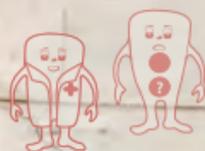


Français



Santé

Cette plaquette a été réalisée dans le cadre d'un programme de prévention animé par l'ALS au Centre Pénitentiaire de St Quentin Fallavier, en partenariat avec le groupe «Prison» de l'interCOREVIH Rhône-Alpes/Auvergne.

Nous remercions pour leur participation à l'élaboration de ce document :

- Abdal-Halim, Ali, Elhedi, Donovan, Khérédine, Nicolai, Mohamed : dont la participation active a permis d'identifier les questionnements les plus récurrents des personnes incarcérées,
- les professionnels de l'Unité Sanitaire de niveau 1, de l'Unité Locale d'Enseignement, du SPIP et de la Direction de l'Etablissement Pénitentiaire qui ont accompagné ce projet dans les différentes phases de son élaboration,
- les partenaires financiers qui lui ont permis de voir le jour.

Cette plaquette est un support de sensibilisation et d'information complémentaire aux actions animées et aux informations apportées par les différents professionnels intervenants en milieu carcéral, conçu dans un format (fond et forme) adapté aux publics et répondant à leurs préoccupations les plus courantes sur le thème de la santé et des droits.



Avec le soutien de :



Édition - 12/2020

Impression : Imprimerie IMAV
Traductions : ISM Corum

Les bases de l'hygiène

6



VIH/SIDA - Hépatites

10



La gale

26



La tuberculose pulmonaire

27



Les mycoses

28



Questions santé

29



Notes

30



Annuaire santé

32

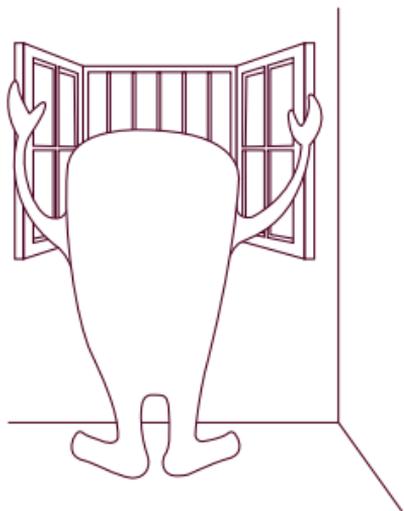


Lavage des mains



se laver
les mains
plusieurs fois
par jour avec
du savon

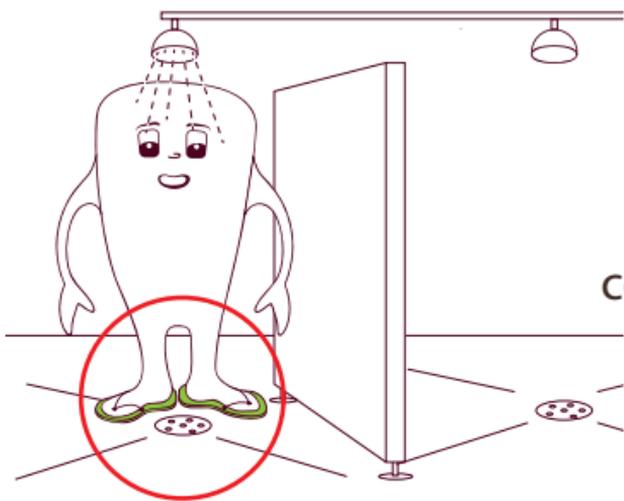
Aération cellule



**15 minutes
par jour**

ouvrir
la fenêtre
au moins
15 minutes
par jour

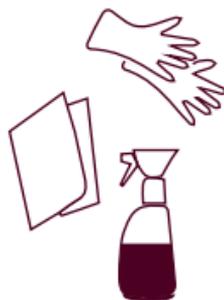
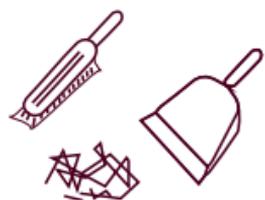
Usage des douches collectives



éviter le contact entre les pieds et le sol ; il est conseillé de porter des tongues dans les douches

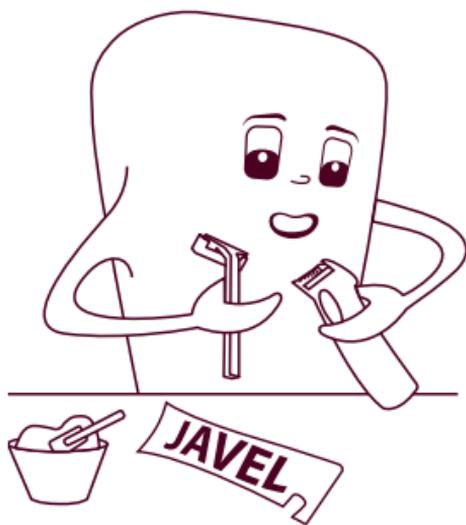
7

Nettoyage cellule



nettoyer sa cellule régulièrement (sol, lavabo, toilettes...)

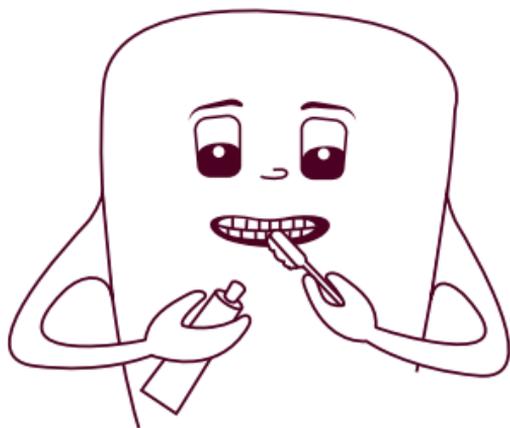
Rasage et tonte



Il est recommandé de ne pas prêter son matériel qui peut avoir un contact avec le sang ; en cas de prêt il est alors indispensable de laver son matériel avec du savon ou de l'eau de javel

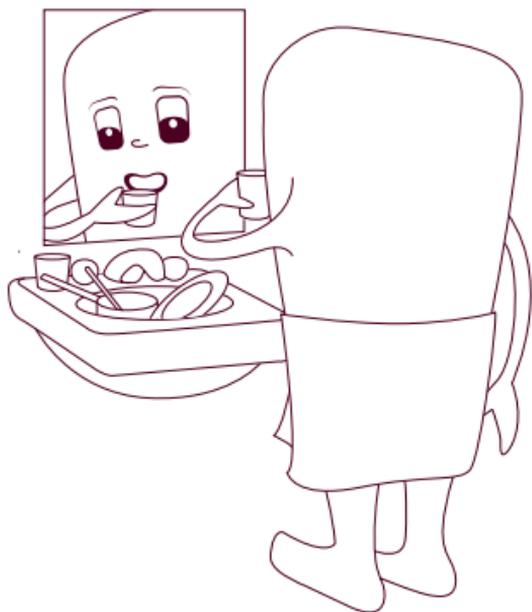
8

Brossage des dents



se brosser les dents après chaque repas

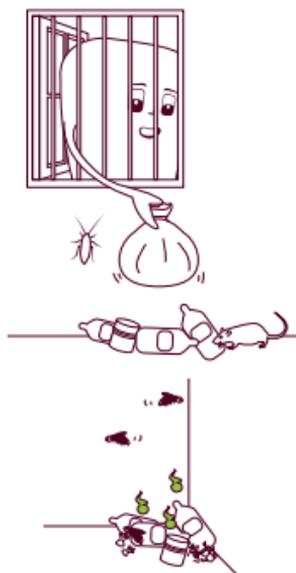
Usage du lavabo



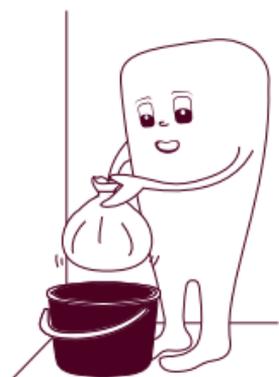
on peut
boire l'eau
du robinet,
se laver et
faire la
vaisselle
dans le
même
lavabo ;
il n'y a pas
de risques

9

Poubelle



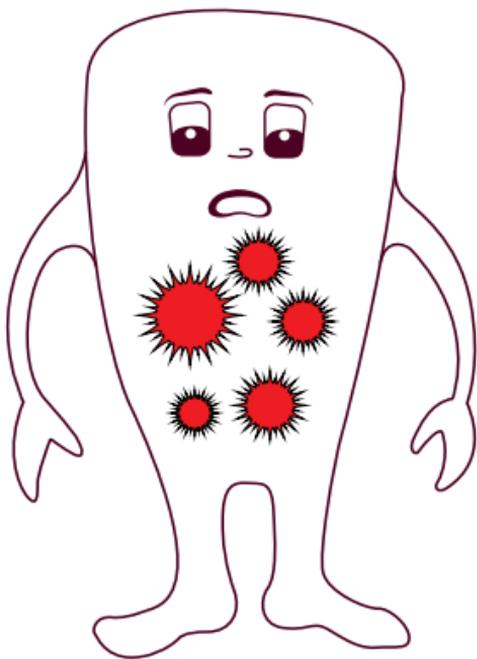
jeter ses poubelles
par la fenêtre attire les
nuisibles (rat, cafard,
etc.)



cela crée de
mauvaises
odeurs

il faut jeter
vos déchets
dans la poubelle

VIH / SIDA c'est quoi ?



