

**Manuel d'information contre les Infections  
Sexuellement Transmissibles**

**Fêter  
le Corps  
et Continuer  
à Vivre**

**) Bi'Cause (**

**PARCE QUE L'AMOUR EST UN DROIT...**



# **(Sommaire)**

**Page 5**

**[ BI'CAUSE, QUI SOMMES NOUS ... ]**

**Page 7**

**[ GÉNÉRALITÉS ]**

**Page 11**

**[ FÊTER LE CORPS AVEC LA BOUCHE ]**

**Page 17**

**[ FÊTER LE CORPS AVEC LA MAIN ]**

**Page 21**

**[ FÊTER LA PEAU ]**

**Page 25**

**[ FÊTER LA VULVE ET LE VAGIN ]**

**Page 29**

**[ FÊTER LE PENIS ]**

**Page 35**

**[ FÊTER L'ANUS ]**

**Page 38**

**[ QUELQUES PRATIQUES... ]**



# Bi'Cause

**PARCE QUE L'AMOUR EST UN DROIT...**

**Bi'cause** a été créée en 1997 ; c'est une association mixte et consensuelle de réflexions, d'informations et de préventions s'adressant aux bisexuel(le)s mais aussi à toutes les personnes intéressées par la bisexualité. **Bi'cause** propose des temps et des lieux de rencontres, d'échanges et de discussions.

Les objectifs de **Bi'cause** sont de favoriser l'émergence de l'identité bisexuelle, de lutter contre la biphobie, d'aider les plus fragiles d'entre nous, d'informer et prévenir sur les IST. Aujourd'hui, en France aussi, le SIDA tue encore, la syphilis revient en force et ce, dans un silence médiatique inquiétant.

## **[ BI'CAUSE, QUI SOMMES NOUS ... ]**

**Bi'cause** a travaillé en partenariat avec la Direction Générale de la Santé et avec plusieurs associations pour réaliser cette brochure de prévention originale : « **Fêter le corps et continuer à vivre** », afin d'assumer notre double attirance affective et/ou sexuelle et pour vivre sereinement nos amours...

La condition bisexuelle n'est pas un choix, elle s'est imposée à nous comme l'hétérosexualité ou l'homosexualité peuvent s'imposer à d'autres; c'est un sentiment d'«être au monde» avant d'être un style de vie.

**Soyons informés et soyons protégés,  
pour une bisexualité heureuse !**



# Fêter le corps et vivre encore...

## [ GÉNÉRALITÉS ]

LES INFECTIONS

LA RÉDUCTION  
DES RISQUES

LA PRÉVENTION

EN CAS DE RISQUE  
D'INFECTION

## → Les infections

**Fêter le corps, et vivre de manière à pouvoir toujours fêter le corps. Etre infecté par une IST (Infection Sexuellement Transmissible), c'est, au mieux, voir son corps affaibli par les traitements anti-IST et, au pire, ne plus pouvoir jamais fêter le corps.**

En effet, lorsque l'infection est due au VIH (Virus de l'Immuno-déficience Humaine), les traitements anti-viraux peuvent :

- ▶ déformer le corps : ils creusent les joues, font les fesses flasques et le ventre bedonnant,
- ▶ affaiblir le corps : ils provoquent pertes de libido, anémies, vertiges, douleurs musculaires ou diarrhées,
- ▶ mettre en danger en provoquant allergies, hépatites, pancréatites ou maladies cardio-vasculaires graves.

Si on ne prend pas de traitement anti-VIH, alors, il faut bientôt renoncer à la fête lorsque survient, de manière brutale et imprévisible, des maladies opportunistes comme :

- ▶ la toxoplasmose qui s'attaque au système nerveux et laisse souvent des traces irréversibles comme l'épilepsie,
- ▶ la rétinite à CMV ( Cytomégalovirus) qui s'attaque aux yeux et peut provoquer la cécité,
- ▶ la pneumocystose qui s'attaque aux poumons, ou le sarcome de Kaposi, un cancer de la peau,
- ▶ des Coinfections (hépatite C, IST...)

La plus tristement célèbre des IST est l'infection par le VIH qui, si elle n'est pas traitée, conduit au développement d'une maladie mortelle, le SIDA. Le VIH, pour se propager, s'introduit dans des cellules saines du système immunitaire et les détruit progressivement.

Les IST sont des infections qui se transmettent exclusivement ou préférentiellement par voie sexuelle. Certaines sont très fréquentes et très contagieuses (les Chlamydiae, l'Herpès et les végétations vénériennes, l'hépatite B), d'autres sont plus rares mais plus graves (la syphilis, la lymphogranulomatose vénérienne, la gonocoxie ou "chaude-pisse").

## → La réduction des risques

En modifiant ses pratiques sexuelles, on peut réduire le risque d'être infecté par une IST ; par exemple :

- ▶ en pratiquant le retrait avant éjaculation,
- ▶ en réduisant le nombre de ses partenaires,
- ▶ en évitant les rapports sexuels qui provoquent des saignements,
- ▶ en lubrifiant l'anus avec un gel pour éviter les saignements.
- ▶ en étant vacciné contre l'hépatite B



**Mais, même si l'on a réduit le risque, il reste encore très important et l'Infection Sexuellement Transmissible quette à tout instant.**

## → La prévention

Pour faire barrage aux virus et agents pathogènes qui provoquent des IST, il existe trois protections :

- ▶ le préservatif masculin (ou capote) enduit ou non d'un gel lubrifiant non gras à base d'eau, qui vient protéger le pénis en érection d'une muqueuse vaginale, anale ou bucale,
- ▶ le préservatif féminin qui vient protéger le vagin ou l'anus,
- ▶ le carré de latex ou un préservatif découpé vient protéger la bouche, le vagin ou l'anus.

