

# Module de formation des ambassadeurs de la prévention du VIH



Ce module de formation a été développé par le Consortium Optimizing Prevention Technology Introduction On Schedule (OPTIONS), le projet Meeting Targets and Maintaining Epidemic Control (EpiC) et la Collaboration for HIV Prevention Options to Control the Epidemic (CHOICE). Les partenaires OPTIONS, EpiC et CHOICE qui ont contribué au développement du module de formation comprennent FHI 360 à Eswatini et au Kenya, AVAC, LVCT Health au Kenya, Pangea Zimbabwe AIDS Trust au Zimbabwe et Wits Reproductive Health and HIV Institute en Afrique du Sud. Un élément essentiel du travail d'OPTIONS, d'EpiC et de CHOICE est de garantir l'accès et l'utilisation efficace de la prophylaxie pré-exposition orale (PrEP) pour la prévention du VIH. Par conséquent, donner aux individus les connaissances, les compétences et le pouvoir nécessaires pour discuter de la prévention du VIH avec leurs pairs, partenaires, familles et communautés est essentiel pour normaliser la PrEP orale afin qu'ils puissent l'utiliser avec succès pour se protéger du VIH. Le contenu a également été éclairé par des consultations avec des représentants de ANOVA Health for Men et OUT Ten 81 en Afrique du Sud, et Transgender Equality Uganda en Ouganda.

Le Consortium OPTIONS est un accord de coopération de cinq ans, financé par le Plan d'urgence du président américain pour la lutte contre le SIDA (PEPFAR) et l'Agence américaine pour le développement international (USAID). Les partenaires du Consortium OPTIONS mènent une série d'activités pour soutenir le déploiement et l'extension de la PrEP orale pour la prévention du VIH au Kenya, en Afrique du Sud, au Zimbabwe et dans le monde. OPTIONS est dirigé par FHI 360, Wits Reproductive Health and HIV Institute (Wits RHI) et AVAC, avec les partenaires principaux LVCT Health, Pangea Zimbabwe AIDS Trust (PZAT), FSG, Avenir Health, London School of Hygiene and Tropical Medicine et McCann Global Santé.

EpiC est une initiative mondiale de cinq ans, financée par le PEPFAR et l'USAID. EpiC fournit une assistance technique stratégique et une prestation de services directe pour parvenir à contrôler l'épidémie de VIH et promouvoir une gestion autonome des programmes nationaux de lutte contre le VIH en améliorant le dépistage des cas de VIH, la prévention, la programmation du traitement et la suppression de la charge virale. EpiC est dirigé par FHI 360 avec les partenaires principaux Right to Care, Palladium, Population Services International (PSI) et Gobe Group.

CHOICE est une collaboration de 18 mois financée par l'USAID, en partenariat avec PEPFAR, via EpiC et Reaching Impact, Saturation, and Epidemic Control (RISE). Le but de ce partenariat est de combler les lacunes techniques et de soutenir la mise à l'échelle nationale de la PrEP dans les pays PEPFAR grâce à la production, à la traduction et à l'utilisation de la recherche de preuves catalytiques. CHOICE est dirigé par FHI 360 et Jhpiego.

#### **Citation recommandée :**

OPTIONS Consortium, EpiC and CHOICE. HIV Prevention Ambassador Training Package. Durham (NC): FHI 360; 2020.

**Nous aimerions savoir comment vous avez utilisé cette formation. Veuillez nous envoyer un courriel à [ambassadortraining@PrEPNetwork.org](mailto:ambassadortraining@PrEPNetwork.org).**

#### **Direction de projet et rédaction technique :**

Michele Lanham et Giuliana Morales, FHI 360

#### **Illustrations et mise en page :**

Anthia Mirawidya (Collective Action) et Jill Vitick (FHI 360)

#### **Conseils techniques :**

Chris Akolo<sup>1</sup>, Elmarie Briedenmann<sup>2</sup>, Manju Chatani<sup>3</sup>, Danielle Darrow de Mora<sup>1</sup>, Tinei Chitowa Denhere<sup>4</sup>, Many Dotson<sup>5</sup>, Morgan Garcia<sup>1</sup>, Patricia Jeckonia<sup>6</sup>, Bridget Jjuuko<sup>7</sup>, Jordan Kyongo<sup>6</sup>, Andrew Lambert<sup>1</sup>, Imelda Mahaka<sup>8</sup>, Maryline Mireku<sup>6</sup>, Prisca Mutero<sup>4</sup>, Laura Muzart<sup>1</sup>, Definate Nhamo<sup>9</sup>, Njambi Njuguna<sup>1</sup>, Diantha Pillay<sup>2</sup>, Melanie Pleaner<sup>2</sup>, Jason Reed<sup>5</sup>, Regeru Regeru<sup>6</sup>, Rachel Scheckter<sup>1</sup>, Linly Seyama<sup>9</sup>, Bhekizitha Sithole<sup>1</sup>, Kristine Torjesen<sup>1</sup>, Nkunda Vundamina<sup>2</sup>, Rose Wilcher<sup>1</sup>, Ntokozo Zakwe<sup>7</sup>

<sup>1</sup>FHI 360, <sup>2</sup>Wits RHI, <sup>3</sup>AVAC, <sup>4</sup>University of Zimbabwe College of Health Sciences Clinical Trials Research Centre, <sup>5</sup>Jhpiego, <sup>6</sup>LVCT Health, <sup>7</sup>AVAC Fellows, <sup>8</sup>PZAT, <sup>9</sup>Malawi College of Medicine Johns Hopkins Project

#### **Soutien à la traduction française :**

Catherine Bocher, Nicole Macagna et Jean Raoul Nsanganira, FHI 360

---

**Ce module de formation est adapté de la Boîte à outils des ambassadeurs de la prévention du VIH pour les adolescentes et les jeunes femmes (2019), développé par le Consortium OPTIONS et Collective Action.**

#### **Conception pédagogique et rédaction de contenu :**

Alison Barclay, Sarah Williamson, et Melissa Russell, Collective Action

#### **Direction de projet et rédaction technique :**

Morgan Garcia, Michele Lanham, et Giuliana Morales, FHI 360

#### **Illustrations et graphisme :**

Anthia Mirawidya, Collective Action

---

Ce travail est autorisé sous une licence internationale Creative Commons Attribution-Non commercial 4.0. Ce module de formation a été rendu possible grâce au généreux soutien du peuple américain à travers l'USAID et le PEPFAR à travers les termes des accords de coopération n° AID-OAA-A-15-00035, n° 7200AA19CA00002 et n° 7200AA19CA00003. Le contenu est la responsabilité du projet CHARISMA, du projet EpiC, du projet RISE et de l'activité l'CHOICE et ne reflètent pas nécessairement les points de vue de l'USAID, du PEPFAR ou du gouvernement des États-Unis.

# Module de formation des ambassadeurs de la prévention du VIH



Novembre 2020

# Remerciements

Le Consortium OPTIONS, le projet EpiC et l'activité CHOICE souhaitent reconnaître le leadership, la détermination et la résilience des individus qui travaillent à la prévention du VIH dans leurs communautés à travers l'Afrique et dans le monde. C'est grâce à leur leadership que le VIH sera éliminé en Afrique. Nous tenons particulièrement à remercier les contributeurs d'Eswatini, du Kenya, d'Afrique du Sud, d'Ouganda et du Zimbabwe qui ont partagé leurs connaissances et leurs expériences pour informer le développement de ce module de formation.

Ce paquet s'appuie également sur les connaissances et l'expertise collectives des organisations communautaires qui travaillent sans relâche pour la prévention du VIH dans toute l'Afrique. Nous espérons que ce paquet les soutiendra dans leur travail.

Ce module de formation s'appuie sur les bases solides des ressources existantes dans les domaines de la prévention du VIH, de l'égalité des sexes et de la violence, de la santé sexuelle et reproductive et des droits de l'homme, y compris la formation LINKAGES pour les pairs et les agents de sensibilisation : Prévention et réponse à la violence, le Wits RHI Oral PrEP Adherence Counseling Triangle, la boîte à outils CHARISMA : Empowerment Counseling to Improve Women's Ability to Use PrEP Safely and Effectively, la boîte à outils International Treatment Preparedness Coalition PrEP Key Population Activist et bien d'autres. Il s'inspire également des directives de l'Organisation mondiale de la santé sur la PrEP orale et d'autres ressources OPTIONS.



# Acronymes et Abréviations

|                |                                                                                          |
|----------------|------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>AGYW</b>    | Adolescentes et jeunes femmes                                                            |
| <b>ARV</b>     | Antirétroviraux                                                                          |
| <b>CARE</b>    | Créer un espace sûr, Activement écouter, Rassurer et Employer les moyens et les soutenir |
| <b>CEDEF</b>   | Convention sur l'élimination de toutes les formes de discrimination à l'égard des femmes |
| <b>CHOICE</b>  | Collaboration for HIV Prevention Options to Control the Epidemic                         |
| <b>CMMV</b>    | Circoncision médicale masculine volontaire                                               |
| <b>CSC</b>     | Couples sérodiscordants                                                                  |
| <b>EpiC</b>    | Meeting Targets and Maintaining Epidemic Control                                         |
| <b>FGC</b>     | Coupe génitale féminine                                                                  |
| <b>HSH</b>     | Hommes qui ont des relations sexuelles avec des hommes                                   |
| <b>IST</b>     | Infections sexuellement transmissibles                                                   |
| <b>LGBTQI</b>  | Lesbiennes, gays, bisexuels, transgenres, queer et intersexués                           |
| <b>OBC</b>     | Organisations communautaires                                                             |
| <b>OMS</b>     | Organisation mondiale de la santé                                                        |
| <b>OPTIONS</b> | Optimizing Prevention Technology Introduction On Schedule                                |
| <b>PBFW</b>    | Femmes enceintes et allaitant                                                            |
| <b>PEP</b>     | Prophylaxie post-exposition                                                              |
| <b>PEPFAR</b>  | Plan d'urgence du président américain pour la lutte contre le SIDA                       |
| <b>PID</b>     | Les personnes qui s'injectent des substances à des fins récréatives                      |

# Acronymes et Abréviations (a continué)

|              |                                                       |
|--------------|-------------------------------------------------------|
| <b>PrEP</b>  | Prophylaxie pré-exposition                            |
| <b>PWID</b>  | Personnes qui s'injectent des drogues                 |
| <b>RISE</b>  | Reaching Impact, Saturation, and Epidemic Control     |
| <b>SDSR</b>  | Santé sexuelle et reproductive                        |
| <b>SIDA</b>  | Syndrome d'immunodéficience acquise                   |
| <b>TAR</b>   | Thérapie antirétrovirale                              |
| <b>TB</b>    | Tuberculose                                           |
| <b>Trans</b> | Transgenre                                            |
| <b>U=U</b>   | Indétectable égale non transmissible                  |
| <b>USAID</b> | Agence américaine pour le développement international |
| <b>UVL</b>   | Charge virale indétectable                            |
| <b>VBG</b>   | Violence basée sur le genre                           |
| <b>VIH</b>   | Virus de l'immunodéficience humaine                   |

# Table des matières

## À propos de ce module de formation 7

### **Part 1 Préparation du facilitateur 11**

Identifier les ambassadeurs de la prévention du VIH 12

Préparation à la formation 15

Conseils de facilitation 18

### **Part 2 Manuel de formation 21**

Utilisation de ce manuel de formation 22

### **Introduction à la formation 29**

Introduction 30

### **Connaissances fondamentales 37**

① Droits de l'homme 38

② VIH et SIDA – Les bases 51

③ Vulnérabilité biologique au VIH 61

④ Stigmatisation, discrimination et violence  
basées sur le genre 75

⑤ Répondre aux divulgations de violence 97



## **PrEP orale** **119**

|                                              |     |
|----------------------------------------------|-----|
| Connaissances essentielles sur la PrEP orale | 121 |
| Sessions de PrEP orale                       | 141 |
| ① Combinaison de prévention et de PrEP orale | 142 |
| ② Découvrir la PrEP orale                    | 148 |
| ③ Décider d'utiliser la PrEP orale           | 155 |
| ④ Obtenir la PrEP orale                      | 159 |
| ⑤ Prendre et rester sous PrEP orale          | 162 |
| ⑥ Dire aux autres                            | 166 |
| ⑦ Sensibilisation                            | 170 |
| ⑧ Plaidoyer                                  | 175 |
| ⑨ Plan d'action                              | 179 |



## **Compétences d'ambassadeur** **205**

|                                              |     |
|----------------------------------------------|-----|
| ① Compétences de soutien par les pairs       | 206 |
| ② Définition des limites et soins personnels | 220 |



## **Clôture** **229**

|                       |     |
|-----------------------|-----|
| Diplôme d'ambassadeur | 230 |
|-----------------------|-----|

## **Étapes suivantes** **233**



## **Annexes** **235**

|                                         |     |
|-----------------------------------------|-----|
| Modèle de répertoire de référence local | 236 |
| Mots clés                               | 237 |
| Ressources                              | 240 |



# À propos de ce module de formation

La PrEP orale a récemment été mise à disposition en tant qu'option supplémentaire de prévention du VIH pour les personnes vulnérables au VIH. Ce module de formation a été développé par le Consortium OPTIONS, le projet EpiC et l'activité CHOICE pour les organisations communautaires (OBC) et d'autres organisations et groupes pour former des ambassadeurs de la prévention du VIH. Il est écrit pour un public en Afrique subsaharienne mais pourrait facilement être modifié pour d'autres contextes géographiques où la PrEP est proposée. Le but ultime du module de formation est de promouvoir l'engagement significatif des communautés et des utilisateurs potentiels et actuels de la PrEP dans le déploiement de la PrEP orale pour la prévention du VIH.

Des exemples et des informations spécifiques sont inclus pour les populations suivantes, en reconnaissance du fait que ces groupes sont des populations prioritaires de la PrEP dans de nombreux pays :

- **Adolescentes et jeunes femmes (AGYW)** — filles et femmes âgées de 15 à 24 ans
- **Hommes ayant des relations sexuelles avec des hommes (HSH)** — hommes qui ont des relations sexuelles avec des hommes, qu'ils aient ou non également des relations sexuelles avec des femmes ou s'identifient comme homosexuels ou bisexuels
- **Les personnes qui s'injectent des drogues (PID)** — les personnes qui s'injectent des substances à des fins récréatives / pour modifier leur état mental
- **Femmes enceintes ou allaitantes (PBFW)**
- **Couples sérodiscordants (CSC)** — Deux personnes dans une relation sexuelle dans laquelle un partenaire est séropositif et l'autre séronégatif
- **Travailleurs(euses) du sexe** — les femmes, les hommes et les transgenres consentants (âgés de 18 ans et supérieur) qui reçoivent de l'argent ou des biens en échange de services sexuels, régulièrement ou occasionnellement
- **Les personnes transgenres** — les personnes dont l'identité de genre est différente de leur sexe assigné à la naissance

Il existe souvent une intersectionnalité entre ces groupes, par exemple, les AGYW qui sont des travailleuses du sexe ou les PBFW qui s'injectent des drogues. Bien que nous utilisions les termes comme AGYW et HSH dans ce module de formation, lorsque vous parlez avec des participants ou des ambassadeurs, il est important d'utiliser les termes complets (adolescentes et jeunes femmes ; hommes ayant des relations sexuelles avec des hommes) au lieu des acronymes. Découvrez également la terminologie la plus appropriée et la plus acceptable à utiliser dans votre environnement local.

Si vous ne formez que l'AGYW, nous vous recommandons d'utiliser le module HIV Prevention Ambassador Training Package and Toolkit for adolescent girls and young women (AGYW), qui est le module de formation à partir duquel celui-ci a été adapté. Si vous formez une autre population ou un groupe mixte qui comprend AGYW, nous vous recommandons d'utiliser cette version du module de formation. Si vous utilisez ce module avec des populations prioritaires de la PrEP autres que celles énumérées ci-dessus, nous vous recommandons d'avoir une bonne compréhension de ce qui rend le groupe vulnérable au VIH, de ce qui les expose à un risque de violence, des principales préoccupations et questions qu'ils ont au sujet de la PrEP, et quels sont leurs principaux obstacles à l'adoption de la PrEP. Cela vous aidera à adapter le matériel de formation de manière appropriée au public.

En raison de la pandémie de COVID-19, de nombreuses formations en personne ont été converties en formations en ligne. Cette formation a été conçue pour la prestation en personne, mais certaines de ses composantes ont été adaptées pour être complétées en ligne. Les sessions orales PrEP du module de formation pour les adolescentes et les jeunes femmes (AGYW) sont disponibles pour les Ambassadeurs à compléter à <https://www.prepwatch.org/>. Une formation virtuelle et interactive de formateurs est actuellement en cours d'élaboration et devrait être disponible en 2021.

Cette version du module de formation n'a pas été formellement adaptée à la diffusion en ligne, mais les OBC pourraient envisager de proposer les sessions via des plateformes en ligne telles que Zoom ou WhatsApp.

Cette formation aidera les participants à développer les connaissances et les compétences :

- Donner à leurs pairs des informations détaillées et précises sur la PrEP orale dans le cadre d'une approche combinée de prévention du VIH et répondre aux questions et aux préoccupations des pairs
- Éduquer leurs pairs sur les droits de l'homme et l'importance du plaidoyer pour le droit à la prévention du VIH, y compris la PrEP orale
- Aider leurs pairs à prendre des décisions éclairées, à avoir accès à la PrEP orale, à l'utiliser tel que prescrit, à continuer de l'utiliser pendant qu'ils sont vulnérables au VIH et à informer les autres de leur utilisation de la PrEP orale
- Sensibiliser et renforcer le soutien de la communauté pour la PrEP orale
- Identifier les obstacles à l'utilisation orale de la PrEP, et développer et mettre en œuvre des stratégies de plaidoyer pour réduire ces obstacles
- Éduquer leurs pairs sur le VIH et le SIDA, notamment sur la manière dont le VIH est transmis et prévenu et pourquoi certaines populations sont particulièrement vulnérables au VIH
- Éduquer leurs pairs sur le VIH et le SIDA, notamment sur la manière dont le VIH est transmis et prévenu et pourquoi certaines populations sont particulièrement vulnérables au VIH
- Soutenir leurs pairs qui vivent la violence en utilisant l'écoute active et en leur donnant les moyens d'accéder aux services
- Assurer la confidentialité de leurs pairs
- Fixez des limites et pratiquez les soins personnels

## Pourquoi ce module de formation est-il nécessaire ?

Les taux d'infection à VIH restent très élevés dans de nombreux pays d'Afrique subsaharienne. Les populations prioritaires de la PrEP sont confrontées à de nombreux obstacles à la prévention du VIH, notamment des normes sociales et sexospécifiques néfastes, un accès inégal à l'éducation et à l'information, une action limitée, la criminalisation et les violations systémiques des droits. Pour ces raisons, des efforts sont en cours pour élargir l'accès à la PrEP orale parmi les populations prioritaires dans de nombreux pays. La PrEP orale offre aux personnes une option supplémentaire pour se protéger du VIH, et une diminution de l'incidence du VIH dans ces groupes est essentielle pour mettre fin à l'épidémie de VIH.

Il existe de nombreux programmes réussis qui engagent et mobilisent les membres de la communauté pour la prévention du VIH. Cependant, étant donné que la PrEP orale est une nouvelle option pour la prévention du VIH, peu de matériels de formation l'incluent dans l'ensemble des options de prévention du VIH. Ce module de formation a été développé pour combler cette lacune. Cela garantira également que les individus possèdent les connaissances et les compétences nécessaires pour éclairer de manière significative l'élaboration de programmes de PrEP orale dans leurs communautés. Il peut être intégré dans les programmes de prévention du VIH existants ou utilisé comme module de formation complet pour un nouveau programme.

Les personnes qui terminent cette formation seront appelées « **ambassadeurs de la prévention du VIH** », car la PrEP orale n'est qu'une partie d'une approche combinée de prévention du VIH. Le rôle des ambassadeurs de la prévention du VIH variera selon les organisations et les pays, mais en général, les ambassadeurs feront la promotion de la prévention du VIH parmi leurs pairs et au sein de leurs communautés. Les organisations devraient se sentir libres d'utiliser leur terminologie existante pour les participants au programme (par exemple, les éducateurs pairs, les agents de sensibilisation par les pairs, les mobilisateurs communautaires, les champions de la prévention du VIH).

## Qui devrait utiliser cette formation ?

Cette formation peut être utilisée par des groupes qui travaillent déjà avec les populations affectées par le VIH, y compris les OBC, les services de santé gouvernementaux, les organisations non gouvernementales et autres. Il peut également être utilisé par les ambassadeurs de la prévention du VIH qui ont suivi cette formation et qui souhaitent l'utiliser dans le cadre de leur travail avec leurs pairs et la communauté. Les animateurs doivent avoir une connaissance approfondie de la population qu'ils forment et les compétences nécessaires pour travailler efficacement avec cette population. Cette formation est particulièrement utile dans les contextes où la PrEP orale est déjà disponible ou où il est prévu de la déployer ; cependant, certaines parties de la formation pourraient être bénéfiques pour les défenseurs qui défendent la PrEP afin qu'elle soit disponible dans leur pays ou dans leur milieu.

## Utiliser ce module de formation

Ce module de formation est divisé en trois parties :

|                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|-------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>PARTIE 1</b><br><b>Préparation du</b><br><b>facilitateur</b>               | Informations que les animateurs doivent lire avant de mettre en œuvre la formation. Il comprend des suggestions pour identifier les ambassadeurs de la prévention du VIH, des conseils de facilitation et des conseils sur la préparation des informations et du matériel pour la formation. |
| <b>PARTIE 2</b><br><b>Manuel de</b><br><b>formation</b>                       | Un manuel complet destiné aux facilitateurs pour former les individus à devenir des ambassadeurs de la prévention du VIH. Le manuel comprend des informations sur chaque sujet, des plans de session détaillés et du matériel de formation.                                                  |
| <b>PARTIE 3</b><br><b>Boîte à</b><br><b>outils des</b><br><b>ambassadeurs</b> | Un livre séparé pour les participants qui comprend le matériel qu'ils utiliseront pendant la formation, ainsi que les outils qu'ils peuvent utiliser dans leurs rôles d'ambassadeurs.                                                                                                        |



# **PARTIE 1**

# **Préparation du facilitateur**



# Identifier les ambassadeurs de la prévention du VIH

Avant de commencer cette formation, vous devrez identifier les personnes que vous formerez pour devenir des ambassadeurs de la prévention du VIH. La formation sera plus efficace s'il y a au moins 10 et pas plus de 20 participants.

Le processus de mobilisation des ambassadeurs de la prévention du VIH sera différent dans chaque contexte. Certaines organisations travaillent déjà avec des éducateurs pairs qui peuvent être formés pour devenir des ambassadeurs de la prévention du VIH. D'autres organisations pourraient avoir besoin d'identifier des personnes qui pourraient être intéressées à devenir des ambassadeurs de la prévention du VIH.

Les étapes suivantes peuvent vous guider tout au long de ce processus.

## 1. Développer une description de rôle

Nous vous recommandons d'élaborer une description de rôle pour créer une compréhension commune de ce que l'on attendra des ambassadeurs de la prévention du VIH dans votre contexte. Si vous travaillez déjà avec des éducateurs pairs, ils devraient être consultés sur ce qu'ils aimeraient que leur rôle soit.

Une description de rôle doit décrire :

- Les connaissances, compétences et qualités que vous recherchez chez un ambassadeur
- Ce que les ambassadeurs devront faire, comme participer à une formation, rendre compte à votre organisation et assurer le suivi avec leurs pairs
- L'éventail des activités que les ambassadeurs peuvent entreprendre, tout en soulignant que les ambassadeurs seront soutenus pour identifier les activités qu'ils aimeraient faire ; les activités peuvent inclure :
  - Partage d'informations avec leurs pairs et communautés sur le VIH et la PrEP orale
  - Connecter leurs pairs aux services de santé sexuelle et reproductive, y compris le conseil et le dépistage du VIH, les services de PrEP orale pour la prévention du VIH et les services de traitement du VIH
  - Fournir un soutien aux pairs, comme les aider à décider si la PrEP orale leur convient ou créer un groupe de soutien par les pairs pour ceux qui utilisent la PrEP orale
  - Sensibiliser et plaider en faveur de la PrEP orale comme option de prévention du VIH, par exemple par le biais d'interviews à la radio, de médias sociaux ou de réunions communautaires
  - S'engager avec les responsables du ministère de la Santé et les prestataires de PrEP orale pour préconiser des services de prévention du VIH qui répondent aux besoins de populations particulières
  - Former d'autres personnes à devenir des ambassadeurs de la prévention du VIH

- Quel type de soutien ou de compensation permanent seront mis à la disposition des ambassadeurs pour mener à bien leurs activités identifiées
- Quelles opportunités de développement professionnel et personnel les ambassadeurs auront accès

La description du rôle n'est qu'un guide. Les ambassadeurs doivent être habilités à décider des activités qui les intéressent et qui se sentent en confiance. Vous pourriez également vous demander si votre organisation peut soutenir les ambassadeurs dans des activités plus exigeantes et potentiellement risquées, telles que l'engagement avec les dirigeants et les partenaires communautaires.

## 2. Élaborer un processus de sélection des ambassadeurs de la prévention du VIH

À moins que vous ne travailliez déjà avec des populations prioritaires de la PrEP ou que vous n'ayez déjà un programme d'éducation par les pairs, vous devrez développer un processus de sélection des ambassadeurs de la prévention du VIH. Cela devrait inclure des stratégies pour garantir que le processus de sélection est juste et inclusif. Il devrait également viser à garantir que les ambassadeurs sont représentatifs de la diversité de la communauté, y compris les groupes ethniques ; les personnes handicapées ; les personnes lesbiennes, gays, bisexuelles et de genre divers ; et autres groupes marginalisés.

Vous pouvez choisir de développer des critères de sélection des ambassadeurs ou d'identifier certaines qualités clés que vous souhaiteriez chez un ambassadeur. Par exemple, vous pouvez rechercher des personnes qui :

- Sont capables de s'engager dans le rôle pendant une période de temps spécifique
- Sont connectés avec leurs pairs dans leurs communautés et, idéalement, sont déjà des modèles ou des leaders
- S'engagent à prévenir le VIH dans leurs communautés
- Ont utilisé ou utilisent la PrEP orale
- Ont de bonnes compétences en communication et la confiance nécessaire pour engager les autres dans des discussions sur des sujets sensibles liés à la prévention du VIH
- Sont des influenceurs des médias sociaux – c'est-à-dire des individus capables d'influencer les autres en raison de leur portée et de leur authenticité via les plateformes de médias sociaux
- Sont engagés dans l'apprentissage continu et le développement personnel
- Sont responsables, fiables et disposés à être supervisés
- Ont une connaissance de base du VIH et de la PrEP orale ou la capacité d'apprendre
- Ont démontré des attitudes et des comportements positifs conformes aux valeurs du programme

Voici des exemples d'attitudes et de comportements positifs conformes aux valeurs du programme :

- La conscience de soi et l'auto-réflexion, ce qui signifie qu'ils sont conscients de leurs forces et de leurs faiblesses et peuvent réfléchir et apprendre de leurs expériences. Ils peuvent intégrer des commentaires positifs et négatifs.

- Empathie et patience, afin qu'ils respectent les différents points de vue des autres et les différents rythmes auxquels les gens apprennent.
- Ouverture, afin qu'ils soient considérés comme accessibles par leur groupe de pairs. De cette façon, ils sont plus susceptibles d'être en mesure de s'engager avec les autres et d'influencer les autres pour qu'ils se renseignent sur la santé sexuelle.
- Fiabilité et respect de la vie privée d'autrui. Cela signifie qu'ils respectent le besoin de confidentialité lorsque d'autres leur révèlent des informations personnelles ou privées.
- Impartialité, c'est-à-dire qu'ils ne portent pas de jugement et ne critiquent pas les comportements ou les opinions des autres. Au lieu de cela, ils cherchent à sensibiliser aux comportements plus sûrs et à une bonne santé sexuelle.

Lors de la sélection des ambassadeurs, il est également important de considérer si leur implication pourrait leur causer du tort. Être ambassadeur de la prévention du VIH peut exposer certaines personnes au risque d'être stigmatisées ou marginalisées. Cela peut même les exposer à des risques de violence. Les individus sont les mieux placés pour comprendre ces risques et ils devraient être habilités à prendre une décision éclairée. Votre rôle est de parler à chaque ambassadeur pour savoir s'il est préoccupé par l'impact de telles responsabilités sur sa santé mentale ou sa sécurité personnelle et de vous assurer qu'il dispose du soutien nécessaire pour gérer ces risques (voir Élaborer un plan de soutien).

Pour aider à créer un environnement d'entraînement sûr et confortable, nous recommandons que chaque groupe que vous formez ait des données démographiques quelque peu similaires. Par exemple, vous voudrez peut-être former un groupe de jeunes professionnel (le) s du sexe, âgés de 18 à 24 ans. Si des professionnel (le) s du sexe plus âgés sont inclus, cela peut créer un différentiel de pouvoir qui empêche certains de partager librement. De même, les AGYW peuvent ne pas se sentir à l'aise d'avoir ses pairs masculins ou des hommes plus âgés engagés dans la même formation. C'est une suggestion plutôt qu'une règle. Cette formation a été mise en œuvre avec succès auprès de groupes d'âge et de sexe mixtes. Les groupes mixtes fonctionnent mieux si les participants ont une relation préexistante, comme les pairs éducateurs dans un programme existant.

### 3. Élaborer un plan de soutien

Les ambassadeurs de la prévention du VIH auront besoin d'un soutien continu pour assumer leur rôle. Nous recommandons aux OBC de travailler avec les ambassadeurs de la prévention du VIH pour développer un plan de soutien. Cela créera une compréhension commune du soutien que les ambassadeurs peuvent attendre.