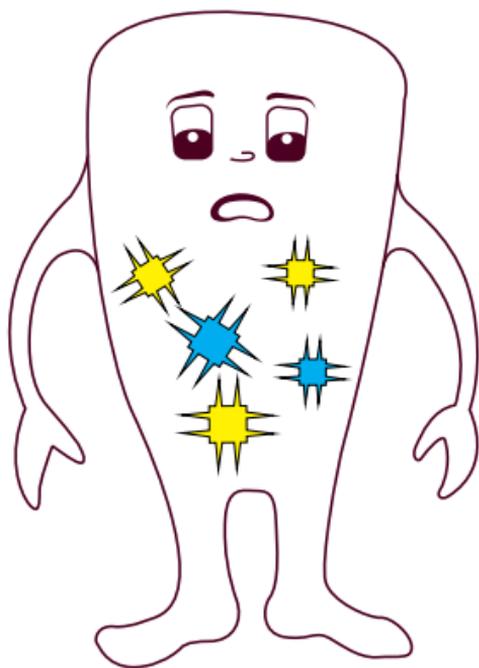
le SIDA est une maladie due à un virus,

le VIH (Virus de l'Immunodéficience
Humaine) ;

ce virus attaque le système immunitaire et
affaiblit les défenses du corps ;

on peut être séropositif (porteur du virus)
sans « se sentir » malade

Les Hépatites B et C c'est quoi ?



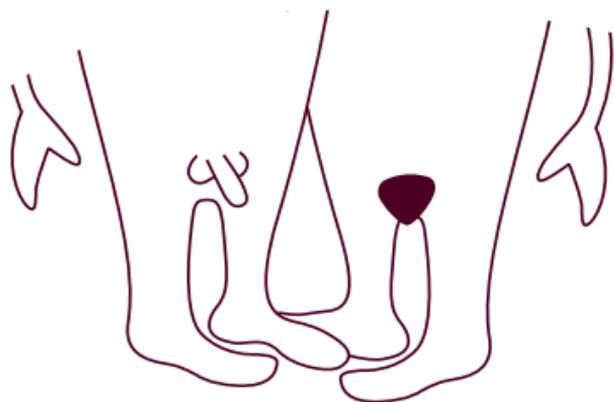
11

les hépatites sont des maladies
du foie dues à un virus ;

on peut être porteur du virus
sans « se sentir » malade

VIH/SIDA et Hépatite B comment ça s'attrape ?

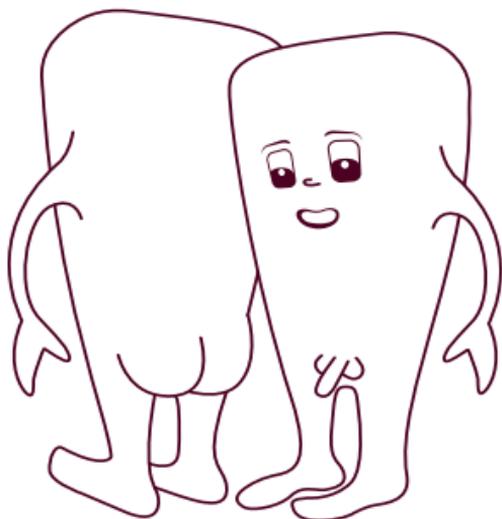
par le sexe



12



**par les rapports sexuels
sans préservatif**



par l'anus

VIH/SIDA et Hépatite B comment ça s'attrape ?



**par les rapports bouche/sex
sans préservatif**

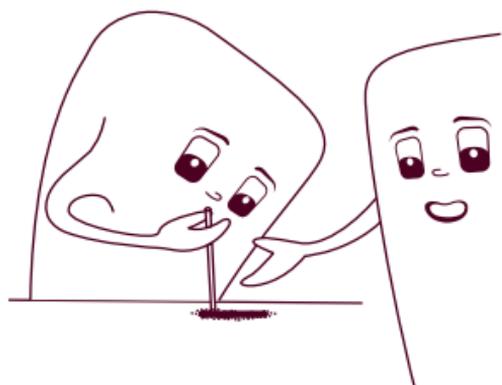
13



par la bouche

VIH/SIDA et Hépatites B et C comment ça s'attrape ?

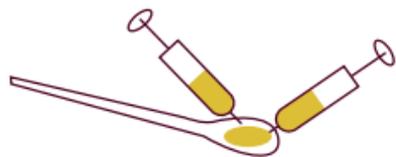
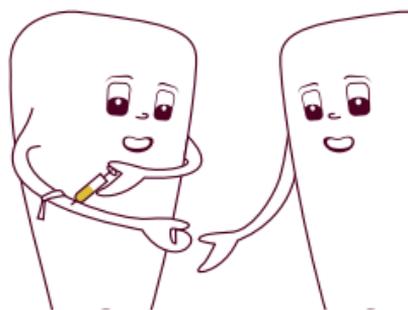
échange
de paille



14



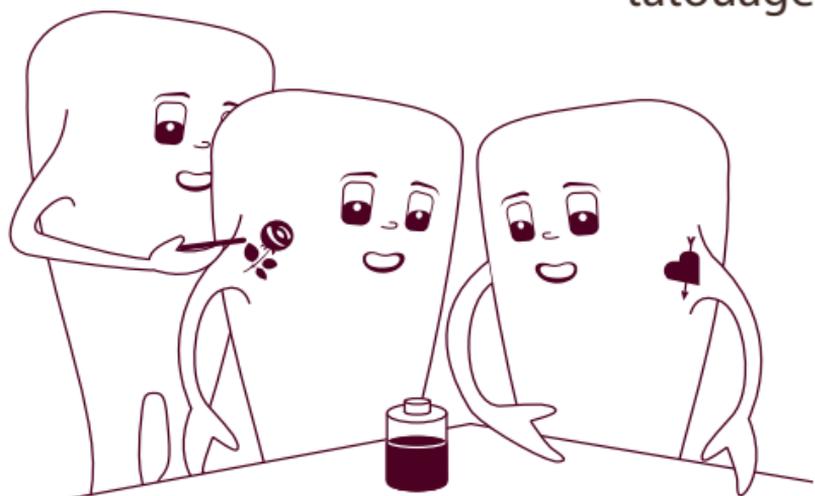
**par le sang si échange
de matériel déjà utilisé**



échange
de tondeuse,
rasoir,
et seringue

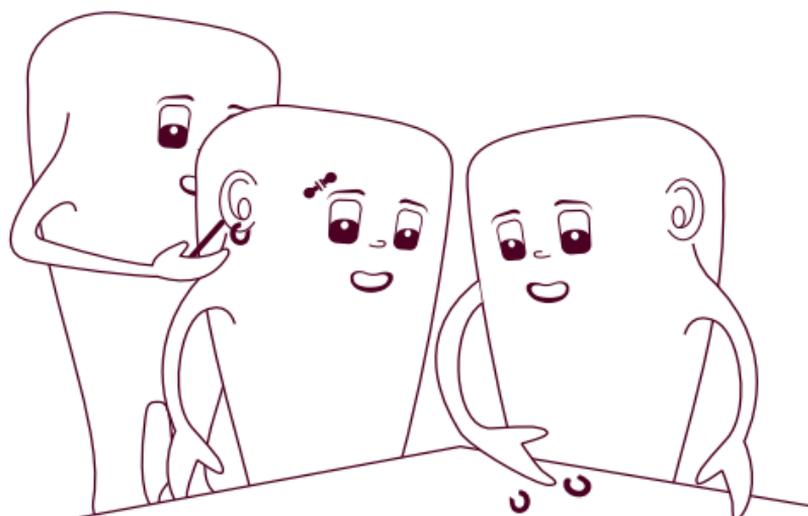
VIH/SIDA et Hépatites B et C comment ça s'attrape ?

tatouage



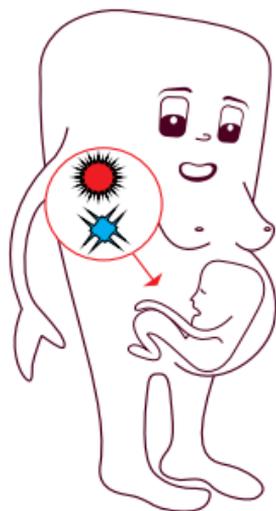
**par le sang pendant un tatouage
ou un piercing avec du
matériel déjà utilisé**

15



piercing

VIH/SIDA et Hépatites B et C comment ça s'attrape ?