Pour les personnes allergiques au latex, utiliser le polyuréthane.

Ces protections sont à changer à chaque nouveau partenaire et pour chaque nouvelle pratique ; ils doivent être utilisés avec amour et leur pose être accompagnée de caresses redoublées afin qu'ils ne soient pas considérés comme des gêneurs mais comme des facteurs favorisant la jouissance qui garantissent de pouvoir, encore et encore, fêter le corps.

Pour éviter la rupture de la "capote", il suffit de :

- ▶ pincer le réservoir de la capote avec les doigts avant sa mise en place, pour en chasser l'air,
- ▶ ne poser la capote que sur un pénis en érection, la dérouler jusqu'à la base du pénis (s'assurant ainsi de la dureté de l'érection),
- ▶ l'enduire d'un gel lubrifiant non gras à base d'eau (occasion de délicieuses caresses) et, si l'érection mollit, enlever la capote, provoquer une nouvelle érection (!!mmm) et poser une nouvelle capote.

Le vaccin de l'hépatite B est fortement recommandé

## → En cas de risque d'infection

Si vous estimez avoir pris un risque (sexe non protégé, rupture de préservatif ou contact avec le sang) et souhaitez continuer à vivre de façon à pouvoir toujours fêter le corps :

- ▶ 1/ dans les 24 heures après la prise de risque, rendez vous aux Urgences d'un hôpital pour bénéficier d'un traitement d'urgence,
- ▶ 2/3 semaines après la prise de risque, faites faire un test de séropositivité dans un CIDAG (Centre d'Information et de Dépistage Anonyme et Gratuit) et
- ▶ 3/ si le résultat du premier test est négatif, vous aurez à faire un second test 3mois après la prise de risque.

**Et, en cas de doute, appelez :**

**SIDA-INFO-SERVICE au 0 800 840 800**



**La sagesse des anciens disait :**  
**“ce qui te souillera, ce n’est pas ce qui entre  
par ta bouche, ce sont les paroles qui en sortent”.**  
**Alors, parlons-en avec amour.**

## **[ FÊTER LE CORPS AVEC LA BOUCHE ]**

**BOUCHE  
À BOUCHE**

**BOUCHE À PEAU**

**BOUCHE À VULVE**

**BOUCHE À PÉNIS**

**DE LA BOUCHE  
À L’ANUS**

## → Bouche à bouche

Ce que les lèvres ou la langue peuvent dire d'amour profond est inexprimable avec des mots. Lécher ou embrasser les lèvres, faire un baiser profond ou échanger sa salive sont des pratiques sans aucun danger, non contaminantes par rapport au VIH car la bouche n'est pas une porte d'entrée pour ce virus. Cependant, pour l'hépatite B, un risque très faible et difficilement mesurable subsiste, majoré en cas de lésion buccale. Si le crachat vous plaît, aucune précaution n'est à prendre car la concentration virale du VIH y est trop faible pour causer une contamination. Dans ce cas, il est, par contre, plus prudent d'être vacciné-e contre l'hépatite B.

## → Bouche à peau

Lécher ou embrasser la peau, les couilles ou les seins de quelqu'un sont des pratiques particulièrement voluptueuses et sans aucun danger. A vous de découvrir les endroits de la peau de votre partenaire, femme ou homme, dont l'effleurement par votre langue, vos lèvres ou vos dents la feront, ou le feront gémir de plaisir. Le crachat est, lui aussi, sans danger.

## → Bouche à vulve

Lorsque qu'une langue caresse les lèvres d'une vulve, de délicieuses ondes de plaisir naissent et s'épanouissent.

Le cunnilingus fait partie des pratiques dont on n'arrive pas à prouver le risque contaminant concernant le VIH ; on ne peut pourtant l'exclure. Toutefois d'autres IST peuvent se contracter de cette façon.

Les sécrétions vaginales des femmes sont des liquides corporels potentiellement contaminants. Il peut y avoir risque de transmission, du VIH, même s'il est faible, voir plus fréquemment d'IST.

Vous pouvez utiliser un carré de latex (à défaut, un préservatif découpé dans le sens de la longueur) surtout s'il y a des lésions dans la bouche ou pendant la période des règles.

Lorsqu'on lèche le sexe d'une femme qui vient d'être pénétrée, même après un rapport protégé ou sans éjaculation du partenaire, un risque existe car il y a augmentation des sécrétions vaginales liées à la pénétration et, s'il y a eu éjaculation du partenaire précédent, il y a contact possible avec son sperme.

Lorsqu'une femme vient d'être pénétrée et souhaite qu'on lui lèche le vagin, elle peut proposer un carré de latex à sa/son partenaire car le vagin peut comporter des micro-lésions après une pénétration.

Lorsqu'on lèche plusieurs personnes à la suite, la prudence recommande d'utiliser un nouveau carré de latex (ou un préservatif découpé) pour chaque cunnilingus afin d'éviter de multiplier les risques de transmission aussi bien pour la personne qui lèche que pour celle qui est léchée. Il peut en effet y avoir passage de sécrétions vectrices d'IST, d'un sexe à l'autre.