Le soutien aux ambassadeurs comprend :

- S'enregistrer régulièrement avec les ambassadeurs
- Répondez à toutes les questions qui se posent lorsque les ambassadeurs mettent en œuvre leurs plans d'action
- Fournir aux ambassadeurs des informations sur les services locaux, sans stigmatisation, y compris les services de santé, sociaux et juridiques qu'ils peuvent partager discrètement avec leurs pairs
- Offrir un soutien continu pour traiter les aspects émotionnellement difficiles de leurs rôles, comme être exposés à la stigmatisation, soutenir un pair à travers un diagnostic de VIH ou fournir un soutien à un pair victime de violence

- Aider les ambassadeurs à développer leurs propres réseaux de soutiens
- Faciliter les activités d'engagement communautaire avec les dirigeants communautaires, les prestataires de soins de santé, la famille et les partenaires pour jeter les bases des activités des ambassadeurs
- Former les ambassadeurs aux procédures pour répondre aux incidents critiques dans la communauté et gérer les risques pour leur sécurité
- Reconnaître et récompenser leur travail
- Offrir aux ambassadeurs des opportunités supplémentaires de développement professionnel
- Fournir un soutien logistique, y compris les ressources, l'équipement et le matériel

Vous trouverez des détails sur les types de soutien pouvant bénéficier aux ambassadeurs à la fin de ce module de formation dans **Étapes suivantes**.

# Préparation à la formation

## 1. Lisez l'ensemble du module avant de commencer la formation.

Le module de formation traite de sujets complexes liés les uns aux autres. La lecture de l'ensemble du module avant de commencer vous assurera de comprendre tous les sujets, de sélectionner les sessions appropriées pour votre groupe particulier et de comprendre les outils que vous fournirez aux ambassadeurs.

## 2. Passez en revue les ressources utiles répertoriées à la fin de chaque sujet.

Vous trouverez des informations sur les ressources utiles à la fin de chaque sujet. Ces ressources ont éclairé le développement de cette formation et fournissent des informations supplémentaires sur chaque sujet. Les preuves et les conseils concernant la mise en œuvre de la PrEP évoluent rapidement et peuvent avoir changé depuis la publication de cette ressource. Consultez [www.who.int](http://www.who.int) et les autres ressources utiles fournies dans ce manuel de formation pour connaître les derniers développements.

## 3. Préparez des informations spécifiques sur votre emplacement et votre contexte.

Le manuel de formation est conçu pour être utilisé dans plusieurs endroits. Il ne fournit pas d'informations spécifiques à votre contexte. Nous vous recommandons de fournir les informations suivantes aux participants :

Informations sur la PrEP orale :

- Où ils peuvent obtenir une PrEP orale - de préférence dans un centre de soins de santé sans stigmatisation conçu pour répondre aux besoins de cette population
- Qui peut accéder à la PrEP orale
- Marques génériques disponibles dans votre région (si possible, apportez des pilules pour que les participants les voient)

Directives nationales pour l'utilisation de la PrEP orale, y compris :

- Nombre de jours d'utilisation requis pour une efficacité maximale
- Âge minimum pour l'utilisation de la PrEP orale
- Utilisation pendant la grossesse

Test requis avant de commencer la PrEP orale, comme le dépistage de l'hépatite B, et les lois locales relatives à la prévention du VIH, à la santé sexuelle et reproductive et à la PrEP orale, y compris :

- Âge de consentement pour le dépistage des infections sexuellement transmissibles (IST) et le dépistage du VIH
- Exigences de rapport obligatoires - pour les prestataires de soins de santé, vous (en tant que facilitateur) et les participants (en tant qu'ambassadeurs)

Lignes directrices ou procédures pour les ambassadeurs sur ce qu'il faut faire s'ils :

- Sont inquiets pour leur sécurité
- Pensez que quelqu'un court un risque immédiat de préjudice grave, y compris comment gérer cela si la personne l'a partagé de manière confidentielle

## 4. Préparez des copies d'un répertoire de référence local ou créez-en un à l'aide du modèle de répertoire de référence local.

Si possible, faites des copies d'un répertoire de référence local des organisations existantes qui offrent des services de santé, sociaux et juridiques sans stigmatisation, y compris :

- Services sexuels et reproductifs, y compris planification familiale, dépistage des IST et dépistage du VIH
- Conseils
- Services de soutien pour la drogue et l'alcool
- Services de soutien en cas de crise pour les personnes victimes de violence

Le répertoire doit fournir des informations telles que les services offerts, l'emplacement, les horaires et les coordonnées de chaque organisation.

Vérifiez les répertoires de services en ligne nationaux ou locaux ou les sites Web de prise de rendez-vous santé. Notez ces ressources en ligne, leurs services de santé disponibles et les liens permettant aux clients d'accéder au site Web ou à la page de téléchargement de l'application. Un site Web mondial de réservation en ligne existant est disponible sous le nom de Quickres.org et peut inclure la PrEP et des services associés dans certains pays.

Si un répertoire de référence local n'est pas disponible ou s'il ne fournit pas les informations nécessaires, utilisez le modèle de la page 250 pour en créer un. Assurez-vous de n'inclure que les organisations et les individus qui fournissent des services de qualité et sans stigmatisation aux populations avec lesquelles vous travaillez. Une fois cette opération terminée, faites des copies à remettre aux participant.

## 5. Envisagez de faire venir un conférencier invité ou un co-animateur.

Les participants peuvent bénéficier d'entendre des personnes occupant des rôles similaires, tels que des défenseurs ou des leaders impliqués dans l'amélioration de l'accès à la PrEP orale. Vous pourriez également envisager d'inviter des personnes ayant une expertise spécialisée à co-animer, comme des professionnels de la santé sexuelle.



## 6. Préparez le matériel nécessaire à la formation.

La plupart des sessions utilisent le même matériel, il peut donc être utile de préparer une boîte de matériel de formation à apporter à chaque session. Si vous ne disposez d'aucun des matériels énumérés ci-dessous, vous pouvez facilement adapter les activités pour utiliser ce que vous avez. Par exemple, au lieu d'utiliser des notes collantes, vous pouvez utiliser de petits morceaux de papier et du ruban adhésif, ou vous pouvez écrire les réponses sur une feuille de tableau à feuilles mobiles ou un tableau blanc.

### Liste de contrôle d'emballage

- Boîte à outils des ambassadeurs (une pour chaque participant)
- Papier de tableau à feuilles mobiles
- Cahiers
- Stylos
- Marqueurs
- Ruban adhésif ou une punaise
- Ruban de masquage ou ficelle
- Notes collantes (plusieurs couleurs)
- Papier A4
- Ciseaux

Vous aurez également besoin de matériel artistique pour la session **Définition des limites et soins personnels**. Cela peut inclure des crayons de couleur, du papier de couleur ou des magazines pour créer des collages, ou tout autre matériel dont vous disposez. Si vous n'avez pas ces matériaux, vous pouvez faire preuve de créativité et utiliser tout ce que vous avez.

## 7. Préparer des jeux de noms et des dynamiseurs.

Jeux de nom et dynamiseurs permettent aux participants de se connaître entre eux, de démarrer les discussions et aider le groupe à se sentir à l'aise dans l'espace et entre eux. Les dynamiseurs sont conçus pour amener les personnes à se déplacer dans l'espace et à interagir différemment. Ils sont bons pour créer un changement de rythme ou de ton et interrompre des journées et des discussions plus longues. Le manuel de formation n'inclut pas de dynamiseurs, mais vous devriez utiliser les vôtres si vous pensez que le groupe a besoin d'une pause.

## 8. Organiser la garde des enfants.

Si les participants ont de jeunes enfants, essayez d'organiser la garde des enfants pour que les participants aient la possibilité de participer pleinement à la formation sans être distraits par les enfants. Laissez aux participants le soin d'utiliser ou non la garde d'enfants. Certains peuvent être plus à l'aise pour garder leurs enfants avec eux. Vous pouvez prendre des dispositions pour avoir des livres ou des jouets dans la salle de formation et organiser la formation dans un espace sûr et propice aux enfants. Si les femmes de votre milieu préfèrent allaiter en privé, essayez d'aménager un espace où elles peuvent le faire, mais aussi faites-en un environnement confortable pour que les femmes allaitent dans la salle d'entraînement, si tel est leur préférence.

## 9. Préparez un certificat de fin d'études.

Nous vous recommandons de créer un certificat à remettre aux participants lors de la cérémonie de remise des diplômes à la fin de la formation. Vous pouvez télécharger un modèle de certificat à partir du même endroit où vous avez téléchargé ce package de formation. Vous pouvez également obtenir une copie à [ambassadortraining@PrEPNetwork.org](mailto:ambassadortraining@PrEPNetwork.org).

Ce modèle peut être modifié afin que vous puissiez ajouter les détails de votre organisation et votre logo. Si vous ne parvenez pas à le faire, vous pouvez également créer vos propres certificats.

## 10. Revoir les mots clés.

Les termes techniques utilisés dans cette formation sont expliqués à la page 251. Nous vous recommandons de les consulter avant la formation. Il peut être utile d'en écrire certains sur un tableau blanc ou un tableau à feuilles mobiles pour que les participants puissent s'y référer pendant les sessions.

## 11. Lisez les conseils de facilitation.

Les conseils de facilitation à la page 20 vous guideront pour créer un environnement d'apprentissage sûr, inclusif et efficace.

# Conseils de facilitation

Conseil  
1

## Lisez le manuel de formation à l'avance pour vous assurer d'avoir les connaissances nécessaires pour animer les sessions.

Le manuel de formation comprend des informations complètes sur chaque sujet couvert dans la formation, y compris la PrEP orale, le genre, la santé et les droits sexuels et reproductifs et le VIH. Personne n'est expert dans tous les domaines, alors ne vous inquiétez pas si un sujet est nouveau pour vous. Assurez-vous simplement de lire bien à l'avance la session **Connaissances essentielles** pour avoir le temps de développer vos connaissances et votre confiance dans le sujet. Utilisez l'espace fourni pour résumer les points clés dans vos propres mots. Cela vous aidera à comprendre et à vous souvenir des informations. Vous devez également essayer d'identifier des moyens de rendre les informations plus spécifiques à votre contexte, par exemple en changeant les mots afin qu'ils soient plus pertinents pour vos participants ou en proposant des exemples locaux. Si vous ne vous sentez pas sûr de vos connaissances, poursuivez votre lecture (commencez par les **Ressources utiles**) ou contactez un collègue pour obtenir de l'aide.

Conseil  
2

## Réfléchissez à vos valeurs, attitudes et croyances et comment elles pourraient affecter votre travail.

Cette formation traite de nombreux sujets sensibles et personnels, notamment le genre, la sexualité, le sexe, les relations et la violence. Chacun a ses propres attitudes et croyances sur ces sujets. En tant que facilitateur, votre rôle est de créer un espace sans jugement et de permettre aux participants de faire leurs propres choix, même s'ils sont différents de ce que vous croyez. Si les participants craignent d'être jugés, ils peuvent ne pas vouloir contribuer aux discussions. Pratiquer une réflexion régulière peut augmenter votre conscience de la façon dont vos valeurs, vos attitudes et vos croyances influencent vos opinions et vos actions. Cela peut vous aider à vous assurer de ne pas influencer les autres avec ce que vous pensez et ressentez.

Conseil  
4

## Créez un espace sûr pour que les participants se sentent à l'aise pour participer ouvertement et honnêtement.

Dans un espace sûr, les participants peuvent être sûrs qu'ils ne seront pas jugés, rejetés ou stigmatisés. Cela les aide à se sentir à l'aise pour être eux-mêmes et partager ouvertement leurs pensées et leurs sentiments.

Conseil  
3

## Créer un participatif environnement d'apprentissage.

Guider les participants à utiliser leurs propres connaissances et expériences pour explorer les problèmes abordés et mettre en pratique leurs compétences. La facilitation est différente de l'enseignement. Les enseignants dirigent en partageant ce qu'ils savent avec les autres. Des facilitateurs efficaces permettent aux participants de diriger et d'apprendre les uns des autres.

Conseil  
5

## Soyez inclusif et veillez à ce que chacun puisse participer de manière égale.

Dans un environnement d'apprentissage inclusif, chacun a une chance égale de contribuer et les contributions de chacun sont valorisées. En tant que facilitateur, c'est votre rôle de prendre en compte les divers besoins des participants et de vous assurer qu'il n'y a pas d'obstacles à la participation. Il est également de votre rôle de surveiller la manière dont le groupe interagit et d'identifier et de résoudre tout déséquilibre de pouvoir qui pourrait empêcher quelqu'un de participer. Vous pouvez le faire en encourageant le groupe à valoriser et à respecter la diversité et en demandant à des personnes plus bavardes de créer un espace pour que les participants plus calmes puissent contribuer. Une façon de promouvoir l'inclusivité est de demander à chaque participant quels pronoms ils aimeraient que les gens utilisent pour se référer à eux (elle / elle / la sienne, il / lui / les siens, eux / eux / les leurs) lorsqu'ils se présentent.

Conseil

6

### Encouragez une communication ouverte et honnête sur le sexe.

Parler ouvertement et sans porter de jugement sur les relations sexuelles aidera les participants à être pleinement informés et habilités à prendre des décisions concernant leur santé sexuelle. Être ouvert et honnête à propos du sexe est plus susceptible d'avoir une influence positive sur le comportement que de se concentrer sur les risques liés au sexe. Utilisez les conseils suivants pour encourager des conversations ouvertes et honnêtes sur le sexe :

- Respecter les expériences et l'autonomie des participants
- Soulignez les comportements positifs plutôt que de faire honte aux comportements à risque
- N'utilisez pas de jargon ou de terminologie médicale complexe
- Soyez accueillant avec des personnes de sexualité et de sexe différents
- Soyez ouvert et honnête et reconnaissez que vous ne savez pas la réponse à une question

Conseil

7

### Préparez-vous à soutenir les participants sur des sujets personnels et difficiles.

Dans presque tous les groupes d'Afrique subsaharienne, il y aura des participants qui ont été touchés par le VIH et / ou la violence basée sur le genre. Certains peuvent partager leurs expériences pendant la formation. D'autres peuvent se sentir gênés, honteux ou inquiets d'être pointés du doigt.

Si les participants partagent une expérience de violence, il est très important que vous soyez prêt à réagir. Si vous ne savez pas comment réagir, lisez la session **Répondre aux divulgations de violence** pour obtenir des conseils. Vous devriez également avoir des informations sur les services de santé, sociaux et juridiques locaux et sans stigmatisation (voir **Préparation à la formation**).

Conseil

8

### Utilisez l'écoute active pour valider les contributions des participants.

L'écoute active encourage une communication ouverte. C'est plus qu'écouter ce que les gens disent. L'écoute active c'est :

- Utiliser le langage corporel et les expressions faciales pour montrer de l'intérêt et de la compréhension (vous pouvez hocher la tête ou vous tourner pour faire face à la personne qui parle)
- Écouter la façon dont les choses sont dites en prêtant attention au langage corporel et au ton de la voix du locuteur
- Poser des questions pour montrer que vous voulez comprendre
- Résumer la discussion, répéter ce que vous avez entendu mais avec des mots différents et inviter à la rétroaction ; cela vous aide à vérifier que vous avez bien compris

Conseil

9

### Posez des questions pour encourager une réflexion plus approfondie et remettre en question les hypothèses.

Une compétence importante pour les animateurs est la capacité de poser des questions significatives qui encouragent une discussion et une réflexion réfléchies. Vous pouvez utiliser des questions pour aider les participants à trouver des réponses par eux-mêmes. Cette approche est plus efficace pour acquérir des connaissances que pour fournir des réponses aux participants.

Conseil

10

### Débriefing avec des collègues.

Parler de la formation à vos collègues peut vous aider à améliorer vos compétences de facilitation et à développer des stratégies pour surmonter les défis. Cela peut également être utile de faire un compte rendu avec des collègues si vous soutenez les participants à travers des expériences difficiles.



# **PARTIE 2**

# **Manuel de formation**

# Utilisation de ce manuel de formation

Ce manuel peut être utilisé de différentes manières. Vous pouvez le modifier en fonction de votre contexte et des besoins des participants. Par exemple, le manuel complet peut être utilisé du début à la fin, ou vous pouvez en ajouter des parties à une formation existante.

Suivez les étapes ci-dessous pour modifier la formation en fonction de vos besoins.

## 1. Choisissez les sessions à inclure

La formation est centrée sur des sessions orales de PrEP qui fournissent aux participants les connaissances et les compétences nécessaires pour :

- Donner aux pairs des informations détaillées et précises sur la PrEP orale dans le cadre d'une approche combinée de prévention du VIH et répondre aux questions et préoccupations des pairs
- Aider leurs pairs à prendre des décisions éclairées, à avoir accès à la PrEP orale, à l'utiliser correctement, à continuer à l'utiliser pendant qu'ils sont vulnérables au VIH et à informer les autres de leur utilisation de la PrEP orale
- Sensibiliser et renforcer le soutien de la communauté pour la PrEP orale

Si vous formez déjà des éducateurs pairs avec un programme différent, vous pouvez intégrer ces sessions orales de PrEP dans votre formation existante.

Le manuel comprend également des sessions qui peuvent être ajoutées aux sessions de la **PrEP orale** pour éduquer les participants sur des sujets de base importants, tels que les droits de l'homme, et pour acquérir des compétences essentielles à leur rôle d'ambassadeurs. Ces sessions sont incluses dans les sessions **Connaissances fondamentales** et **Compétences d'ambassadeurs**. Chaque session contient toutes les informations dont vous avez besoin pour la fournir, y compris les connaissances de base pour les animateurs et le matériel de session.

Si vous prévoyez de n'utiliser que les sessions **PrEP orale**, nous vous recommandons de vérifier si les participants ont les connaissances et les compétences couvertes dans les sessions **Connaissances fondamentales** et **Compétences d'ambassadeur**. Nous recommandons également d'incorporer la session **Introduction** et **Diplôme d'ambassadeur**.

## 2. Choisissez comment dispenser la formation

Ce manuel de formation comprend 18 sessions. Chaque session durera entre 90 et 120 minutes. Vous pouvez livrer toutes les sessions dans la même semaine ou répartir les sessions sur un certain nombre de jours ou de semaines. Par exemple, si les participants sont à l'école ou travaillent pendant la journée, vous pouvez choisir de donner une session chaque après-midi ou une session par semaine.



| Contenu sélectionné                                                                                | Toutes les sessions                     | Sessions PrEP orale et Compétences des ambassadeurs | Sessions PrEP orale                     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|-----------------------------------------------------|-----------------------------------------|
| Temps nécessaire pour accomplir une formation d'une journée (y compris les pauses déjeuner et thé) | 5-6 jours                               | 4-5 jours                                           | 3-4 jours                               |
| Temps nécessaire pour dispenser des sessions individuelles                                         | 18 sessions de formation de deux heures | 13 sessions de formation de deux heures             | 11 sessions de formation de deux heures |

### 3. Examiner les plans de session

Les plans de session fournissent des instructions détaillées pour vous guider afin de faciliter la session. Ils contiennent également des informations sur la préparation de la session. Prenez note de la préparation requise afin de prévoir suffisamment de temps avant chaque séance pour vous préparer. **Nous vous recommandons de vous donner au moins 15 minutes pour préparer chaque session.**

Le plan de session fournit des instructions étape par étape pour aider les animateurs moins expérimentés. Si vous êtes un animateur plus expérimenté, vous n'avez pas besoin de suivre ces instructions étape par étape. Au lieu de cela, vous pouvez choisir de lire le plan de séance à l'avance et d'adapter la formation à votre style d'animation.

Les sessions sont divisées en trois étapes d'apprentissage : *explorer*, *appliquer* et *réfléchir*. Ces étapes aideront les participants à développer leurs connaissances sur le sujet (*explorer*), développer des compétences pour appliquer leurs connaissances (*appliquer*) et identifier comment ils peuvent utiliser leurs connaissances et leurs compétences dans leurs rôles d'ambassadeurs de la prévention du VIH (*réfléchir*).

Dans la plupart des cas, les sessions dureront moins de deux heures. Cependant, les plans de session **n'incluent pas** le calendrier de chaque activité. En effet, le temps requis variera en fonction de :

- La taille du groupe (la taille idéale du groupe se situe entre 10 et 20 personnes)
- Les connaissances et l'expérience des participants
- Alphabétisation des participants
- Expérience antérieure des participants en matière d'éducation ou de formation
- Votre expérience (de l'animateur) dans l'animation d'ateliers

Accorder deux heures vous donnera du temps pour les énergisants et les courtes pauses (notez que les énergisants ne sont pas inclus dans les plans de session – voir **Préparation à la formation**).



## EXPLORER

Cette étape donne aux participants l'occasion de partager leurs connaissances, expériences et idées existantes avec le groupe. Votre rôle en tant que facilitateur est de tirer parti des **Messages clés** et **Connaissances essentielles**, ainsi que de votre propre expertise, pour aider les participants à réfléchir de manière critique sur le sujet et à s'appuyer sur leurs connaissances existantes.

---



## APPLIQUER

Cette étape utilise des activités participatives pour aider les participants à appliquer ce qu'ils ont appris à l'étape précédente et à développer des compétences qui les soutiendront dans leurs rôles d'ambassadeurs.

---



## RÉFLÉCHIR

C'est la dernière étape du processus d'apprentissage. Les plans de session comprennent des suggestions de questions qui guideront les participants dans leur réflexion sur la manière d'appliquer ce qu'ils ont appris dans leur rôle d'ambassadeurs.



## Introduction à la formation

### Introduction

Cette session fournit une orientation à la formation. Il souligne l'importance de travailler ensemble pour créer un environnement d'apprentissage sûr et inclusif.

## Connaissances fondamentales

### 1 Droits de l'homme

Les participants apprendront les droits humains et comment ils peuvent être appliqués à la santé sexuelle, à la prévention du VIH et à la PrEP orale. Ils approfondiront également leur compréhension du sujet en identifiant comment la vie d'une personne peut être affectée par sa capacité à exercer ces droits.

### 2 VIH et SIDA – Les bases

Les participants apprendront des connaissances de base sur le VIH et le SIDA. Ils identifieront également les mythes sur le VIH et le SIDA et discuteront de différentes stratégies pour les corriger.

### 3 Vulnérabilité biologique au VIH

Les participants prendront part à une activité amusante conçue pour augmenter leur confort et leur confiance lorsqu'ils parleront de sexe avec leurs pairs. Ils exploreront ensuite la vulnérabilité au VIH et identifieront les moyens de réduire cette vulnérabilité.

### 4 Stigmatisation, discrimination et violence basées sur le genre

Les participants apprendront les concepts de base liés au sexe assigné à la naissance, à l'identité de genre, à l'expression de genre, à l'orientation sexuelle et aux partenariats sexuels. Ils exploreront également comment les normes de genre peuvent conduire à la stigmatisation, à la discrimination et à la violence et empêcher les populations prioritaires de la PrEP de se protéger du VIH.

### 5 Répondre aux divulgations de violence

Les participants apprendront comment réagir aux révélations de violence de leurs pairs. Ils examineront les messages sur la violence basée sur le genre et apprendront à remettre en question les messages qui servent à excuser ou à justifier la violence. Ils apprendront également **CARE** (**C**réer un espace sûr, **A**écouter **A**ctivement, **R**assurer et **E**mployer les moyens et les soutenir) pour répondre aux révélations de violence.

# PrEP Orale

## Connaissances essentielles sur la PrEP orale

### 1 Combinaison de prévention et de PrEP orale

Les participants découvriront la PrEP orale et son rôle dans la prévention du VIH dans le cadre d'une approche combinée de prévention. À la fin de cette session, les participants sauront ce que la PrEP orale peut et ne peut pas faire et comment l'utiliser. Ils apprendront également à identifier et à corriger les mythes sur la PrEP orale.

### 2 Découvrir la PrEP orale

Les participants commenceront à travailler sur la carte du parcours de la PrEP orale. La carte du parcours décrit les étapes que leurs pairs peuvent suivre lorsqu'ils décident d'utiliser la PrEP orale, la première étant la découverte de la PrEP orale. Dans cette session et les quatre prochaines, chaque participant créera un personnage et soutiendra son personnage tout au long du voyage. Les participants identifieront également les informations dont ils auront besoin en tant qu'ambassadeurs pour éduquer leurs pairs sur la PrEP orale et les stratégies de communication de ces informations.

### 3 Décider d'utiliser la PrEP orale

Les participants travailleront à la deuxième étape de la carte du parcours de la PrEP orale – Décider d'utiliser la PrEP orale. Les participants identifieront les préoccupations que leurs pairs peuvent avoir concernant l'utilisation de la PrEP orale et des stratégies pour aider leurs pairs à surmonter ces préoccupations. Les participants s'exerceront ensuite à répondre aux questions clés sur la PrEP orale dans un jeu de rôle en groupe.

### 4 Obtenir la PrEP orale

Les participants travailleront à la troisième étape de la carte du parcours de la PrEP orale – Obtenir la PrEP orale. Les participants identifieront les obstacles qui peuvent empêcher leurs pairs de recevoir la PrEP orale. Ils apprendront également des stratégies pour aider leurs pairs à surmonter ces obstacles et présenter leurs stratégies au groupe.

### 5 Prendre et rester sous PrEP orale

Les participants travailleront à la quatrième étape de la carte du parcours de la PrEP orale – Prendre et rester sous PrEP orale. Les participants découvriront les raisons pour lesquelles leurs pairs peuvent avoir des difficultés à prendre la PrEP orale telle que prescrite et continueront de la prendre tant qu'ils sont vulnérables au VIH. Ils identifieront ensuite des stratégies pour aider leurs pairs à prendre et à rester sous PrEP orale.

### 6 Dire aux autres

Les participants travailleront à la dernière étape de la carte du parcours de la PrEP orale – Dire aux autres. Ils examineront les raisons pour lesquelles leurs pairs peuvent choisir d'informer ou non leur partenaire et / ou leur famille de leur utilisation de la PrEP orale. Ils apprendront également des stratégies pour aider leurs pairs à considérer leurs options et à prendre leurs propres décisions sur l'opportunité de divulguer leur utilisation de la PrEP orale.

## 7 Sensibilisation

Les participants apprendront des moyens de renforcer le soutien à l'utilisation de la PrEP orale dans leurs communautés. Ils identifieront les domaines où ils ont le plus d'influence et ils s'exerceront à répondre aux préoccupations et aux questions des membres de la communauté, y compris les parents, les partenaires et les dirigeants communautaires.

## 8 Plaidoyer

Les participants exploreront comment une communauté peut influencer la capacité des gens à utiliser la PrEP orale. Ils apprendront ensuite à planifier une stratégie de plaidoyer pour éliminer les obstacles et créer un environnement propice à l'utilisation orale de la PrEP.

## 9 Plan d'action

Les participants identifieront leur vision de leur communauté et développeront un objectif commun pour leur travail d'ambassadeurs. Ils exploreront comment ils peuvent le mieux contribuer à l'atteinte de l'objectif, en tenant compte de leurs passions, intérêts, forces et domaines d'influence. Les participants identifieront également comment ils peuvent s'entraider.

# Compétences d'ambassadeur

## 1 Compétences de soutien par les pairs

Les participants apprendront des compétences pour soutenir leurs pairs en leur offrant un espace sûr pour parler de leurs expériences, exprimer leurs sentiments et leurs besoins et explorer ce qu'ils aimeraient faire ensuite. Ils apprendront également et pratiqueront l'utilisation de la réponse **CARE** (**C**réer un espace sûr, écouter **A**ctivement, **R**assurer et **E**mployer les moyens et les soutenir) pour soutenir leurs pairs. Les participants exploreront ensuite l'importance de la confidentialité dans leurs rôles d'ambassadeurs.

## 2 Définition des limites et soins personnels

Les participants exploreront l'impact que le travail de soutien par les pairs peut avoir sur la santé mentale et le bien-être d'un pair travailleur. Ils en apprendront davantage sur la fatigue de la compassion et les traumatismes par procuration pour les aider à identifier les signes avant-coureurs. Ils apprendront également à définir des limites pour éviter la fatigue de compassion et les traumatismes par procuration, et ils identifieront des stratégies pour les soins personnels et le soutien mutuel.

# Clôture

## Diplôme d'ambassadeur

Les participants identifieront comment ils utiliseront les connaissances et les compétences qu'ils ont développées au cours de cette formation dans leur rôle d'ambassadeurs. Ils développeront également des principes fondamentaux pour guider leur travail. La session se terminera par une cérémonie de reconnaissance de la fin de la formation.

# Introduction à la formation

# Introduction

## APERÇU DE LA SESSION

**Cette session fournit une orientation à la formation. Il souligne l'importance de travailler ensemble pour créer un environnement d'apprentissage sûr et inclusive.**

**À la fin de cette session, les participants devraient :**

- Ont commencé à se connaître et à se sentir à l'aise pour commencer leur formation
- Comprendre les besoins des autres participants
- Comprendre comment ils sont responsables de contribuer à un environnement d'apprentissage sûr et inclusif

## INSTRUCTIONS POUR LA SESSION

PRÉPARATION

### EXPLOREZ L'ACTIVITÉ

Écrivez « Espoirs » et « Peurs » sur des feuilles séparées du tableau à feuilles mobiles et affichez-les à l'avant de la salle où tout le monde peut les voir.

### APPLIQUER L'ACTIVITÉ

Écrivez « Mes besoins » et « Mes responsabilités » sur des feuilles séparées du tableau de conférence et collez-les là où tout le monde peut les voir.





## EXPLORER

### CONSEILS DE FACILITATION

#### INTRODUCTION

1. Comme il s'agit de la première session, vous devrez prendre le temps d'accueillir les participants, de vous présenter et de leur donner l'occasion de se présenter au groupe.
2. Si les participants ne se connaissent pas déjà, dirigez un « brise-glace » pour les aider à se connaître de manière amusante et interactive.
3. Fournissez aux participants des informations sur la formation afin qu'ils sachent à quoi s'attendre. Inclure le but et le calendrier de la formation, les sujets qui seront couverts et ce qu'ils peuvent s'attendre à apprendre.
4. Si vous ne l'avez pas déjà fait, vous pouvez fournir une introduction détaillée sur leurs rôles d'ambassadeurs de la prévention du VIH.

Commencez par vous asseoir avec les participants en cercle. Cela les aidera à vous voir comme un membre à part entière du groupe en qui ils peuvent avoir confiance.