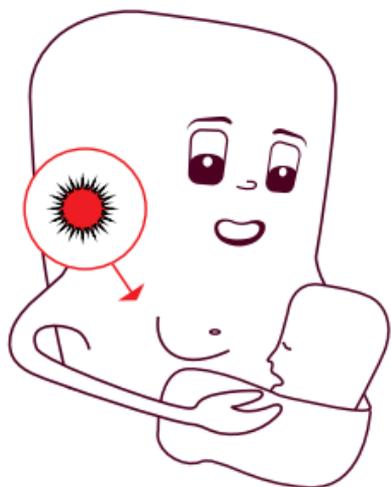
de la mère
porteuse du virus
à son enfant,
pendant la
grossesse
ou
l'accouchement



risque

16

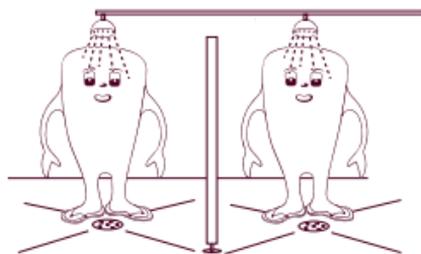
VIH/SIDA comment ça s'attrape ?



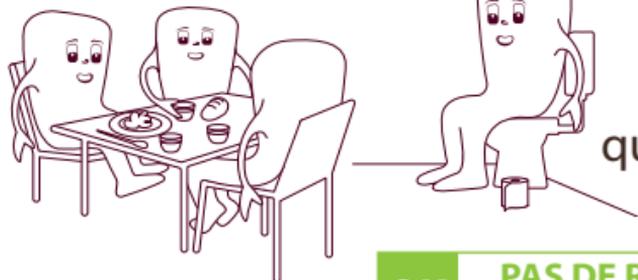
risque

pour le VIH,
de la mère
porteuse du virus
à son enfant
pendant
l'allaitement

VIH/SIDA et Hépatites B et C pas de risque de transmission



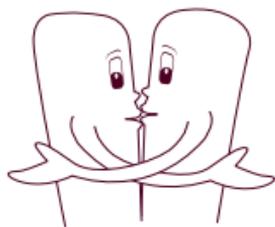
sous la
douche,
sur les WC,
en partageant
ses repas
ou
les objets
de la vie
quotidienne



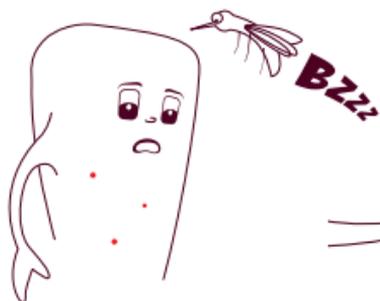
OK

PAS DE RISQUE
DE TRANSMISSION

17



en
s'embrassant,
par les
postillons,
en se serrant
la main,
par les
piqûres
d'insectes



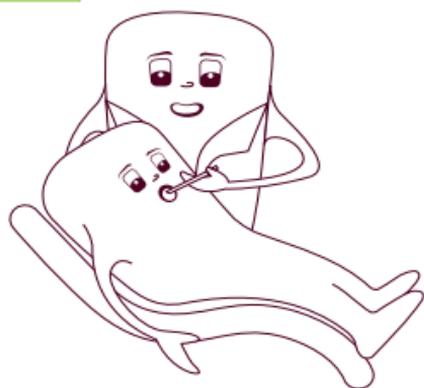
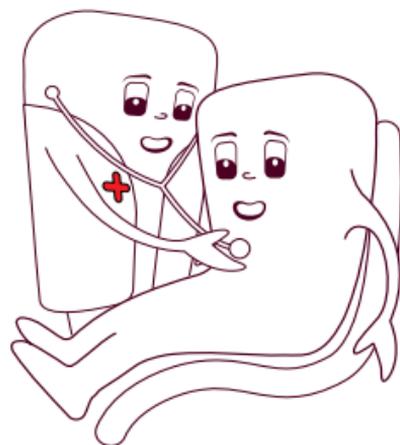
VIH/SIDA et Hépatites B et C pas de risque de transmission

dans les
lieux
publics :
hôpital,
gare,
bureau,
métro,
école
...



18

OK PAS DE RISQUE
DE TRANSMISSION



chez le médecin
chez le dentiste

VIH/SIDA et Hépatites B et C comment se protéger ?



utiliser
un préservatif
masculin
ou féminin ;
usage unique

1 X = usage unique



**ne pas utiliser
2 préservatifs
en même temps**

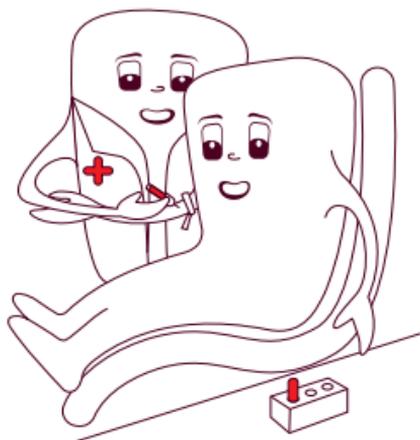


ajouter du
lubrifiant
(gel à base d'eau)
réduit les risques
de rupture du
préservatif



**aller voir l'US
(Unité Sanitaire) pour
avoir des préservatifs**

VIH/SIDA et Hépatites B et C comment se protéger ?



faire un test
de dépistage
du VIH ou de
l'hépatite
B ou C

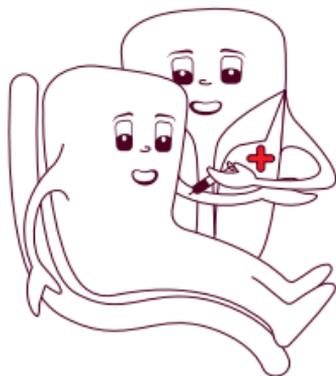
savoir =
se protéger
et protéger
les autres



aller voir l'US

20

VIH/SIDA et Hépatites B et C comment se protéger ?



se faire
vacciner
contre
l'hépatite B



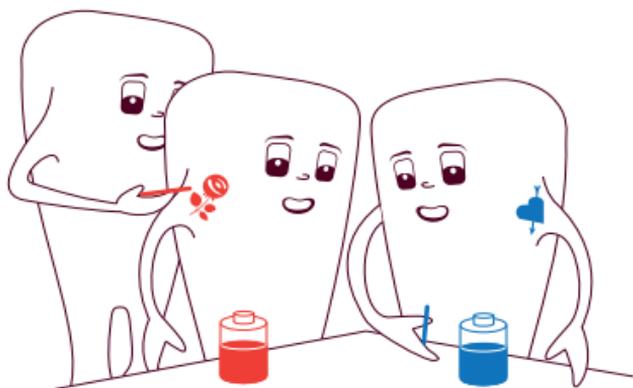
aller voir l'US



**il n'y a pas de vaccin contre
le VIH et l'hépatite C**

VIH/SIDA et Hépatites B et C comment réduire ou éviter les risques de transmission ?

tatouage

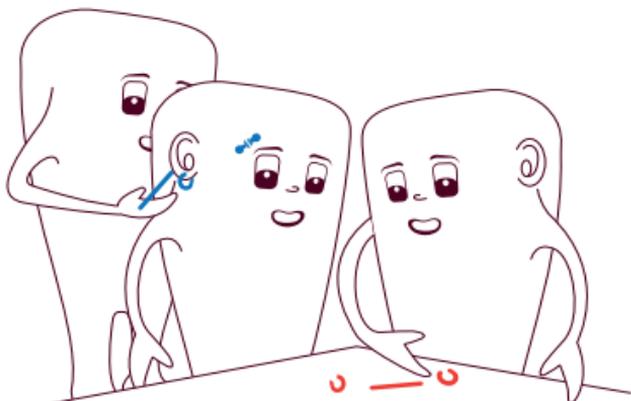


**utiliser son propre matériel
et le désinfecter
après chaque utilisation**

21

OK

**PAS DE RISQUE
DE TRANSMISSION**



piercing

VIH/SIDA et Hépatites B et C comment réduire ou éviter les risques de transmission ?

comment désinfecter son matériel ?