## → **Bouche à pénis**

Comme il est difficile de résister aux caresses qu'une bouche prodigue à un phallus désirant ! La fellation fait partie des pratiques potentiellement contaminantes par rapport au VIH et d'autres IST peuvent se contracter de cette façon, en particulier l'hépatite B, la syphilis et l'agonocoxie.

Qu'on suce ou qu'on se fasse sucer, les risques par rapport au VIH sont très faibles et quasi identiques.

Le risque augmente si le pénis sucé présente des micros-lésions et si la personne qui suce est séropositive, car si un peu de sang présent dans sa bouche se mêle à sa salive, celle-ci se transforme alors en un liquide potentiellement contaminant.

De même, si celui qui se fait sucer, est séropositif, le sperme et le liquide séminal peuvent être contaminants et la bouche de sa/son partenaire peut devenir une porte d'entrée en cas de lésion.

Si vous avez du mal à utiliser une capote pour la fellation, il vaut mieux, au moins, éviter l'éjaculation dans la bouche. Il est alors, conseillé d'être vacciné-e contre l'hépatite B.

Utilisez des préservatifs non lubrifiés ou aromatisés, avec des parfums variés ! Si vous avez du sperme dans la bouche, il vaut mieux le recracher, se rincer la bouche mais éviter de se brosser les dents avant ou après, pour ne pas créer de lésions aux gencives.

Après des soins dentaires ou en cas d'affection dans la bouche, mieux vaut reporter l'envie de sucer à un autre jour ou utiliser un préservatif.

Lorsque vous avalez le sperme, la gorge, l'œsophage et l'estomac étant des muqueuses, peuvent comporter des lésions comme un ulcère de l'estomac. Aussi l'ingestion de sperme peut provoquer une IST.

Lorsque vous avez envie de sucer quelqu'un qui vient d'éjaculer, il vaut mieux lui proposer une douche (érotique) pour s'assurer qu'il ne reste aucune trace de sperme.

Lorsque vous sucez plusieurs personnes successivement, utilisez un nouveau préservatif à chaque fellation afin d'éviter de multiplier les risques de contamination pour tous. Il peut y avoir passage de sécrétions chargées de VIH et de vecteurs d'autres IST, d'un sexe à l'autre.

Lorsque vous aimez les jeux uros, il vaut mieux éviter un jet urinaire dans la bouche, si le jet suit immédiatement une éjaculation, car ce premier jet peut contenir du sperme.

## → De la bouche à l'anus

L'hommage d'une bouche à un anus y suscite une délicieuse jouissance. L'anilingus fait partie des pratiques dont on arrive pas à prouver le risque contaminant concernant le VIH ; on ne peut pourtant l'exclure. Toutefois... d'autres IST peuvent se contracter de cette façon.

Lorsque vous lèche un anus, le risque de contamination par le VIH est très faible ; cependant, en cas de lésions dans la bouche ou dans la région anale, le mieux est d'utiliser un carré de latex (ou un préservatif découpé).

D'autres IST peuvent se contracter de cette façon. Lécher un anus présente un risque potentiellement important de transmission d'autres IST, de germes ou de bactéries.

L'utilisation d'un carré de latex ou l'usage préalable de savon ou de lingettes désinfectantes est fortement conseillé.

Lorsqu'on vient d'être pénétré-e et qu'on a envie qu'on nous lèche l'anus, on peut proposer un carré de latex à sa/son partenaire car l'anus peut comporter des micro-lésions après une pénétration.

Lorsque vous lèche plusieurs personnes à la suite, la prudence recommande d'utiliser un nouveau carré de latex (ou un préservatif découpé) pour chaque anilingus afin d'éviter de multiplier les risques de transmission aussi bien pour la personne qui lèche que pour celle qui est léchée.

Dans les jeux scatots, l'ingestion comporte un risque, a fortiori s'il existe des lésions de la muqueuse intestinale ou rectale du donneur ou de la donneuse, qui peut aussi être contaminante en termes d'hépatites (car, notamment, l'hépatite A est présente dans les selles) et d'autres micro-organismes.







**Le corps est un monde qui aspire à être aimé  
et les caresses d'une main peuvent y susciter  
la brise d'un sourire comme la tempête du désir.**

## **[ FÊTER LE CORPS AVEC LA MAIN ]**



**DE LA MAIN  
À LA PEAU**

**DE LA MAIN À L'ANUS,  
AU PÉNIS, AU VAGIN**

## → De la main à la peau

Les caresses, les pressions, les pincements, les coups même (dans le respect de chacun-e) font partie du dialogue des corps et ne transmettent aucune maladie. Mais attention au sang ou au sperme sur une peau endommagée. Les jeux de fouet, le travail des seins sont des plaisirs sans risque lorsqu'on veille à ne pas occasionner de lésion. Pour les jeux de cire chaude sur les seins, n'utilisez que des bougies de couleur, dont la cire est assez chaude pour exciter sans brûler.

Si l'on aime le piercing, il convient de s'assurer que les bijoux soient bien en acier chirurgical ou en or afin d'éviter toute allergie ou infection. Pendant la durée de cicatrisation, il vaut mieux éviter tout contact avec des liquides potentiellement contaminants comme le sang ou le sperme.

Si l'on aime le tatouage, il faut s'adresser à des spécialistes qui garantissent une hygiène parfaite des lieux et l'emploi d'un matériel à usage unique ou stérilisé....