#### ACTIVITÉ : Espoirs et peurs

1. Présentez l'activité en notant :
  - Il est normal que les gens éprouvent un mélange de sentiments lorsqu'ils commencent quelque chose de nouveau comme celui-ci. Il peut être utile d'identifier ces sentiments au début.
  - Vous leur demanderez d'identifier leurs espoirs et leurs craintes concernant la formation.
2. Donnez à chaque participant des notes collantes (utilisez deux couleurs différentes si vous en avez) et un stylo.
3. Demandez aux participants d'écrire sur leurs notes collantes au moins une chose qu'ils espèrent retirer de la formation et de mettre leurs notes collantes sur le morceau de papier du tableau de conférence intitulé « Espoirs ».
4. Demandez aux participants d'écrire sur leurs notes collantes au moins une chose qu'ils craignent au sujet de la formation et de mettre les notes collantes sur le morceau de papier du tableau de conférence intitulé « Peurs ».
5. Lisez à haute voix une sélection d'espoirs et de peurs au groupe. Si possible, regroupez les espoirs et les craintes en commun.
6. Rassurez les participants que leurs espoirs et leurs craintes sont valables et normaux, et que vous allez essayer d'y répondre au cours de l'atelier.

Encouragez les participants à écrire autant d'espoirs et de peurs qu'ils le souhaitent, mais à n'écrire qu'une seule idée par note collante et à utiliser une écriture claire.



## APPLIQUER

## CONSEILS DE FACILITATION

### ACTIVITÉ : Communiquer nos besoins

1. Présentez l'activité en notant :
  - La formation comprendra des discussions sur certains sujets personnels et sensibles, notamment les relations, le sexe et la violence.
  - Les participants identifieront ce dont ils ont besoin du groupe pour se sentir à l'aise pour participer aux activités et partager leurs expériences.
  - Ils identifieront également comment chaque personne est responsable d'aider à créer un espace favorable et confidentiel pour ces conversations.
2. Demandez aux participants de réfléchir à la manière dont le groupe peut les aider à se sentir à l'aise pour partager leurs pensées, sentiments et expériences au cours de ces sessions, et d'écrire leurs réponses sur des notes collantes.
3. Invitez les participants à partager leurs réponses avec le groupe et collez leurs notes sous « Mes besoins ».
4. Lorsque le groupe a terminé, lisez ses réponses à haute voix. S'il y a des réponses similaires, regroupez-les et notez leurs besoins communs.
5. Demandez aux participants de réfléchir à la manière dont chaque membre du groupe peut contribuer à créer un espace qui répond aux besoins des participants et d'écrire leurs réponses sur des notes collantes.
6. Invitez les participants à partager leurs réponses avec le groupe et collez leurs notes sous « Mes responsabilités ».
7. Lorsque le groupe a terminé, lisez leurs réponses. S'il y a des réponses similaires, regroupez-les et notez leurs responsabilités partagées.
8. Si la confidentialité n'a pas été abordée, demandez aux participants de considérer son importance en donnant des exemples d'informations qu'ils ne voudraient peut-être pas que d'autres personnes découvrent.
9. Aider les participants à identifier quels types d'informations peuvent être partagés et quels types d'informations doivent rester confidentielles.
10. Discutez avec les participants du fait que même lorsque nous faisons de notre mieux, la confidentialité ne peut jamais être pleinement garantie. Il est important de choisir quelles informations nous nous sentons à l'aise de partager avec les autres.
11. Demandez aux participants s'ils peuvent s'engager à assumer les responsabilités qu'ils ont identifiées.

Donnez un exemple de quelque chose qui vous aide à vous sentir en sécurité lorsque vous participez à une discussion difficile.

Donnez un exemple de la manière dont le groupe peut contribuer à créer un espace sûr, comme le respect du droit de chaque personne de faire ses propres choix de vie.

Expliquez que la confidentialité concerne la manière dont nous gardons les informations personnelles d'une personne privées ou secrètes.



12. Permettre des questions, des discussions supplémentaires et des éclaircissements sur tout point de désaccord.
13. Terminez l'activité en demandant aux participants de signer le morceau de papier du tableau de conférence « Mes responsabilités » (ou utilisez une autre façon de symboliser leur engagement).
14. Une fois l'activité terminée, amenez les participants dans un cercle de réflexion.

Si vous restez dans la même pièce pour le reste de la formation, placez les pages du tableau de conférence « Mes besoins » et « Mes responsabilités » à un endroit où tout le monde peut les voir afin que vous puissiez les rappeler aux participants tout au long de la formation. Si vous ne séjournez pas dans la même chambre, apportez-les avec vous à chaque session.



## RÉFLÉCHIR

### CONSEILS DE FACILITATION

#### ACTIVITÉ : Cercle de réflexion

1. En utilisant les questions ci-dessous comme guide, engagez les participants dans une discussion sur ce qu'ils ont appris et comment cela les soutiendra dans leurs rôles d'ambassadeurs de la prévention du VIH.

#### QUESTIONS DE RÉFLEXION SUGGÉRÉES

- **Qu'avez-vous remarqué concernant les similitudes et les différences entre les besoins des membres du groupe ?**
- **Cette discussion et cet engagement envers les responsabilités d'ambassadeur ont-ils contribué à réduire vos craintes ?**
- **Y a-t-il des responsabilités énumérées ici qui seront également importantes dans vos rôles d'ambassadeurs ?**

Ces activités de réflexion peuvent également se faire en paires ou en petits groupes. Cela peut aider à créer un espace pour les membres plus calmes du groupe.



## Ressources utiles

- 1 Creating Safe Space for GLBTQ Youth: A Toolkit**  
 Girl's Best Friend Foundation; Advocates for Youth  
 2005  
<https://advocatesforyouth.org>

Un manuel de formation pour créer des espaces sûrs pour les jeunes de tous genres et sexualités, y compris des sessions pour créer des accords de groupe, clarifier les valeurs et développer des identités.

---

- 2 Partners & Allies: Toolkit for Meaningful Adolescent Girl Engagement**  
 The Coalition for Adolescent Girls  
 2015  
<http://coalitionforadolescentgirls.org>

Une boîte à outils pour permettre aux groupes d'impliquer de manière stratégique et significative les filles en tant que participantes égales et actives dans le leadership et le développement. La boîte à outils comprend des stratégies efficaces, des activités d'évaluation et des exemples de cas.

---

- 3 Girl-Centered Program Design: A Toolkit to Develop, Strengthen and Expand Adolescent Girls Programs**  
 Population Council  
 2010  
[www.popcouncil.org](http://www.popcouncil.org)

Un ensemble d'outils et de directives pour renforcer les programmes destinés aux adolescentes, y compris des outils pratiques et des exemples de cas. Développé pour le contexte kenyan mais également disponible en espagnol et en français.

---

- 4 Implementing Comprehensive HIV/STI Programmes with Sex Workers: Practical Approaches from Collaborative Interventions (the "SWIT")**  
 World Health Organization (WHO) et al.,  
 2013  
[www.who.int](http://www.who.int)

Un outil qui fournit des conseils pratiques sur la manière de mettre en œuvre des programmes VIH et IST avec les professionnels (lles) du sexe.

---

- 5 Implementing Comprehensive HIV and STI Programmes with Men Who Have Sex with Men: Practical Guidance for Collaborative Interventions (the "MSMIT")**  
 United Nations Population Fund et al.,  
 2015  
[www.unfpa.org](http://www.unfpa.org)

Un outil qui fournit des conseils pratiques sur la manière de mettre en œuvre des programmes de lutte contre le VIH et les IST auprès des hommes ayant des rapports sexuels avec des hommes. Il est basé sur les recommandations des Directives consolidées sur la prévention, le diagnostic, le traitement et les soins du VIH pour les populations clés, publiées par l'OMS en 2014.

**6 Implementing Comprehensive HIV and STI Programmes with Transgender People: Practical Guidance for Collaborative Interventions (the “TRANSIT”)**

United Nations Development Programme et al., 2016

[www.undp.org](http://www.undp.org)

Un outil qui fournit des conseils pratiques sur la façon de mettre en œuvre des programmes de lutte contre le VIH et les IST acceptables et accessibles aux personnes transgenres. Il est basé sur les recommandations des Directives consolidées sur la prévention, le diagnostic, le traitement et les soins du VIH pour les populations clés publiées par l'OMS en 2014.

**7 Implementing Comprehensive HIV and HCV Programmes with People Who Inject Drugs: Practical Guidance for Collaborative Interventions (the “IDUIT”)**

United Nations Office on Drugs and Crime et al. 2017

[www.unodc.org](http://www.unodc.org)

Un outil qui fournit des conseils pratiques sur la façon de concevoir et de mettre en œuvre des programmes et des approches pour et avec les personnes qui s'injectent des drogues, dans tout le continuum de la prévention, du diagnostic, du traitement et des soins du VIH et du virus de l'hépatite C. Il est conforme aux directives des Nations Unies.

**8 Safety and Security Toolkit: Strengthening the Implementation of HIV Programs for and with Key Populations**

FHI 360, International HIV/AIDS Alliance 2018

[www.fhi360.org](http://www.fhi360.org)

Une boîte à outils pour aider les exécutants des programmes à identifier et à résoudre les problèmes de sûreté et de sécurité dans les programmes de lutte contre le VIH pour et avec les populations clés touchées par le VIH.



# Connaissances fondamentales

# 1 Droits de l'homme

## CONNAISSANCES ESSENTIELLES

### Que sont les droits de l'homme ?

**Les droits de l'homme sont des idées ou des principes sur la manière dont chacun doit être traité. Ils sont reconnus et protégés par des engagements et des lois mondiaux, nationaux et locaux.**

Il y a accord dans le monde entier pour dire qu'en tant qu'êtres humains, nous partageons tous des droits fondamentaux. Tout le monde a droit à ces droits, peu importe qui il est ou où il vit. Ces droits sont énumérés dans la Déclaration universelle des droits de l'homme (la Déclaration), que la communauté internationale a acceptée en 1948. La Déclaration comprend 28 droits, dont le droit de :

- L'égalité de traitement sans discrimination
- La vie et vivre en liberté et en sécurité
- Le droit de ne pas être soumis à la torture et à tout préjudice
- Traitement équitable par la loi
- Droit de ne pas être arrêté ou détenu arbitrairement
- Droit à une procédure régulière devant la loi
- L'intimité
- Liberté de mouvement
- Emploi et conditions de travail équitables
- Un niveau de vie nécessaire à une bonne santé et au bien-être
- Éducation

La Déclaration reconnaît également que les droits s'accompagnent de devoirs. Les deux derniers points de la Déclaration indiquent que :

- Chacun a le devoir de protéger les droits et libertés des autres.
- Personne n'a le droit de violer les droits ou la liberté d'autrui.

De nombreuses régions et pays ont créé leurs propres accords sur les droits de l'homme pour renforcer les accords des Nations Unies, tels que la Charte africaine des droits de l'homme et des peuples. De nouveaux accords sont également créés pour répondre à une nouvelle compréhension de ce dont les gens ont besoin pour vivre une vie sûre, saine et épanouie.



Les droits de l'homme ne peuvent pas être supprimés ou abandonnés, mais ils peuvent être violés. Les populations prioritaires de la PrEP, qui incluent les AGYW, HSH, PBFW, PID, couples sérodiscordants, TSF et les personnes transgenres, subissent souvent des violations directes de leurs droits, comme lorsque d'autres utilisent la violence à leur encontre. Les HSH, les PID, les TSF et les personnes trans sont particulièrement vulnérables aux violations des droits de l'homme en raison de leur statut criminalisé dans de nombreux pays. Par exemple, dans certains contextes, des personnes transgenres sont détenues pour « usurpation d'identité d'un autre sexe » et d'homosexualité, une accusation souvent utilisée contre les personnes transgenres dans des contextes où l'orientation sexuelle et l'identité transgenre sont confondues. Ces lois discriminatoires favorisent un environnement dans lequel la stigmatisation, la discrimination et la violence contre les personnes transgenres sont normalisées.

Les populations prioritaires de la PrEP sont également confrontées à de nombreux obstacles à l'exercice de leurs droits, tels que la discrimination fondée sur l'âge, le sexe, la race, l'orientation sexuelle, le handicap ou une autre caractéristique ou identité et un manque de pouvoir social. Ces barrières ont été reconnues au sein du système des droits de l'homme et, par conséquent, des engagements et des lois spécifiques en matière de droits de l'homme ont été créés pour protéger les droits de certaines populations marginalisées comme la Convention sur l'élimination de toutes les formes de discrimination à l'égard des femmes (ou CEDEF en abrégé). Les Principes de Yogyakarta et la Résolution pour la protection contre la violence et la discrimination fondée sur l'orientation sexuelle et l'identité de genre.

## Que sont les droits à la santé sexuelle et reproductive ?

Les droits à la santé sexuelle et reproductive, ou SDSR en abrégé, est un terme très utilisé pour parler de prévention du VIH. Le terme SDSR ne fait pas référence à un ensemble spécifique de droits de l'homme. Il est utilisé pour souligner que :

- Le droit à la santé comprend **la santé sexuelle et reproductive**.
- La réalisation d'une bonne santé sexuelle et reproductive dépend de la réalisation d'autres droits (**droits sexuels et reproductifs**).

### Santé sexuelle et reproductive

Le droit au meilleur état de santé physique et mentale susceptible d'être atteint est l'un des droits fondamentaux de l'homme énoncés dans la Déclaration. Cela inclut le droit à la santé sexuelle et reproductive. Le droit à la santé va au-delà du simple fait d'être indemne de maladie. Il comprend tout ce dont une personne a besoin pour jouir d'une bonne santé et d'un bien-être, comme de l'eau potable, des aliments nutritifs et des services de santé de bonne qualité.

### Droits sexuels et reproductifs

Le concept des droits sexuels et reproductifs reconnaît que tous les droits sont liés. La santé sexuelle et reproductive d'une personne dépend de sa capacité à exercer d'autres droits, y compris le droit à :

- Accéder à des informations, des services et des ressources sans stigmatisation liés à la santé sexuelle et reproductive et à la sexualité.
- Avoir le contrôle et la capacité de prendre des décisions éclairées sur leur propre corps
- Définir librement leur propre orientation sexuelle, identité de genre et expression de genre
- Décider d'être sexuellement actif ou non
- Décider si vous voulez avoir des enfants, et si oui, combien et quand
- Choisir leurs partenaires
- Vivre sans violence
- Avoir des expériences sexuelles agréables et sûres sans coercition, discrimination et violence

- Exprimer librement sa sexualité (y compris son sexe, son orientation sexuelle et ses désirs sexuels) sans crainte de discrimination ou de violence
- Accéder à des services qui affirment le genre, ce qui comprend le fait d'être appelé par un nom et des pronoms qui correspondent à leur identité de genre ; recevoir les soins médicaux souhaités tels que l'hormonothérapie, la chirurgie ou les injections de silicone ; et recevoir des soins qui répondent à leurs besoins, comme être en mesure de parler de la façon dont les hormones peuvent interagir avec la PrEP, ou discuter du travail du sexe comme stratégie de survie

## Comment les droits de l'homme et le VIH sont-ils liés ?

La réalisation des droits de l'homme pour tous et la prévention du VIH ne peuvent être séparées. Elles sont le plus fortement connectées de quatre manières :

- **La violation des droits de l'homme est un obstacle à la prévention du VIH.** Les violations des droits de l'homme, telles que la violence sexuelle, peuvent rendre une personne vulnérable au VIH. Les violations des droits de l'homme peuvent également créer des obstacles à la prévention du VIH, par exemple lorsque la discrimination empêche quelqu'un d'accéder aux services de santé.
- **Lorsque les gens peuvent exercer leurs droits de l'homme, il leur est plus facile de se protéger du VIH.** La capacité d'une personne à se protéger du VIH dépend de sa capacité à exercer de nombreux droits fondamentaux, notamment le droit de contrôler son corps, le droit aux services de santé et le droit à l'information.
- **Le VIH crée un obstacle à la réalisation des droits de l'homme.** Les maladies, la stigmatisation et la discrimination liées au VIH créent des obstacles à l'éducation, à l'emploi, au logement et à d'autres droits pour les personnes vivant avec le VIH.
- **La réalisation des droits de l'homme dépend de l'éradication du VIH.** Le VIH sape les progrès mondiaux vers le droit à la santé et à d'autres droits. Il contribue également à la pauvreté.

La PrEP orale permettra aux gens d'exercer plus facilement leurs droits. Pour l'instant, la PrEP orale est le seul outil de prévention du VIH que les gens peuvent décider d'utiliser sans informer personne d'autre, y compris leurs partenaires, de leur décision. Cela leur permet de se protéger plus facilement du VIH, ce qui est leur droit.

Éduquer les populations prioritaires de la PrEP prioritaires sur leurs droits est très important. Il leur permet de défendre leur droit à l'information, à l'action, aux ressources et aux services dont ils ont besoin pour se protéger du VIH.

**Certains droits de l'homme qui peuvent aider les populations prioritaires de la PrEP à se protéger du VIH sont énumérés ci-dessous.**

| Droits de l'homme                                                                                                                                                                                                                               | Comment ces droits nous aident à nous protéger du VIH                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Le droit à l'égalité et à la non-discrimination</b></p> <p>Nous avons le droit d'être traités comme tout le monde. Nous avons les mêmes droits et protections, peu importe notre identité, nos antécédents ou nos expériences de vie.</p> | <p>Nous avons le droit d'avoir des relations sexuelles consensuelles, sûres, satisfaisantes et saines.</p> <p>Nous avons le même droit que toute autre personne d'accéder aux services de santé sexuelle et aux options de prévention du VIH. Nous ne devrions pas être victimes de discrimination en raison de notre âge, sexe, race, orientation sexuelle, handicap ou toute autre caractéristique ou identité.</p> <p>Nous avons le droit à un environnement de travail non discriminatoire.</p> |

| Droits de l'homme                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Comment ces droits nous aident à nous protéger du VIH                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Le droit à la liberté</b></p> <p>Nous avons le droit de décider où nous voulons aller et ce que nous voulons faire, tant que nous n'enfreignons pas les lois ou ne violons pas les droits d'autrui.</p>                                                                                                                               | <p>Nous avons le droit de prendre des décisions sur les options de prévention du VIH et d'y accéder.</p> <p>Nous avons le droit à des documents d'identité qui fournissent une reconnaissance légale de nos noms et identités de genre.</p>                                                                                                                                              |
| <p><b>Le droit de contrôler notre propre corps (souvent appelé intégrité corporelle)</b></p> <p>Nous avons le droit de contrôler ce qui arrive à notre corps et d'être protégés des autres personnes qui essaient de nous nuire.</p>                                                                                                        | <p>Nous avons le droit de choisir si, quand et comment nous avons des relations sexuelles.</p> <p>Nous avons le droit d'accéder aux options de prévention du VIH qui nous protégeront contre les préjudices.</p> <p>Nous avons le droit d'accéder à des soins médicaux tels que l'hormonothérapie, la chirurgie ou les injections de silicone qui affirment notre identité de genre.</p> |
| <p><b>Le droit à l'éducation</b></p> <p>Nous avons le droit d'aller à l'école et de recevoir une éducation.</p>                                                                                                                                                                                                                             | <p>Nous avons le droit à l'éducation sexuelle. Cela comprend des informations sur le sexe, la santé sexuelle, la prévention du VIH et la PrEP orale.</p>                                                                                                                                                                                                                                 |
| <p><b>Le droit d'être en aussi bonne santé que possible et de pouvoir accéder aux meilleurs services de santé possibles</b></p> <p>Nous avons le droit à une vie saine. Cela comprend l'accès à l'eau potable, à des aliments nutritifs et à la sécurité personnelle. Nous avons également le droit au meilleur état de santé possible.</p> | <p>Nous avons le droit d'accéder aux informations, services et ressources dont nous avons besoin pour nous protéger du VIH.</p> <p>Nous avons le droit à une vie sexuelle sûre et consensuelle.</p> <p>Nous avons le droit à des services de santé sexuelle sans stigmatisation.</p> <p>Nous avons le droit d'utiliser la PrEP orale.</p>                                                |
| <p><b>Le droit aux avantages du progrès social et scientifique</b></p> <p>Nous avons le droit de bénéficier des principales technologies, découvertes et inventions qui peuvent améliorer nos vies.</p>                                                                                                                                     | <p>Nous avons le droit de bénéficier des nouvelles technologies telles que la PrEP orale qui peuvent nous aider à nous protéger du VIH. Cela signifie qu'elle doit être abordable et facile à obtenir pour nous.</p>                                                                                                                                                                     |

| Droits de l'homme                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Comment ces droits nous aident à nous protéger du VIH                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Le droit à la vie privée et à la confidentialité</b></p> <p>Nous avons le droit de choisir avec qui nous partageons nos informations. Cela signifie que les personnes avec lesquelles nous partageons des informations ne doivent pas les partager avec d'autres sans notre autorisation.</p>                                                                                                                                                                                                                   | <p>Nous avons le droit à la vie privée et à la confidentialité lors de l'accès aux services. Si les prestataires de soins de santé savent que nous utilisons la PrEP orale, ils doivent respecter notre confidentialité en ne disant pas à nos partenaires, aux membres de la famille ou aux autres membres de la communauté que nous la prenons.</p> <p>Nous avons le droit de choisir avec qui nous partageons des informations personnelles, telles que nos pratiques sexuelles ou une expérience de violence.</p> <p>Nous avons le droit de garder notre utilisation de la PrEP orale privée.</p> <p><i>Remarque : dans certaines situations, la confidentialité peut ne pas s'appliquer, par exemple si un médecin pense que la vie de quelqu'un est en danger. Le médecin peut avoir la responsabilité de le signaler, mais s'il le signale, il a également la responsabilité de vous le dire en premier.</i></p> |
| <p><b>Le droit de ne pas être victime d'abus, de traitements dégradants et d'exploitation</b></p> <p>Personne, y compris nos parents, partenaires, proches, enseignants, prestataires de soins de santé ou acteurs étatiques (tels que les forces de l'ordre), ne doit nous abuser physiquement, sexuellement ou mentalement ou être violent à notre égard. Le gouvernement devrait s'assurer que nous sommes protégés contre les abus et doit prendre des mesures si quelqu'un subit de la violence ou des abus.</p> | <p>Nous avons le droit de vivre notre vie à l'abri de toutes formes de violence.</p> <p>Nous avons le droit d'utiliser la PrEP orale sans crainte de violence.</p> <p>Nous avons le droit d'accéder à des services de justice de qualité en cas de violence ou d'abus.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |

## Comment protéger les droits de l'homme ?

Les gouvernements doivent tout mettre en œuvre pour que leurs citoyens puissent exercer leurs droits. Les gouvernements ne sont pas responsables de l'exercice des droits. Au lieu de cela, ils doivent créer les conditions qui donnent aux gens les meilleures chances d'exercer leurs droits. Par exemple, le droit à la santé ne signifie pas que le gouvernement est responsable de votre santé. Le gouvernement est uniquement responsable de créer un environnement où les gens peuvent vivre en bonne santé.

Les gouvernements jouent un rôle important dans la protection des droits de l'homme, tout comme les individus. **La capacité d'une personne d'exercer ses droits dépend du respect de ces droits par d'autres personnes.** Il est de la responsabilité de chaque individu de s'assurer que son comportement ne viole pas les droits d'autrui.

Il incombe également aux personnes qui ont plus de pouvoir que les autres de protéger les droits des personnes qui ont moins de pouvoir. Si certains groupes ont plus de pouvoir que d'autres, comme les hommes sur les femmes, des déséquilibres de pouvoir existent également entre les individus. Par exemple, les femmes plus âgées peuvent avoir plus de pouvoir que les femmes plus jeunes, et une femme transgenre avec un diplôme universitaire peut avoir plus de pouvoir que les femmes transgenres qui ont un niveau d'éducation inférieur. Les ambassadeurs de la prévention du VIH peuvent avoir plus de pouvoir que leurs pairs dans leur communauté. En ces temps, ils ont une responsabilité supplémentaire de protéger les droits de ceux qui ont moins de pouvoir.



## Vos remarques

A series of 20 horizontal dotted lines for taking notes.

## APERÇU DE LA SESSION

**Les participants apprendront les droits de l'homme et comment ils peuvent être appliqués à la santé sexuelle, à la prévention du VIH et à la PrEP orale. Ils approfondiront également leur compréhension du sujet en identifiant comment la vie d'une personne peut être affectée par sa capacité à exercer ces droits.**

**À la fin de cette session, les participants devraient être en mesure de :**

- Identifier les droits humains fondamentaux auxquels chacun a droit
- Expliquer la prévention du VIH et la santé sexuelle dans le contexte des droits de l'homme
- Expliquer comment la protection des droits de l'homme peut permettre l'accès aux options de prévention du VIH

### MESSAGES CLÉS

- Les droits de l'homme sont des principes relatifs aux types de traitement et aux attentes auxquels toute personne a droit, quelle que soit son identité, son lieu de naissance ou tout autre aspect de sa vie.
- Le droit à la santé sexuelle signifie avoir la meilleure santé et le meilleur bien-être possible et jouir d'une vie sexuelle sûre, agréable et satisfaisante.
- Les droits de l'homme ne peuvent pas être enlevés ou abandonnés. Cependant, ils peuvent être violés et doivent donc être protégés.
- Les gouvernements ont la responsabilité de tout mettre en œuvre pour créer un environnement qui donne aux individus les meilleures chances d'exercer leurs droits.
- Les individus ont la responsabilité de respecter les droits des autres.
- La réalisation des droits de l'homme pour tous et la prévention du VIH ne peuvent être séparées. Elles sont dépendantes les unes des autres.
- Chacun a le droit d'accéder à la prévention du VIH.

### MATÉRIAUX

Il n'y a pas de feuilles de travail ou d'outils pour cette session, mais vous pouvez trouver utile d'apporter des outils pédagogiques, tels que des cartes « Connaissez vos droits » ou d'autres matériels d'information, d'éducation ou de communication sur les droits de l'homme. Voir Ressources utiles pour des exemples de matériel sur les droits de l'homme.

Avant la session, assurez-vous de vous familiariser avec les lois du pays qui sont pertinentes pour les populations que vous formez afin de pouvoir répondre aux questions des participants.

## INSTRUCTIONS POUR LA SESSION

Écrivez chacun des droits énumérés ci-dessous sur des morceaux de papier séparés et placez-les à un endroit où tout le monde peut les voir.

- Le droit à la liberté
- Le droit de contrôler notre corps
- Le droit à l'éducation
- Le droit d'être en aussi bonne santé que possible et de pouvoir accéder aux meilleurs services de santé possibles
- Le droit de bénéficier du progrès social et scientifique
- Le droit à la vie privée et à la confidentialité
- Le droit d'être à l'abri des abus, des traitements dégradants et de l'exploitation

PRÉPARATION





## EXPLORER

### INTRODUCTION

1. Présentez la session en vous référant à **Aperçu de la session**.
2. Demandez au groupe s'ils savent ce que sont les droits de l'homme. Si c'est le cas, demandez-leur s'ils peuvent nommer des droits de l'homme spécifiques.
3. Demandez au groupe s'ils savent à quoi les droits de l'homme pourraient être liés en termes de prévention du VIH et leurs rôles en tant qu'ambassadeurs de la prévention du VIH.

### ACTIVITÉ : Le droit de se protéger du VIH

1. Expliquez que dans cette activité, les participants se concentreront sur une sélection de droits et identifieront comment ils sont liés à la prévention du VIH et à l'utilisation de la PrEP orale.
2. Utilisez l'exemple suivant pour expliquer l'activité : Chacun a droit à l'égalité et à la non-discrimination. Ceci est pertinent pour la prévention du VIH car cela signifie que tout le monde a également le droit d'accéder aux services de santé sexuelle et à la PrEP orale sans être discriminé en raison de son âge, sexe, race, orientation sexuelle, handicap ou toute autre caractéristique ou identité.
3. Commencez avec l'un des droits que vous avez rédigés. Demandez aux participants d'expliquer ce que le droit signifie (soit sur des notes collantes, soit par discussion).
4. Ensuite, demandez aux participants de partager leurs idées sur la manière dont le droit est lié à la prévention du VIH et à la PrEP orale.
5. Répétez cette activité avec chaque droit.

### CONSEILS DE FACILITATION

Utilisez **Connaissances essentielles** et **Messages clés** pour expliquer les droits de l'homme au groupe.

Utilisez **Connaissances essentielles** et **Messages clés** pour guider les participants dans la définition de ces droits et identifier leur lien avec la prévention du VIH et la PrEP orale.

Si vous travaillez avec des mineurs, reportez-vous aux directives locales pour répondre aux questions sur l'âge minimum pour l'utilisation orale de la PrEP et le consentement parental.

Si votre groupe est plus avancé, vous pourriez leur demander de se diviser en petits groupes pour travailler sur un droit chacun. Assurez-vous de laisser suffisamment de temps à chaque groupe pour présenter ses réponses.

Si vous manquez de temps, vous pouvez choisir une sélection de droits sur lesquels vous concentrer en tant que groupe et lire le reste pendant la discussion.



## APPLIQUER

### ACTIVITÉ : Exercer nos droits

1. Expliquez que dans cette activité, les participants examineront comment ces droits peuvent avoir un impact sur la vie de leurs pairs.
2. Divisez les participants en deux groupes et donnez à chaque groupe une feuille de papier.
3. Demandez à un groupe de créer le personnage d'un pair qui peut exercer ses droits.
4. Demandez à l'autre groupe de créer le personnage d'un pair incapable d'exercer ses droits.
5. Donnez aux participants 10 minutes pour créer leurs personnages.

### CONSEILS DE FACILITATION

Encouragez les participants à dessiner leur personnage et donnez-leur un nom.

Vous pouvez utiliser ces questions pour les aider à développer leur caractère :

- Quel âge ont-ils ?
- Où vivent-ils ?
- Que font-ils pour de l'argent ?
- Ont-ils fini l'école ?
- Sont-ils en couple ?