1 / eau

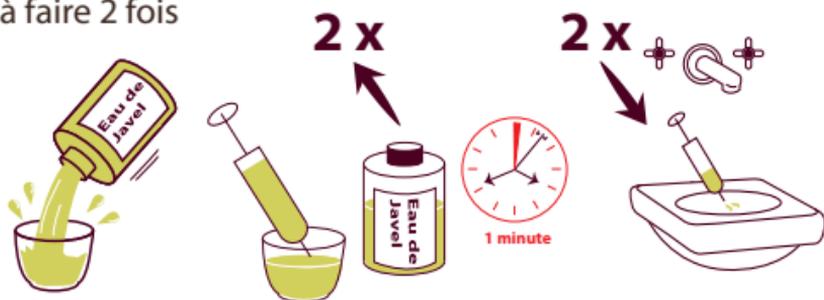
- rincer abondamment la seringue à l'eau

2 / javel

- remplir la pompe d'eau de javel 12°

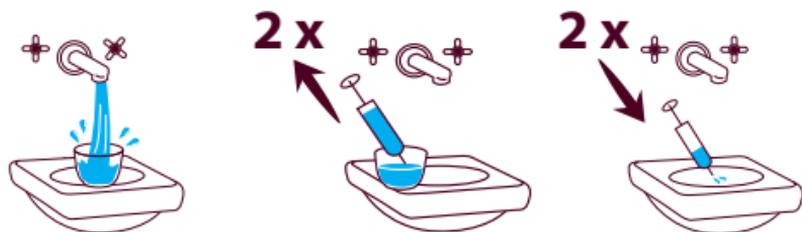
- laisser agir pendant 1 minute puis la vider

- à faire 2 fois



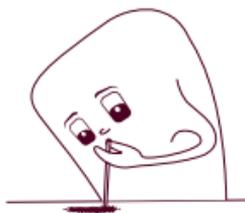
3 / eau

- rincer la seringue avec l'eau au moins 2 fois

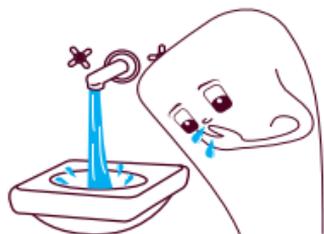


pour plus d'informations prendre un RDV avec le CSAPA (Centre de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie) à l'Unité Sanitaire (US)

VIH/SIDA et Hépatites B et C comment réduire ou éviter les risques de transmission ?



utiliser une
surface propre



ne pas
partager sa
paille

bien se rincer
le nez à l'eau



utiliser le
sabot de la
tondeuse

nettoyer le matériel à l'eau de javel
entre deux coupes ou deux tontes :

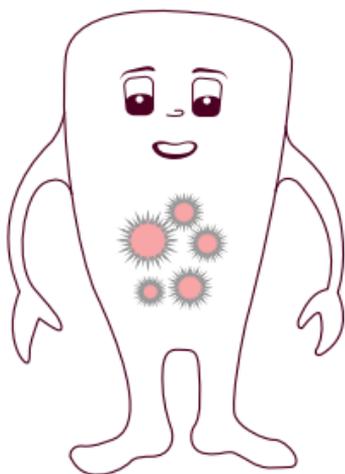
- trempage complet pendant 15 minutes
de la tête de la tondeuse et autres instruments,
- nettoyage et brossage
- rinçage à l'eau
- séchage avec un linge propre

VIH/SIDA les traitements



on ne guérit pas du VIH/SIDA,
mais il existe des traitements
qui permettent de vivre
avec la maladie ;

ils sont à prendre toute la vie



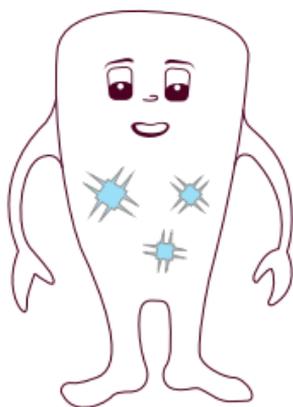
Hépatites B et C les traitements



on ne guérit pas de l'hépatite B,
mais il existe des traitements
qui permettent de vivre
avec la maladie ;

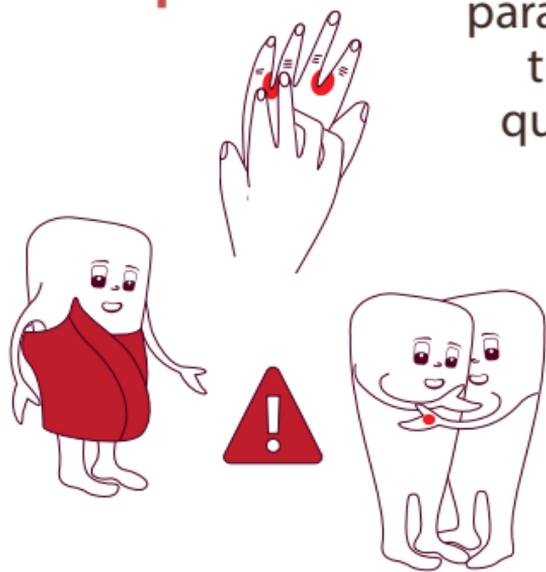
ils sont à prendre toute la vie

25



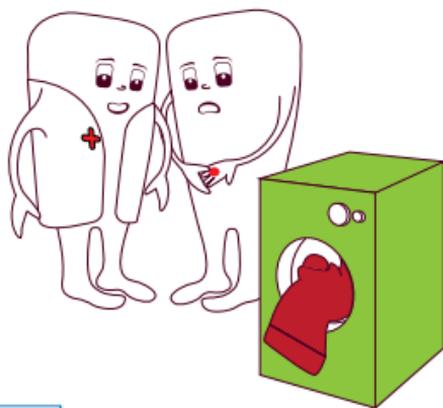
**il y a un traitement pour
l'hépatite C
qui permet de guérir**

La gale c'est quoi ?



parasite de la peau
très contagieux,
qui s'attrape par :
contact intime
et
contact direct
et prolongé
(draps,
vêtements,
serviette...) ;
ça gratte !

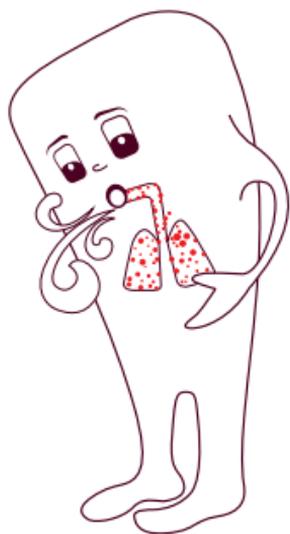
La gale se soigne



aller voir l'US

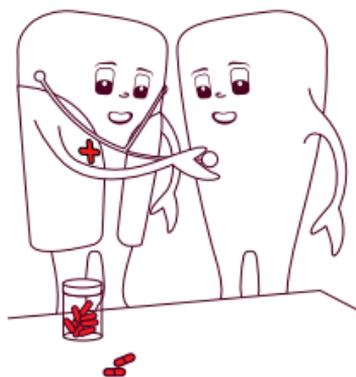
par
traitement de
la personne
et de son
entourage
+
désinfection
des literies,
linges,
vêtements ...

La tuberculose pulmonaire c'est quoi ?



infection très
contagieuse
des voies
respiratoires
due au
bacille de Koch
qui se transmet
par voie aérienne

La tuberculose pulmonaire se soigne



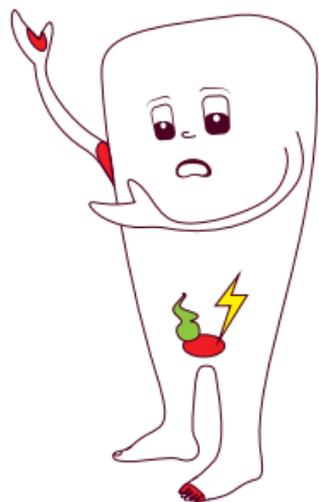
avec
un
traitement
antibiotique



aller voir l'US

il existe
un vaccin

Les mycoses c'est quoi?



champignons
microscopiques sur la
peau (pied, main, sexe,
aisselle...) ou sur les
muqueuses (intestins,
vagin, gland, bouche)
ÇA GRATTE ? ÇA PIQUE ?
ÇA BRÛLE ? ÇA PUE ?



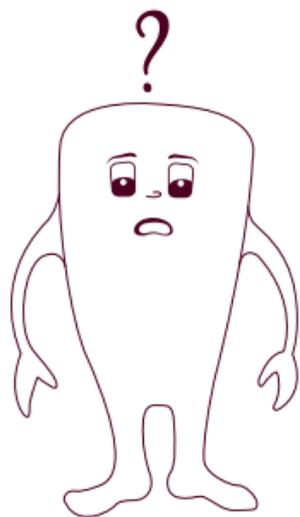
aller voir l'US

Les mycoses comment se protéger ?