Si l'on apprécie le rasage des parties intimes, attention ! La peau, en cas d'irritation ou de micro-lésion, peut devenir une porte d'entrée aux virus.

## → De la main à l'anus, au pénis, au vagin

Aucune précaution n'est à prendre lors d'une masturbation solitaire. C'est tout bon, même s'il faut un peu fantasmer pour donner corps à la/au partenaire...

Lorsque vous vous masturbez à deux ou plus, la personne qui masturbe des pénis ou fait des doigtés à des anus ou des vagins, ne risque rien, sauf si elle est blessée à la main ou aux doigts. Par contre, il faut veiller à ne pas véhiculer de liquides ou de souillures contaminants d'une personne à une autre.

Lorsqu'on fait un doigté alternativement de l'anus au vagin d'une même personne, le risque de transmission ne concerne pas le VIH mais d'autres germes ou bactéries vecteurs d'IST qui passent ainsi de l'anus dans le vagin.

Lorsqu'on fait des doigtés successifs d'anus et de vagins de personnes différentes, il convient d'éviter de faire voyager les liquides contaminants, par le biais des doigts, vers un anus ou un vagin. On peut, alors, utiliser plusieurs préservatifs ou des gants fins en latex. Les jeux de dilatation du vagin ou de l'anus, comme le fist-fucking, nécessitent du calme, du temps et de la confiance entre les partenaires. Ils sont non contaminants dans la mesure où celle/celui qui les fait, a les ongles ras et utilise un gant de latex généreusement lubrifié pour ne pas fragiliser l'anus ou le vagin. Le gant est à usage unique, il ne peut pas servir pour plusieurs partenaires.





**Monts de désirs, vallons frémissants,  
grottes envoûtantes, le corps et sa peau  
ne demandent qu'à être découverts.**

## **[ FÊTER LA PEAU ]**

**LA PEAU  
POUR LA BOUCHE**

**LA PEAU POUR LA MAIN**

**LA PEAU POUR L'ANUS,  
LE PÉNIS OU LA VULVE**

## → La peau pour la bouche

Lécher ou embrasser la peau, les couilles ou les seins de quelqu'un sont des pratiques particulièrement voluptueuses et sans aucun danger.

A vous de découvrir les endroits de la peau de votre partenaire, femme ou homme, dont l'effleurement par votre langue, vos lèvres ou vos dents la feront, ou le feront gémir de plaisir.

Le crachat est, lui aussi, sans danger.

## → La peau pour la main

Les caresses, les pressions, les pincements, les coups même (dans le respect de chacun-e) font partie du dialogue des corps et ne transmettent aucune maladie. Mais attention au sang ou au sperme sur une peau endommagée.

Les jeux de fouet, le travail des seins sont des plaisirs sans risque lorsqu'on veille à ne pas occasionner de lésion. Pour les jeux de cire chaude sur les seins, n'utilisez que des bougies de couleur, dont la cire est assez chaude pour exciter sans brûler.

Si l'on aime le piercing, il convient de s'assurer que les bijoux soient bien en acier chirurgical ou en or afin d'éviter toute allergie ou infection. Pendant la durée de cicatrisation, il vaut mieux éviter tout contact avec des liquides potentiellement contaminants comme le sang ou le sperme.

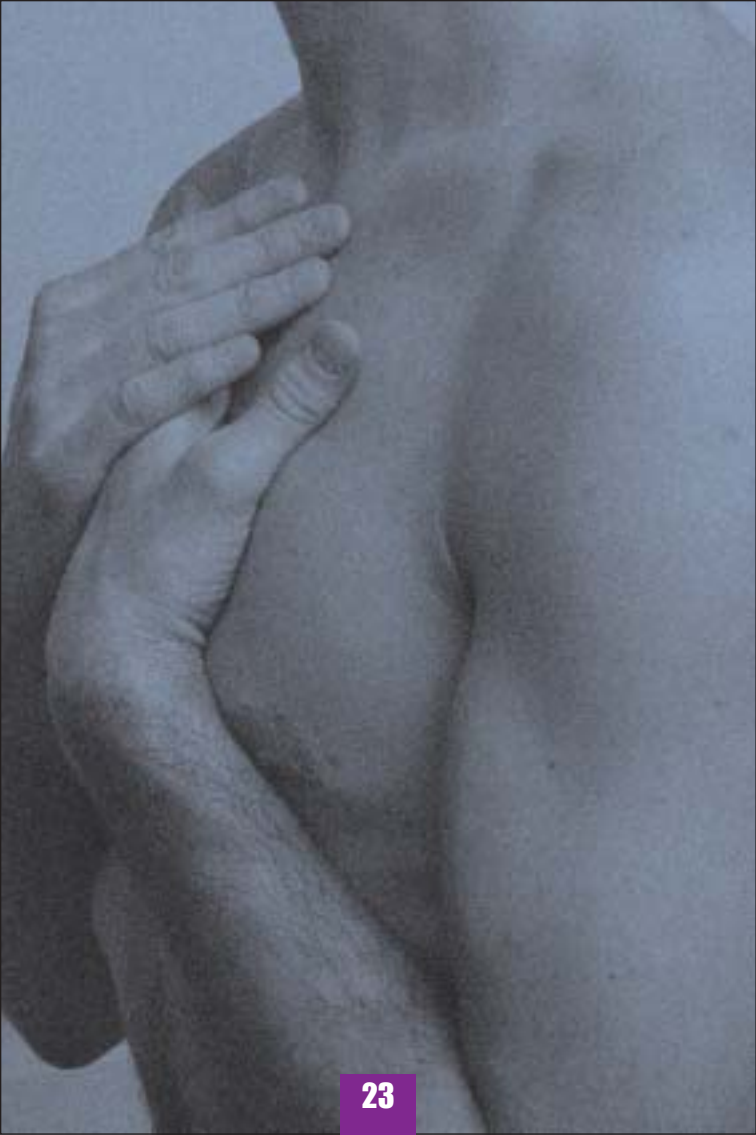
Si l'on aime le tatouage, il faut s'adresser à des spécialistes qui garantissent une hygiène parfaite des lieux et l'emploi d'un matériel à usage unique ou stérilisé....

