

**ТУСУЙСЯ. КОХАЙ.
ТЕСТУЙСЯ.
БУДЬ У ТРЕНДІ**



Київ-2021

КРОК

1

БУДЬ У ТРЕНДІ

Пройди тест на ВІЛ БЕЗКОШТОВНО

Тестування проводиться
анонімно або конфіденційно!

Методи діагностики ВІЛ-інфекції:

- **експрес-тестування** із застосуванням швидких тестів (кров з пальця або мазок слини);
- **імуноферментний аналіз (ІФА)** (кров з вени);
- **полімеразна ланцюгова реакція (ПЛР)** (кров, слина, сеча, сперма, грудне молоко або статеві виділення, епітеліальні клітини).

Де пройти тест на ВІЛ:

- у свого сімейного лікаря, терапевта чи педіатра;
- у кабінетах «Довіра», клініках, дружніх до молоді, кабінеті інфекційних захворювань за місцем проживання, в центрах СНІДу;
- в офісі або мобільній амбулаторії громадських організацій, які працюють у сфері профілактики ВІЛ-інфекції/СНІДу.

Як дізнатися адресу:

- за телефоном гарячої лінії з питань ВІЛ/СНІДу та туберкульозу: 0 800 500 451 та/або на сайті: www.helpme.com.ua;
- на інформаційній онлайн-платформі «Центр знань»: www.knowledge.org.ua (у розділі «Карта послуг»);
- у мобільному додатку **Free2Ask**:



КРОК

2

Якщо результат тесту
на ВІЛ – позитивний



Поділися
з батьками
або дорослими,
яким довіряєш

Консультація
лікаря-інфекціоніста

БІГДЬ У ТРЕНДІ

Звернися
до лікаря-інфекціоніста
за місцем проживання
або запишись онлайн на сайті:

www.helsi.me

Отримай більше інформації
за телефоном гарячої лінії
з питань ВІЛ/СНІДу та туберкульозу:

0 800 500 451

та/або на сайті:

www.helpme.com.ua

КРОК

3

Якщо лікар встановив
діагноз ВІЛ-інфекції



Стань на диспансерний
облік та отримуй
рекомендації щодо
лікування

**ЗДОБУДЬ ПІДТРИМКУ –
звернися до групи
взаємодопомоги для людей,
які живуть з ВІЛ, у своєму місті!**

БУДЬ У ТРЕНДІ

Група взаємодопомоги (взаємопідтримки) –

це колектив людей, об'єднаних спільною життєвою проблемою або ситуацією. Це може бути хронічне захворювання або залежність, якої учасники групи хочуть позбутися. Це може бути пережита учасниками особиста трагедія, психологічні наслідки якої вони хочуть подолати. Це може бути ситуація неприйняття суспільством і потреба відстоювати свої права або свій спосіб життя. У групи взаємодопомоги можуть об'єднуватися безпосередньо люди, які мають серйозні проблеми, або їхні близькі – рідні та друзі. Учасники групи діляться своїми почуттями та накопиченим досвідом, і це дає кожному унікальне почуття співпереживання і взаємної підтримки, а також дозволяє зібрати разом наявну практичну інформацію і способи подолання труднощів. Такі групи керуються самими учасниками та існують для їхнього блага.

Отримай більше інформації за телефоном гарячої
лінії з питань ВІЛ/СНІДу та туберкульозу:

0 800 500 451

та/або на сайті:

www.helpme.com.ua

Отримуй безкоштовні та анонімні консультації на платформі
молодіжного руху «Teenergizer» («Тінерджайзер»):

www.teenergizer.org

Отримуй безкоштовні та анонімні консультації
в мобільному додатку **Free2Ask!**

КРОК

4

**Подбай про
своє здоров'я**



**Регулярно проходи
медичні обстеження**

**За призначенням лікаря
регулярно приймай АРТ
(Анти-
Ретровірусна
Терапія)**

БІДЬ У ТРЕНДІ

Лікування – це:

Блокування вірусу

Профілактика передачі вірусу
майбутній дитині

Турбота про здоров'я
твого статевого партнера

Твій упевнений крок
до повноцінного життя!