6. Demandez à chaque groupe de présenter son personnage au groupe.
7. Demandez aux participants de considérer les différences entre les personnages qui rendent plus difficile ou plus facile pour eux d'exercer leurs droits.
8. Tracez une ligne au milieu d'une feuille de tableau à feuilles mobiles. Écrivez le nom d'un caractère à gauche et de l'autre à droite (voir l'exemple ci-dessous).
9. Sélectionnez l'un des droits utilisés dans l'activité précédente.
10. Demandez au premier groupe de donner un exemple de la manière dont leur personnage bénéficie de ce droit.
11. Demandez au deuxième groupe de donner un exemple de la manière dont les droits de leur personnage sont violés.
12. Répétez l'activité pour chaque droit (ou autant que vous désirez).

| Personnage 1 : Bridget<br>(peut exercer ses droits)                                                     | Personnage 2 : Destin<br>(ne peut pas exercer ses droits)                                                                                                       |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Droit à l'éducation</b>                                                                              |                                                                                                                                                                 |
| Elle comprend comment le VIH se transmet et comment elle peut avoir des relations sexuelles plus sûres. | Elle a entendu parler du VIH par ses amis. Elle a essayé d'en savoir plus, mais on lui dit qu'elle n'a pas besoin de s'inquiéter du VIH puisqu'elle est mariée. |
| <b>Droit à la vie privée et à la confidentialité</b>                                                    |                                                                                                                                                                 |
| Elle utilise la PrEP orale et a décidé de ne le dire à personne. Elle sait que c'est son droit.         | Elle s'est rendue une fois au centre de santé pour poser des questions sur la PrEP orale et ils l'ont dit à son mari. Elle ne retournera pas.                   |

13. À la fin de l'activité, animez une discussion en demandant aux participants de réfléchir aux questions suivantes :
  - Quels droits vos pairs peuvent-ils exercer dans leurs communautés ?
  - Quels sont les obstacles à la réalisation de ces droits dans leurs communautés ?
  - Est-il plus facile pour certains de vos pairs d'exercer leurs droits que pour d'autres ? Pourquoi donc ?
  - Que peuvent faire vos pairs si leurs droits ont été violés ?
14. Une fois l'activité terminée, amenez les participants dans un cercle de réflexion.

Si les participants ont besoin d'aide pour démarrer, passez par un exemple (voir ci-dessous).



## RÉFLÉCHIR

### ACTIVITÉ : Cercle de réflexion

En utilisant les questions ci-dessous comme guide, engagez les participants dans une discussion sur ce qu'ils ont appris et comment cela les soutiendra dans leurs rôles d'ambassadeurs de la prévention du VIH.

### QUESTIONS DE RÉFLEXION SUGGÉRÉES

- **Connaissez-vous ces droits avant ?**
- **Comment pouvez-vous utiliser vos connaissances sur ces droits pour aider les pairs de votre communauté à se protéger du VIH ?**
- **À quoi cela ressemblerait-il dans votre communauté si tous vos pairs pouvaient pleinement exercer leurs droits de l'homme ?**

## CONSEILS DE FACILITATION

La promotion des droits de l'homme peut entraîner des réactions négatives et des violences contre les membres des populations prioritaires. Par exemple, les professionnel (le) s du sexe qui connaissent leurs droits et se défendent auprès des agents des forces de l'ordre peuvent être ciblés pour leur non-conformité perçue. Les ambassadeurs peuvent encourager les pairs qui apprennent à connaître leurs droits à réfléchir aux moyens les plus sûrs d'articuler ces droits aux détenteurs du pouvoir. Par exemple, les cartes « Connaissez vos droits » peuvent inclure les coordonnées d'un avocat ou d'une organisation communautaire, démontrant que le pair avec la carte est soutenu par d'autres.



## Ressources utiles

- 1 Compendium of Key Documents Relating to Human Rights and HIV in Eastern and Southern Africa**  
 United Nations Development Program  
 2008  
[www.undp.org](http://www.undp.org)

Un outil qui compile les instruments, politiques, lois et jurisprudences mondiaux, régionaux, sous-régionaux et nationaux relatifs aux droits de l'homme qui sont pertinents pour le VIH et le SIDA. Il vise à soutenir la mise en œuvre d'approches fondées sur les droits de l'homme dans la riposte au SIDA en Afrique orientale et australe.
- 2 A Time to Lead: A Roadmap for Progress on Sexual and Reproductive Health and Rights Worldwide**  
 Guttmacher Institute  
 2018  
[www.guttmacher.org](http://www.guttmacher.org)

Une note d'orientation qui définit la santé et les droits sexuels et reproductifs et décrit un ensemble essentiel d'interventions de santé sexuelle et reproductive.
- 3 Rights-Evidence-ACTION (REAct) User Guide**  
 Frontline AIDS  
 2019  
<https://frontlineaids.org>

Un guide pour les organisations intéressées à documenter et à répondre aux obstacles liés aux droits de l'homme que les individus rencontrent pour accéder aux services VIH.
- 4 It's All One Curriculum for a Unified Approach to Sexuality, Gender, HIV, and Human Rights Education**  
 Volume 1: Guidelines  
 Volume 2: Activities  
 International Planned Parenthood Federation  
 2011  
<https://advocatesforyouth.org>

Volume 1 contient des lignes directrices pour soutenir une approche participative de l'éducation au genre, au VIH et aux droits de l'homme pour la jeunesse et les jeunes gens. Volume 2 comprend 54 exemples d'activités intéressantes.
- 5 Sexual, Reproductive and Maternal Health: Community Workshop Series Facilitator's Manual**  
 Care International in Papua New Guinea  
 2016  
[ambassadortraining@PrEPNetwork.org](mailto:ambassadortraining@PrEPNetwork.org)

Un manuel pour développer la compréhension et l'engagement de la communauté en matière de santé sexuelle et reproductive, basé sur un cadre fondé sur les droits. Comprend des outils pour développer des compétences en leadership et en modèle de rôle.

**6 Strength in Strategy and Numbers: A Training Manual on Building the Advocacy Capacity of Key Populations in Kenya**

National AIDS Control Council, Kenya

2014

<https://hivpreventioncoalition.unaids.org/>

Un manuel de formation pour développer les connaissances et les compétences des membres de la population clé pour discuter ouvertement de leurs problèmes de santé et leur permettre de planifier, mettre en œuvre et évaluer leurs initiatives de plaidoyer plus efficacement pour un meilleur accès aux services de lutte contre le VIH.

**7 What Are LGBTQ Rights?**

Gay and Lesbian Coalition of Kenya

No Date

[www.galck.org](http://www.galck.org)

Une page Web qui définit les droits des lesbiennes, gays, bisexuels et queer (LGBQ) et répond aux questions sur les droits des LGBQ, la constitution et les lois au Kenya.

**8 Sex Workers' Rights Are Human Rights: A Training Manual**

Leitner Center for International Law and Justice,  
Kenyan Sex Workers Alliance

2013

[www.leitnercenter.org](http://www.leitnercenter.org)

Un manuel de formation pour faciliter une formation d'une journée des travailleuses du sexe sur leurs droits.

**9 AMA'RIGHTS: Understanding, Supporting and Accessing Human Rights for Transgender and Gender Diverse Persons in South Africa**

Gender Dynamix

2016

[www.genderdynamix.org.za](http://www.genderdynamix.org.za)

Un livret qui définit les termes clés liés aux droits de l'homme et aux personnes transgenres et de genre différent ; décrit les droits des personnes transgenres et de genre divers en vertu des lois sud-africaines ; et fournit les coordonnées des services sociaux, éducatifs, juridiques et sur le lieu de travail.

## 2

# VIH et SIDA – Les bases

## CONNAISSANCES ESSENTIELLES

### Qu'est-ce que le VIH ?

**VIH** signifie **v**irus de l'**i**mmunodéficience **h**umaine. C'est un virus qui attaque le système immunitaire. Pour ce faire, il pénètre dans des globules blancs appelés cellules CD4 et les utilise pour se copier et se multiplier.

Un corps sain contient des milliards de cellules CD4. Lorsque le VIH pénètre dans l'organisme, il prend le contrôle des cellules CD4. Le VIH utilise ensuite les cellules pour se répliquer, permettant au virus de se développer et de se propager dans le corps. Lorsqu'il n'est pas traité, le VIH affaiblit lentement le système immunitaire du corps en prenant le contrôle des cellules CD4 jusqu'à ce que le corps ne puisse plus se défendre contre l'infection.

### Qu'est-ce que le SIDA ?

Sans traitement, le VIH évolue vers le SIDA. Le **SIDA** est synonyme de **s**yndrome d'**i**mmuno **d**éficience **a**cquise. Le SIDA est causé par le VIH. Une personne développe le SIDA lorsque le VIH a endommagé son système immunitaire si gravement qu'elle n'est plus protégée contre les infections et les maladies.

Une personne est considérée comme atteinte du SIDA lorsqu'elle a un taux de CD4 de moins de 200 cellules pour la protéger des infections, ou lorsqu'elle est fréquemment atteinte d'« infections opportunistes », comme la tuberculose (TB) ; la pneumonie ; et une gamme d'affections de la peau, des yeux et du système nerveux. Alors que les personnes en bonne santé peuvent également développer ces maladies, les personnes atteintes du SIDA courent un risque très élevé de les contracter et sont plus susceptibles de tomber gravement malades lorsqu'elles le font.

### Comment le VIH se transmet-il ?

La propagation du VIH d'une personne à l'autre est appelée transmission du VIH. Pour que le VIH se transmette, il faut trois choses :



Une personne  
séropositive et  
une personne  
séronégative



Liquide corporel qui transporte  
une grande quantité de  
VIH (sang, sperme, liquide  
vaginal, liquide rectal et  
lait maternel)



Un moyen pour le fluide  
corporel d'une personne  
séropositive de pénétrer  
dans la circulation

1. Une personne séropositive et une personne séronégative
2. Liquide corporel qui transporte une grande quantité de VIH (sang, sperme, liquide vaginal, liquide rectal et lait maternel)
  - Pour que la transmission ait lieu, il doit y avoir une quantité suffisante de virus.
  - Le VIH se trouve en grande quantité dans le sang (y compris le sang menstruel), le sperme, les sécrétions vaginales, le liquide rectal et le lait maternel.
  - Le VIH peut être trouvé en très petites quantités dans la salive, les vomissures, les selles et l'urine, mais il ne suffit pas à propager le virus.
3. Un moyen pour le fluide corporel d'une personne séropositive de pénétrer dans la circulation sanguine d'une personne séronégative
  - Un corps est un système fermé. Le VIH ne peut pas traverser une peau intacte.
  - Le VIH peut traverser la peau des organes génitaux – pénis, vagin ou anus – pendant les rapports sexuels car cette peau (appelée muqueuse) est beaucoup plus fine et possède de petites ouvertures.
  - Le vagin a une grande surface de membranes muqueuses qui peuvent produire de petites déchirures pendant les rapports sexuels, permettant au VIH de pénétrer dans le corps et la circulation sanguine de la femme. Les jeunes filles sont plus vulnérables au VIH car la muqueuse de leur vagin est encore plus délicate et plus susceptible de se déchirer.
  - Le rectum a une grande surface et la peau du rectum est très sensible aux déchirures pendant les relations sexuelles anales, surtout si le partenaire d'insertion n'utilise pas de lubrifiant. C'est pourquoi il est très important d'utiliser un lubrifiant à base d'eau ou de silicone pendant les relations sexuelles anales.
  - La peau du pénis est plus résistante que la peau du vagin. Cependant, le VIH contenu dans le sang et les liquides rectaux peut traverser l'urètre du pénis ou sous le prépuce d'une personne non circoncis.
  - Lorsqu'une personne s'injecte de la drogue, le sang infecté peut aller directement dans la circulation sanguine.

## Quels sont les symptômes du VIH ?

Une personne séropositive n'a pas toujours de symptômes. Une personne séropositive peut être en parfaite santé. La seule façon de savoir si vous ou quelqu'un d'autre êtes séropositif est de vous faire dépister.

Certaines personnes récemment infectées par le VIH peuvent présenter un ensemble de symptômes appelés « infection aiguë par le VIH ». Ces symptômes comprennent la fièvre, la fatigue, des amygdales et des ganglions lymphatiques enflés, un mal de gorge, des douleurs articulaires et musculaires, de la diarrhée et une éruption cutanée. Ces symptômes commencent généralement quelques jours après l'exposition au VIH et peuvent durer jusqu'à deux semaines. Tout le monde ne développe pas ces symptômes, et comme les symptômes de l'infection aiguë par le VIH sont les mêmes que les symptômes de la grippe ou d'autres infections courantes, vous ne pouvez pas vous fier à eux comme signes d'une personne séropositive.

## Y a-t-il un remède contre le VIH ?

Il n'y a pas de remède contre le VIH, mais il existe un traitement. Les médicaments antirétroviraux, ou ARV en abrégé, peuvent empêcher le VIH de se propager. Pour traiter efficacement le VIH, une personne doit prendre une combinaison d'ARV chaque jour. Ce traitement est appelé thérapie antirétrovirale (TAR). Si le traitement est pris quotidiennement, une personne séropositive peut vivre une vie longue et en bonne santé sans jamais développer le SIDA. Il est recommandé aux personnes séropositives de commencer le traitement dès que possible après un test VIH positif. Cela les aidera à rester en bonne santé et peut empêcher le VIH de se transformer en SIDA.

Si la TAR est prise tous les jours, il est possible de réduire les taux de VIH dans le sang d'une personne (sa « charge virale ») afin qu'elle ne transmette plus le virus. Le seul moyen de savoir avec certitude que la charge virale d'une personne est indétectable est de voir régulièrement un médecin pour surveiller le taux de VIH dans son sang.



## Vos remarques

A series of 20 horizontal dotted lines for taking notes.



## APERÇU DE LA SESSION

Les participants apprendront des connaissances essentielles sur le VIH et le SIDA. Ils identifieront également les mythes sur le VIH et le SIDA et discuteront de différentes stratégies pour les corriger.

À la fin de cette session, les participants devraient :

- Avoir une compréhension de base du VIH et du SIDA
- Être capable d'identifier et de corriger les mythes courants sur le VIH et le SIDA

### MESSAGES CLÉS

- Certains mythes sur le VIH peuvent être très proches d'un fait. Lorsque vous éduquez les gens sur les mythes, il est important de savoir quelle partie du mythe est incorrecte et de discuter de l'origine de ce mythe. Cela les aidera à corriger les mythes dans leur communauté.
- Les mythes sur le VIH et le SIDA peuvent contribuer à la propagation du VIH parce qu'ils donnent aux gens de fausses informations sur la façon dont le VIH se transmet et comment ils peuvent se protéger du VIH.
- Corriger les mythes est nécessaire pour empêcher la propagation du VIH.

### MATÉRIAUX

Les feuilles de travail et les outils utilisés dans cette session se trouvent dans la boîte à outils des ambassadeurs de la prévention du VIH. Ils sont également inclus à la fin de la session pour votre référence.

**OUTIL 1**    **VIH et SIDA – Obtenez les faits !**

BOÎTE À OUTILS PAGE 8

**OUTIL 2**    **Transmission et prévention du VIH**

BOÎTE À OUTILS PAGE 9

## INSTRUCTIONS POUR LA SESSION

Écrivez les en-têtes « Mythes », « Incertain » et « Faits » sur trois feuilles de tableau à feuilles séparées et placez-les autour de la pièce, en les espaçant pour que le groupe puisse se rassembler sous chacune d'elles.

PRÉPARATION



## EXPLORER

### INTRODUCTION

1. Présentez la session en vous référant à **Aperçu de la session**.
2. Commencez par poser aux participants quelques questions de base sur le VIH et le SIDA pour les impliquer et évaluer leurs connaissances.
3. Donnez un bref aperçu du VIH et du SIDA en utilisant les informations fournies dans **Connaissances essentielles** et les informations que vous avez préparées sur le VIH dans votre région.

### ACTIVITÉ : Votez avec vos pieds

1. Demandez aux participants d'écrire une déclaration sur le VIH ou le SIDA (soit un fait soit un mythe) sur une note collante et la coller sur le mur.
2. Si les participants hésitent, commencez l'activité en présentant quelques mythes courants.
3. Ajoutez tous les mythes / faits clés, qui n'ont pas été couverts (reportez-vous à l'outil Ambassadeur) **VIH et SIDA – Obtenez les faits !**
4. Une fois que les participants ont terminé, demandez-leur de se lever.
5. Lisez à haute voix une déclaration à la fois et demandez aux participants de décider s'ils pensent que c'est un fait, un mythe ou s'ils ne sont pas sûrs.
6. Demandez-leur de se mettre sous le morceau de papier correspondant.
7. Certaines affirmations peuvent être partiellement correctes, vous devrez peut-être donner plus d'informations aux participants pour les aider à décider. Par exemple, quelqu'un pourrait dire que si vous attrapez le VIH, vous tomberez malade et mourrez. Il est vrai que les personnes vivant avec le VIH sont plus susceptibles de tomber malades, et si le VIH n'est pas traité, il peut évoluer vers le SIDA, qui peut entraîner la mort. Cependant, il n'est pas vrai que toutes les personnes séropositives tombent malades et meurent. Si une personne séropositive suit une thérapie antirétrovirale (TAR), ils peuvent vivre une vie longue et saine sans jamais développer le SIDA. Encouragez les participants à choisir « Incertain » s'ils pensent qu'une affirmation pourrait être partiellement correcte.
8. Une fois que les participants ont choisi, révélez si l'énoncé est vrai, faux ou partiellement vrai.
9. Demandez à un volontaire du groupe qui avait raison d'expliquer pourquoi la réponse est correcte, ou si vous pensez que c'est approprié pour votre groupe, vous pouvez demander aux participants de débattre pourquoi ils pensent que leur réponse est correcte.

## CONSEILS DE FACILITATION

Suggestions de questions :

- Quelqu'un peut-il me dire ce que représentent le VIH et le SIDA ?
- Quelqu'un peut-il expliquer la différence entre le VIH et le SIDA ?

Assurez-vous de discuter des mythes et d'expliquer pourquoi ils ne sont pas corrects..

Reportez-vous à l'outil d'ambassadeur **VIH et SIDA – Obtenez les faits !** pour expliquer quelles déclarations sont des faits et lesquelles sont des mythes.



10. Lorsque vous avez terminé l'exercice, rassemblez les participants en cercle et donnez-leur une copie de l'outil ambassadeur **VIH et SIDA – Obtenez les faits !** et animez une discussion sur ce qui les a surpris.
11. Utilisez l'outil ambassadeur **VIH et SIDA - Obtenez les faits !** et l'outil ambassadeur **Transmission et Prévention du VIH**, qui renforcent les messages clés sur la transmission et la prévention du VIH et comblent les lacunes dans les connaissances.



## APPLIQUER

### CONSEILS DE FACILITATION

### ACTIVITÉ : Corriger les mythes

1. Divisez les participants en petits groupes.
2. Demandez à chaque groupe de choisir un mythe de l'activité précédente qu'il entend souvent dans sa communauté.
3. Donnez à chaque groupe une feuille de tableau à feuilles mobiles et demandez-leur de créer une affiche et de corriger le mythe.
4. Plutôt que de simplement fournir des informations, encouragez les participants à réfléchir à la meilleure stratégie pour corriger le mythe. Pour ce faire, ils pourraient envisager :
  - Qui croit et propage le mythe (afin qu'ils puissent les cibler avec leurs messages) ?
  - Pourquoi croient-ils au mythe ? Est-ce basé sur une émotion (comme la peur), une attitude ou des informations incorrectes sur le VIH et le SIDA ?
  - Quelle est la meilleure façon de les convaincre de la vérité ?
5. Une fois que les participants ont terminé, demandez à chaque groupe de présenter son affiche au grand groupe.
6. Une fois l'activité terminée, amenez les participants dans un cercle de réflexion.

Passez du temps avec chaque groupe pour les aider à envisager la meilleure stratégie pour corriger le mythe.



## RÉFLÉCHIR

### CONSEILS DE FACILITATION

### ACTIVITÉ : Cercle de réflexion

1. En utilisant les questions ci-dessous comme guide, engagez les participants dans une discussion sur ce qu'ils ont appris et comment cela les soutiendra dans leurs rôles d'ambassadeurs de la prévention du VIH.

### QUESTIONS DE RÉFLEXION SUGGÉRÉES

- **Y a-t-il eu des déclarations sur le VIH dont vous avez été surpris d'apprendre qu'elles sont des mythes ?**
- **Pourquoi pensez-vous avoir cru à ce mythe ?**
- **Comment ces mythes contribuent-ils à la propagation du VIH ?**
- **Que pouvez-vous faire en tant qu'ambassadeur de la prévention du VIH pour corriger ces mythes ?**

Essayez d'encourager tous les participants à partager leurs idées pendant la séance de réflexion. Pour éviter qu'un participant ne domine, vous pouvez demander à chaque personne de partager ce qu'elle a appris de la session.



## Ressources utiles

- 1 My Dreams My Choice! A Facilitator's Guide for Empowering Girls and Young Women in Adopting Positive Behavior**  
 SSDI – Communication/Johns Hopkins Center for Communication Programs  
 No date  
[www.k4health.org](http://www.k4health.org)

Une boîte à outils pour équiper les adolescentes et les jeunes femmes pour faire face aux attentes, aux comportements et aux attitudes qui les rendent vulnérables au VIH et à d'autres résultats négatifs en matière de santé reproductive. Utilise des approches d'apprentissage participatif et est disponible en anglais et en chichewa.

---

- 2 Positive Connections: Leading Information and Support Groups for Adolescents Living with HIV**  
 FHI 360  
 2013  
[www.fhi360.org/resource](http://www.fhi360.org/resource)

Un guide pour créer un groupe d'information et de soutien dirigé par des adultes pour les adolescents vivant avec le VIH. Comprend des sessions sur le VIH, la prévention du VIH et la résolution de problèmes.

---

- 3 Social Media to Improve ART Retention and Treatment Outcomes Among Youth Living with HIV in Nigeria – SMART Connections**  
 FHI 360  
 2020  
[ambassadortraining@PrEPNetwork.org](mailto:ambassadortraining@PrEPNetwork.org)

Un guide d'utilisation de Facebook pour créer un groupe de soutien virtuel pour les adolescents vivant avec le VIH. Comprend des sessions sur des sujets clés liés au VIH, à la prévention du VIH et à la résolution de problèmes.

---

- 4 Peer Educators Information Booklet**  
 LVCT Health  
 2019  
<https://lvcthealth.org>

Un livret pour les pairs éducateurs qui comprend des informations sur la transmission du VIH, la prévention et le dépistage, ainsi que la planification familiale et la violence.

---

- 5 MTV Shuga**  
 Unitaid  
 2017  
<https://www.mtvshuga.com/>

Une campagne multicanal axée sur les messages positifs de santé sexuelle pour les jeunes. Elle présente une série télévisée primée se déroulant au Kenya, au Nigéria et en Afrique du Sud sur le VIH, la santé reproductive et le genre. La campagne comprend un site Web interactif et adapté aux jeunes et des guides d'éducation par les pairs.

---

- 6 Undetectable = Untransmittable Factsheet**  
 FHI 360  
 2018  
[www.fhi360.org](http://www.fhi360.org)

Un bref aperçu de la campagne U = U et des preuves de la façon dont une charge virale indétectable conduit à l'incapacité de transmettre le VIH aux partenaires sexuels. Cette fiche d'information comprend des liens vers des ressources supplémentaires et des définitions de termes clés.

---

## 7 Preventing HIV During Pregnancy and Breastfeeding in the Context of PrEP

WHO

2017

[www.who.int](http://www.who.int)

Une note technique de l'OMS résumant les données existantes sur l'innocuité et l'efficacité de l'utilisation de la PrEP orale chez les femmes enceintes et allaitantes. Comprend également une discussion sur l'intégration de la PrEP orale dans les soins prénatals et postnatals, et un cadre pour renforcer la prévention du VIH pour les mères, leurs partenaires et les nourrissons.

## 8 Facts About Sex Workers and the Myths that Help Spread HIV

The Lancet

2014

[www.thelancet.com/infographics/HIV-and-sex-workers](http://www.thelancet.com/infographics/HIV-and-sex-workers)

Une infographie qui met en évidence les idées fausses sur les professionnels du sexe qui entravent l'efficacité des programmes de prévention du VIH et présente le fardeau du VIH sur les professionnels du sexe.

## 9 Guidance on Couples HIV Testing and Counselling Including Antiretroviral Therapy for Treatment and Prevention in Serodiscordant Couples

WHO

2012

[www.who.int](http://www.who.int)

Un ensemble de recommandations pour les praticiens sur le dépistage, la divulgation mutuelle et le traitement pour les couples, les partenaires et les couples séropositifs.

# MATÉRIEL DE SESSION

## VIH et SIDA - Obtenez les faits !

OUTIL 1

### Mythes

Ne soyez pas dupe - ce sont des mythes. Ils ne sont pas vrais !



Vous pouvez dire qu'une personne a le VIH simplement en la regardant.

Vous devez éviter les personnes séropositives au cas où elles vous le donneraient.

Utiliser des préservatifs ou une PrEP orale signifie que vous ne faites pas confiance à votre partenaire.

Les adolescentes et les jeunes femmes, les homosexuels et autres hommes ayant des rapports sexuels avec des hommes, les professionnel (le) s du sexe et les personnes transgenres sont plus à risque de contracter le VIH car ils sont moins discrets.

Certaines herbes peuvent vous protéger du VIH lorsque vous les mettez dans votre vagin.

Si j'utilise un lubrifiant, je suis protégé contre le VIH.

Chez les hommes qui ont des rapports sexuels avec des hommes, seul le partenaire en dessous peut contracter le VIH.

Les femmes séropositives ne doivent pas allaiter leur bébé.

Seuls les homosexuels et les professionnels du sexe peuvent contracter le VIH.

Si vous attrapez le VIH, vous tomberez malade et mourrez.

### Faits

Ce sont les faits ! Vous pouvez vous fier à ces informations pour vous protéger du VIH !



Il n'y a aucun moyen de savoir si quelqu'un a le VIH en le regardant. De nombreuses personnes ont le VIH sans le savoir. La seule façon de savoir si vous êtes séropositif est de faire un test sanguin.

Vous ne pouvez pas attraper le VIH comme vous attrapez la grippe. Le VIH ne peut être transmis que lorsque des liquides organiques - soit du sang, du sperme, du liquide vaginal ou du lait maternel - pénètrent dans la circulation sanguine d'une personne séronégative. Vous ne pouvez pas contracter le VIH en vous embrassant, en vous serrant dans vos bras, en utilisant les mêmes ustensiles, en utilisant les mêmes toilettes, par les piqûres de moustiques ou tout autre contact occasionnel.

Se protéger du VIH n'est pas une question de confiance. Tout le monde peut être séropositif - et de nombreuses personnes ne connaissent pas leur statut. Si vous entretenez une relation d'amour et de confiance, vous devriez tous les deux vouloir vous protéger mutuellement du VIH. Cela signifie avoir des relations sexuelles plus sûres, se faire tester régulièrement et envisager la PrEP orale.

En fait, il existe de nombreuses raisons biologiques pour lesquelles ces groupes sont vulnérables au VIH. Il est plus facile pour le VIH de pénétrer par les parois du vagin que par le pénis, et le sexe anal réceptif non protégé rend les personnes plus vulnérables au VIH. Il est également plus difficile pour ces groupes de se protéger du VIH parce que la société ne les traite pas de manière égale et qu'ils ont moins de pouvoir dans leurs relations pour négocier des rapports sexuels protégés. **La PrEP orale peut aider les personnes à prendre leur santé en main !**

Il n'y a pas d'herbes ou de remèdes naturels qui peuvent prévenir ou guérir le VIH. L'insertion de plantes ou d'herbes dans votre vagin peut augmenter votre risque de VIH ; il peut assécher le vagin, ce qui peut entraîner des déchirures et permettre au VIH de pénétrer plus facilement dans le corps.

L'utilisation d'un lubrifiant à base d'eau ou à base de silicone peut réduire la vulnérabilité au VIH en empêchant les préservatifs de se casser ou de glisser, mais l'utilisation de lubrifiant seul ne fournit pas beaucoup de protection contre le VIH.

Il est vrai que la vulnérabilité au VIH est plus élevée pour les relations sexuelles anales réceptives (en dessous) que pour les relations sexuelles anales insertives (au-dessus), mais quelqu'un peut contracter le VIH par des relations sexuelles anales insertives ou réceptives.

Ce n'est pas aussi simple. L'allaitement maternel fournit de nombreux nutriments et facteurs de protection à un bébé, et la transmission du VIH peut être évitée avec le bon médicament. Les mères séropositives devraient travailler avec leur médecin pour trouver la meilleure option.

Tout le monde peut attraper le VIH.

Bien qu'il n'y ait pas de remède contre le VIH, il existe des traitements disponibles, appelés **antirétroviraux**, ou **ARV** en abrégé. Si le traitement est commencé tôt et pris régulièrement, une personne séropositive peut vivre une vie longue et en bonne santé sans jamais développer le SIDA. Ces médicaments peuvent également aider à prévenir la transmission à d'autres.

8

## OUTIL 2

TRANSMISSION  
DU VIH

Le VIH peut être transmis d'une personne à une autre par le sang, le sperme, le liquide vaginal, le liquide rectal et le lait maternel. Cela peut se produire pendant :

- Sexe vaginal
- Sexe anal
- Sexe oral

- Grossesse
- Accouchement
- Allaitement maternel

- Injection de drogues avec une aiguille partagée
- Contact direct avec le sang

## PREVENTION DU VIH

-

**PREP orale**

Si vous n'avez pas le VIH, vous pouvez vous protéger en prenant un médicament anti-VIH appelé PREP orale

-

**PPE**

Si vous avez été exposé au VIH vous pouvez prévenir l'infection en prenant des médicaments anti-VIH appelés PPE dans les 72 heures suivant l'exposition

+

**TAR**

Si vous êtes séropositif vous pouvez éviter la transmission à d'autres en prenant des médicaments anti-VIH

Les méthodes supplémentaires que vous pouvez utiliser pour réduire le risque de transmission du VIH pendant les rapports sexuels sont :



Utilisation de préservatifs masculins ou féminins chaque fois que vous avez des relations sexuelles vaginales, anales et orales.