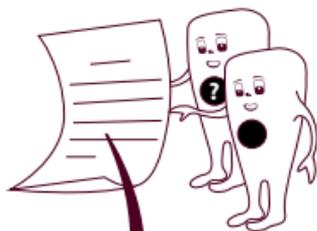


les mycoses se
soignent très bien ;
pour les éviter : bonne
hygiène du corps, bien se
sécher les plis du corps et
entre les orteils, porter des
tongues dans les douches,
mettre des sous-vêtements
en coton, rapport sexuel
protégé (préservatifs)

J'ai une question sur la santé que faire ?



alimentation ?
sommeil ?
mal aux dents ?
addictions ?
mauvais usages
de médicaments ?
..... ?



Notes :

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



Annuaire santé

CONTRACEPTION - IVG	0 810 810 714
CROIX ROUGE	99#111
DROGUES INFO SERVICE	99#107 ou 0 800 23 13 13
ECOUTE DOPAGE	99#106 ou 0 800 15 20 00
ECOUTE ALCOOL	0 811 91 30 30
ECOUTE CANNABIS	0 811 91 20 20

HEPATITES INFO SERVICE	99#105 ou 0 800 845 800
SANTE INFO DROITS <i>n° Azur Coût selon opérateur</i>	0 810 004 333
SIDA INFO SERVICE	99#109 ou 0 800 840 800
TABAC INFO SERVICE	39 89
VIOLENCES CONJUGALES	39 19



Français



Droits

Cette plaquette a été réalisée dans le cadre d'un programme de prévention animé par l'ALS au Centre Pénitentiaire de St Quentin Fallavier, en partenariat avec le groupe «Prison» de l'interCOREVIH Rhône-Alpes/Auvergne.

Nous remercions pour leur participation à l'élaboration de ce document :

- Abdal-Halim, Ali, Elhedi, Donovan, Khéredine, Nicolai, Mohamed : dont la participation active a permis d'identifier les questionnements les plus récurrents des personnes incarcérées,
- les professionnels de l'Unité Sanitaire de niveau 1, de l'Unité Locale d'Enseignement, du SPIP et de la Direction de l'Etablissement Pénitentiaire qui ont accompagné ce projet dans les différentes phases de son élaboration,
- les partenaires financiers qui lui ont permis de voir le jour.

Cette plaquette est un support de sensibilisation et d'information complémentaire aux actions animées et aux informations apportées par les différents professionnels intervenants en milieu carcéral, conçu dans un format (fond et forme) adapté aux publics et répondant à leurs préoccupations les plus courantes sur le thème de la santé et des droits.



Avec le soutien de :



Édition - 12/2020

Impression : Imprimerie IMAV

Traductions : ISM Corum

Explications des symboles

6



La vie dedans

8



Préparation à la sortie

20



La vie dehors

28



Notes

30



Annuaire droits

32



Prévenu



Jl : Juge d'Instruction
PROC : Procureur



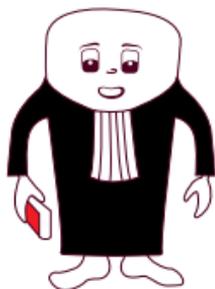
Condamné



JAP : juge de
 l'application des peines



Avocat



Greffe



Direction de l'Administration Pénitentiaire



Bureau de Gestion de la Détenction

BGD

Surveillant



SPIP : Service Pénitentiaire d'Insertion et de Probation

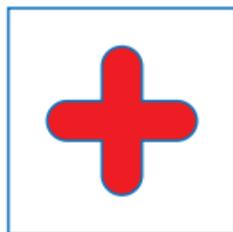
SPIP

7

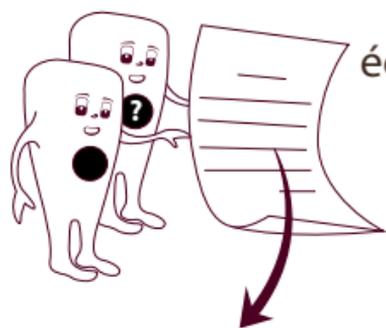
ULE : Unité Locale d'Enseignement



US : Unité Sanitaire



Ecrire pour faire une demande

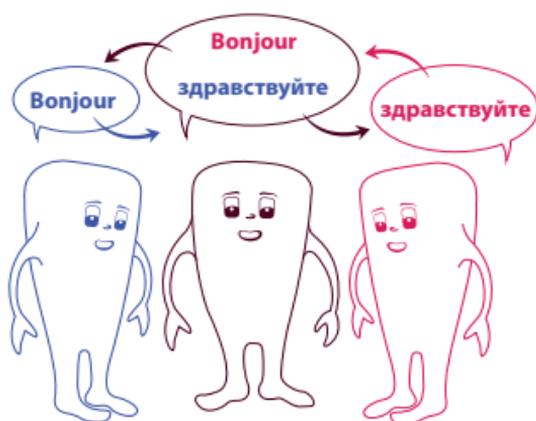


**SPIP, Juges, Greffe,
Directeur de la prison,
scolaire, unité sanitaire,
service travail ...**

pour toute demande,
écrire une lettre au service
concerné ou demander
un formulaire au
surveillant

pour les
démarches officielles
(rapprochement
familial, transfert...)
demander une preuve
de dépôt

Langue



vous pouvez
demander
l'aide d'un
traducteur

des cours de
français sont
donnés au
service scolaire ;
si vous êtes
intéressés écrivez
à l'unité locale
d'enseignement

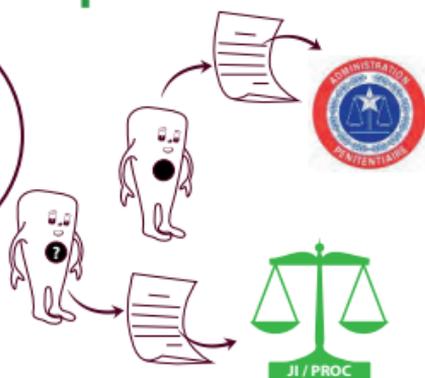
Domiciliation



si vous n'avez pas de domicile personnel vous pouvez demander une domiciliation à la prison pour vos démarches administratives

9

Accès au téléphone

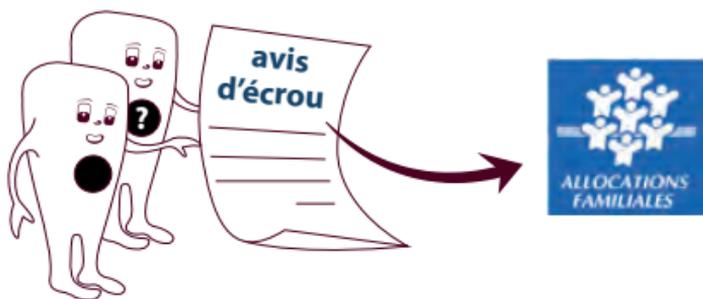


L'appel est libre pour tous les numéros qui commencent par #. la liste est disponible à côté du téléphone. l'appel est confidentiel pour l'avocat, le Contrôleur Général des lieux de privation de liberté et le défenseur des droits

condamné :
demande
au
directeur
de la
prison

prévenu :
demande
au juge
d'instruction

Démarches à faire pour vos ressources



ATTENTION
informer la CAF de votre
incarcération dès votre arrivée pour :

prestations familiales :
maintien du versement pendant 2
mois puis réévaluation de la situation
familiale

AAH (Allocation Adulte Handicapé) :
versement maintenu à 100 % pendant
60 jours ; au delà, le montant passe à
30 % (continuer à faire votre déclaration
de ressources)

RSA (Revenu de Solidarité Active) :
versement maintenu durant 60 jours
(attention les trop perçus vous seront
réclamés)