**Медичні препарати
для лікування ВІЛ-інфекції –**

БЕЗКОШТОВНІ

Обстеження та лікування проводяться
БЕЗКОШТОВНО для пацієнтів,
які перебувають на диспансерному обліку.

ВІЛ передається:



через кров



від матері
до дитини



через
незахищений
секс

БУДЬ У ТРЕНДІ

ВІЛ передається:

Через кров:

- у разі спільного використання нестерильних шприців, а також ін'єкційного та іншого інструментарію, який порушує цілісність шкіри;
- під час переливання інфікованої крові та її продуктів;
- у разі користування чужим нестерильним приладдям для гоління та ножицями, під час пірсингу, манікюру, нанесення татуювання.

Через незахищений секс (без використання презерватива):

- під час вагінального, анального та орального сексу.

Від ВІЛ-позитивної матері до дитини:

- під час вагітності, пологів та грудного вигодовування.

**ВІЛ НЕ
передається
через:**



ДОТИКИ



ПОЦІЛУНКИ



ТУАЛЕТ



ПОБУТОВІ
речі



КОМАХ
і тварин

**БУДЬ
У ТРЕНДІ**

ВІЛ НЕ передається:

Під час спілкування, обіймів,
рукостискання, поцілунків

Через чхання, кашель, піт, слину та сльози

Через укуси комах і тварин

При користуванні спільним кухонним посудом,
постільною білизною, одягом,
іграшками, грошима

Під час спільного користування басейном,
ванною, туалетом, лазнею, сауною

Піклуйся про своє кохання



**Спілкуйся зі своїм
партнером чесно,
щиро та відверто!**

**Використовуй
презерватив під час
кожного статевого акту!**

БУДЬ У ТРЕНДІ

Здорові стосунки – це коли:

- поруч із коханою людиною ти почуваєшся безпечно;
- ви спілкуєтесь на рівних, чесно та відкрито;
- ти можеш сказати партнеру «ні» та почути «ні» у відповідь;
- ви спільно приймаєте важливі для обох рішення та спільно несете за них відповідальність;
- ви обоє отримуєте задоволення;
- ти піклуєшся про своє здоров'я та здоров'я партнера;
- ви поважаєте кордони одне одного та не порушуєте їх;
- між вами немає маніпуляцій та жодного виду насильства.

Секс має бути:

Бажаним для обох партнерів

Добровільним

Безпечним

Чесним

Відповідальним

Приємним для обох

**Без маніпуляції, без дискримінації,
без насильства**

Перевірена достовірна інформація про ВІЛ:

Гаряча лінія з питань ВІЛ/СНІДу
та туберкульозу:

0 800 500 451

та/або на сайті:

www.helpme.com.ua



Інформаційна онлайн-платформа
«Центр знань»:
www.knowledge.org.ua

(розділи «Підлітку», «Бібліотека»
та «Карта послуг»)



Платформа молодіжного руху
«Teenergizer» («Тінерджайзер»):
www.teenergizer.org



Перевірена достовірна інформація про ВІЛ:

Офіційний сайт Міжнародного
благодійного фонду «СНІД Фонд
Схід-Захід» (*AIDS Foundation East-
West - AFEW-Україна*):

www.afew.org.ua

(розділ «Бібліотека»)



Офіційний сайт Міжнародного
благодійного фонду «Альянс
громадського здоров'я»:

www.aph.org.ua

(розділ «Ресурси»)



Мобільний додаток Free2Ask:

App Store



Google Play



КОНТАКТНА ІНФОРМАЦІЯ

Контакти організацій, які працюють у сфері профілактики ВІЛ/ІПСШ серед підлітків та молоді



КИЇВ

ВБО «Конвіктус Україна»

Молодіжний клуб «Street Power»