Si l'on apprécie le rasage des parties intimes, attention ! La peau, en cas d'irritation ou de micro-lésion, peut devenir une porte d'entrée aux virus.

## → La peau pour l'anus, le pénis ou la vulve

Les jets de sperme, d'urine ou les jeux scatots sur une peau saine sont des plaisirs qui renvoient au tréfonds de l'inconscient. Loin des muqueuses, ils sont non contaminants. Cependant, il faut éviter le contact avec les yeux, qui est très douloureux.

On peut jouer avec tout le corps. Mais attention aux micro-lésions, en particulier sur les muqueuses : elles sont des portes d'entrée aux virus.







**Inconnu des entrailles  
que voile le sourire des lèvres.  
Douce caverne gardée par des pétales de rose.**

## **[ FÊTER LA VULVE ET LE VAGIN ]**

**LA VULVE POUR  
LA BOUCHE**

**LA VULVE ET LE VAGIN  
POUR LA MAIN**

**DE LA VULVE À LA PEAU**

**DE LA VULVE À LA VULVE**

**VAGIN ET PÉNIS**

## → La vulve pour la bouche

Lorsque qu'une langue caresse les lèvres d'une vulve, de délicieuses ondes de plaisir naissent et s'épanouissent. Le cunnilingus fait partie des pratiques dont on n'arrive pas à prouver le risque contaminant concernant le VIH ; on ne peut pourtant l'exclure. Toutefois d'autres IST peuvent se contracter de cette façon. Les sécrétions vaginales des femmes sont des liquides corporels potentiellement contaminants. Il peut y avoir un risque de transmission, du VIH, même s'il est faible, voir plus fréquemment d'IST. Vous pouvez utiliser un carré de latex (à défaut, un préservatif découpé dans le sens de la longueur) surtout s'il y a des lésions dans la bouche ou pendant la période des règles.

Lorsqu'on lèche le sexe d'une femme qui vient d'être pénétrée, même après un rapport protégé ou sans éjaculation du partenaire, un risque existe car il y a une augmentation des sécrétions vaginales liées à la pénétration et, s'il y a eu éjaculation du partenaire précédent, il y a un contact possible avec son sperme. Lorsqu'une femme vient d'être pénétrée et souhaite qu'on lui lèche le vagin, elle peut proposer un carré de latex à sa/son partenaire car le vagin peut comporter des micro-lésions après une pénétration. Lorsqu'on lèche plusieurs personnes à la suite, la prudence recommande d'utiliser un nouveau carré de latex (ou un préservatif découpé) pour chaque cunnilingus afin d'éviter de multiplier les risques de transmission aussi bien pour la personne qui lèche que pour celle qui est léchée. Il peut en effet y avoir un passage de sécrétions vectrices d'IST, d'un sexe à l'autre.

## → La vulve et le vagin pour la main

Toutes les caresses solitaires sont sans danger. C'est tout bon. Lorsque vous vous masturbez à deux ou plus, la personne qui masturbe des pénis ou fait des doigtés à des anus ou des vagins, ne risque rien, sauf si elle est blessée à la main ou aux doigts. Par contre, il faut veiller à ne pas véhiculer de liquides ou de souillures contaminants d'une personne à une autre. Lorsqu'on fait un doigté alternativement de l'anus au vagin d'une même personne, le risque de transmission ne concerne pas le VIH mais d'autres germes ou bactéries vecteurs d'IST qui passent ainsi de l'anus dans le vagin. Lorsqu'on fait des doigtés successifs d'anus et de vagins de personnes différentes, il convient d'éviter de faire voyager les liquides contaminants, par le biais des doigts, vers un anus ou un vagin. On peut, alors, utiliser plusieurs préservatifs ou des gants fins en latex. Les jeux de dilatation du vagin, comme le fist-fucking, nécessitent du calme, du temps et de la confiance entre les partenaires. Ils sont non contaminants dans la mesure où celui/celle qui les fait, a les ongles ras et utilise un gant de latex lubrifié pour ne pas fragiliser le vagin. Le gant est à usage unique, il ne peut pas servir pour plusieurs partenaires.

## → De la vulve à la peau

Les jets d'urine sur une peau saine sont des plaisirs qui renvoient au tréfonds de l'inconscient. Loin des muqueuses, ils sont non contaminants. Cependant, il faut éviter le contact avec les yeux, qui est très douloureux. On peut jouer avec tout le corps. Mais attention aux micro-lésions, en particulier sur les muqueuses : elles sont des portes d'entrée aux virus.