Impôts



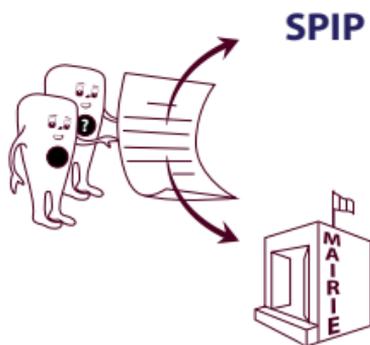
SPIP

il faut remplir
une déclaration
d'impôts même
si pas de
ressources ;

une déclaration
tardive est
toujours
possible

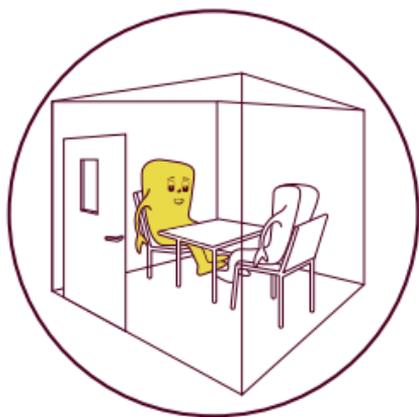
11

Mariage, PACS, naissance



écrire au SPIP ou
directement à la Mairie

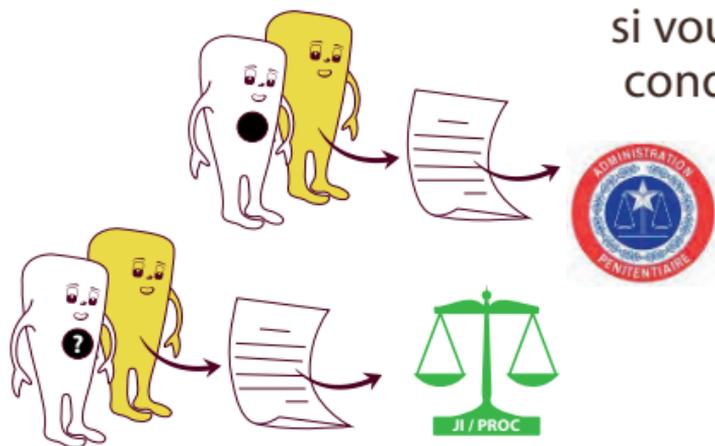
Permis de visite



le visiteur
demande par écrit
(la première fois,
joindre les
justificatifs exigés) :

soit au juge
d'instruction
si vous êtes prévenu

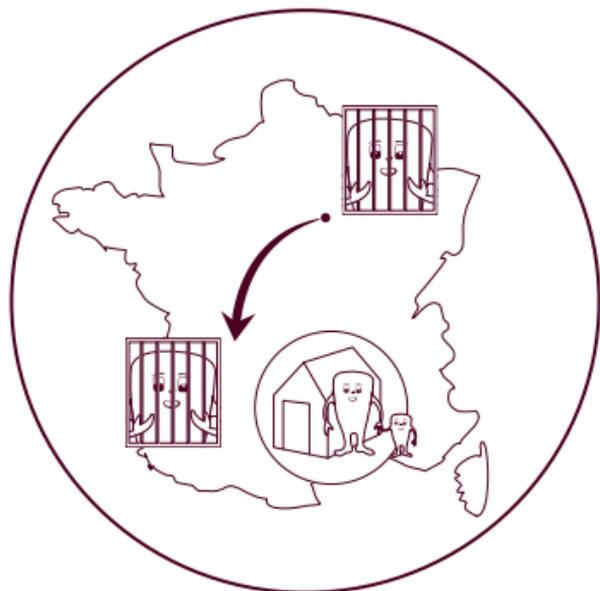
soit au directeur
de la prison
si vous êtes
condamné



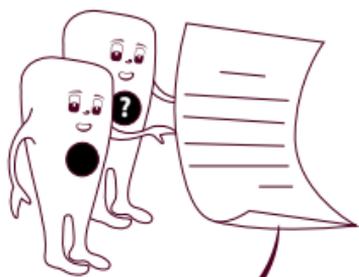
**pour les visites d'enfants mineurs à
leur parent incarcéré, si l'enfant ne
peut pas se faire accompagné par un
adulte, il faut voir avec le**

SPIP

Rapprochement familial



13

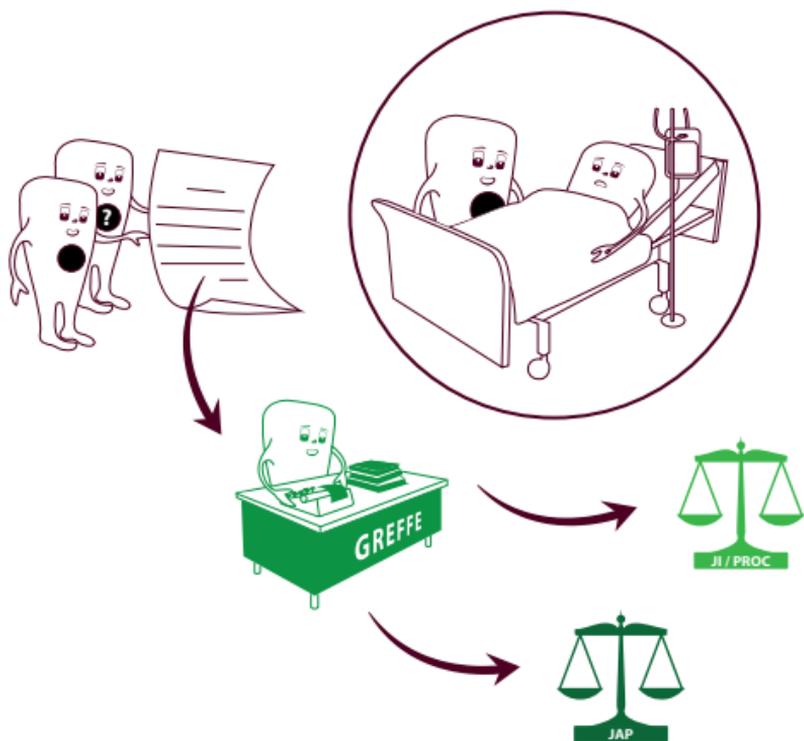


lettre au directeur ;
si pas de réponse
au bout de
2 mois = refus



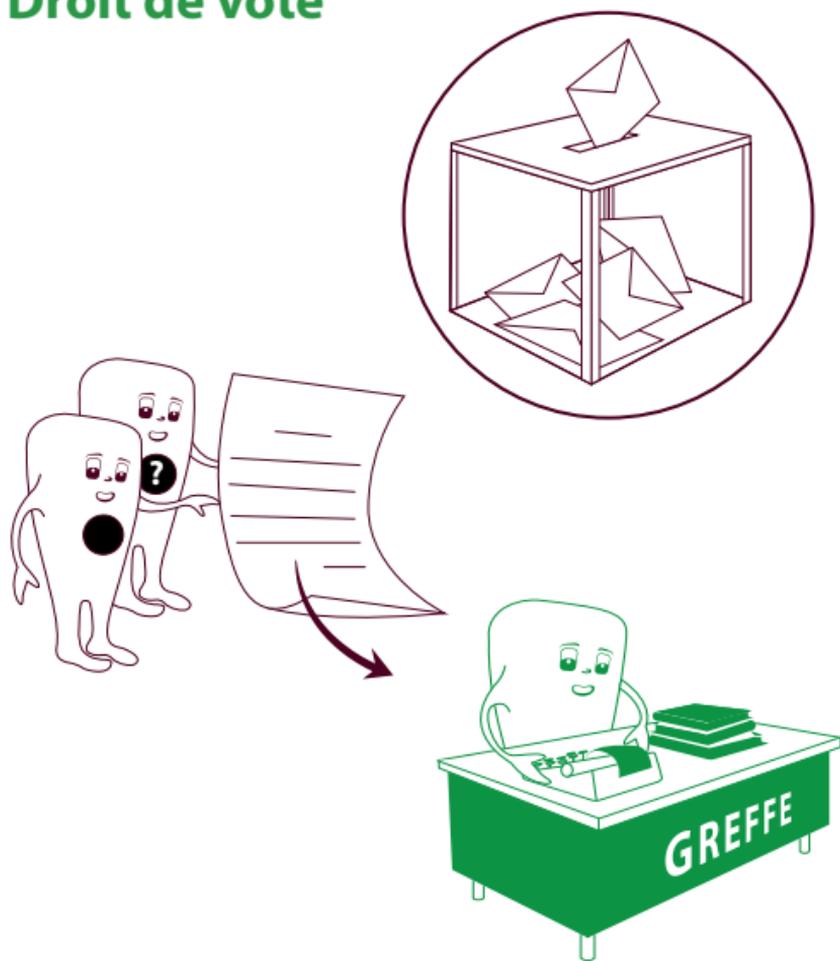
si refus un recours
est possible
pendant 2 mois
auprès de la Direction
Interrégionale des
Services Pénitentiaires

Permission de sortir et autorisation de sortie pour circonstances familiales (naissance, décès, maladie)



être condamné à moins de 5 ans de prison ou avoir effectué la moitié de sa peine ; pour des circonstances graves, un prévenu ou un condamné peut demander une autorisation de sortie sous escorte ; dans tous les cas, l'accord du juge est nécessaire