Utilisation d'un lubrifiant à base d'eau ou à base de silicone pour empêcher les préservatifs de se casser et de sécher les relations sexuelles



Dépistage régulier des IST et traitement immédiat



S'abstenir, réduire le nombre de partenaires sexuels et connaître le statut de votre partenaire

Les mères séropositives peuvent réduire le risque de transmission du VIH à leur bébé en :



Prenant des médicaments anti-VIH pendant la grossesse, l'accouchement et l'allaitement



Traitant leur bébé avec des médicaments anti-VIH



Les personnes séropositives qui ne souhaitent pas devenir enceintes peuvent utiliser la planification familiale pour éviter une grossesse non désirée



Si vous êtes séropositif et que vous pensez avoir un bébé, parlez à un médecin de la meilleure façon de réduire le risque de VIH

Vous pouvez réduire le risque de transmission du VIH par le sang en :



Éviter tout contact avec le sang d'autrui



Ne jamais utiliser une aiguille qui a été utilisée par quelqu'un d'autre



Le VIH peut être transmis lors de transfusions sanguines, mais la plupart des hôpitaux testent maintenant le sang pour le VIH avant de l'utiliser dans une transfusion. Si vous êtes inquiet, demandez à votre médecin !

VOUS NE POUVEZ PAS CONTRACTER LE VIH EN TOUCHANT, EN EMBRASSANT OU EN PARTAGEANT

DE LA NOURRITURE ET DES BOISSONS AVEC QUELQU'UN SÉROPOSITIF

## 3

# Vulnérabilité biologique au VIH

## CONNAISSANCES ESSENTIELLES

À la fin de 2018, 37,9 millions de personnes vivaient avec le VIH, dont environ 1,7 million avaient été nouvellement infectées cette année-là. Les populations prioritaires de la PrEP, notamment les AGYW, HSH, PBFW, PID, couples sérodiscordants, professionnels du sexe et transgenres, sont particulièrement vulnérables au VIH. Par exemple, la vulnérabilité au VIH est :

- 14 fois plus élevée parmi les adolescentes et jeunes femmes (AGYW) que leurs homologues masculins
- 22 fois plus élevée chez les HSH que chez les hommes âgés de 15 à 49 ans dans la population totale
- 3 à 4 fois plus élevée chez les femmes enceintes et allaitant (PBFW) que chez leurs homologues non enceintes
- 22 fois plus élevée chez les PID que chez les personnes qui ne s'injectent pas de drogues dans la population totale
- 21 fois plus élevée chez les professionnels du sexe que chez les personnes âgées de 15 à 49 ans dans la population totale
- 12 fois plus élevée chez les personnes trans que chez les personnes âgées de 15 à 49 ans dans la population totale
- 40 pour cent plus élevée parmi les couples sérodiscordants qui ne suivent aucun traitement contre le VIH que les couples où le partenaire séropositif est sous traitement

Cette vulnérabilité est souvent communiquée en utilisant le langage du risque. Par exemple, *les PBFW sont plus à risque de contracter le VIH que leurs pairs non-enceintes*. Le concept de « risque » est également utilisé pour parler de comportements susceptibles d'exposer une personne au VIH, comme les rapports sexuels non protégés.

Ce langage peut créer un obstacle à la prévention du VIH car :

- Cela peut sembler critique. Cela peut envoyer le message que si une personne fait quelque chose de « risqué », c'est sa faute si elle attrape le VIH.
- Cela suggère qu'une personne peut réduire la probabilité de contracter le VIH si elle évite tous les comportements « à risque ». En réalité, les gens n'ont pas toujours le pouvoir de réduire ces risques. Par exemple, il est souvent difficile pour les AGYW et les professionnels du sexe de négocier l'utilisation du préservatif, ou les PID peuvent ne pas avoir accès à un programme d'échange d'aiguilles et de seringues.



- De nombreuses personnes ne se considèrent pas « à risque », même lorsqu'elles s'engagent dans des activités qui peuvent les exposer au VIH. Les gens peuvent aussi penser qu'ils ne sont pas « à risque » s'ils n'appartiennent pas à une population prioritaire. Cependant, dans certaines régions, la prévalence du VIH est élevée dans la population générale.

**Nous vous recommandons d'utiliser le terme vulnérabilité au lieu de « risque ».** Par exemple : les PBFW sont plus vulnérables au VIH que leurs pairs non-enceintes.

Cette session vise à éduquer les participants sur leur vulnérabilité biologique au VIH pendant les rapports sexuels. Les moteurs sociaux de la vulnérabilité au VIH sont explorés dans la session

**Stigmatisation, discrimination et violence basées sur le genre.**

## Comment le VIH se transmet-il ?

Le VIH se transmet lorsqu'un liquide corporel (sang, sperme, liquide vaginal, liquide rectal, lait maternel) contenant une grande quantité de VIH pénètre dans la circulation sanguine. Le VIH peut pénétrer dans le sang par :

- Les coupures et les plaies
- La peau à l'intérieur du vagin et de l'anus (muqueuses)
- L'urètre du pénis
- Sous le prépuce du pénis

Le VIH peut être transmis d'une personne à une autre par contact sexuel ou par partage d'aiguilles utilisées pour s'injecter des drogues. Les nourrissons peuvent contracter le VIH de leur mère avant ou pendant l'accouchement ou par l'allaitement.

## Quelle est la probabilité que le VIH soit transmis pendant la grossesse, l'accouchement et l'allaitement ?

Les taux de transmission du VIH d'une mère séropositive à son enfant pendant la grossesse, l'accouchement et l'allaitement varient de 15% à 45% sans aucune intervention. Cependant, la thérapie antirétrovirale (TAR) et d'autres interventions peuvent réduire ce taux de transmission à moins de 5%. Pendant la grossesse, le VIH peut traverser le placenta, un organe qui se développe dans l'utérus pendant la grossesse pour aider à nourrir le fœtus. Le VIH peut être transmis à un nourrisson pendant l'accouchement en étant exposé au sang de la mère et à d'autres liquides. Un nourrisson peut également contracter le VIH par le lait maternel. Les femmes qui deviennent séropositives pendant la grossesse et l'allaitement sont plus susceptibles de transmettre le VIH à leur bébé que les femmes qui étaient séropositives avant la grossesse.

Les mères vivant avec le VIH peuvent réduire la vulnérabilité de leur bébé au VIH en :

- Prenant des médicaments anti-VIH pendant la grossesse, l'accouchement et l'allaitement\*
- Traitant leur bébé avec des médicaments anti-VIH

Les personnes séropositives qui ne souhaitent pas devenir enceintes peuvent utiliser la planification familiale pour éviter une grossesse non désirée.

\* Remarque : Pour les zones à forte prévalence du VIH et où la diarrhée, la pneumonie et la dénutrition sont des causes courantes de mortalité infanto-juvénile, l'allaitement maternel pendant au moins 12 mois est recommandé par l'Organisation mondiale de la santé (OMS) pour les mères séropositives qui adhèrent au TARV. Même lorsque les TARV ne sont pas disponibles, il est recommandé aux mères

d'allaiter exclusivement (sans donner d'autres aliments au bébé) pendant au moins six mois. Pour déterminer si le lait maternisé est une option sûre, une femme devrait parler à son prestataire de soins de santé.

## Quelle est la probabilité que le VIH soit transmis par la consommation de drogues injectables ?

En termes de transmission du VIH, le partage de matériel d'injection non stérile ou usagé rend les gens très vulnérables, juste derrière les relations sexuelles anales réceptives non protégées. Le VIH peut être transmis lorsqu'une personne séronégative utilise du matériel d'injection qu'une personne séropositive a utilisé. Le VIH se transmet par le sang et les aiguilles, seringues et autres équipements d'injection qui peuvent contenir du sang. Le VIH peut rester dans une seringue usagée aussi longtemps que 42 jours. La consommation de drogues injectables augmente également la vulnérabilité au VIH parce que les personnes peuvent être plus susceptibles d'avoir des relations sexuelles non protégées, d'avoir des relations sexuelles avec plusieurs partenaires sexuels et d'échanger des relations sexuelles contre de l'argent ou de la drogue lorsqu'elles sont sous l'influence de drogues.

Les moyens les plus efficaces de prévenir la transmission du VIH par l'utilisation de drogues injectables sont (1) d'arrêter de s'injecter des drogues (par exemple, en participant à un traitement de substitution aux opioïdes ou à un autre traitement de la toxicomanie fondé sur des preuves) et (2) de ne jamais partager d'aiguilles, de seringues ou autre matériel d'injection (par exemple, en participant à des programmes d'échange d'aiguilles et de seringues où les gens peuvent obtenir gratuitement des aiguilles et des seringues stériles et se débarrasser en toute sécurité de celles usagées).

## Quelle est la probabilité que le VIH soit transmis pendant les rapports sexuels ?

La probabilité que le VIH soit transmis par contact sexuel est différente selon les activités sexuelles. La vulnérabilité d'une personne au VIH au cours de ces activités change également en fonction de son rôle dans l'activité. Il est important que les gens comprennent comment leur vulnérabilité au VIH change avec les différentes activités sexuelles. Cela les aidera à prendre des décisions éclairées sur les activités auxquelles ils se livrent. Cela les aidera également à réfléchir à la manière de rendre une activité sexuelle plus sûre. Les différentes activités sexuelles et leur vulnérabilité au VIH sont décrites ci-dessous.

---

### Abstinence (choisir de ne pas avoir de relations sexuelles)



#### Complètement sûr !

Vous pouvez toujours exprimer des sentiments et des désirs sexuels si vous choisissez de ne pas avoir de relations sexuelles. Cela peut être fait en toute sécurité en :

- Embrasser (la salive ne transmet pas le VIH, donc s'embrasser est totalement sans danger)
- Massage et toucher

Bien que s'abstenir de relations sexuelles soit totalement sans danger, il peut être difficile pour beaucoup de s'abstenir pendant un certain temps.

---

## Masturbation / se faire doigter / fisting / masturbation mutuelle



VIH



IST



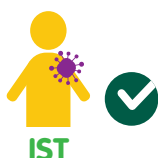
GROSSESSE

- Toucher les parties génitales de l'autre est totalement sans danger. Il n'est pas possible de contracter le VIH ou des IST ou de devenir enceinte de cette façon.
- Il n'est pas possible de contracter le VIH par contact entre les organes génitaux ou par baisers, mais vous pouvez contracter des IST (herpès). Vous pouvez également attraper des verrues génitales par contact entre les organes génitaux.
- Il n'est pas possible de contracter le VIH par masturbation mutuelle (se masturber ensemble). Il n'est pas non plus possible de contracter le VIH en utilisant des jouets sexuels par vous-même ; cependant, l'utilisation d'un jouet sexuel qui est entré en contact direct avec les fluides rectaux ou vaginaux ou les muqueuses d'une autre personne peut transmettre le VIH. Mettre un préservatif (et lubrifiant) sur un jouet sexuel et le laver soigneusement avec du savon et de l'eau chaude après que chaque personne l'utilise peut aider à prévenir la transmission du VIH.
- Il n'y a pas de vulnérabilité au VIH en cas de doigté ou de fisting, sauf si vous avez des coupures ouvertes ou des plaies sur les mains. Cependant, le doigté et le fisting peuvent déchirer la muqueuse du vagin ou du rectum, ce qui peut augmenter la vulnérabilité si vous avez des relations sexuelles anales, vaginales ou orales plus tard. Les ongles coupés et le lavage des mains peuvent aider à prévenir les dommages au vagin ou au rectum. Les gants en latex sont également importants pour la protection.

## Recevoir du sexe oral



VIH



IST



GROSSESSE

Le VIH ne peut pas être transmis par la salive, il n'est donc pas possible de contracter le VIH lors de relations sexuelles orales.

**Il est possible de contracter la chlamydia, l'herpès, la gonorrhée, la syphilis et les verrues génitales lors de relations sexuelles orales.**

## Performer le sexe oral (bouche-vagin)



VIH (mais très peu probable)



IST

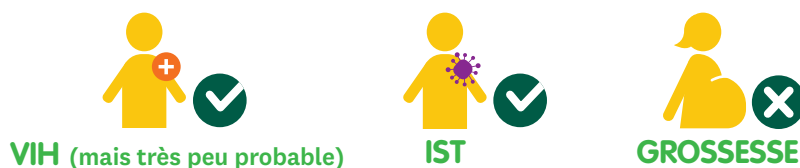


GROSSESSE

Le VIH peut être transmis par le liquide vaginal, donc s'il est possible de contracter le VIH lors d'un rapport sexuel oral à une personne séropositive si la personne qui le donne a des plaies ouvertes dans la bouche, il est très peu probable.

**Il est possible de contracter la chlamydia, l'herpès, la gonorrhée, la syphilis et les verrues génitales en pratiquant le sexe oral.**

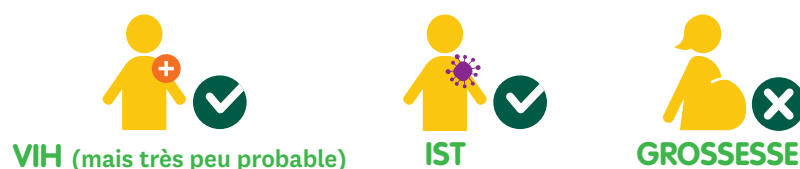
## Performeur le sexe oral (bouche-pénis)



Le VIH peut être transmis dans le sperme et le liquide pré-séminal, mais il doit d'abord pouvoir pénétrer dans la circulation sanguine. Si une personne séropositive éjacule dans la bouche de quelqu'un, cette personne pourrait contracter le VIH si elle a des coupures ou des plaies dans la bouche. Une personne ne peut pas contracter le VIH en avalant du sperme ; l'acide dans l'œsophage et l'estomac tuera tout VIH dans le sperme.

**Il est toujours possible de contracter l'herpès, la syphilis, la gonorrhée, la chlamydia et les verrues génitales en pratiquant le sexe oral.**

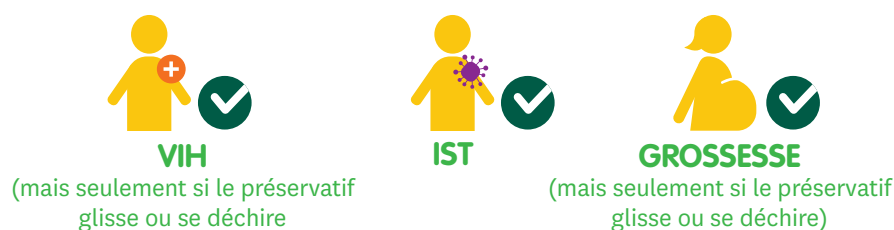
## Performeur le sexe oral (bouche-anus)



La probabilité de contracter ou de transmettre le VIH par anulingus ou contact oral avec l'anus est faible.

**Il est toujours possible d'attraper l'hépatite A et B, des parasites intestinaux comme Giardia et des bactéries comme E. coli.**

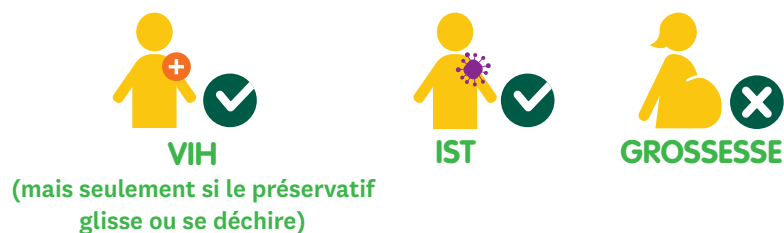
## Rapports sexuels vaginaux avec un préservatif masculin ou féminin



Lorsqu'ils sont utilisés correctement, les préservatifs masculins et féminins sont très efficaces pour protéger contre le VIH et la plupart des IST pendant les relations vaginales. Ils sont également efficaces pour prévenir la grossesse. Il n'est possible de contracter le VIH que si le préservatif glisse ou se déchire. L'utilisation d'un lubrifiant (à base d'eau ou de silicone) aidera à empêcher les préservatifs de se déchirer.

Les préservatifs sont efficaces pour prévenir la plupart des IST, mais l'herpès et les verrues génitales peuvent être transmis par contact entre la peau autour des organes génitaux.

## Sexe anal avec un préservatif masculin



Lorsqu'ils sont utilisés correctement, les préservatifs masculins sont très efficaces pour protéger contre le VIH et la plupart des IST pendant les relations sexuelles anales. Il n'est possible de contracter le VIH que si le préservatif glisse ou se déchire. L'utilisation d'un lubrifiant (à base d'eau ou de silicone) aidera à empêcher les préservatifs de se déchire.

Les préservatifs sont efficaces pour prévenir la plupart des IST, mais l'herpès et les verrues génitales peuvent être transmis par contact entre la peau autour des organes génitaux.

## Rapports sexuels vaginaux non protégés



Les femmes et les hommes sont vulnérables au VIH lorsqu'ils ont des relations sexuelles sans protection (par exemple sans PrEP orale ou préservatif) – mais les filles / femmes sont beaucoup plus vulnérables que les garçons / hommes. La vulnérabilité d'une fille / femme au VIH peut être réduite si le garçon / l'homme n'éjacule pas en elle. Cependant, le VIH se transmet dans le liquide pré-séminal, donc retirer le pénis avant l'éjaculation ne fait que réduire la vulnérabilité - cela n'empêche pas la transmission.

Les relations sexuelles vaginales brutes ou sèches (lorsqu'il n'y a pas assez de lubrifiant –soit le lubrifiant naturel d'une personne, soit un lubrifiant à base d'eau ou de silicone) peuvent également augmenter la vulnérabilité au VIH, car elles peuvent provoquer une déchirure de la muqueuse vaginale.

## Sexe anal insertif sans protection



Il est possible que le partenaire d'insertion (la personne insérant le pénis) ou le partenaire réceptif (la personne recevant le pénis) soit infecté par le VIH par le biais de relations sexuelles anales à partir de certains liquides corporels — sang, sperme, liquide pré-séminal (pré-éjaculation) ou liquides rectaux — contenant le VIH. Pour le partenaire d'insertion, le VIH peut pénétrer dans le corps du partenaire d'insertion par l'ouverture à l'extrémité du pénis (ou de l'urètre) ou par de petites coupures, égratignures ou plaies ouvertes sur le pénis.

En plus du VIH, un partenaire d'insertion peut contracter d'autres IST comme la chlamydia et la gonorrhée lors de relations sexuelles anales sans préservatif, et l'herpès et les verrues génitales par contact entre la peau autour des organes génitaux.

## Sexe anal réceptif sans protection



Il est possible que le partenaire d'insertion ou de réception (partenaire recevant le pénis) soit infecté par le VIH par le biais de relations sexuelles anales à partir de certains fluides corporels (sang, sperme, liquide pré-séminal (pré-éjaculation) ou rectal) contenant le VIH. Cependant, le sexe anal réceptif rend quelqu'un beaucoup plus vulnérable au VIH que le sexe anal inséré. La vulnérabilité du partenaire réceptif au VIH est très élevée car la muqueuse du rectum est fine et se déchire facilement, ce qui facilite l'entrée du VIH dans la circulation sanguine.

Le sexe anal brutal ou sec (lorsqu'il n'y a pas assez de lubrifiant - soit le lubrifiant naturel d'une personne, soit un lubrifiant à base d'eau ou de silicone) peut également augmenter la vulnérabilité au VIH, car il peut provoquer la déchirure de la muqueuse rectale.

En plus du VIH, un partenaire réceptif peut contracter d'autres IST comme la chlamydia et la gonorrhée lors de relations sexuelles anales sans préservatif, et l'herpès et les verrues génitales par contact entre la peau autour des organes génitaux.



## Vos remarques

Area for handwritten notes, consisting of multiple horizontal dotted lines.

## APERÇU DE LA SESSION

Les participants prendront part à une activité amusante conçue pour augmenter leur confort et leur confiance lorsqu'ils parleront avec leurs pairs du sexe et d'autres formes de transmission du VIH. Ils exploreront ensuite la vulnérabilité des pairs au VIH et identifieront les moyens de réduire cette vulnérabilité.

### À la fin de cette session, les participants devraient :

- Se sentir plus confiant en parlant de la transmission du VIH, y compris la transmission pendant les rapports sexuels ; grossesse, allaitement et accouchement ; et consommation de drogues injectables
- Comprendre les facteurs biologiques de la vulnérabilité accrue des populations prioritaires au VIH
- Comprendre comment la vulnérabilité biologique à la transmission du VIH diffère en fonction des activités auxquelles ils pourraient participer
- Être capable d'identifier les moyens par lesquels les pairs peuvent réduire leur vulnérabilité au VIH

### MESSAGES CLÉS

- La probabilité que le VIH soit transmis par contact sexuel est différente selon les activités sexuelles.
- Les pairs peuvent se protéger du VIH de plusieurs façons, notamment :
  - Abstinence
  - Se livrer uniquement à des activités sexuelles qui ne les rendent pas vulnérables au VIH
  - Utiliser des préservatifs avec un lubrifiant à base d'eau ou de silicone pendant les rapports sexuels
  - Utilisation de la PrEP orale comme méthode supplémentaire (il est important de toujours partager des informations sur la gamme d'options disponibles pour se protéger contre les IST et la grossesse, y compris les préservatifs et la contraception)
  - Éviter tout contact avec le sang d'autrui
  - Ne jamais utiliser une aiguille ou une seringue qui a été utilisée par quelqu'un d'autre
- Il existe des moyens pour les femmes séropositives de protéger leurs bébés du VIH :
  - Prendre des médicaments anti-VIH pendant la grossesse, l'accouchement et l'allaitement
  - Traiter leur bébé avec des médicaments anti-VIH
- Les personnes séropositives qui ne souhaitent pas devenir enceintes peuvent utiliser la planification familiale pour éviter une grossesse non désirée.
- Si les pairs n'ont pas de rapports sexuels protégés (et ce n'est pas quelque chose qu'ils peuvent ou veulent changer), ils peuvent quand même apporter de petits changements à leurs activités sexuelles pour réduire leur vulnérabilité au VIH.



**MATÉRIAUX**

Il n'y a pas de feuilles de travail ou d'outils pour cette session, mais vous pouvez trouver utile d'apporter d'autres outils pédagogiques, tels que des préservatifs masculins et féminins ou des informations supplémentaires sur la santé sexuelle. Si vous n'avez pas d'expérience en matière de formation en santé sexuelle, il peut être utile d'inviter un éducateur en santé sexuelle à coanimer.

# INSTRUCTIONS POUR LA SESSION

## EXPLORER

Écrivez les termes ci-dessous sur des morceaux de papier A4 séparés (un par feuille) et placez-les là où tout le monde peut les voir.

PRÉPARATION

|      |           |        |                 |                |
|------|-----------|--------|-----------------|----------------|
| Sexe | Vagin     | Sperme | Éjaculation     | Liquide rectal |
| Anus | Sexe oral | Pénis  | Liquide vaginal | Pré-éjaculer   |

## APPLIQUER

Écrivez les activités ci-dessous sur des morceaux de papier séparés. Ceux-ci sont classés par ordre de ceux dans lesquels les pairs seront les *moins vulnérables* au VIH aux *plus vulnérables* au VIH.

Vous donnerez à chaque participant un morceau de papier avec l'une de ces activités écrites dessus, donc si vous avez plus de 22 personnes dans votre groupe, vous devrez en ajouter de nouvelles.

### Complètement sûr

|                                                                                                    |                  |                                          |                       |                             |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|-----------------------------|
| Étreindre                                                                                          | Embrasser        | Toucher / massage                        | Masturbation mutuelle | Utiliser des jouets sexuels |
| Masturbation                                                                                       | Se faire doigter | Anulingus                                | Recevoir du sexe oral |                             |
| Performeur du sexe oral (bouche-vagin)                                                             |                  | Performeur du sexe oral (bouche-anus)    |                       |                             |
| GPerformeur du sexe oral (bouche-pénis)                                                            |                  |                                          |                       |                             |
| Sexe vaginal sur PrEP orale                                                                        |                  | Sexe anal sur PrEP orale                 |                       |                             |
| Sexe vaginal avec un préservatif masculin                                                          |                  | Sexe vaginal avec un préservatif féminin |                       |                             |
| Sexe anal avec un préservatif masculin                                                             |                  | ASexe anal avec un préservatif féminin   |                       |                             |
| Sexe anal insertif sans préservatif                                                                |                  |                                          |                       |                             |
| Sexe vaginal sans préservatif                                                                      |                  |                                          |                       |                             |
| Rapports sexuels vaginaux sans préservatif sans lubrification                                      |                  |                                          |                       |                             |
| Injection de drogues à l'aide de l'équipement (aiguille, seringue) que quelqu'un d'autre a utilisé |                  |                                          |                       |                             |
| Sexe anal réceptif sans préservatif mais l'homme se retire avant d'éjaculer                        |                  |                                          |                       |                             |
| Sexe anal réceptif sans préservatif                                                                |                  |                                          |                       |                             |
| Sexe anal réceptif sans préservatif sans lubrification                                             |                  |                                          |                       |                             |

### Plus grande vulnérabilité au VIH



## EXPLORER

### CONSEILS DE FACILITATION

### INTRODUCTION

1. Présentez la session en vous référant à **Aperçu de la session**, en notant :
  - La session se concentrera sur les modes de transmission du VIH pendant les rapports sexuels ; grossesse, accouchement et allaitement ; et consommation de drogues injectables avec une aiguille partagée.
  - Même s'il peut être inconfortable de parler de sujets comme le sexe et la consommation de drogues dans un groupe, il est important que les participants comprennent exactement comment le VIH se transmet. Cela leur donnera les informations dont ils ont besoin pour se protéger du VIH et pour aider leurs pairs à faire de même.
2. Établissez un environnement sûr pour discuter de sexe en mettant en évidence :
  - Il est courant de se sentir gêné.
  - Ils peuvent se soutenir mutuellement en étant respectueux et sans jugement.
  - On ne s'attend pas à ce qu'ils aient des connaissances sur le sexe. Certaines personnes pourraient, mais d'autres non, et les deux sont parfaitement bien.
  - Chacun a le droit de prendre ses propres décisions concernant sa vie sans se sentir sous pression. Cela comprend si et quand ils ont des relations sexuelles et avec qui.
  - Qu'ils aient beaucoup ou pas de relations sexuelles, ils ne devraient pas se sentir gênés. C'est leur choix.

Reportez-vous à **Mots clés** si vous avez besoin de vous rafraîchir la mémoire sur la signification de certains termes qui peuvent apparaître au cours de cette session.

Reportez-vous à **Connaissances essentielles** pour des informations plus détaillées.

Reportez-vous à **Conseils de facilitation** pour vous rafraîchir la mémoire sur la création d'espaces sûrs.



### ACTIVITÉ : Parlons de sexe

1. Expliquez l'activité en notant :
  - Vous avez rédigé certains termes que les gens utilisent lorsqu'ils parlent de sexe et de transmission du VIH (voir **Préparation** ci-dessus).
  - Vous demanderez aux participants d'écrire d'autres façons de dire ces termes sur des notes collantes (et de les coller sur la page avec le terme).
  - Ils devraient réfléchir à la façon dont ils diraient ces choses s'ils parlaient à un ami.
2. Lisez à haute voix le premier terme et demander aux participants d'écrire d'autres façons de dire ces termes sur des notes collantes.
3. Répétez le processus pour chaque terme.
4. Lisez les réponses pour chaque terme.
5. Animez une discussion sur les réponses, en couvrant les points suivants :
  - Quelqu'un est-il susceptible de trouver ces mots offensants ?
  - Y a-t-il des mots qui stigmatisent, font honte ou insultent une personne ou un comportement ?
  - Quels mots sont utiles et dans quels contextes ?

Cette activité est censée être amusante ! Les participants suivront votre exemple, alors impliquez-vous et amusez-vous !



## APPLIQUER

### ACTIVITÉ : Continuum de vulnérabilité au VIH

1. Expliquez que dans cette activité, ils travailleront ensemble pour identifier les différentes activités sexuelles dans lesquelles les gens se livrent. À partir de là, ils identifieront les différents niveaux de vulnérabilité au VIH associés à chacune de ces activités ainsi que d'autres sources de transmission du VIH.
2. Placez une feuille de tableau à feuilles mobiles à l'avant de la salle.
3. Demandez aux participants de réfléchir aux différentes activités sexuelles dans lesquelles les gens se livrent, de les écrire sur des notes collantes et de les coller sur le tableau à feuilles mobiles. Précisez que ce ne sont pas nécessairement des activités auxquelles ils se livrent eux-mêmes, mais toutes les activités sexuelles auxquelles les gens pourraient se livrer.
4. Lisez les réponses avec le groupe et combinez des réponses similaires.
5. Expliquez la prochaine étape de l'activité en notant :
  - Vous avez écrit une activité / un comportement sur chaque morceau de papier / carte (voir **Préparation** ci-dessus).
  - Ils vont travailler ensemble pour mettre les cartes en ordre des activités où les pairs seront *les moins vulnérables* au VIH aux activités où ils seront *les plus vulnérables* au VIH.
6. À l'aide de ruban adhésif ou d'un morceau de ficelle, créez une ligne d'un bout à l'autre de la pièce. Étiquetez l'une des extrémités « les moins vulnérables au VIH » et l'autre « les plus vulnérables au VIH ».
7. Donnez à chaque personne une carte et demandez-leur de travailler ensemble pour mettre les cartes en ordre.
8. Lorsqu'ils ont terminé, demandez à chaque personne de lire sa carte et d'expliquer pourquoi elle pense qu'elle appartient à cet ordre.
9. S'il y en a qui ne sont pas en ordre, utilisez des questions d'aide pour guider les participants à mettre leur carte au bon endroit.
10. Demandez aux participants de lever la main si une personne est vulnérable aux éléments suivants lorsqu'elle participe à l'activité sur sa carte :
  - VIH
  - IST
  - Grossesse

## CONSEILS DE FACILITATION

Utilisez **Connaissances** et **Messages clés** pour guider les participants dans l'identification des raisons de la vulnérabilité biologique au VIH.

Il est possible que l'on vous pose une question dont vous ne connaissez pas la réponse, et ce n'est pas grave ! Personne ne sait tout, alors faites simplement savoir aux participants que vous ne connaissez pas la réponse. Vous pouvez demander aux autres personnes présentes dans la salle s'ils savent, vous pouvez consulter une source fiable en ligne ou vous pouvez leur faire savoir que vous leur poserez la question plus tard.

Utilisez **Connaissances essentielles** et **Messages clés** pour guider les participants à mettre les cartes dans le bon ordre.