## → De la vulve à la vulve

Pour un "ciseau lesbien", où se croisent délicieusement les intimités, il est nécessaire d'utiliser un carré de latex car le sang des règles et les sécrétions vaginales sont contaminants et la vulve peut comporter une micro-lésion. Des IST peuvent se transmettre très facilement de muqueuses à muqueuses.

## → Vagin et pénis

Intensité de la présence, réconfort de l'accueil, comme il est bon de consommer dans la durée l'acte primordial !

Lorsqu'on pénètre ou que l'on est pénétrée, il est nécessaire d'utiliser pour chaque pénétration un préservatif féminin ou une capote enduite d'un gel non gras à base d'eau. Pour la personne pénétrée, l'éjaculation sans préservatif augmente le risque de contamination.

Lors de toute pénétration, le sang des règles et les sécrétions vaginales augmentent le risque, et encore plus en cas d'irritation ou d'infection au niveau des organes génitaux, dans les deux sens. Il faut donc consulter un médecin en cas de gêne, même modérée. Dans le cas d'un rapport entre deux personnes, si la pénétration vaginale suit une pénétration anale, il est important d'utiliser une autre capote ou un préservatif féminin car il y a risque d'infection vaginale par les germes de l'intestin.

Lors de pénétrations successives avec des partenaires multiples, il convient de changer de préservatif entre chaque partenaire de façon à ne pas mélanger leurs spermés ou leurs sécrétions vaginales, et à ne pas faire voyager le VIH ou les autres IST d'une personne à l'autre. Les personnes pénétrées peuvent se contaminer l'une l'autre à leur insu, via la personne qui pénètre, celle-ci étant à l'abri de tout risque...

Lorsqu'on échange des jouets sexuels comme les godemichés, il est vivement recommandé d'utiliser un préservatif féminin ou une capote enduite d'un gel non gras à base d'eau pour chaque pénétration avec le godemiché. Une capote à chaque utilisation du jouet, même si l'on ne le partage pas, peut simplifier son nettoyage. Penser que tous les objets, de toute nature et de toute matière, peuvent bénéficier d'une stérilisation à froid au moyen de produits spécifiques (Milton...).



**Qu'un être si frêle devienne dans le désir  
un monument d'ardeur,  
voilà qui toujours fascine et fascinera.**

## **[ FÊTER LE PÉNIS ]**

**LE PÉNIS  
POUR LA BOUCHE**

**LE PÉNIS  
POUR LA MAIN**

**PÉNIS ET VAGIN**

## → Le pénis pour la bouche

Comme il est difficile de résister aux caresses qu'une bouche prodigue à un phallus désirant ! La fellation fait partie des pratiques potentiellement contaminantes par rapport au VIH et d'autres IST peuvent se contracter de cette façon, en particulier l'hépatite B, la syphilis et l'agonocoxie.

Qu'on suce ou qu'on se fasse sucer, les risques sont très faibles et quasi identiques. Le risque augmente si le pénis sucé présente des micro-lésions et si la personne qui suce est séropositive, car si un peu de sang présent dans sa bouche se mêle à sa salive, celle-ci se transforme alors en un liquide potentiellement contaminant. De même, si celui qui se fait sucer, est séropositif, le sperme et le liquide séminal peuvent être contaminants et la bouche de sa/son partenaire peut devenir une porte d'entrée en cas de lésion.

Si vous avez du mal à utiliser une capote pour la fellation, il vaut mieux, au moins, éviter l'éjaculation dans la bouche. Il est alors, conseillé d'être vacciné-e contre l'hépatite B. Utilisez des préservatifs non lubrifiés ou aromatisés, avec des parfums variés ! Si vous avez du sperme dans la bouche, il vaut mieux le recracher, se rincer la bouche mais éviter de se brosser les dents avant ou après, pour ne pas créer de lésions aux gencives. Après des soins dentaires ou en cas d'affection dans la bouche, mieux vaut reporter l'envie de sucer à un autre jour ou utiliser un préservatif.

Lorsque vous avalez le sperme, la gorge, l'œsophage et l'estomac étant des muqueuses, peuvent comporter des lésions comme un ulcère de l'estomac. Aussi l'ingestion de sperme peut provoquer une IST.

Lorsque vous avez envie de sucer quelqu'un qui vient d'éjaculer, il vaut mieux lui proposer une douche (érotique) pour s'assurer qu'il ne reste aucune trace de sperme.

Lorsque vous sucez plusieurs personnes successivement, utilisez un nouveau préservatif à chaque fellation afin d'éviter de multiplier les risques de contamination pour tous. Il peut y avoir passage de sécrétions chargées de VIH et de vecteurs d'autres IST, d'un sexe à l'autre.

Lorsque vous aimez les jeux uros, il vaut mieux éviter un jet urinaire dans la bouche, si le jet suit immédiatement une éjaculation, car ce premier jet peut contenir du sperme.

## → Le pénis pour la main

Aucune précaution n'est à prendre lors d'une masturbation solitaire. C'est tout bon, même s'il faut un peu fantasmer pour donner corps à la/au partenaire...

Lorsque vous vous masturbez à deux ou plus, la personne qui masturbe des pénis ne risque rien, sauf si elle est blessée à la main ou aux doigts. Par contre, il faut veiller à ne pas véhiculer de liquides contaminants d'une personne à une autre.