Droit de vote

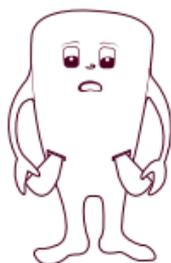
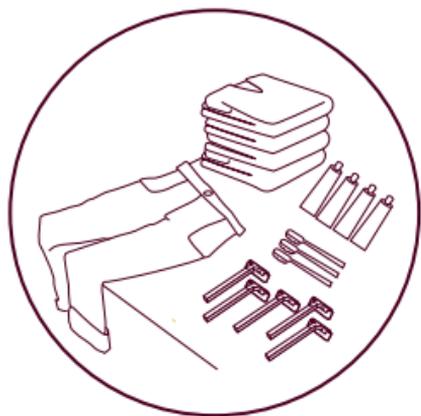


15

pour voter, avoir plus de 18 ans,
être de nationalité française,
être inscrit sur les listes électorales
et jouir de ses droits civils et politiques

le vote se fera par correspondance
ou par procuration

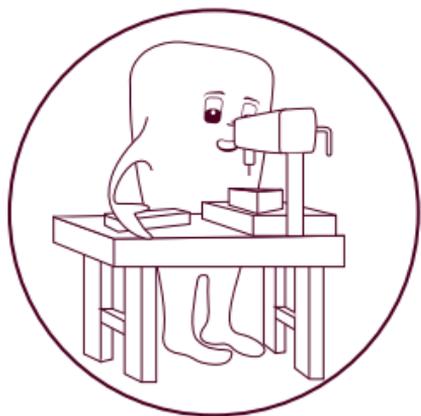
Aide à la vie quotidienne



pour les indigents plusieurs aides sont possibles (alimentaire, hygiène, vêtements, accès aux activités, TV...)

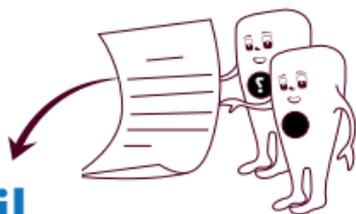


Accès au travail



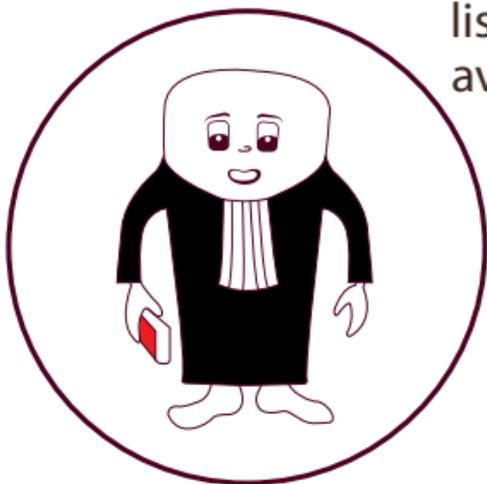
en général, les indigents sont prioritaires

faire une demande dès l'arrivée



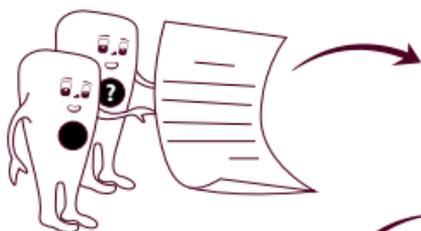
Réfèrent travail

Accès à un avocat

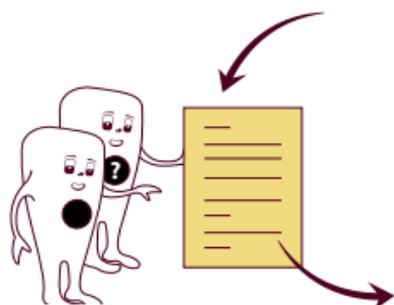


liste et adresses des
avocats disponibles
au quartier
arrivants, au
parloir avocat
ou au greffe

Aide
Juridictionnelle
= gratuité, suivant
ressources



SPIP

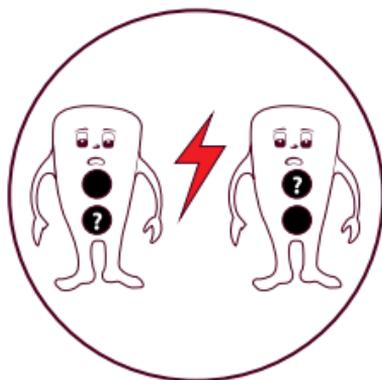


TGI

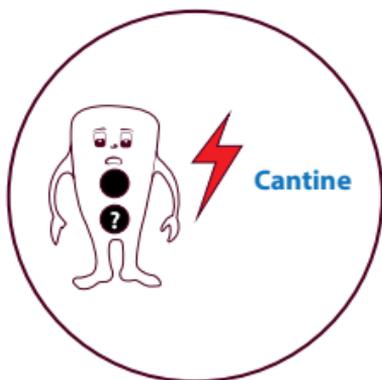
toute personne détenue peut
demander l'aide juridictionnelle (AJ);
envoyer le formulaire de demande
au Bureau d'Aide Juridictionnelle
au Tribunal de Grande Instance (TGI)

J'ai un problème avec ...

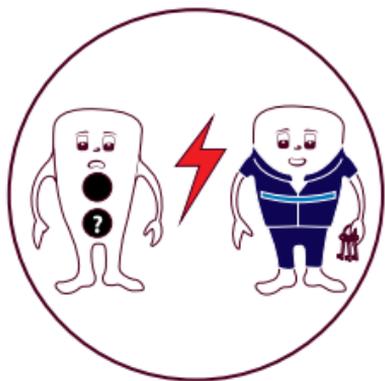
... un détenu, j'écris à



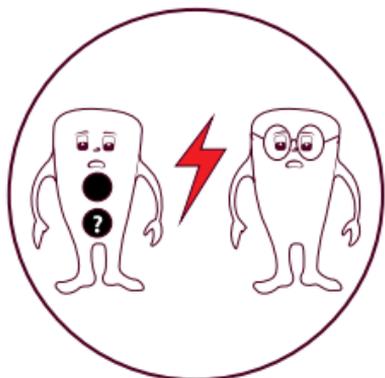
... la cantine, j'écris à



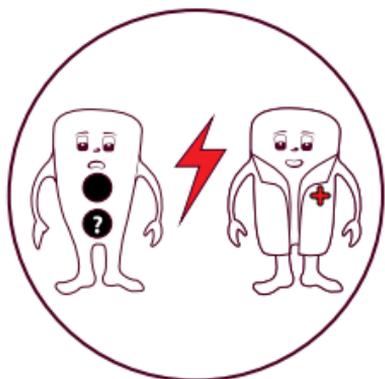
... un surveillant, j'écris à



... un professeur, j'écris à



... un professionnel de santé, j'écris à



Préparation à la sortie

pour préparer sa sortie,
prendre RDV :

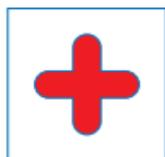


avec le SPIP
pour vous aider
dans les
démarches
administratives

avec l'US
pour le suivi
médical



SPIP

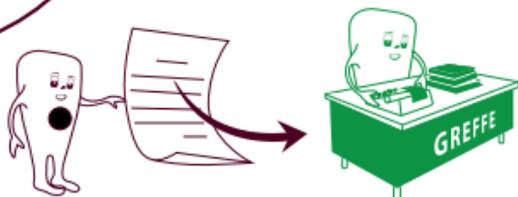


ATTENTION
préparer sa sortie
plusieurs mois avant

Permission de sortir



il faut être
condamné et
être dans
les délais légaux ;
écrire au Greffe



21

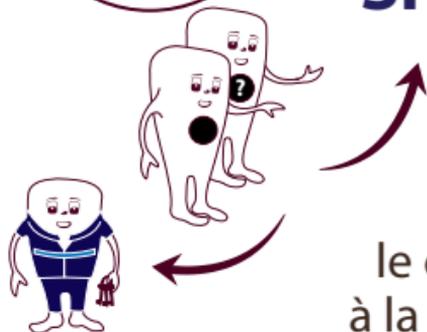
Photos d'identité



des photographes
peuvent venir

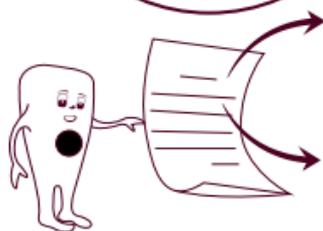
SPIP

demander
au SPIP
ou aux
surveillants



le coût de la photo est
à la charge des détenus

Carte identité



SPIP



la carte d'identité est nécessaire pour les démarches administratives ; pour faire une demande d'une nouvelle carte d'identité écrire au greffe ou au SPIP

Titre de séjour / APS (Autorisation Provisoire de Séjour)



SPIP



si vous ne faites pas l'objet d'une mesure d'éloignement ou d'expulsion, vous pouvez demander un premier titre de séjour ou le renouvellement de votre titre 2 mois avant son expiration

Ressources



il existe plusieurs types
d'aides à la sortie :

ARE

Allocation d'aide
au Retour à l'Emploi

RSA

Revenu de Solidarité Active

AAH

Allocation Adulte
Handicapé
etc .