11. Demandez si quelqu'un peut suggérer comment une personne qui participe à l'activité sur chaque carte peut réduire sa vulnérabilité au VIH, aux IST et à la grossesse.
12. Menez une discussion en demandant aux participants de réfléchir aux questions suivantes :
  - Pourquoi vos pairs pourraient-ils s'engager dans des activités où ils sont vulnérables au VIH ?
  - Quels sont les obstacles qui pourraient rendre plus difficile pour vos pairs de réduire leur vulnérabilité au VIH ?
  - Comment vous et vos pairs pouvez-vous vous protéger du VIH, des IST et de la grossesse ?
13. Une fois l'activité terminée, amenez les participants dans un cercle de réflexion.

### ACTIVITÉ OPTIONNELLE

La discussion sur la transmission du VIH de la mère à l'enfant intéressera certains ambassadeurs.

- Jouez à un jeu de devinettes pour voir si quelqu'un connaît les chances que les mères transmettent le VIH à leurs nourrissons pendant la grossesse, l'accouchement ou l'allaitement sans aucune intervention.
- Demandez si les participants sont surpris que les chances soient de 15 à 45%.
- Discutez des moyens de prévenir la transmission du VIH de la mère à l'enfant.

S'il s'agit d'un sujet d'un grand intérêt pour votre groupe, ou si vous souhaitez une aide supplémentaire pour répondre aux questions, vous pouvez inviter un prestataire de soins de santé à assister à la session.

Les gens peuvent réduire leur vulnérabilité au VIH avec des préservatifs et la PrEP orale, mais s'ils ne sont pas en mesure de le faire, ils peuvent également apporter de petits changements à leurs activités sexuelles, par exemple en utilisant un lubrifiant.



### RÉFLÉCHIR

#### ACTIVITÉ : Cercle de réflexion

1. En utilisant les questions ci-dessous comme guide, engagez les participants dans une discussion sur ce qu'ils ont appris et comment cela les soutiendra dans leurs rôles d'ambassadeurs de la prévention du VIH.

#### QUESTIONS DE RÉFLEXION SUGGÉRÉES

- Qu'avez-vous ressenti en parlant de la vulnérabilité au VIH ?
- Comment pouvez-vous aider vos pairs à se sentir plus à l'aise pour parler de leur vulnérabilité au VIH ?
- Comment pouvez-vous aider vos pairs à réduire leur vulnérabilité au VIH ?
- Comment pouvez-vous aider vos pairs à réduire leur vulnérabilité aux IST et à la grossesse en même temps ?

#### CONSEILS DE FACILITATION

Si les participants sont engagés dans une discussion de l'activité précédente, vous n'avez pas besoin de changer d'activité - terminez simplement la discussion avec ces questions de réflexion.



## Ressources utiles

### 1 HIV Risk Reduction Tool

Centers for Disease Control and Prevention  
No date  
[www.cdc.gov](http://www.cdc.gov)

Un outil interactif pour aider les gens à se renseigner sur le risque de contracter le VIH ou de transmettre le VIH à quelqu'un d'autre et également sur la manière de réduire ce risque en fonction de leurs besoins spécifiques.

### 2 Tuko Pamoja: Adolescent Reproductive Health and Life Skills Curriculum

Program for Appropriate Technology in Health  
2006  
[www.path.org](http://www.path.org)

Un programme d'études sur les compétences de vie développé au Kenya pour les jeunes âgés de 10 à 19 ans. Les sujets des séances incluent la santé sexuelle, le genre, le VIH et le risque de VIH.

### 3 SHAZ! Life Skills: A Facilitator's Guide for Discussion Groups

Pangaea Zimbabwe AIDS Trust (PZAT)  
2009  
[ambassadortraining@PrEPNetwork.org](mailto:ambassadortraining@PrEPNetwork.org)

Un guide développé au Zimbabwe pour les groupes de discussion. Il comprend des informations et des idées de sujets liés aux adolescentes et aux jeunes femmes et vise à accroître leurs connaissances et leurs compétences en communication, santé reproductive, VIH et SIDA et évaluation des risques.

### 4 It's About More than Just Sex: Curricula and Educational Materials to Help Young People Achieve Better Sexual and Reproductive Health

FHI 360  
2014  
[www.fhi360.org/resource](http://www.fhi360.org/resource)

Une boîte à outils qui fournit des descriptions de programmes de haute qualité conçus pour améliorer la santé sexuelle et re-productive des jeunes, dans le but d'offrir aux organisations au service des jeunes des ressources éducatives conviviales pouvant être utilisées dans une variété de contextes.

### 5 Mentoring Interventions and the Impact of Protective Assets on the Reproductive Health of Adolescent Girls and Young Women

FHI 360  
2017  
[ambassadortraining@PrEPNetwork.org](mailto:ambassadortraining@PrEPNetwork.org)

Une revue systématique des interventions de mentorat et de leur impact sur la santé reproductive des adolescentes et des jeunes femmes, principalement aux États-Unis.

### 6 Living with HIV & Breastfeeding Fact Sheet

Avert HIV  
2018  
[www.avert.org](http://www.avert.org)

Une fiche d'information résumant comment les mères séropositives peuvent allaiter sans risque.

### 7 Option B!: Lifelong ART for All Pregnant and Breastfeeding Women with HIV

Avert HIV  
2017  
[www.avert.org](http://www.avert.org)

Une infographie résumant les lignes directrices actualisées de l'OMS sur le traitement antirétroviral pour les femmes enceintes et allaitantes vivant avec le VIH.

## 4

# Stigmatisation, discrimination et violence basées sur le genre

## CONNAISSANCES ESSENTIELLES

### Concepts de base

**Le genre est différent du sexe assigné à la naissance. Le sexe assigné à la naissance est défini biologiquement, tandis que le genre est défini culturellement.**

- **Le sexe assigné à la naissance** fait référence à la classification des personnes en tant que sexe masculin, féminin, intersexe ou d'un autre sexe basé sur une combinaison d'organes sexuels et reproductifs, de chromosomes et d'hormones.
- **L'identité de genre** est le sentiment d'être un homme, une femme, un sexe non binaire ou un autre sexe, qui peut ou non correspondre au sexe assigné à la naissance.
- **L'expression de genre** est la façon dont on choisit d'exprimer son sentiment d'être un homme, une femme, non binaire ou un autre genre à travers son apparence et son comportement social.
- **L'orientation sexuelle** est une attirance émotionnelle, romantique ou sexuelle durable pour des personnes d'un autre genre ou sexe, du même genre ou du même sexe, ou de plus d'un genre ou sexe.
- **Les partenariats sexuels**, dans le cadre de cette formation, désignent les personnes avec lesquelles on a des relations sexuelles. L'orientation sexuelle ne correspondra pas toujours aux partenariats sexuels.



#### SEXE ASSIGNÉ À LA NAISSANCE



Femelle



Intersexe / Autre



Mâle

De nombreuses personnes ont l'habitude de penser que tout le monde est un homme ou une femme, et les bébés se voient généralement attribuer un sexe en fonction de leurs organes sexuels et reproducteurs, de leurs chromosomes et de leurs hormones.

Cependant, lorsque les scientifiques considèrent tous les aspects qui déterminent le sexe, jusqu'à deux pour cent des personnes sont intersexuées. Cela signifie qu'ils sont nés avec des organes sexuels ou reproductifs, des chromosomes ou des hormones qui ne correspondent pas à la définition typique de femme ou d'homme.



## IDENTITÉ DE GENRE

Femme

Homme

L'identité de genre existe sur un continuum. Certaines personnes sont convaincues qu'elles sont un homme ou une femme, et d'autres pensent qu'elles sont les deux, ni l'un ni l'autre ou un autre genre.

Les gens peuvent identifier leur sexe comme :

- Cisgenre : l'identité de genre est la même que le sexe assigné à la naissance
- Transgenre (trans) : l'identité de genre est différente du sexe assigné à la naissance
  - Femme trans : le sexe masculin assigné à la naissance et s'identifie comme femme
  - Homme trans : le sexe féminin assigné à la naissance et s'identifie comme homme
- Non binaire : identifiez-les comme les deux ou aucun des deux

Dans certaines cultures, les gens peuvent avoir plusieurs sexes, tels que mashoga (Kenya), ashtime (Éthiopie), ankoke (Ouganda), hijra (Inde), bispirituel (amérindien) et travestis (Amérique latine).

Être cisgenre, transgenre, non binaire ou de sexe multiple n'est pas un choix; chacun de nous a une identité de genre que nous ressentons profondément. Notre identité de genre n'est pas déterminée par la façon dont nos parents nous ont élevés. Les personnes de toutes identités de genre veulent être acceptées par leurs familles, partenaires et amis. L'acceptation et le soutien peuvent favoriser une bonne santé mentale et physique.



## EXPRESSION DE GENRE

Féminin

Masculin

Le genre et les expressions du genre varient selon les cultures. Dans certains endroits, il est masculin d'avoir les cheveux longs ; dans d'autres endroits, les cheveux longs sont considérés comme féminins. Cela change également avec le temps. L'expression de genre d'une personne peut être conforme ou non aux normes sociales relatives au genre.

Tout comme l'identité de genre, les expressions du genre existent sur un continuum. Certaines personnes aiment s'habiller et agir d'une manière hyper masculine, d'autres d'une manière hyper féminine. La plupart d'entre nous sont quelque part entre les deux.

### Exemples d'expression de genre et de sexe assignés à la naissance (ceux-ci varient en fonction du contexte)

|                                    | HOMME / MASCULIN                                                               | FEMME / FÉMININ                                                             |
|------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|
| <b>Sexe assigné à la naissance</b> | Bras forts, plus grands que les femmes, pénis et testicules et poils du visage | Seins, vagin, hanches plus larges                                           |
| <b>Expression de genre</b>         | Cheveux courts, ongles courts, pantalon, chaussures plates                     | Bijoux, jupe ou robe, cheveux longs, ongles longs, talons hauts, sac à main |





## ORIENTATION SEXUELLE

Attiré par les femmes

Attiré par les hommes

Comme pour les dimensions précédentes, l'orientation sexuelle existe sur un continuum et l'orientation sexuelle de chaque personne est donc unique. Cependant, quatre catégories sont couramment utilisées pour comprendre l'orientation sexuelle d'une personne :

- Attirance pour les membres de son propre sexe ou genre (homosexuel, peut s'identifier comme gay ou lesbienne)
- Attirance pour les membres du sexe ou du genre opposé (hétérosexuels, peuvent s'identifier comme hétéros)
- Attirance pour les membres de plus d'un sexe ou genre (bisexuels, peuvent s'identifier comme bisexuels ou pansexuels)
- Absence d'attirance sexuelle (asexuée, peut s'identifier comme as)

Partout dans le monde, différentes communautés divisent le continuum en d'autres catégories. Certaines sociétés ou cultures préfèrent ne pas considérer l'orientation sexuelle comme des catégories définitives et considèrent plutôt l'orientation sexuelle comme plus fluide.

Qui est attiré par quelqu'un n'est pas un choix. Il a été démontré que les thérapies visant à changer les enfants ou les adultes homosexuels pour les rendre hétérosexuels provoquent des traumatismes émotionnels et psychologiques et ne sont pas efficaces. De plus, la façon dont une personne est élevée ne détermine pas vers qui elle sera attirée. Bien que l'acceptation de leurs enfants par un parent puisse rendre leurs enfants plus susceptibles d'être ouverts au sujet de leur orientation sexuelle et donc moins susceptibles de souffrir de dépression ou de s'automutiler, cela ne changera pas vers qui ils sont attirés.



Sexe avec des femmes



## PARTENARIATS SEXUELS



Sexe avec des hommes

L'orientation sexuelle ne correspondra pas toujours aux partenariats sexuels. Une travailleuse du sexe peut être attirée uniquement par d'autres femmes mais avoir des clients masculins. Ou bien, un homme peut être attiré uniquement par les hommes mais ressentir le besoin d'épouser une femme en raison des pressions sociétales ou du désir d'avoir des enfants. Il peut se considérer hétérosexuel mais aussi avoir des relations sexuelles avec d'autres hommes de temps en temps. En outre, les actes sexuels spécifiques ne sont pas limités par l'orientation sexuelle. Par exemple, les couples de même sexe et de sexe différent peuvent avoir des relations sexuelles anales.

### Pourquoi la différence entre le sexe, l'identité de genre, l'expression de genre, l'orientation sexuelle et les partenariats sexuels est-elle importante ?

Chacune de ces caractéristiques est différente et unique. Il est important de les considérer séparément afin de ne pas faire d'hypothèses sur les gens. Par exemple, ce n'est pas parce qu'une personne s'est vue assigné le sexe féminin à la naissance que cette personne s'identifiera comme une femme ou aura une expression de genre féminine. Montrer chaque caractéristique sur une ligne distincte nous aide à comprendre que nous ne pouvons pas supposer que l'une en prédira une autre.

Pour chaque caractéristique, il existe plus de deux options. L'utilisation de continua nous aide à réfléchir à toutes les options. Les continua ne représentent pas parfaitement chaque option unique, alors n'hésitez pas à les adapter au fur et à mesure que vous les utilisez. Le plus important est de ne pas faire d'hypothèses et de respecter chaque personne en tant qu'individu.

## Normes de genre

**Les normes de genre** sont des idées et des attitudes sociales sur la façon dont les femmes et les hommes devraient se présenter et se comporter. Ces attitudes peuvent être si fortes qu'elles ressemblent davantage à des règles que tout le monde est censé suivre. Les normes de genre sont influencées par la culture, la religion, la politique et d'autres facteurs sociaux. Ils changent avec le temps et dans des contextes différents.

### Exemples de « règles » pour les hommes et les garçons par rapport aux femmes et aux filles (celles-ci varieront en fonction du contexte)

|                                   | HOMMES / GARÇONS                                                                                                      | FEMMES / FILLES                                                                                                           |
|-----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Jouets</b>                     | Blocs, camions, balles, fusils, bâtons                                                                                | Poupées, bébés, jouets de cuisine                                                                                         |
| <b>Émotions</b>                   | Calme, stoïque, en colère au besoin                                                                                   | Heureuse, triste, effrayée, plus émotive (« hystérique »)                                                                 |
| <b>Traits</b>                     | Fort, puissant, dominant, intelligent                                                                                 | Calme, soumise, attentionnée et douce, obéissante                                                                         |
| <b>Les professions</b>            | Professeurs, médecins, avocats, ingénieurs, ouvriers du bâtiment, chauffeurs, plombiers, agents des forces de l'ordre | Professeurs d'école, infirmières, gardiennes d'enfants, bonnes, femmes au foyer, réceptionnistes                          |
| <b>Contributions à la famille</b> | Gagner de l'argent, discipliner les enfants                                                                           | Prendre soin des enfants, fournir aux enfants et au mari de l'affection, des travaux ménagers, de la cuisine, des courses |

### Les normes de genre sont enseignées à un âge précoce

On attend généralement de nous que nous alignions notre identité de genre sur le sexe qui nous a été assigné à la naissance, puis que nous agissions de manière jugée appropriée à ce genre. Par exemple, un bébé peut se voir assigner le sexe féminin à la naissance et doit porter des robes et des nœuds. Nous apprenons ce que l'on attend de nous à un jeune âge, puis nous voyons ces attentes se concrétiser lorsque nous sommes adultes. Par exemple, une fille peut recevoir des jouets de cuisine et des poupées et elle devrait grandir pour prendre soin de la maison. Parce que nous grandissons tous en apprenant à nous ressembler et à nous comporter, nous pouvons oublier que ce ne sont pas des différences naturelles.

**Les normes de genre peuvent être préjudiciables car elles restreignent inutilement la façon dont nous pouvons nous comporter.**

## Exemples d'effets des normes de genre (ceux-ci varieront en fonction du contexte)

| NORMES DE GENRE À PROPOS DE ... | HOMMES                                                                                                                                                                                           | FEMMES                                                                                                                                                               |
|---------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Famille</b>                  | Les hommes peuvent être empêchés d'être des parents attentionnés parce que cela est considéré comme le rôle d'une femme.                                                                         | Les femmes peuvent effectuer tout le travail (non rémunéré) à la maison, ce qui limite le temps consacré à l'éducation ou au renforcement des compétences.           |
| <b>Travail</b>                  | Les hommes qui sont incapables de subvenir aux besoins de leur famille peuvent être méprisés et adopter des stratégies d'adaptation néfastes comme la toxicomanie ou les comportements violents. | Les femmes peuvent avoir peu d'options pour des emplois à l'extérieur de la maison, ce qui limite leur capacité à gagner de l'argent et à vivre de manière autonome. |
| <b>Sexe</b>                     | Les femmes peuvent être encouragées à quitter leur emploi lorsqu'elles tombent enceintes ou accouchent.                                                                                          | Les femmes peuvent être encouragées à se taire et à se soumettre à leur mari, même en cas d'abus.                                                                    |
| <b>Émotions</b>                 | Les hommes peuvent prendre des risques, comme avoir autant de partenaires que possible, pour prouver leur masculinité.                                                                           | Les femmes peuvent être encouragées à se taire et à se soumettre à leur mari, même en cas d'abus.                                                                    |
| <b>Demander de l'aide</b>       | Les hommes peuvent ne pas demander de l'aide en cas de besoin, y compris pour accéder aux services de santé.                                                                                     | Les femmes peuvent prendre soin de tout le monde autour d'elles, renoncer à prendre soin d'elles-mêmes.                                                              |

### Les normes de genre peuvent conduire à des inégalités entre les sexes

Les normes de genre qui donnent aux hommes un meilleur accès aux ressources (telles que l'argent), aux opportunités (telles que l'éducation et l'emploi) et au pouvoir social (comme l'influence dans la prise de décision) sont à l'origine de **l'inégalité entre les sexes**—l'inégalité de traitement et la répartition inégale des pouvoirs et ressources basés sur le sexe.

Dans de nombreux contextes, les normes de genre placent les hommes au-dessus des femmes. Par exemple, les rôles que les hommes sont encouragés à assumer – rôles professionnels et postes de direction – leur confèrent un statut social, du pouvoir et de l'argent, tandis que les rôles des femmes sont limités au foyer et leur offrent moins d'opportunités et moins d'accès aux postes de pouvoir et de ressources. De plus, les normes de genre peuvent créer des inégalités au sein d'un sexe. Par exemple, une femme qui est enseignante peut obtenir un meilleur traitement dans un centre de santé qu'une travailleuse du sexe, et un homme marié à une femme peut recevoir une promotion par rapport à un homosexuel. Dans certains contextes, les normes de genre peuvent placer certaines femmes au-dessus des hommes. Par exemple, une femme enceinte qui a été battue par son petit ami peut recevoir un meilleur traitement d'un agent des forces de l'ordre qu'un homme qui a été battu par son petit ami.

## Stigmatisation, discrimination et violence basées sur le genre

Lorsqu'un individu ou un groupe est perçu comme agissant d'une manière non conforme aux normes de genre, il peut être stigmatisé.

**La stigmatisation** fait référence aux sentiments négatifs forts ou à la désapprobation, liés à une personne, un groupe ou un trait spécifique. Lorsque des individus sont stigmatisés, c'est-à-dire qu'ils sont honteux ou disgraciés parce qu'ils sont perçus comme socialement inacceptables ou non conformes aux normes, il est facile de les voir comme « inférieurs » aux autres et non estimés comme des êtres humains qui méritent le respect. De nombreuses personnes ont appris à stigmatiser les autres ; juger ou dévaloriser les autres parce qu'ils sont perçus comme étant en quelque sorte en dehors de la norme. De nombreuses personnes utilisent les normes de genre pour décider de ce qui est « normal » et se sentent ensuite à l'aise de juger ceux qui ne relèvent pas de ces catégories ou normes. Lorsque nous faisons cela, nous stigmatisons les autres. Et, lorsque des personnes sont stigmatisées par d'autres, cela les rend plus vulnérables à la discrimination et à la violence, ainsi qu'à d'autres violations des droits humains. La stigmatisation dirigée contre les personnes en raison de leur orientation sexuelle réelle ou perçue est souvent appelée homophobie, et la stigmatisation dirigée contre les personnes en raison de leur identité de genre réelle ou perçue ou de leur expression de genre est souvent appelée transphobie.

Il y a **discrimination** lorsqu'une personne ou un groupe d'individus est traité injustement en raison d'un trait spécifique qu'il possède.

Nous pouvons considérer la stigmatisation comme étant les sentiments ou les croyances négatifs envers une personne ou un groupe, et la discrimination et la violence comme les actions ou comportements adoptés à la suite de la stigmatisation.

### Processus de stigmatisation : des normes de genre rigides peuvent conduire à la stigmatisation, à la discrimination et à la violence.

|                                                                                 | EXEMPLE 1                                                                       | EXEMPLE 2                                                                           | EXEMPLE 3                                                                            | EXEMPLE 4                                                                                                    |
|---------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Distinguer et étiqueter les différences en utilisant les normes de genre</b> | « Ce garçon a pleuré devant ses amis. Les garçons ne sont pas censés pleurer ». | « Cet homme s'habille comme une femme. Il n'agit pas comme un homme devrait agir ». | « Cette femme interroge le patron lors des réunions. Elle ne suit pas son exemple ». | « Cette fille a des relations sexuelles avec beaucoup de gars. Elle n'agit pas comme une femme le devrait ». |
| <b>Association d'attributs négatifs</b>                                         | « Il est pathétique ».                                                          | « Il est honteux et scandaleux ».                                                   | « Elle est trop affirmée. Elle ne connaît pas sa place ».                            | « Elle est immorale. Elle est promiscuité ».                                                                 |
| <b>Séparer « nous » de « eux »</b>                                              | « Il n'est pas aussi fort que moi ».                                            | « Ce n'est pas une personne morale comme moi ».                                     | « Ce n'est pas une personne morale comme moi ».                                      | « Je ne suis pas comme ça. Je suis une bonne personne. Elle ne l'est pas ».                                  |
| <b>Discrimination et violence</b>                                               | « Il mérite d'être battu ».                                                     | « Il ne mérite pas de recevoir de bons soins médicaux ».                            | « Elle devrait être retirée de l'équipe ».                                           | « C'est normal pour moi de lui donner des noms comme « putain » et « salope ». Elle le mérite ».             |

**Certaines personnes subissent une stigmatisation ou une auto-stigmatisation** intériorisées lorsqu'elles croient aux idées négatives et aux stéréotypes que d'autres leur appliquent. La stigmatisation internalisée peut conduire à la honte, à l'isolement, à des comportements de santé négatifs et à des problèmes de santé mentale. Par exemple, l'homophobie intériorisée et la transphobie intériorisée peuvent conduire les personnes LGBTQI à éprouver une faible estime de soi et une haine de soi, et elles peuvent s'isoler des autres. Cela peut contribuer à leur vulnérabilité aux problèmes de santé mentale, y compris la dépression, l'anxiété et le suicide.

**Les normes de genre ne sont qu'une des raisons pour lesquelles la stigmatisation, la discrimination et la violence peuvent se produire.** De nombreuses personnes sont victimes de stigmatisation, de discrimination et de violence en raison de leur identité ou de leur expérience. Cela crée des obstacles supplémentaires aux ressources et aux opportunités. Quelques exemples de personnes victimes de stigmatisation, de discrimination et de violence comprennent :

- Jeunes et personnes âgées
- Les personnes qui s'identifient comme faisant partie de la communauté LGBTQI
- Les personnes vivant dans la pauvreté
- Les personnes appartenant à des groupes minoritaires raciaux, ethniques, de caste ou religieux
- Personnes handicapées
- Les personnes vivant avec le VIH
- Les personnes qui consomment des drogues
- Les personnes qui se livrent au commerce du sexe ou au sexe transactionnel
- Les personnes peu alphabétisées
- Migrants et réfugiés
- Les personnes incarcérées

L'accès aux ressources et aux opportunités peut être particulièrement difficile pour une personne qui appartient à plusieurs groupes confrontés à des inégalités. Par exemple :

- Une femme handicapée a moins accès aux ressources et aux opportunités qu'une femme non handicapée. Elle peut être victime de discrimination en tant que femme et en tant que personne handicapée. Elle peut également subir une discrimination supplémentaire propre au fait d'être une femme handicapée.
- Un professionnel du sexe immigré qui ne parle pas la langue locale, qui a des ressources financières limitées et qui craint d'être expulsé sera plus vulnérable à la discrimination de la part des forces de l'ordre qu'un professionnel du sexe qui est citoyen et a les relations et les ressources financières nécessaires pour trouver et embaucher un avocat en cas de discrimination.

Nos opinions sur les autres – qui peuvent être fondées sur le sexe, la race, la classe, la religion, etc. – peuvent affecter la façon dont nous les traitons. Nous devons être conscients de nos préjugés et agir de manière à permettre à chacun d'atteindre son plein potentiel.

## La violence basée sur le genre

Lorsque la violence est utilisée pour renforcer les différences de pouvoir en fonction du sexe assigné à la naissance, de l'identité de genre, de l'expression de genre ou de l'idée qu'une personne ne se conforme pas aux normes de genre, on parle de violence basée sur le genre, ou VBG en abrégé.

Les gens pensent généralement à la violence en termes de violence physique ou sexuelle, mais la violence comprend tout acte qui vise à nuire ou à garder le pouvoir sur autrui. La VBG peut inclure un ou plusieurs des types de violence suivants :

Violence physique, telle que :

- Gifler
- Frapper
- Coup de pied
- Battre
- Enlever quelqu'un, le retenir contre son gré ou le retenir physiquement
- Forcer quelqu'un à consommer de la drogue ou de l'alcool
- Soumettre quelqu'un à des fouilles corporelles invasives

Abus sexuels, tels que :

- Le viol, y compris le viol collectif (actes sexuels non désirés par plusieurs personnes commis sans consentement) et le viol conjugal (actes sexuels non désirés par un conjoint commis sans consentement)
  - Traditionnellement, le sexe était reconnu comme un droit du mari dans le mariage. Cependant, de nombreux pays reconnaissent désormais les droits des femmes sur leur corps, même dans le cadre du mariage. Plus de 150 pays ont des lois criminalisant le viol conjugal ou des lois qui ne distinguent pas le viol par le mari d'une personne, du viol par une autre personne.
- Avances sexuelles non désirées ou harcèlement sexuel, y compris à l'école ou au travail
- Utilisation de la coercition (comme des menaces, du chantage ou de l'intimidation) pour forcer une personne à faire quelque chose de sexuel qu'elle ne veut pas faire, comme avoir des relations sexuelles sans préservatif
- Actes sexuels avec une personne qui ne peut pas consentir, y compris une personne sous l'influence de l'alcool, endormie ou intellectuellement incapable de donner son consentement éclairé
- Abus sexuel des enfants
- Traite des femmes et des filles à des fins sexuelles

Abus émotionnel / psychologique, comme :

- Insultes, dénigrement, humiliation
- L'intimidation, comme la destruction d'objets
- Menaces de préjudice
- Menaces de faire du mal ou d'enlever des enfants
- Menaces de « découvrir » quelqu'un en partageant quelque chose de personnel à son sujet
- Contrôler les comportements, comme isoler une personne de sa famille et de ses amis, ou surveiller ses mouvements ou ses communications, y compris par la traque

Violence économique, telle que :

- Utilisation d'argent ou de ressources pour contrôler un individu
- Chantage
- Se voir refuser le droit de travailler ou être contraint de renoncer à ses revenus
- Se voir refuser d'être payé pour l'argent gagné / dû
- Que quelqu'un retienne des ressources comme punition

D'autres violations des droits de l'homme, telles que :

- Refuser les services à quelqu'un
- Prendre leurs préservatifs / matériel d'injection
- Les détenir arbitrairement sans procédure régulière
- Les soumettre à des procédures ou traitements de santé coercitifs tels que le dépistage forcé des IST et du VIH, le traitement de la toxicomanie, la thérapie réparatrice (pour changer l'orientation sexuelle d'une personne), la stérilisation ou l'avortement

Certaines pratiques culturelles peuvent également être assimilées à de la violence, notamment le mariage des enfants ; coupe génitale féminine (FGC), ce qui peut accroître la vulnérabilité au VIH ; et les crimes d'honneur.

La violence basée sur le genre peut être perpétrée par n'importe qui, bien qu'elle soit généralement perpétrée par une personne qui a plus de pouvoir que la victime, comme des partenaires, des parents, des enseignants, des chefs religieux, des policiers ou d'autres personnes ayant autorité. Lorsque la violence survient dans les relations amoureuses, on parle de violence entre partenaires intimes ou violence domestique.

Les formes, la prévalence et les types d'auteurs de violence diffèrent selon la population et le lieu. Par exemple, des études aux niveaux mondial et régional montrent les tendances suivantes :

- Les hommes qui ont des rapports sexuels avec des hommes et les personnes trans subissent des niveaux élevés de violence physique et sexuelle motivés par l'orientation sexuelle ou l'identité de genre perçue.
- Les hommes qui ont des relations sexuelles avec des hommes et des personnes trans sont souvent victimes de violence émotionnelle, y compris des violences verbales de la part des agents de la force publique, des prestataires de soins de santé et des fonctionnaires ; rejet par sa famille ; et chantage et extorsion.
- Les professionnelles et professionnels du sexe transgenres subissent des niveaux élevés de violence physique et sexuelle sur le lieu de travail, y compris la violence de la part des agents des forces de l'ordre, des clients du travail du sexe et des tiers qui facilitent le travail du sexe.
- Les femmes enceintes sont confrontées à des niveaux élevés de violence conjugale, et la violence conjugale pendant la grossesse et après la naissance est associée à des résultats négatifs pour les nourrissons tels que l'insuffisance pondérale à la naissance, l'accouchement prématuré, la sous-nutrition et la mortalité ; et des conséquences physiques et psychologiques négatives pour les femmes.
- Dans le monde, 15 millions d'adolescentes âgées de 15 à 19 ans ont subi des rapports sexuels forcés ou d'autres actes sexuels. Les auteurs les plus courants sont les maris, partenaires ou petits amis actuels / anciens. Environ 1% a déjà demandé de l'aide professionnelle.

- Les professionnelles et professionnels du sexe trans sont confrontés à une violence économique généralisée, comme le fait de devoir payer de l'argent aux agents des forces de l'ordre pour éviter d'être arrêtés et de ne pas être payés par leurs clients du travail du sexe.
- Les personnes trans et les femmes qui s'injectent des drogues subissent des niveaux élevés de violence entre partenaires intimes.
- Dans les pays dépourvus de lois anti-discrimination et de protection sociale, la violence contre les personnes LGBTQI et les professionnels du sexe est souvent perpétrée en toute impunité, et les survivantes ont du mal à accéder aux services de réponse à la violence parce qu'elles craignent de nouvelles violences et discriminations.