## → Pénis et peau

Les jets de sperme ou d'urine sur une peau saine sont des plaisirs qui renvoient au tréfonds de l'inconscient. Loin des muqueuses, ils sont non contaminants. Cependant, il faut éviter le contact avec les yeux, qui est très douloureux.

On peut jouer avec tout le corps. Mais attention aux micro-lésions, en particulier sur les muqueuses : elles sont des portes d'entrée aux virus.

## → Pénis et vagin

Intensité de la présence, réconfort de l'accueil, comme il est bon de consommer dans la durée l'acte primordial !

Lorsqu'on pénètre ou que l'on est pénétrée, il est nécessaire d'utiliser pour chaque pénétration un préservatif féminin ou une capote enduite d'un gel non gras à base d'eau. Pour la personne pénétrée, l'éjaculation sans préservatif augmente le risque de contamination.

Lors de toute pénétration, le sang des règles et les sécrétions vaginales augmentent le risque, et encore plus en cas d'irritation ou d'infection au niveau des organes génitaux, dans les deux sens. Il faut donc consulter un médecin en cas de gêne, même modérée.

Dans le cas d'un rapport entre deux personnes, si la pénétration vaginale suit une pénétration anale, il est important d'utiliser une autre capote ou un préservatif féminin car il y a risque d'infection vaginale par les germes de l'intestin. Lors de pénétrations successives avec des partenaires multiples, il convient de changer de préservatif entre chaque partenaire de façon à ne pas mélanger leurs spermatozoïdes ou leurs sécrétions vaginales, et à ne pas faire voyager le VIH ou les autres IST d'une personne à l'autre. Les personnes pénétrées peuvent se contaminer l'une l'autre à leur insu, via la personne qui pénètre, celle-ci étant à l'abri de tout risque...

Lorsqu'on échange des jouets sexuels comme les godemichés, il est vivement recommandé d'utiliser un préservatif féminin ou une capote enduite d'un gel non gras à base d'eau pour chaque pénétration avec le godemiché. Une capote à chaque utilisation du jouet, même si l'on ne le partage pas, peut simplifier son nettoyage. Penser que tous les objets, de toute nature et de toute matière, peuvent bénéficier d'une stérilisation à froid au moyen de produits spécifiques (Milton...).

## → Pénis et anus

Lorsque la force du désir ménage la fragilité de l'être qui s'offre, c'est bien d'un acte d'amour qu'il s'agit. Lors d'une sodomie, il est nécessaire d'utiliser pour chaque pénétration une capote enduite d'un gel non gras à base d'eau.

Pour la personne pénétrée, l'éjaculation sans préservatif augmente le risque de contamination car la sodomie sans capote est une pratique à haut risque dans la mesure où la muqueuse anale est fine et perméable.

Pour l'homme qui pénètre sans capote, les lésions de la muqueuse anale ou rectale (fissures, infections ou hémorroïdes) augmentent le risque.

Toute irritation et toute infection au niveau du pénis ou de la région anale augmentent les risques de transmission dans les deux sens. Il faut donc consulter un médecin en cas de gêne, même modérée.

Les pénétrations successives ou simultanées sans capotes avec des partenaires multiples mélangent les spermes et font voyager le VIH ou les autres IST d'une personne à l'autre. Les personnes pénétrantes peuvent se contaminer ainsi l'une l'autre à leur insu, via la personne pénétrée.

Lorsqu'on échange des jouets sexuels comme les godemichés, il est vivement recommandé d'utiliser une capote enduite d'un gel non gras à base d'eau pour chaque pénétration avec le godemiché.

Une capote à chaque utilisation du jouet, même si l'on ne le partage pas, peut simplifier son nettoyage.

Penser que tous les objets, de toute nature et de toute matière, peuvent bénéficier d'une stérilisation à froid au moyen de produits spécifiques (Milton...).







**Au cœur d'une étoile de fibres ultra-sensibles,  
l'anus ne demande qu'à être caressé  
et amoureusement pénétré.**

## **[ FÊTER L'ANUS ]**

**L'ANUS  
POUR LA BOUCHE**

**L'ANUS POUR LA MAIN**

**ANUS ET PEAU**

**ANUS ET PÉNIS**

## → L'anus pour la bouche

L'hommage d'une bouche à un anus y suscite une délicieuse jouissance. L'anilingus fait partie des pratiques dont on arrive pas à prouver le risque contaminant concernant le VIH ; on ne peut pourtant l'exclure. Toutefois... d'autres IST peuvent se contracter de cette façon.

Lorsque vous lèche un anus, le risque de contamination par le VIH est très faible ; cependant, en cas de lésions dans la bouche ou dans la région anale, le mieux est d'utiliser un carré de latex (ou un préservatif découpé).

D'autres IST peuvent se contracter de cette façon. Lécher un anus présente un risque potentiellement important de transmission d'autres IST, de germes ou de bactéries. L'utilisation d'un carré de latex ou l'usage préalable de savon ou de lingettes désinfectantes est fortement conseillé.

Lorsqu'on vient d'être pénétré-e et qu'on a envie qu'on nous lèche l'anus, on peut proposer un carré de latex à sa/son partenaire car l'anus peut comporter des micro-lésions après une pénétration. Lorsque vous lèche plusieurs personnes à la suite, la prudence recommande d'utiliser un nouveau carré de latex (ou un préservatif découpé) pour chaque anilingus afin d'éviter de multiplier les risques de transmission aussi bien pour la personne qui lèche que pour celle qui est léchée.