вул. Новодарницька, буд. 26

м. Київ, 02099, Україна

+38 (097) 530-32-72, (093) 684-32-34

✉ melnykala@gmail.com

🌐 www.convictus.org.ua

📘 [convictus.ukraine](https://www.facebook.com/convictus.ukraine)

📷 [clubstreetpower](https://www.instagram.com/clubstreetpower)



КИЇВ

ВБО «Конвіктус Україна» у співпраці з Київським міським центром соціальних служб для сім'ї, дітей та молоді

Центр для підлітків «Коло друзів»

вул. Депутатська, буд. 32

м. Київ, 03115, Україна

+38 (063) 615-80-39, (093) 463-80-29

🌐 www.ssm.kiev.ua

📘 [SocServiceNetworkKyiv](https://www.facebook.com/SocServiceNetworkKyiv)

📷 [kolo_druziv_molodigniy_club](https://www.instagram.com/kolo_druziv_molodigniy_club)



ОБЛАСНИЙ БЛАГОДІЙНИЙ ФОНД
"ПОВЕРНЕННЯ ДО ЖИТТЯ"



КРОПИВНИЦЬКИЙ

БФ «Повернення до життя»

Ком'юніті-центр «VIP-Бункер»

вул. Чорновола, буд. 14/2

м. Кропивницький, 25022, Україна

+38 (095) 220-81-29

✉ fundaids@ukr.net, lyly32@ukr.net

🌐 www.returntolife.org.ua

📘 [ReturnToLife.UA](https://www.facebook.com/ReturnToLife.UA)

📷 [5_kirovohradschyna](https://www.instagram.com/5_kirovohradschyna)

📷 [vipbunker_](https://www.instagram.com/vipbunker_)



ОДЕСА

ОБФ «Шлях до дому»

Центр «Відкриті двері»

вул. Колонтаївська, буд. 46

м. Одеса, 65091, Україна

+38 (063) 904-00-22

✉ fund@wayhome.org.ua, nikiforova_inna@ukr.net

🌐 www.wayhome.org.ua

📘 [Childrendaycenter](https://www.facebook.com/Childrendaycenter)

📘 [WayHomeOdessa](https://www.facebook.com/WayHomeOdessa)

📷 [open_doors_odessa](https://www.instagram.com/open_doors_odessa)



ПОЛТАВА

ПОБФ «Громадське здоров'я»
Центр, дружній до підлітків, «Альтаір»

вул. Героїв Сталінграда, буд. 28
м. Полтава, 36040, Україна
+38 (050) 304-91-66

altair_poltava

altair@publichealth.org.ua

www.publichealth.org.ua

[public.health.plt](https://www.facebook.com/public.health.plt)

[Center.Altair](https://www.facebook.com/Center.Altair)

[altair_pl](https://www.instagram.com/altair_pl)



ПОЛТАВА

БО «Світло надії»
Молодіжний центр «Lighthouse»

вул. Героїв Сталінграда, буд. 30, 2-й поверх
(орієнтир – «Укрпошта»)
м. Полтава, 36040, Україна
+38 (095) 847-61-41 (Валентина, соц. працівник)
+38 (099) 350-49-47 (Тетяна, соц. працівник)
+38 (066) 070-36-49 (Віктор, керівник Центру)

lighthouse@lightofhope.com.ua

www.lightofhope.com.ua

[LightOfHopeUkraine](https://www.facebook.com/LightOfHopeUkraine)

[lighthouse.poltava](https://www.instagram.com/lighthouse.poltava)

КОМПАС



ЦЕНТР ДЛЯ ПІДЛІТКІВ
Благотворителівського фонду «Благо»



ХАРКІВ

БО «Харківський благодійний фонд «Благо»
Соціальний дім «Компас»

вул. Велика Панасівська (Котлова), буд. 7
м. Харків, 61052, Україна

+38 (057) 777-05-72

blago.inf@gmail.com

[dccompas](https://www.facebook.com/dccompas)