## Liens entre les normes de genre, la violence sexiste et le VIH

Dans toute culture, certaines normes de genre peuvent causer du tort lorsque les gens s'y conforment et lorsque les gens sont punis ou marginalisés pour ne pas s'y conformer. Pour les populations prioritaires, nous voyons que les impacts négatifs des normes de genre peuvent être assez graves et inclure une vulnérabilité accrue à l'infection par le VIH.

### Exemples de la manière dont les normes de genre augmentent la vulnérabilité au VIH parmi les populations prioritaires de la PrEP

| NORMES DE GENRE                                                          | IMPACT SUR LA VULNÉRABILITÉ AU VIH                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|--------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Il est honteux pour les femmes de profiter du sexe et de parler de sexe. | <p>Les femmes, y compris les adolescentes et les jeunes femmes, les travailleuses du sexe, les femmes enceintes et allaitantes, les femmes trans et les femmes qui s'injectent des drogues, peuvent avoir du mal à parler de relations sexuelles avec leur partenaire, y compris comment négocier des rapports sexuels protégés et réduire leur vulnérabilité au VIH.</p> <p>Les femmes peuvent avoir du mal à trouver des informations sur la manière de se protéger du VIH.</p> <p>Les femmes peuvent ne pas utiliser les services de santé sexuelle parce qu'elles craignent d'être jugées.</p> <p>Les AGYW peuvent craindre que si leurs parents ou les membres de la communauté découvrent qu'elles prennent la PrEP orale, cela révélera qu'elles sont sexuellement actives et qu'elles seront classées comme étant faciles. Elles peuvent ressentir le besoin de cacher la PrEP orale, ce qui rend difficile de la prendre régulièrement.</p> <p>Les travailleuses du sexe peuvent être considérées comme immorales, ce qui peut être utilisé pour justifier la violence à leur encontre. La violence sexuelle est plus susceptible d'être non protégée et implique des rapports sexuels brutaux ou secs, ce qui augmente la vulnérabilité à la transmission du VIH.</p> <p>Les travailleuses du sexe peuvent ne pas être en mesure de demander l'aide des forces de l'ordre en cas de violence sexuelle, en particulier dans un contexte où le travail du sexe est criminalisé.</p> |



|                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Le sexe est un signe de virilité, les hommes devraient donc avoir des relations sexuelles avec autant de partenaires que possible.</p>                                                                                                                         | <p>Un homme peut avoir plusieurs partenaires, ce qui pourrait le rendre vulnérable, lui et ses partenaires, au VIH et à d'autres IST.</p> <p>Dans certains endroits, il existe une pratique culturelle selon laquelle les femmes s'abstiennent de rapports sexuels pendant la grossesse et le post-partum, et certaines femmes retournent dans leurs maisons familiales pendant cette période. Il est acceptable que les hommes aient des relations sexuelles avec d'autres femmes pendant cette période, s'exposant potentiellement eux-mêmes et leurs partenaires au VIH.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <p>Il est immoral pour les hommes d'avoir des relations sexuelles avec d'autres hommes.</p> <p>Il est honteux pour les personnes assignées le sexe masculin à la naissance de s'identifier comme des femmes et / ou d'avoir une expression de genre féminine.</p> | <p>Il est honteux pour les personnes assignées le sexe masculin à la naissance de s'identifier comme des femmes et / ou d'avoir un sexe féminin.</p> <p>Les hommes qui ont des rapports sexuels avec des hommes peuvent ne pas utiliser les services de santé sexuelle parce qu'ils craignent des violations de la confidentialité par les prestataires de soins de santé, y compris la divulgation de leurs pratiques sexuelles, de l'utilisation de la PrEP ou de leur statut VIH aux membres de la communauté, ou craignent de recevoir des services médiocres ou discriminatoires.</p> <p>Les personnes trans peuvent ne pas utiliser les services de santé sexuelle parce qu'elles craignent d'être ridiculisées ou de se voir refuser des services.</p> <p>Les professionnels du sexe peuvent être victimes de violences sexuelles, ce qui augmente leur vulnérabilité au VIH.</p> <p>Les femmes trans peuvent être confondues avec des hommes qui ont des rapports sexuels avec des hommes, ce qui limite leur accès à l'information et aux services.</p> <p>Les hommes qui ont des relations sexuelles avec des hommes et des personnes trans peuvent être forcés de quitter leur domicile lorsqu'ils sont enfants ou adolescents parce que leurs familles les rejettent, ce qui augmente leur risque de faible estime de soi et d'itinérance. Ils peuvent également avoir des comportements sexuels qui les rendent vulnérables au VIH et à d'autres IST.</p> |
| <p>Les femmes doivent être soumises et obéissantes à leurs partenaires, et l'homme a le droit d'utiliser la violence pour punir ses partenaires si elles n'obéissent pas.</p>                                                                                     | <p>Les femmes qui s'injectent des drogues peuvent s'injecter après les hommes, ce qui les rend plus susceptibles d'être les partenaires réceptifs du partage d'aiguilles ou de seringues.</p> <p>La peur de la violence, du rejet et de l'abandon peut empêcher les gens de négocier l'utilisation du préservatif et peut les empêcher de rechercher des services et des informations de prévention, de dépistage et de traitement.</p> <p>La violence sexuelle, à la fois à l'intérieur et à l'extérieur des relations, est plus susceptible d'être non protégée et implique des relations sexuelles brutales ou sèches, ce qui augmente la vulnérabilité à la transmission du VIH.</p> <p>Les personnes qui commettent des violences sont plus susceptibles d'adopter des comportements qui augmentent leur vulnérabilité au VIH, comme avoir plusieurs partenaires, consommer de l'alcool et des drogues et avoir des relations sexuelles non protégées.</p> <p>La violence et le contrôle financiers limitent les options d'une personne pour accéder aux services et quitter ses relations.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |

|                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Seules les femmes et les filles sont victimes de violence entre partenaires intimes.</p>                                          | <p>La violence contre les personnes dans les relations LGBTQI peut ne pas être reconnue ou être qualifiée d'anormale, en particulier dans les pays où la violence domestique est définie exclusivement comme la violence contre les femmes.</p> <p>Les personnes criminalisées, y compris les professionnel (le) s du sexe et les personnes LGBTQI dans certains contextes, peuvent ne pas être en mesure de rechercher en toute sécurité du soutien et des services auprès des forces de l'ordre.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <p>L'éducation et l'emploi des femmes et des filles est une priorité moindre que l'éducation et l'emploi d'hommes et de garçons.</p> | <p>Les adolescentes et les jeunes femmes sont plus susceptibles d'abandonner l'école (car leur éducation n'est pas prioritaire). Cela rend plus difficile pour elles d'accéder aux informations et de prendre des décisions éclairées, y compris sur leur santé sexuelle.</p> <p>Les femmes – y compris les femmes trans – ont moins de possibilités de gagner un revenu. Cela signifie qu'elles sont plus susceptibles d'être financièrement dépendantes de leur partenaire, ce qui rend difficile pour elles de quitter des relations nuisibles ou violentes.</p> <p>Les femmes – y compris les femmes transgenres – qui ne peuvent pas subvenir à leurs besoins sont plus susceptibles de s'engager dans le commerce du sexe ou des relations sexuelles transactionnelles. Cela peut accroître leur vulnérabilité au VIH. Comme les hommes qui s'engagent dans des relations sexuelles transactionnelles sont souvent plus âgés, ils sont également plus susceptibles d'avoir été exposés au VIH.</p> |



## Vos remarques

## APERÇU DE LA SESSION

Les participants apprendront les concepts de base liés au sexe assigné à la naissance, à l'identité de genre, à l'expression de genre, à l'orientation sexuelle et aux partenariats sexuels. Ils se pencheront également sur la façon dont les normes de genre peuvent conduire à la stigmatisation, la discrimination et la violence et rendre plus difficile pour les populations prioritaires pour se protéger du VIH.

À la fin de cette session, les participants devraient :

- Reconnaître comment les normes de genre influencent le comportement et les expériences
- Comprendre comment ces normes de genre conduisent à des déséquilibres de pouvoir entre les personnes en fonction du genre
- Comprendre la relation entre les normes de genre, l'inégalité de genre et la violence basée sur le genre
- Être en mesure d'identifier les façons dont les normes de genre rendent plus difficile pour les populations prioritaires de se protéger du VIH

! Cette session parle de violence et peut être pénible pour les participants. Encouragez les participants à prendre du temps ou à demander de l'aide s'ils trouvent la session difficile. Les participants peuvent parler de leurs propres expériences de violence au cours de cette session ou d'autres. Il est essentiel que vous soyez prêt à répondre. Parce que les survivants sont généralement blâmés pour la violence qu'ils subissent, il peut leur être difficile d'en parler et ils restent souvent silencieux. Si quelqu'un parle de la violence qu'il a subie, il est très important de (1) le croire, (2) éviter de le blâmer, (3) écouter avec empathie et (4) éviter de lui dire comment se sentir ou quoi faire. Par exemple, dans le cas de violence entre partenaires intimes, ne leur dites pas qu'ils doivent quitter la relation ou signaler la violence aux autorités locales. Vous pouvez leur poser des questions sur ces options et les aider à trouver des moyens d'améliorer leur sécurité, mais il est important qu'ils se sentent en contrôle et aient le droit de décider ce qui est le mieux pour eux. Si vous avez créé un **Répertoire de référence local** comme décrit dans **Préparation à la formation**, nous vous recommandons de l'avoir sous la main pour cette session.

## MESSAGES CLÉS

- Le sexe fait référence aux aspects biologiques. L'expression de genre est la façon dont on choisit d'exprimer son sentiment d'être homme, femme ou non binaire. L'identité de genre est le sens de soi comme étant masculin, féminin ou non binaire. L'orientation sexuelle est une attirance émotionnelle, romantique ou sexuelle durable pour une personne d'un autre sexe ou sexe, du même genre ou du même sexe, ou des deux sexes et de plus d'un sexe. Les partenaires sexuels sont des personnes avec lesquelles on a des relations sexuelles. Puisque chacune de ces caractéristiques existe sur son propre continuum, nous ne pouvons pas supposer que l'une en prédira une autre.
- Les normes de genre sont des idées et des attitudes sociales sur la façon dont les femmes et les hommes devraient se présenter et se comporter. Ils sont influencés par la culture, la religion, la politique et d'autres facteurs sociaux. Ils changent avec le temps et dans des contextes différents.
- Dans toute culture, certaines normes de genre peuvent causer du tort lorsque les gens s'y conforment et lorsque les gens sont punis ou marginalisés pour ne pas s'y conformer.
- Tout le monde a le droit de vivre une vie sans violence.
- L'inégalité entre les sexes et la violence font qu'il est plus difficile pour les populations prioritaires de se protéger du VIH.
- La PrEP orale est un moyen supplémentaire pour les personnes de se protéger du VIH.

## MATÉRIAUX

Les feuilles de travail et les outils utilisés dans cette session se trouvent dans la boîte à outils des ambassadeurs de la prévention du VIH. Ils sont également inclus à la fin de la session pour votre référence.

|                             |                                                                                                   |                        |
|-----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|
| <b>OUTIL 3</b>              | <b>Sexe, identité de genre, expression de genre, orientation sexuelle et partenariats sexuels</b> | BOÎTE À OUTILS PAGE 10 |
| <b>OUTIL 4</b>              | <b>Arbre des problèmes d'inégalité de genre</b>                                                   | BOÎTE À OUTILS PAGE 11 |
| <b>FEUILLE DE TRAVAIL 1</b> | <b>Sexe, identité de genre, expression de genre, orientation sexuelle et partenariats sexuels</b> | BOÎTE À OUTILS PAGE 24 |



# INSTRUCTIONS POUR LA SESSION

## EXPLORER

## CONSEILS DE FACILITATION

### INTRODUCTION

1. Présentez la session en vous référant à Aperçu de la session.

### ACTIVITÉ : Sexe et Genre : Quelle est la différence ?

1. Divisez les participants en deux groupes ou plus.
2. Demandez à chaque groupe de sélectionner un artiste. L'artiste, en suivant les instructions du groupe sur ce qu'il faut inclure, dessinera une femme ou un homme.
3. Attribuez aux groupes « femme » ou « homme » et donnez-leur 5 à 10 minutes pour dessiner leur femme ou leur homme. Demandez-leur d'ajouter des détails qui distinguent clairement la figure en tant que femme ou homme en utilisant la forme du corps, des vêtements et tout ce à quoi ils peuvent penser.
4. Demandez à chaque groupe de présenter le dessin de l'homme ou de la femme au groupe, en décrivant ce qui fait d'eux clairement un homme ou clairement une femme.
5. Demandez aux participants s'ils connaissent la différence entre le sexe et le genre. Puis demandez-leur de classer certains aspects de chaque dessin comme sexe et d'autres comme genre.
6. Donner un bref aperçu du sexe assigné à la naissance, de l'expression de genre, de l'identité de genre, de l'orientation sexuelle et des partenariats sexuels en utilisant les informations fournies dans l'outil **Sexe, identité de genre, expression de genre, orientation sexuelle et partenariats sexuels**.
7. Dirigez les participants vers la feuille de travail **Sexe, identité de genre, expression de genre, orientation sexuelle et partenariats sexuels**.
8. Partagez un exemple du premier caractère sur la feuille de travail et montrez où se situe le participant sur chaque continuum. Ensuite, partagez les deuxième et troisième personnages et montrez où ils se situent sur chaque continuum.
9. [FACULTATIF] Demandez aux participants de créer un personnage et de dessiner où leur personnage se situe sur chaque continuum.
10. Une fois que vous avez une bonne collection de normes pour les filles/femmes et les garçons/hommes, dirigez une discussion en utilisant les questions suivantes :
  - Quelles ont été les conséquences pour le personnage ?
  - Pourquoi est-il important de connaître la différence entre le sexe assigné à la naissance, l'identité de genre, l'expression de genre, l'orientation sexuelle et les partenariats sexuels ?

Utilisez l'outil **Connaissances essentielles** et outil **Sexe, identité de genre, expression de genre, orientation sexuelle et partenariats sexuels** comme guide pour expliquer les concepts au groupe.

Cette activité est généralement très amusante et les participants voudront peut-être nommer leur homme ou leur femme pour qu'il soit plus facile de s'y référer tout au long de la session.

Utilisez **Connaissances de essentielles** pour guider les participants dans la classification correcte des exemples d'expression de genre et de sexe.

## HISTOIRES DE PERSONNAGES

### L'histoire de Mercy

Mercy est une femme transgenre de 24 ans. Elle a une personnalité dynamique et elle souhaite devenir ambassadrice de son centre de santé local. Au centre de santé, Mercy demande à un travailleur social des informations sur le programme Ambassadeur. Alors que la travailleuse sociale recueille les informations personnelles de Mercy pour le programme, elle exprime sa surprise devant le nom féminin de Mercy. L'assistante sociale regarde la pièce d'identité de Mercy et appelle constamment Mercy « lui », « il » et « monsieur » et souligne qu'elle doit utiliser le « vrai » nom de Mercy. Mercy baisse la tête et devient désengagée et silencieuse.

### L'histoire de Martin

Martin est un gay de 27 ans. Martin a récemment commencé à sortir avec Dennis, et Dennis a déclaré qu'il était séropositif. Martin aimerait en savoir plus sur la façon de rester séronégatif et décide de parler à un agent de sensibilisation. L'agent de sensibilisation suppose que Martin sort avec des femmes et ne partage que des informations sur les relations sexuelles vaginales. Martin essaie de corriger l'agent de sensibilisation, mais celui-ci dit : « Vous êtes trop viril pour être gay ».

### L'histoire de Kennedy

Kennedy est une femme de 22 ans. En grandissant, les parents de Kennedy l'ont qualifiée de garçon manqué parce qu'elle aimait faire du sport et avoir les cheveux courts. Maintenant qu'elle est plus âgée, Kennedy a gardé les cheveux courts et est plus à l'aise avec un pantalon et un t-shirt. Parfois, quand elle est au marché, les gens l'appellent « monsieur » jusqu'à ce qu'ils réalisent qu'elle est une femme. Inquiète, ses parents lui disent qu'elle doit commencer à « agir comme une femme pour trouver un mari ». Kennedy craint de sortir avec sa famille car ils supposeraient qu'elle est lesbienne, mais elle est attirée par les femmes et les hommes.

## ACTIVITÉ : Règles pour les garçons et règles pour les filles

1. Demandez à des volontaires de se référer à leurs dessins d'une femme et d'un homme.
2. Accrochez-les côte à côte dans un endroit où tout le monde peut voir.
3. Demandez aux participants de réfléchir aux messages que les filles / femmes et garçons / hommes reçoivent sur la manière dont ils devraient se comporter. Écrivez-les sur des notes collantes (un message par note collante) et collez-les sur le tableau de conférence de la femme ou de l'homme.

Utilisez des questions d'approfondissement pour aider les participants à identifier les messages / normes :

- Quels messages entendez-vous sur les adolescentes et les femmes qui ont des rapports sexuels ?
- Ces messages sont-ils les mêmes pour les adolescents et les hommes ?

4. Encouragez les participants à réfléchir aux messages (normes) liés à :
  - Comment les filles et les garçons sont élevés différemment, y compris les jouets avec lesquels ils sont censés jouer
  - Comment les filles / femmes devraient se comporter pour être féminines (féminines)
  - Comment les garçons / hommes devraient se comporter pour être masculins (virils)
  - Activité sexuelle des filles / femmes et garçons / hommes
  - Avec qui ils sont censés avoir des relations
  - Les types de rôles appropriés pour les filles / femmes et les garçons / hommes, en particulier par rapport à la famille
5. Une fois que vous avez une bonne collection de normes, dirigez une discussion en utilisant les questions suivantes :
  - Pourquoi existe-t-il des règles (normes) différentes pour les filles / femmes et les garçons / hommes ?
  - Y a-t-il des différences qui semblent injustes ?
  - De quelles manières ces règles pourraient-elles nuire à nos pairs s'ils les respectent ?
  - De quelles manières ces règles peuvent-elles nuire à nos pairs si elles ne les respectent pas ?

### ACTIVITÉ : Stigmatisation, discrimination et intersectionnalité

1. Expliquez que lorsqu'un individu ou un groupe est perçu comme agissant d'une manière non conforme aux règles sur le genre, il peut être stigmatisé.
2. Définissez la stigmatisation et la discrimination à l'aide des informations fournies dans **Connaissances essentielles**.
3. Écrivez un exemple du « processus de stigmatisation » sur du papier de tableau de conférence.
4. Demandez au groupe de proposer un ou deux autres exemples les plus pertinents pour leurs pairs.
5. Demandez aux participants d'identifier des groupes de personnes victimes de stigmatisation et de discrimination.
6. Discutez de ce qui arrive lorsqu'une personne fait partie de deux ou de plusieurs groupes stigmatisés.

Si un participant suggère qu'un comportement est naturel en raison de son sexe assigné à la naissance, discutez de la façon dont cette idée est créée par les attitudes sociales. Posez des questions incitatives telles que :

- Est-ce que toutes les filles / femmes ou garçons / hommes se comportent comme ça ?
- A-t-il changé au fil du temps et dans différentes situations ou lieux ?
- Comment apprenons-nous ces comportements ?
- Cela semble-t-il juste ?

Insistez tout au long de cette activité sur le fait que les femmes ne naissent pas avec moins de pouvoir que les hommes. La société crée une hiérarchie du pouvoir. Les normes de genre peuvent changer et changent, et le monde en profite lorsque le pouvoir est partagé de manière égale. Nous avons le pouvoir de changer ces normes !



| PROCESSUS DE STIGMATISATION                                                     | EXEMPLE 1                                                                       | EXEMPLE 2                                                                           | EXEMPLE 3                                                                            | EXEMPLE 4                                                                                                    |
|---------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Distinguer et étiqueter les différences en utilisant les normes de genre</b> | « Ce garçon a pleuré devant ses amis. Les garçons ne sont pas censés pleurer ». | « Cet homme s'habille comme une femme. Il n'agit pas comme un homme devrait agir ». | « Cette femme interroge le patron lors des réunions. Elle ne suit pas son exemple ». | « Cette fille a des relations sexuelles avec beaucoup de mecs. Elle n'agit pas comme une femme le devrait ». |
| <b>Association d'attributs négatifs</b>                                         | « Il est pathétique ».                                                          | « Il est honteux et scandaleux ».                                                   | « Elle est trop affirmée. Elle ne connaît pas sa place ».                            | « Elle est immorale. Elle est promiscuité ».                                                                 |
| <b>Séparer « nous » de « eux »</b>                                              | « Il n'est pas aussi fort que moi ».                                            | « Ce n'est pas une personne morale comme moi ».                                     | « Elle n'est pas un bon membre de l'équipe comme moi ».                              | « Je ne suis pas comme ça. Je suis une bonne personne. Elle ne l'est pas ».                                  |
| <b>Perte de statut et discrimination</b>                                        | « Il mérite qu'on se moque de lui ».                                            | « Il mérite d'être battu ».                                                         | « Elle devrait être retirée de l'équipe ».                                           | « C'est normal pour moi de répandre des rumeurs à son sujet. Elle le mérite ».                               |



## APPLIQUER

### ACTIVITÉ : Arbre des problèmes d'inégalité de genre

1. Expliquez que dans cette activité, les participants exploreront comment les normes de genre contribuent à l'inégalité et à la violence entre les sexes. Ils exploreront ensuite comment l'inégalité entre les sexes et la violence peuvent rendre plus difficile pour les populations prioritaires de se protéger du VIH.
2. Reconnaissez que parler de violence peut être très difficile pour quiconque l'a personnellement vécue. Faites savoir aux participants que vous ne leur demanderez pas de parler de leurs expériences personnelles - ils contrôlent à qui ils parlent et de quoi ils parlent.
3. Saisissez cette occasion pour expliquer que, comme les survivants sont souvent blâmés pour la violence qu'ils ont subie, ils peuvent se sentir gênés ou avoir honte. Soyez clair que la violence n'est jamais la faute du survivant.
4. Rappelez aux participants qu'ils se trouvent dans un espace sûr. Ils ne seront pas jugés. Ils seront soutenus.

### CONSEILS DE FACILITATION

Référez-vous à [Arbre des problèmes d'inégalité de genre](#) pour guider cette activité. Selon le groupe que vous formez, vous ne pouvez utiliser que des exemples pertinents pour ce groupe (par exemple, AGYW, HSH, PBFW, femmes transgenres).

Renforcez les responsabilités du groupe et identifiez certaines stratégies que le groupe peut utiliser pour prendre soin de lui-même et des autres.

5. Rappelez aux participants les règles du groupe. Encouragez-les à réfléchir à la manière dont ils peuvent s'entraider pendant cette session.
6. Demandez aux participants s'ils savent ce que signifie l'inégalité entre les sexes et encouragez-les à en explorer le sens.
7. Demandez aux participants s'ils savent ce que signifie l'inégalité entre les sexes et encouragez-les à en explorer le sens.
8. Demandez aux participants s'ils ont des idées sur la manière dont l'inégalité entre les sexes, la violence et le VIH pourraient être liés.
9. Expliquez que vous allez utiliser une « arborescence des problèmes » pour montrer comment ces problèmes sont liés.
10. Dessinez un arbre sur un tableau blanc ou une feuille de tableau à feuilles mobiles (en utilisant l'outil d'ambassadeur **Arbre des problèmes d'inégalités de genre** comme exemple).
11. Écrivez « Inégalités et violence de genre » à l'intérieur du tronc d'arbre.
12. Expliquez que les normes de genre issues de l'activité précédente sont les causes profondes de l'inégalité et de la violence entre les sexes.
13. Demandez à un volontaire de sélectionner une note collante du premier exercice et d'expliquer comment il pense que la norme de genre contribue à l'inégalité et à la violence entre les sexes.
14. Placez la note collante, ou écrivez la norme, aux racines de l'arbre.
15. Répétez cette étape jusqu'à ce que vous ayez beaucoup de normes de genre à la racine de l'arbre. Vous n'avez pas besoin de les parcourir toutes. Assurez-vous simplement de couvrir les principaux points.
16. Demandez aux participants s'ils peuvent identifier comment ces normes de genre pourraient rendre plus difficile pour les populations prioritaires de se protéger du VIH. Écrivez ces idées sur les branches.
17. Demandez aux participants de réfléchir à la question de savoir si l'arbre des problèmes représente ce qu'ils voient dans leurs communautés.
18. Diriger les participants vers l'outil d'ambassadeur **Arbre des problèmes d'inégalité de genre**.
19. Expliquez aux participants que la PrEP orale est le premier outil de prévention du VIH qui peut être utilisé sans l'implication d'un partenaire. Demandez-leur de réfléchir à la manière dont cela pourrait les aider à surmonter certains des obstacles à la prévention du VIH discutés.
20. Une fois l'activité terminée, amenez les participants dans un cercle de réflexion.

Utilisez **Connaissances essentielles** et **Messages clés** pour guider les participants dans l'exploration de la signification de l'inégalité entre les sexes et des différents types de violence basée sur le genre.

Insistez tout au long de l'activité sur le fait qu'il n'y a aucune excuse pour la violence. La violence est toujours un choix. Tout le monde a le droit de vivre sans violence.

Insistez sur le fait que ces barrières ne signifient pas qu'il est impossible pour les populations prioritaires de se protéger du VIH. Ils peuvent trouver et trouvent de nombreuses façons de se protéger. La PrEP orale est une méthode supplémentaire qu'ils peuvent utiliser pour se protéger.



## RÉFLÉCHIR

### CONSEILS DE FACILITATION

#### ACTIVITÉ : Cercle de réflexion

1. En utilisant les questions ci-dessous comme guide, demandez aux participants de parler de ce qu'ils ont appris et de la manière dont cela les soutiendra dans leur rôle d'ambassadeurs de la prévention du VIH.

#### QUESTIONS DE RÉFLEXION SUGGÉRÉES

- **Qu'avez-vous appris aujourd'hui et comment cela peut-il vous aider dans votre rôle d'ambassadeur de la prévention du VIH ?**
- **Comment pouvez-vous aider vos pairs à surmonter les obstacles liés aux normes de genre et à se protéger du VIH ?**

Renseignez-vous auprès du groupe pour voir comment ils se sentent. Vous pouvez commencer par demander aux participants de faire le tour du cercle et de partager un sentiment, ou une couleur qui représente leur sentiment.

Faites savoir aux participants que vous êtes disponible après la session (ou à un autre moment) s'ils souhaitent parler.



## Ressources utiles

- 1 LINKAGES Peer Educator Training: Preventing and Responding to Violence against Key Populations**  
 FHI 360  
 2019  
<https://www.fhi360.org/resource/linkages-violence-programming>

Un manuel de formation pour développer les connaissances et les compétences des éducateurs pairs, des navigateurs et des agents de sensibilisation pour interroger les membres de la population clé sur la violence et fournir un soutien de première ligne aux personnes qui divulguent la violence lors des activités de sensibilisation.

---

- 2 Interagency Gender Working Group Training Facilitators User's Guide**  
 Interagency Gender Working Group  
 2017  
<https://www.igwg.org>

Un guide sur la conduite d'un atelier de formation sur le genre, y compris les principes de base du genre, l'intégration du genre, le VIH et la sexualité, la maternité sans risque, la violence basée sur le genre et l'engagement constructif des hommes.

---

- 3 SASA! Start Training Module**  
 Raising Voices  
 2013  
<http://raisingvoices.org>

Un manuel de formation pour explorer la signification et les liens entre le pouvoir, la violence et le VIH et le SIDA.

---

- 4 SASA! Awareness Training Module**  
 Raising Voices  
 2013  
<http://raisingvoices.org>

Un manuel de formation pour explorer les implications de l'utilisation du pouvoir par les hommes sur les femmes. Ce manuel a un renforcement des compétences pour sensibiliser à la prévention de la violence à l'égard des femmes et du VIH.

---

- 5 RESPECT Women: Preventing Violence against Women**  
 World Health Organization (WHO)  
 2019  
[www.who.int](http://www.who.int)

Un cadre qui décrit comment mettre en œuvre et étendre sept stratégies clés pour prévenir la violence à l'égard des femmes.

---

- 6 Youth Changing the River's Flow: A Facilitator's Guide**  
 SAfAIDS; Sonke Gender Justice  
 2016  
<https://genderjustice.org.za/publication>

Un manuel de formation élaboré au Zimbabwe pour travailler avec les jeunes ainsi que les parents et tuteurs pour transformer les normes de genre et réduire le VIH, la violence basée sur le genre et les grossesses chez les adolescentes.

---

---

## 7 African Transformation: Malawi Facilitators Workshop Guide

National AIDS Council

No date

[www.k4health.org](http://www.k4health.org)

Un manuel de formation développé au Malawi qui fournit aux gens les moyens d'explorer comment les normes de genre et les rôles sociaux fonctionnent dans leur vie et les outils pour changer les normes négatives et renforcer les normes positives. Le manuel est disponible en anglais et en chichewa.

---

## 8 A Map of Gender-Diverse Cultures

Public Broadcasting Service

2015

[www.pbs.org](http://www.pbs.org)

Une carte interactive qui permet aux utilisateurs de cliquer sur différentes parties de la carte et leur fournit des informations sur les cultures diversifiées entre les genres à cet endroit.

---

## MATÉRIELS DE SESSION

OUTIL 4

# Arbre des problèmes d'inégalité de genre



11

## 5

# Répondre aux divulgations de violence

## CONNAISSANCES ESSENTIELLES

### Que signifie révéler la violence ?

Dans ce contexte, la divulgation se produit lorsqu'une personne révèle qu'elle a subi de la violence. Cette violence peut s'être produite récemment ou dans le passé, et elle peut être en cours. Alors que certaines personnes peuvent divulguer directement leurs expériences et demander de l'aide, d'autres peuvent révéler la violence indirectement, par exemple en :

- Devenir émotif lors d'une conversation sur la violence et indiquer qu'il aimerait du soutien
- Faire des commentaires suggérant qu'ils veulent parler de violence sans demander directement de l'aide
- Utiliser des exemples hypothétiques pour demander des conseils sans partager leurs expériences de violence
- Demander des conseils au nom d'un ami

Il appartient à l'individu de choisir comment, quand et ce qu'il divulgue. Certaines personnes peuvent partager des informations progressivement sur une période donnée à mesure qu'elles développent davantage de confiance en la personne à qui elles les divulguent. Lorsqu'une personne évoque son expérience de la violence, directement ou indirectement, laissez-la guider votre réponse. Le simple fait de lui demander s'il souhaite parler lui fera savoir que vous l'avez entendu sans faire pression sur lui.