Dans les jeux scatos, l'ingestion comporte un risque, a fortiori s'il existe des lésions de la muqueuse intestinale ou rectale du donneur ou de la donneuse, qui peut aussi être contaminante en termes d'hépatites (car, notamment, l'hépatite A est présente dans les selles) et d'autres micro-organismes.

## → L'anus pour la main

Aucune précaution n'est à prendre lors d'une masturbation solitaire. C'est tout bon, même s'il faut un peu fantasmer pour donner corps à la/au partenaire...

Lorsque vous vous masturbez à deux ou plus, la personne fait des doigtés à des anus ne risque rien, sauf si elle est blessée à la main ou aux doigts. Par contre, il faut veiller à ne pas véhiculer de liquides contaminants d'une personne à une autre.

Lorsqu'on fait un doigté alternativement de l'anus au vagin d'une même personne, le risque de transmission ne concerne pas le VIH mais d'autres germes ou bactéries vecteurs d'IST qui passent ainsi de l'anus dans le vagin.

Lorsqu'on fait des doigtés successifs d'anus et de vagins de personnes différentes, il convient d'éviter de faire voyager les liquides contaminants, par le biais des doigts, vers un anus ou un vagin. On peut, alors, utiliser plusieurs préservatifs ou des gants fins en latex.

Les jeux de dilatation de l'anus, comme le fist-fucking, nécessitent du calme, du temps et de la confiance entre les partenaires. Ils sont non contaminants dans la mesure où celle/celui qui les fait, a les ongles ras et utilise un gant de latex généreusement lubrifié pour ne pas fragiliser l'anus.

## → Anus et peau

Les jeux scatés sur une peau saine sont des plaisirs qui renvoient au tréfonds de l'inconscient. Loin des muqueuses, ils sont non contaminants. On peut jouer avec tout le corps. Mais attention aux micro-lésions, en particulier sur les muqueuses : elles sont des portes d'entrée aux virus.

## → Anus et pénis

Lorsque la force du désir ménage la fragilité de l'être qui s'offre, c'est bien d'un acte d'amour qu'il s'agit. Lors d'une sodomie, il est nécessaire d'utiliser pour chaque pénétration une capote enduite d'un gel non gras à base d'eau. Pour la personne pénétrée, l'éjaculation sans préservatif augmente le risque de contamination car la sodomie sans capote est une pratique à haut risque car la muqueuse anale est fine et perméable.

Pour l'homme qui pénètre sans capote, les lésions de la muqueuse anale ou rectale (fissures, infections ou hémorroïdes) augmentent le risque.

Toute irritation et toute infection au niveau du pénis ou de la région anale augmentent les risques de transmission dans les deux sens. Il faut donc consulter un médecin en cas de gêne, même modérée. Les pénétrations successives ou simultanées sans capotes avec des partenaires multiples mélangent les spermatozoïdes et font voyager le VIH ou les autres IST d'une personne à l'autre. Les personnes pénétrantes peuvent se contaminer ainsi l'une l'autre à leur insu, via la personne pénétrée.

Lorsqu'on échange des jouets sexuels comme les godemichés, il est vivement recommandé d'utiliser une capote enduite d'un gel non gras à base d'eau pour chaque pénétration avec le godemiché. Une capote à chaque utilisation du jouet, même si l'on ne le partage pas, peut simplifier son nettoyage.

Penser que tous les objets, de toute nature et de toute matière, peuvent bénéficier d'une stérilisation à froid au moyen de produits spécifiques (Milton...).

**28 pratiques sont listées et renvoient aux pages correspondantes de la brochure :**

- > anilingus pages 14 et 36**
- > caresser pages 18 et 22**
- > ciseau lesbien page 27**
- > coups pages 18 et 22**
- > crachat pages 12 et 22**
- > cunnilingus pages 12, 13 et 36**
- > dilater l'anus pages 18 et 37**
- > dilater le vagin pages 18 et 26**
- > doigté pages 18, 26, 31 et 37**
- > éjaculer pages 12, 13, 14, 26, 27, 30, 31, 32 et 38**
- > embrasser pages 12 et 22**
- > fellation pages 13, 14 et 30**
- > jets de sperme pages 22 et 31**

- > **jeux de cire chaude pages 18 et 22**
- > **jeux de fouet pages 18 et 22**
- > **jeux scatos pages 14, 22, 36 et 37**
- > **jeux uros pages 14, 22, 27 et 30**
- > **lécher pages 12, 14, 22, 36 et 37**
- > **masturber pages 18, 26, 30, 31 et 37**
- > **pénétration anale pages 14, 27, 31, 32, 36 et 38**
- > **pénétration vaginale pages 12, 26, 27 et 31**
- > **piercing pages 18 et 22**
- > **pincer pages 18 et 22**
- > **presser pages 18 et 22**
- > **sucer pages 13 et 30**
- > **tatouer pages 18 et 22**
- > **travailler les seins pages 18 et 22.**

"Et maintenant..."





...faisons la Fête!!!



Association BI'CAUSE c/o CGL  
63 rue Beaubourg, 75003 Paris  
Infoline : 06.66.06.54.93  
Site internet : [bicause.asso.fr](http://bicause.asso.fr)

Edition juin 2004-2007. Sous réserve d'erreurs typographiques. Photos non contractuelles.  
Ne pas jeter sur la voie publique. Conception et réalisation Jean David Chérite