**Bezpieczne wakacje - Wróć bez HIV….**  
**Wyjeżdżasz? Wspaniale! Nowe miejsca. Nowe przygody.**Chroń siebie i swoich bliskich….. Wróć bez HIV.  
  
**Jak możesz uniknąć zakażenia HIV?**

 używaj tylko własnych przyborów kosmetycznych, np. żyletek i sprzętu do golenia i depilacji,

 przekłuwaj uszy, wykonuj zabiegi kosmetyczne i tatuaż tylko w specjalistycznych gabinetach,

 używaj jednorazowych, sterylnych igieł i strzykawek,

 unikaj narkotyków i uważaj, żeby ktoś Ci ich nie podał,

 bądź wierny partnerowi i wymagaj wierności od partnera,

 przypadkowe kontakty seksualne są ryzykowne - Twój nowy partner może być zakażony HIV,

 jeśli piłeś alkohol, poczekaj z seksem,

 pamiętaj, że prezerwatywa zmniejsza ryzyko zakażenia HIV,

 jeśli zachowałeś się ryzykownie - zrób test na HIV.

Badanie w kierunku HIV można wykonać anonimowo i bezpłatnie w Punktach Konsultacyjno-Diagnostycznych.

Więcej informacji dostępne SA na stronie internetowej [WWW.aids.gov.pl](http://WWW.aids.gov.pl)







