépistage des IST est aujourd'hui **également possible sans ordonnance et sans rendez-vous en laboratoire d'analyses médicales**, mais tu peux également consulter ton médecin généraliste qui pourra te prescrire un bilan complet.

En cas d'infection avérée et quel que soit le type d'infection (virus, bactérie, champignon, etc.), **il est très important de suivre son traitement scrupuleusement et jusqu'au bout ! Préviens aussi ta/ton ou tes partenaires**, pour qu'elles et ils puissent se faire dépister à leur tour, se soigner et avertir également leur(s) autre(s) partenaire(s).

## **VACCINATION ET AUTRES TRAITEMENTS PRÉVENTIFS : SE PROTÉGER AUTREMENT**

Certaines IST se préviennent par la vaccination, pour les hommes et les femmes :

- **l'hépatite B (VHB).**
- **l'hépatite A** — recommandé pour certains publics plus exposés.
- **le papillomavirus humain (HPV).**

La vaccination est **plus efficace lorsqu'elle est réalisée tôt**, avant toute exposition au virus, c'est-à-dire avant même le début de l'activité sexuelle.

### **Le premier réflexe, c'est d'en parler à ton médecin lors de ta prochaine consultation.**

Il existe également des traitements antibiotiques :

- **la PrEP (prophylaxie pré-exposition) – VIH** est un traitement préventif destiné aux personnes séronégatives exposées à un risque d'infection par le VIH. Pris en continu ou « à la demande », il réduit très fortement le risque de transmission.
- **la Doxycycline post-exposition (Doxy-PEP)** : elle peut être prescrite dans certains contextes spécifiques pour réduire le risque de **chlamydia** et de **syphilis** après un rapport à risque (recommandations encadrées médicalement).

## **ET LE CONSENTEMENT : ON EN PARLE ?**

Il est indispensable à toute relation sexuelle qui doit se baser sur :

- **un choix libre et éclairé ;**
- **un accord clair et respectueux ;**
- **la possibilité de changer d'avis à tout moment.**

**TOUTE relation sexuelle doit être consentie. Sinon cela s'appelle un VIOL**, et ça constitue un crime : la peine encourue est de 15 ans de réclusion criminelle, et peut aller jusqu'à 20 ans. Le viol laisse de lourdes séquelles physiques et psychologiques aux personnes qui en sont victimes.

## LA CFDT S'ENGAGE POUR TA SANTÉ

Parce que la santé fait partie intégrante des droits des travailleurs et travailleuses, **la CFDT s'engage aussi sur les questions de prévention.**

La CFDT agit pour :

- l'information et la prévention;
- l'accès aux protections et aux soins;
- le respect des droits et du consentement.



**C'EST POURQUOI AUJOURD'HUI  
NOS MILITANTES  
ET NOS MILITANTS CFDT  
T'OFFRENT DES PRÉSERVATIFS!**

**CFDT.FR/JEUNES**

 @cfdt\_officiel

 /la.CFDT

 @cfdt.bsky.social

 CFDT

 /la.cfdt\_officiel

 @La\_CFDT

**SCANNEZ POUR TÉLÉCHARGER L'APPLICATION  
« MA SAISON »**



**ANDROID  
(GooglePlay)**



**IOS  
(AppStore)**