[BlagoKharkovFund](https://www.facebook.com/BlagoKharkovFund)

[kompas_7](https://www.instagram.com/kompas_7)



ХАРКІВ

БО «Харківський благодійний фонд «Парус»
Центр денного перебування молоді
«Семиповерхівка»

проспект Московський, буд. 149

м. Харків, 61068, Україна

+38 (050) 269-29-79

www.parus.kharkiv.ua

[groups/Semietazhka](https://www.facebook.com/groups/Semietazhka)

[REALTALK.Kharkiv](https://www.facebook.com/REALTALK.Kharkiv)

[parus.kharkiv](https://www.facebook.com/parus.kharkiv)

[RealTalkKharkiv](https://www.telegram.com/RealTalkKharkiv)

[real_talk_kh](https://www.instagram.com/real_talk_kh)



СЛОВ'ЯНСЬК

ГО «Наша допомога»

вул. Паркова, буд. 7

м. Слов'янськ, Донецька область

84116, Україна

+38 (050) 760-68-49

✉ gonashadopomoga@ukr.net

📘 [gonashadopomoga](https://www.facebook.com/gonashadopomoga)

📷 [dream_team_group](https://www.instagram.com/dream_team_group)



ЧЕРНІВЦІ

ЧБФ «Нова сім'я»

Центр соціально-психологічної
допомоги «Діалог»

вул. Героїв Майдану, буд. 83-А

м. Чернівці, 58018, Україна

+38 (0372) 50-11-80

+38 (066) 012-55-35

✉ new-family.reabcentr@i.ua

📘 [NewFamilyUA](https://www.facebook.com/NewFamilyUA)

📷 [newfamiily](https://www.instagram.com/newfamiily)

Автори:

Віра Варига, Ірина Нерубаєва

Редактор:

Світлана Глущик

Макетування та верстка:

Богдана Фоміна

Брошура призначена для активної небайдужої молоді, яка прагне до здорового життя для себе, своїх друзів та громади.

Публікацію підготовлено в рамках проекту «Підлітки поза увагою: поліпшення доступу до інтегрованих ВІЛ-сервісних послуг для вразливих підлітків в Україні» за підтримки Французької міжнародної експертизи «Ініціатива 5%» (Expertise France 5% Initiative) і профінансовано Міністерством міжнародних відносин і міжнародного розвитку Франції. Точки зору, викладені в цій публікації, можуть не відображати позицій та поглядів організації «Французька міжнародна експертиза «Ініціатива 5%» (Expertise France 5% Initiative), Міністерства міжнародних відносин і міжнародного розвитку Франції та/або Глобального фонду для боротьби зі СНІДом, туберкульозом та малярією.

This publication has been prepared as part of the project "Underage, Overlooked: Improving Access to Integrated HIV Services for Adolescents Most at Risk in Ukraine" with the support of the 5% Initiative implemented by Expertise France and funded by the French Ministry of Foreign Affairs and International Development. The content of this publication does not necessarily reflect the positions or views of Expertise France, the Ministry of Foreign Affairs and International Development or the Global Fund.

Міжнародний благодійний фонд «СНІД Фонд Схід-Захід» (*AIDS Foundation East-West – AFEW-Україна*) не несе відповідальності за точність і повноту навчальних матеріалів, а також за будь-які дії, зроблені внаслідок їх публікації. *AFEW-Україна* не несе юридичної та іншої відповідальності за можливі наслідки використання опублікованої інформації третіми особами.

Відтворення, передача, розповсюдження або дублювання будь-якої частини матеріалів, що містяться в публікації, допускаються за умови їх некомерційного використання надалі. Посилання на Міжнародний благодійний фонд «СНІД Фонд Схід-Захід» (*AIDS Foundation East-West – AFEW-Україна*) обов'язкове.

© Міжнародний благодійний фонд «СНІД Фонд Схід-Захід» (*AIDS Foundation East-West – AFEW-Україна*), 2021 р.

Усі права захищено.

Розповсюджується безкоштовно.