SPIP

23

Avis d'imposition



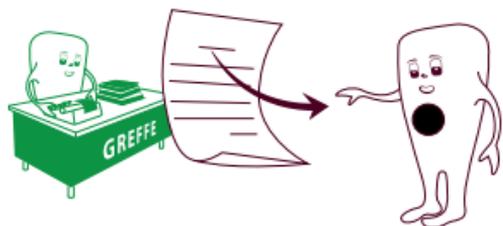
l'avis
d'imposition
est nécessaire
pour les
demandes
d'aide
sociale ou
de logement



SPIP

Santé / Assurance Maladie (CPAM)

maintien des droits pour le régime de base pendant 1 an après la libération (pour détenu et ayant droit) avec l'attestation remise par le greffe à la libération ;



**ne pas
la perdre
car le greffe
ne délivre pas
de double**

24

Carte Vitale



je n'ai plus
ma carte vitale =>
demander une
attestation à
la CPAM
pour le médecin
et la pharmacie ;



et faire un courrier
pour demander
la réédition de la carte

PUMA (Protection Universelle Maladie) / CSS (Complémentaire Santé Solidarité) / AME (Aide Médicale d'Etat)

si vous habitez et travaillez en
France de manière stable et
régulière, demander la PUMA

si vos ressources sont inférieures au plafond
légal demander la CSS auprès de la CPAM

si vous n'avez pas de titre de séjour,
demander l'AME



SPIP

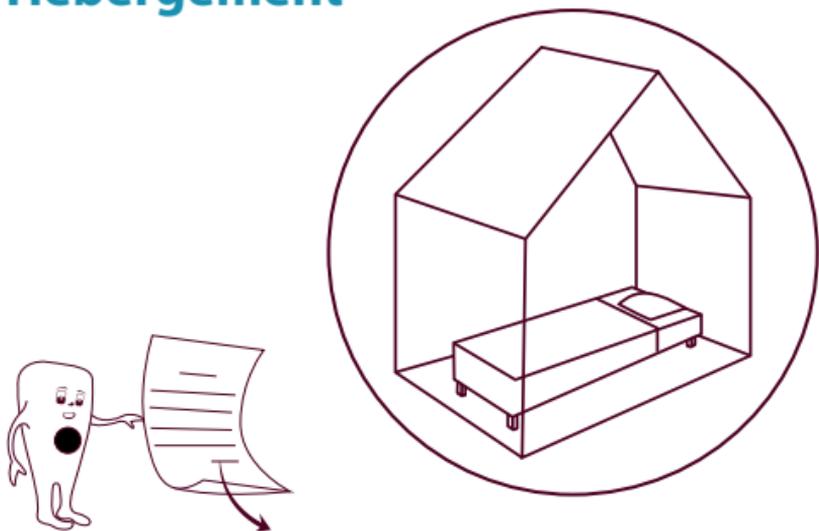
pour les personnes atteintes de maladie
de longue durée (ALD), prise en charge
des soins et médicaments
à 100% par la CPAM

Aménagement de peine



être condamné et remplir les conditions de délais pour demander un aménagement de peine (liberté conditionnelle, placement extérieur, semi-liberté, placement sous surveillance électronique)

Hébergement



SPIP

il existe différents organismes ou structures pour vous aider à trouver un hébergement :

Maison de la Veille Sociale ou SIAO,

Appartements de Coordination
Thérapeutique (ACT),

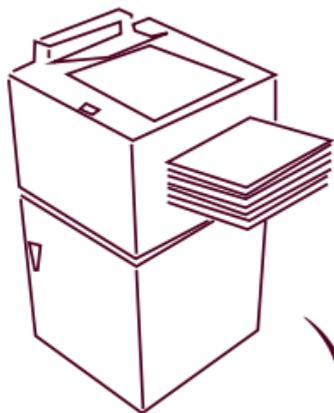
Centres d'Hébergement et de
Réinsertion Sociale (CHRS),

Associations (Appartements Relais)

Billet de sortie



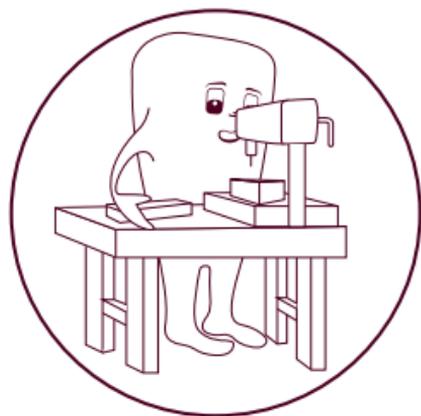
faire des photocopies du billet de sortie car il est nécessaire pour les démarches administratives et vous n'aurez pas de duplicata une fois sorti



...

informer les services sociaux de votre libération pour réactiver vos droits

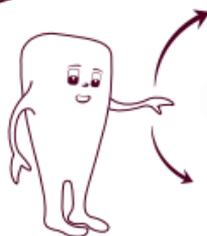
Emploi



mission locale
pour les moins
de 26 ans



MISSIONS LOCALES
RHÔNE - ALPES



pole-emploi.fr

pôle emploi
pour les plus
de 26 ans

en cas de peine courte (4 mois)
les droits au chômage
sont réactivés sur présentation
du billet de sortie ;

il faut se réinscrire par tél au : 3949
ou par internet : www.pole-emploi.fr

Notes :

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

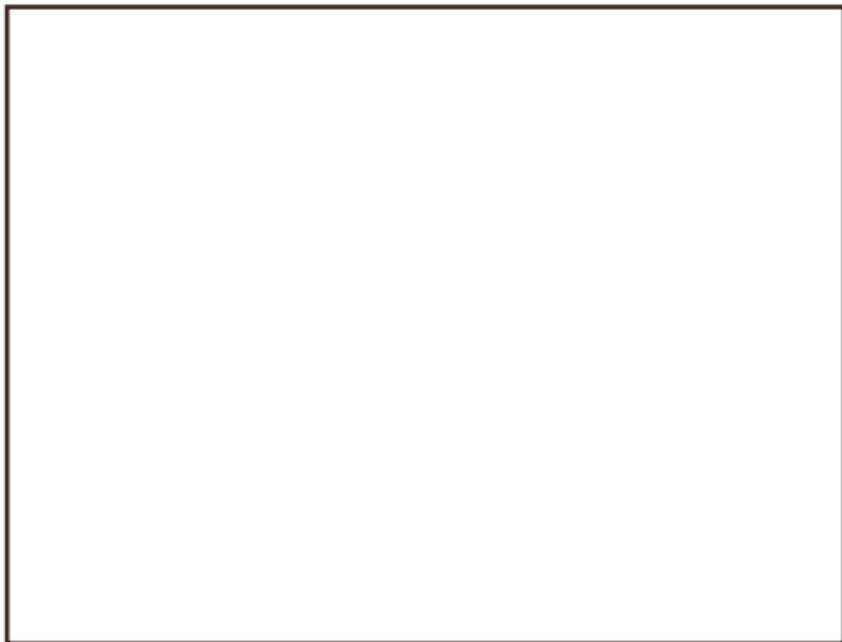
.....

.....

.....

.....

.....



Annuaire droits

ARAPEJ

CIMADE Rhône-Alpes

33 rue Imbert-Colomès

69001 LYON

0 800 870 745

rhone-alpes@lacimade.org

01 43 72 98 41

**Direction Interrégionale des Services Pénitentiaires
(DISP) de LYON**

19 rue Crepet

CS 70607 - 69366 Lyon Cedex 07

EDF a des tarifs préférentiels pour les personnes sortantes de prison :
pour l'électricité **0 800 333 123**
pour le gaz **0 800 333 124**

**Le Contrôleur général
des lieux de privation de liberté**

01 53 38 47 80

BP 10301

75921 Paris cedex 19

OIP

0 950 92 00 34 *

Observatoire International des Prisons **01 44 52 87 90 ****

57 rue Sébastien Gryphe

69007 Lyon

* pour les établissements pénitentiaires des DISP de Lyon et Marseille

** pour les établissements pénitentiaires des autres DISP

SIDA INFO DROITS

0 810 636 636

POINT D'ACCES AUX DROITS

lieux de permanence sur :

www.annuaires.justice.gouv.fr