### Qu'est-ce que la violence basée sur le genre ?

Ce qui suit résume les informations fournies dans la session **Stigmatisation, discrimination et violence basées sur le genre**.

- La violence utilisée pour renforcer les différences de pouvoir liées au genre est connue sous le nom de violence basée sur le genre, ou VBG en abrégé.
- La violence basée sur le genre renforce l'inégalité entre les sexes. Certains hommes utilisent la violence comme un outil pour montrer et conserver leur pouvoir sur les femmes.
- La VBG peut inclure de nombreux types d'abus. Les gens pensent généralement à la violence en termes de violence physique ou sexuelle, mais il existe d'autres formes de violence qui sont utilisées pour nuire ou maintenir le pouvoir sur les autres, y compris la violence émotionnelle et économique.

La VBG peut se produire à l'intérieur ou à l'extérieur des relations amoureuses. Quand cela se produit dans une relation, on parle de violence entre partenaires intimes (ou violence domestique).



## Messages utilisés pour justifier et excuser la violence basée sur le genre et blâmer et faire taire les victimes

| Message / mythe                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Quels sont les faits ?                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Comment ce message entretient-il la violence ?                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Les filles / femmes qui portent des vêtements révélateurs demandent à être violées.</b></p> <p><b>Il existe de nombreuses versions différentes de ce message. Les victimes sont blâmées si elles :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Ont bu de l'alcool</b></li> <li>• <b>Sont dehors la nuit</b></li> <li>• <b>Se promènent dans un parc</b></li> <li>• <b>Montrent un intérêt sexuel pour quelqu'un (comme l'embrasser)</b></li> <li>• <b>Rejettent un homme qui veut avoir des relations</b></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Le viol est une violation des droits humains d'une personne et, dans de nombreux cas, il est contraire à la loi.</li> <li>• Chacun a le droit de décider si, quand, où, comment et avec qui il a des relations sexuelles. Il n'y a pas d'exceptions.</li> <li>• C'est un mythe que les hommes ne peuvent pas contrôler leur libido. Nous le savons parce que la plupart des hommes ne commettent pas de viol.</li> <li>• Les hommes qui commettent des viols ne le font pas en réponse à quelque chose que les victimes ont fait ou à ce qu'elles portent. Nous le savons parce que de nombreuses personnes qui ont été violées ne buvaient pas, n'étaient pas sorties la nuit et ne portaient pas de vêtements révélateurs.</li> <li>• Les hommes commettent des viols parce qu'ils veulent se sentir puissants et en contrôle. Ils savent également qu'ils peuvent s'en tirer.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <p>Ces messages sont appelés blâmer la victime. Les victimes sont accusées de toutes les formes de violence, y compris la violence sexuelle et la violence conjugale. Le fait de blâmer la victime maintient la violence en écartant le blâme de l'auteur et faire taire les victimes. Par conséquent :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• L'accent et le blâme sont déplacés des actions de l'agresseur aux actions de la victime.</li> <li>• Les victimes ont souvent l'impression que c'est leur faute, alors elles peuvent avoir honte de signaler la violence ou de demander de l'aide.</li> <li>• Les gens accusent souvent les victimes de la violence – parfois directement, parfois indirectement. Ils pourraient leur dire de ne pas sortir tard ou de porter des vêtements différents.</li> <li>• De nombreuses victimes choisissent de n'en parler à personne parce qu'elles craignent d'être blâmées.</li> <li>• La police et les juges blâment parfois la victime plutôt que l'agresseur. En conséquence, les hommes peuvent ne pas craindre d'être punis pour leurs crimes.</li> <li>• Les auteurs peuvent se sentir moins responsables, coupables et avoir peur d'être arrêtés, ce qui signifie qu'ils sont plus susceptibles de recommencer.</li> </ul> <p>Lorsque des hommes violents blâment leurs partenaires intimes pour leur violence, c'est aussi un type de violence - la violence émotionnelle. Les hommes qui utilisent la violence dans les relations tentent souvent de convaincre leurs partenaires que c'est leur faute. Ils peuvent essayer de les convaincre qu'aucun autre homme ne les accepterait. Cela peut laisser les victimes trop honteuses et sans valeur pour les quitter.</p> |
| <p><b>Les victimes poussent leurs partenaires à les battre.</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | <ul style="list-style-type: none"> <li>• La violence est une violation des droits humains d'une personne et, dans de nombreux cas, elle est contraire à la loi.</li> <li>• Chacun a le droit de vivre une vie sans violence.</li> <li>• Les hommes ne battent pas leur partenaire parce qu'ils ne peuvent pas contrôler leur colère. Nous le savons parce que ces mêmes hommes contrôlent leur colère dans d'autres situations. Par exemple, ils ne frappent pas leurs chefs lorsqu'ils se mettent en colère. Nous savons aussi que c'est vrai parce que beaucoup d'hommes ne sont pas violents.</li> <li>• Un homme violent choisit d'être violent.</li> <li>• Les hommes qui utilisent la violence l'utilisent pour se sentir puissants et en contrôle.</li> <li>• De nombreux hommes (et femmes) grandissent en croyant que les femmes doivent obéir à leur partenaire et que l'homme a le droit d'utiliser la violence pour punir ses partenaires s'ils n'obéissent pas. Ces messages sont utilisés pour maintenir les hommes au pouvoir. Ils ne sont pas vrais. Les femmes ont les mêmes droits que les hommes, y compris le droit à la liberté, de prendre leurs propres décisions et de faire ce qu'elles veulent (du moment que cela ne viole les droits de personne d'autre).</li> </ul> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |



| Message / mythe                                                                               | Quels sont les faits ?                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Comment ce message entretient-il la violence ?                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>La violence entre couples est une affaire privée qui ne doit pas être discutée.</b></p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• La violence entre partenaires intimes est une violation des droits de l'homme, et dans de nombreux cas, c'est contraire à la loi.</li> <li>• La sensibilisation à la violence est un point de départ pour mettre fin à la violence entre partenaires intimes.</li> </ul> | <p>Ce message entretient la violence en faisant taire les victimes et en empêchant les autres d'intervenir. Par conséquent :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Les victimes peuvent se sentir coupables de demander de l'aide ou même de parler à leurs amis / famille de la violence qu'elles subissent.</li> <li>• Les victimes qui demandent de l'aide peuvent en avoir honte et ne pas être écoutées.</li> <li>• Les amis et la famille du partenaire violent peuvent ne pas juger approprié de leur parler de leur comportement.</li> <li>• Les gens peuvent ne pas intervenir lorsqu'ils sont témoins.</li> </ul> |

| Message / mythe                                                                           | Quels sont les faits ?                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Comment ce message entretient-il la violence ?                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Les victimes prétendent souvent avoir été violées pour attirer l'attention.</b></p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• La majorité des personnes qui subissent de la violence ne révèlent pas la violence et ne sollicitent pas de services.</li> <li>• Il est très peu probable que quelqu'un invente le viol.</li> <li>• Nous pouvons corriger ce mythe en considérant ce que quelqu'un a à gagner et à perdre en inventant un viol.</li> <li>• Il faut beaucoup de courage à quelqu'un pour dénoncer ou parler d'un viol. Les victimes sont souvent blâmées et jugées. Même s'ils parviennent à surmonter ces obstacles, les auteurs sont rarement condamnés pour viol. Cela signifie que les victimes se seront infligées le blâme et le jugement mais n'obtiendront pas justice.</li> <li>• Ce mythe est maintenu parce que les victimes de viol se comportent souvent d'une manière à laquelle nous ne nous attendons pas. Par exemple, les victimes peuvent : <ul style="list-style-type: none"> <li>– Prendre du temps avant qu'ils ne le disent à personne</li> <li>– Être confus et oublier certains détails</li> <li>– Changer leur histoire</li> <li>– Être calme (plutôt que de pleurer)</li> </ul> </li> <li>• Les victimes se comportent différemment parce que chacun réagit différemment aux expériences traumatisantes.</li> </ul> <p>Les personnes qui ont subi un traumatisme ont souvent du mal à se souvenir de ce qui s'est passé. Lorsque cela se produit, le cerveau peut naturellement remplir certains détails. C'est pourquoi il peut sembler que quelqu'un ment.</p> <p>Le cerveau peut également désactiver les émotions d'une personne afin qu'elle puisse mieux faire face.</p> | <p>Ce message entretient la violence en faisant taire les victimes et en amenant les autres à douter de la véracité des victimes. Par conséquent :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Les gens, y compris les amis, la famille, la police et les prestataires de soins de santé, ne croient souvent pas es victimes.</li> <li>• Ces mêmes personnes peuvent interroger les victimes et essayer de les tester pour voir si elles mentent.</li> <li>• De nombreuses victimes choisissent de ne le dire à personne parce qu'elles craignent de ne pas être crues.</li> <li>• Les auteurs tirent profit de ce mythe parce qu'ils sont moins susceptibles d'être arrêtés et tenus responsables de leurs actes.</li> </ul> |

| Message / mythe                                                                        | Quels sont les faits ?                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Comment ce message entretient-il la violence ?                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|----------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Si la violence était grave, la victime quitterait son partenaire / mari.</b></p> | <p>Il n'est pas toujours facile pour les victimes de quitter des partenaires violents. Il existe de nombreuses raisons pour lesquelles les gens restent dans des relations violentes. Par exemple, ils pourraient :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Avoir peur de partir – de nombreux hommes violents menacent de tuer leur partenaire ou de blesser leurs enfants s'ils partent</li> <li>• Être financièrement dépendant de leurs partenaires</li> <li>• Penser que la violence fait partie intégrante d'une relation</li> <li>• La peur d'être humilié ou boudé par leur communauté</li> <li>• N'avoir nulle part où aller</li> <li>• Aimer toujours leur partenaire et espérer qu'il pourra changer</li> <li>• Se blâmer et ne pas avoir le sentiment de mériter mieux - c'est souvent le résultat de violence psychologique</li> <li>• Ne pas vouloir séparer leurs enfants de leur père ou partir sans leurs enfants</li> <li>• Subir des pressions de la part de leur famille et de leurs beaux-parents pour qu'ils ne se séparent pas s'ils sont mariés ou ont des enfants ensemble</li> </ul> | <p>Ce message entretient la violence en faisant taire les victimes et en amenant les autres à douter de la véracité des victimes. Par conséquent :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Les personnes dans des relations violentes ont souvent honte de ne pas partir. La peur d'être honteux peut les empêcher de chercher du soutien.</li> <li>• Les gens, y compris les amis, la famille, la police et les prestataires de soins de santé, peuvent ne pas croire les victimes ou penser qu'ils ne méritent pas de soutien parce qu'ils n'ont pas quitté leur partenaire.</li> </ul> |
| <p><b>La violence ne se produit pas dans les relations homosexuelles.</b></p>          | <p>Les personnes vivant dans des relations homosexuelles ont une prévalence égale ou supérieure de violence entre partenaires intimes en tant que couples hétérosexuels.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <p>La violence contre les personnes vivant dans des relations homosexuelles peut ne pas être reconnue ou être qualifiée d'anormale, en particulier dans les pays où la violence domestique est définie exclusivement comme la violence contre les femmes.</p> <p>Les gens peuvent avoir trop honte pour signaler la violence ou demander de l'aide.</p>                                                                                                                                                                                                                                        |
| <p><b>Les hommes ne peuvent pas être violés</b></p>                                    | <p>Le viol correctif – le viol de personnes lesbiennes, gays ou bisexuelles pour les « guérir » de leur orientation sexuelle – est commis contre des hommes, des femmes, des garçons et des filles.</p> <p>Les garçons, en particulier ceux qui ne se conforment pas aux normes traditionnelles de genre pour les garçons, sont particulièrement vulnérables à la VBG.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | <p>Les hommes peuvent avoir honte de signaler la violence ou de demander de l'aide.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |

## Aider les ambassadeurs à répondre aux révélations de violence

La réponse de CARE, adaptée de l'approche de l'OMS LIVES (Écouter, enquêter, valider, améliorer la sécurité et le soutien), a été développée pour guider les ambassadeurs à répondre aux révélations de violence de leurs pairs.

La réponse de CARE est basée sur l'approche internationalement reconnue centrée sur les survivants pour travailler avec les survivants de la violence. Il s'agit d'une approche fondée sur les droits de l'homme qui vise à garantir que les droits des survivants sont protégés et que les survivants sont traités avec dignité et respect. L'approche centrée sur les survivants reconnaît que les survivants ont le droit de :

- Être traité avec respect et dignité – cela inclut être cru
- Recevoir un traitement égal et équitable indépendamment de leur âge, sexe, race, orientation sexuelle, handicap, religion, nationalité, ethnicité ou toute autre caractéristique ou identité
- Prendre leurs propres décisions sur ce dont ils ont besoin et comment ils veulent agir
- Choisir avec qui ils partageront ou non leur expérience et quelles informations ils veulent garder confidentielles

## Utilisation de la réponse CARE

La feuille de travail remplie ci-dessous fournit un exemple de la façon dont les ambassadeurs peuvent utiliser la réponse CARE lorsqu'ils parlent à leurs pairs.

### Réponse CARE - Divulgations de violence

| ÉTAPE                                      | Comment puis-je faire cela ?                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | À quoi cela ressemble-t-il en pratique ?                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|--------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Créer un espace sûr</b>                 | Un espace sûr est à la fois physiquement et émotionnellement sûr. Soyez sûr que vous êtes dans un endroit privé, où ils se sentent physiquement en sécurité. Expliquez que vous êtes juste là pour écouter - vous ne les jugerez pas ou dites-leur quoi faire. Faites-leur savoir qu'ils peuvent vous faire confiance pour protéger leur confidentialité. | <p>« Voudriez-vous parler » ?</p> <p>« Ici ou y a-t-il un autre endroit où vous vous sentiriez plus à l'aise » ?</p> <p>« Tout ce que vous me direz restera entre nous ».</p> <p>« Prenez votre temps, il n'y a pas de pression ».</p> <p>« Si vous n'êtes pas prêt à parler, nous pouvons rester ensemble pendant un moment ».</p>                                                                                                       |
| <b>Activement écouter</b>                  | Montrez-lui que vous écoutez profondément et avec empathie. Utilisez ton langage corporel pour communiquer que vous faites attention. Donnez-lui de l'espace pour parler, et la reconnaître et la valider sentiments.                                                                                                                                     | <p>Écouter profondément et concentrer toute votre attention sur elle, pas sur ce que vous pensez.</p> <p>Montrez votre écoute en hochant la tête et en donnant de petits remerciements comme « mm hm ».</p> <p>Lui donnant un espace pour parler et autorisant les silences.</p> <p>Communiquer votre empathie : « Je suis désolé que cela vous soit arrivé ».</p>                                                                        |
| <b>Rassurer</b>                            | Rassurez-les en leur laissant savoir qu'ils ne sont pas seuls, vous êtes là pour eux et leurs sentiments sont valides. S'ils ont partagé une expérience de la violence dites-leur que vous les croyez et ce n'est pas leur faute.                                                                                                                         | <p>« Je vous crois ».</p> <p>« Vous n'êtes pas à blâmer. Vous avez le droit d'être en sécurité. Ce qu'il a fait / ce qu'il fait est un crime ».</p> <p>« J'entends que vous vous blâmez. Je veux que vous sachiez que ce n'est pas de votre faute, même si ce n'est pas le cas pour le moment ».</p> <p>« Il n'y a pas de bonne ou de mauvaise façon de ressentir. Ce sont vos sentiments et ils sont valables ».</p>                     |
| <b>Employer les moyens et les soutenir</b> | Faites-lui savoir qu'elle contrôle ce qui se passe ensuite. Aidez-la à identifier ses besoins et à considérer ses options. Soyez prêt à lui fournir des informations sur les services de soutien auxquels elle a accès.                                                                                                                                   | <p>« Avez-vous l'impression d'avoir le soutien dont vous avez besoin » ?</p> <p>« Souhaitez-vous explorer certaines options pour obtenir plus d'assistance » ?</p> <p>« Y a-t-il quelque chose qui vous inquiète » ?</p> <p>« C'est votre choix - vous vous connaissez mieux que quiconque ! Si vous décidez que vous souhaitez obtenir de l'aide à l'avenir, faites-le moi savoir et je pourrai vous donner quelques informations ».</p> |



Durham (NC): FHI 360; 2020

## APERÇU DE LA SESSION

Les participants apprendront comment réagir aux révélations de violence de leurs pairs. Ils examineront les messages sur la violence et ils apprendront à remettre en question les messages qui servent à excuser ou à justifier la violence basée sur le genre. Ils apprendront également CARE (Créer un espace sûr, écouter Activement, Rassurer et Employer les moyens et les soutenir) pour répondre aux révélations de violence.

À la fin de cette session, les participants devraient :

- Être conscient des mythes et des messages qui servent à justifier et à excuser la violence basée sur le genre
- Savoir comment répondre aux pairs qui partagent avec eux des expériences de violence

**!** Nous vous recommandons d'organiser la session **Stigmatisation, discrimination et violence basées sur le genre** avant celle-ci, à moins que les participants n'aient déjà une solide compréhension de la violence basée sur le genre. Si cela n'est pas possible, nous vous recommandons d'utiliser les informations de cette session pour éclairer les discussions sur la violence dans cette session.

Les participants peuvent partager leurs expériences de violence au cours de cette session, vous devez donc être prêt à réagir. Il est très important d'écouter avec empathie, de valider leurs émotions et de leur donner les moyens de déterminer le soutien qu'ils aimeraient de vous. Soyez prêt à fournir des informations et des renvois vers des services locaux sans stigmatisation, y compris des services de santé, sociaux et juridiques, si les participants en font la demande. Si vous avez créé un **Répertoire de référence local** comme suggéré dans **Préparation à la formation**, nous vous recommandons d'en apporter des copies pour les participants s'ils n'en ont pas déjà un.

### MATÉRIAUX

Les feuilles de travail et les outils utilisés dans cette session se trouvent dans la boîte à outils des ambassadeurs de la prévention du VIH. Ils sont également inclus à la fin de la session pour votre référence.

#### OUTIL 5

Réponse CARE

BOÎTE À OUTILS PAGE 12

#### FEUILLE DE TRAVAIL 2

Réponse CARE – Divulgations de violence

BOÎTE À OUTILS PAGE 25

## MESSAGES CLÉS

- Il existe de nombreux messages sur la violence basée sur le genre qui l'excusent ou la justifient. Ces messages contribuent à des taux plus élevés de violence.
- Même s'ils sont très courants, les messages qui excusent ou justifient la violence basée sur le genre ne sont pas basés sur des faits. Ce sont des mythes.
- La remise en question de ces mythes et messages peut aider à prévenir la violence basée sur le genre.
- Les ambassadeurs peuvent soutenir leurs pairs qui ont été victimes de violence en leur créant un espace sûr pour parler de leurs expériences, en les écoutant activement, en les rassurant, en validant leurs sentiments et en les responsabilisant et en les aidant à se connecter avec du soutien.
- La violence est une question de pouvoir et de contrôle, et les personnes qui ont été victimes de violence peuvent souvent se sentir démunies. Les responsabiliser peut les aider à reprendre le contrôle.
- Les ambassadeurs ne sont pas des conseillers ; ils ne devraient pas offrir de conseils à leurs pairs. Sans formation professionnelle, fournir des conseils peut causer plus de mal que de bien. Le rôle d'un ambassadeur est de fournir un espace sûr aux pairs pour parler de leurs expériences, exprimer leurs sentiments et leurs besoins et explorer ce qu'ils aimeraient faire ensuite.

## INSTRUCTIONS POUR LA SESSION

Écrivez « Je suis d'accord » et « Je ne suis pas d'accord » sur des morceaux de papier séparés (de n'importe quelle taille). Collez « Je suis d'accord » à une extrémité d'un mur et « Je ne suis pas d'accord » à l'autre extrémité pour créer une ligne de l'un à l'autre (les participants s'étaleront entre les deux extrémités). Si vous n'avez pas de mur assez long, vous pouvez poser le papier par terre.

## PRÉPARATION



## EXPLORER

## CONSEILS DE FACILITATION

## INTRODUCTION

1. Présentez la session en vous référant à **Aperçu de la session**, en notant :
  - Lorsque les participants agissent en tant qu'ambassadeurs, leurs pairs peuvent se tourner vers eux pour obtenir de l'aide sur des questions autres que celles liées à la PrEP orale.
  - Comme discuté dans les sessions précédentes, la violence de la part des familles, des partenaires, des membres de la communauté et des acteurs étatiques tels que les agents des forces de l'ordre rend plus difficile pour les individus de se protéger du VIH.
  - Malheureusement, la violence sexiste est très courante dans de nombreuses régions du monde, y compris en Afrique subsaharienne.

Si vous n'avez pas donné la session sur **Stigmatisation, discrimination et violence basées sur le genre** utilisez **Connaissances essentielles** de cette session pour expliquer les normes de genre et la relation entre l'inégalité entre les sexes et la violence basée sur le genre.





2. Rappelez aux participants que la violence est motivée par des normes de genre qui donnent plus de pouvoir aux hommes qu'aux femmes. Ces normes de genre justifient et excusent également la violence, blâmant souvent la victime plutôt que l'agresseur. Quand nous grandissons en entendant les mêmes messages encore et encore, nous pouvons commencer à les croire, même s'ils nous sont nuisibles et faux.

### ACTIVITÉ : Votez avec vos pieds

1. Expliquez aux participants qu'ils vont explorer certains des messages courants sur la violence pour voir s'ils les croient (ceux-ci sont écrits ci-dessous). Il est important que chacun soit honnête avec lui-même pendant cette activité. Parfois, nous pouvons savoir que quelque chose n'est pas vrai, mais au fond, nous le croyons toujours. Il n'y a pas de quoi avoir honte. Lorsque nous grandissons dans un environnement où ces messages se renforcent encore et encore, il est naturel de les croire. Si nous voulons arrêter de croire à ces messages, nous devons d'abord être honnêtes avec nous-mêmes sur ce que nous croyons et pourquoi.
2. Lisez la première déclaration de la liste ci-dessous et demandez aux participants de se tenir à un point sur la ligne entre « Je suis d'accord » et « Je ne suis pas d'accord ».
3. Lorsque les participants ont choisi leur place, demandez à des volontaires de réfléchir à leurs réponses.
4. Lorsque les participants partagent des attitudes qui correspondent aux messages, il est important de valider leur honnêteté tout en expliquant pourquoi les messages ne sont pas vrais. Par exemple, vous pourriez dire « *Merci d'avoir été honnête à propos de vos croyances. C'est une croyance très répandue dans de nombreuses communautés. Mais quand nous passons du temps à y penser, nous voyons que ce n'est pas vrai* ».
5. Utilisez les informations contenues dans **Connaissances essentielles** pour clarifier que ces messages ne sont pas basés sur des faits ; ce sont des mythes qui sont utilisés pour justifier la violence basée sur le genre.

#### Messages sur la violence basée sur le genre

**Les personnes qui portent des vêtements révélateurs demandent à être violées.**

**Les gens provoquent parfois leurs partenaires à les battre.**

**La violence entre couples est une affaire privée qui ne doit pas être discutée.**

**Les gens prétendent souvent être violés pour attirer l'attention.**

**Si la violence était grave, la victime quitterait son partenaire.**

Gardez à l'esprit qu'il est probable que certains participants auront été victimes de violence. Ce sont peut-être eux qui croient le plus fermement à ces messages / mythes. Veillez à ne pas faire honte à quiconque d'avoir cru ces mythes. Concentrez-vous plutôt sur la puissance de ces messages lorsque nous les entendons à plusieurs reprises. Insistez sur le fait que ces messages sont utilisés pour justifier et excuser la violence basée sur le genre, de sorte que remettre ces messages en question contribuera à la prévention de la violence.



## APPLIQUER

### CONSEILS DE FACILITATION

### INTRODUCTION

1. Présentez l'activité en notant :
  - Les participants apprendront comment réagir si un pair révèle avoir été victime de violence.
  - Les personnes qui ont été victimes de violence peuvent parler de leurs expériences de différentes manières et elles peuvent souhaiter des choses très différentes de votre part. Certaines personnes veulent simplement que leurs expériences soient reconnues, d'autres peuvent s'entraîner à demander de l'aide en offrant de petites informations et certaines peuvent demander directement de l'aide.
  - On ne s'attend pas à ce que les participants fournissent des conseils à leurs pairs. Sans formation professionnelle, fournir des conseils peut causer plus de mal que de bien. Leur rôle est de fournir un espace sûr à leurs pairs pour parler de leurs expériences, exprimer leurs sentiments et leurs besoins et explorer ce qu'ils aimeraient faire ensuite.
2. Expliquez l'approche centrée sur les survivants, en soulignant que les survivants de violence qui ont été victimes de violence ont le droit de :
  - Être traité avec respect et dignité – cela inclut être cru
  - Recevoir un traitement égal et équitable indépendamment de leur âge, sexe, race, orientation sexuelle, handicap, religion, nationalité, ethnicité ou toute autre caractéristique ou identité
  - Prendre leurs propres décisions sur ce dont ils ont besoin et comment ils veulent agir
  - Choisir avec qui ils partageront ou non leurs expériences et quelles informations ils veulent garder confidentielles
3. Expliquez que les personnes qui ont été victimes de violence peuvent se sentir vulnérables et impuissantes. Leur donner de l'espace pour retrouver leur pouvoir et prendre leurs propres décisions est une partie importante du processus de guérison.
4. Demandez aux participants de faire part de leurs réflexions sur ce que quelqu'un pourrait dire ou faire qui aurait un effet négatif sur quelqu'un qui partage son expérience de la violence.

Utilisez **Connaissances essentielles** et **Messages clés** pour vous guider dans cette activité.



5. Assurez-vous que tous les éléments suivants sont mentionnés :
  - Être critique
  - Remettre en question leur comportement ou les blâmer
  - Donner des conseils ou leur dire quoi faire
  - Fournir des conseils s'ils ne sont pas des conseillers qualifiés
  - Partager des expériences personnelles ou les expériences de quelqu'un d'autre pour essayer de se relier
  - Essayer de leur remonter le moral : « Ne pleure pas, ce n'est pas si mal ».
  - Justifier ou minimiser la violence : « Au moins, ils se sont excusés ».
6. Une fois la discussion terminée, expliquez que lors de la prochaine session, ils apprendront à répondre à leurs pairs lorsqu'ils partageront une expérience de violence.

### ACTIVITÉ : Répondre aux divulgations de violence avec la réponse CARE

1. Dirigez les participants vers la feuille de travail **CARE – Divulgations de violence** et parcourez chaque étape.

#### ÉTAPE 1 : Créez un espace sûr

1. Écrivez « espace sûr » sur une feuille de tableau à feuilles mobiles et placez-la là où tout le monde peut voir.
2. Demandez aux participants ce que cela signifie pour un espace d'être sûr.
3. Dirigez une séance de brainstorming avec les participants sur ce que leurs pairs pourraient avoir besoin d'un espace pour qu'ils se sentent en sécurité pour parler de leurs expériences de violence.
4. Demandez-leur d'écrire leurs idées sur des notes collantes et de les mettre sur une feuille de tableau à feuilles mobiles.
5. Demandez aux participants de se diviser par deux pour identifier comment ils créeraient et démontreraient un espace sûr pour un pair qui voulait leur parler de leur expérience de la violence (ou de toute autre chose de nature sensible).
6. Demandez aux participants d'écrire leurs réponses sur leurs feuilles de travail, sous la colonne intitulée « À quoi cela ressemble-t-il en pratique » ?
7. Faites savoir aux participants qu'ils ont cinq minutes pour le faire.
8. Une fois que les participants ont terminé, rassemblez-les. Demandez à chaque paire de partager une chose qu'elle pourrait faire pour créer ou démontrer un espace sûr pour ses pairs.

Aider les participants à identifier les caractéristiques suivantes d'un espace sûr :

- Physiquement à l'abri des menaces possibles
- Privé
- Sans jugement
- Non discriminatoire (sachant qu'ils seront traités de manière égale et équitable quels que soient leur âge, leur sexe, leur race, leur orientation sexuelle, leur handicap, leur religion, leur statut sérologique VIH ou toute autre caractéristique ou identité)
- Confidentiel
- Respectueux
- Sachant qu'ils contrôlent

Si les participants ont besoin de plus d'orientation, reportez-vous aux exemples dans **Connaissances essentielles**.



## ÉTAPE 2 : Écoutez activement

1. Demandez aux participants s'ils savent ce que signifie « écoute active », et en particulier s'ils peuvent expliquer la différence entre l'écoute et l'écoute active.
2. Expliquez que les gens utilisent souvent le mot écouter pour désigner l'audition. Cependant, entendre n'est pas quelque chose que quelqu'un doit faire délibérément ou activement. L'écoute active en revanche est intentionnelle. Les objectifs de l'écoute active sont de :
  - Se connecter avec l'autre personne
  - Comprendre ce qu'ils disent et ressentent
  - Démontrer que vous écoutez
3. Nous pouvons atteindre ces objectifs en :
  - Écoutant profondément. Nous faisons cela en restant concentrés sur ce qu'ils disent et comment ils le disent plutôt que sur nos propres pensées.
  - Essayant de comprendre comment ils se sentent. Nous faisons cela en prêtant attention à la façon dont ils communiquent, y compris leur langage corporel.
  - Démontrer que nous écoutons en hochant la tête, reflétant leurs émotions dans nos expressions faciales et notre ton, et offrant de petits remerciements verbaux tels que « mm hm ».
4. Nous savons tous instinctivement ce qui fait un bon auditeur parce que nous savons ce que l'on ressent quand on est vraiment écouté.
5. Demandez aux participants de réfléchir à un moment où ils se débattaient avec quelque chose dans leur vie et ils voulaient parler à quelqu'un de ce qu'ils ressentaient.
6. Expliquez aux participants que pour cet exercice, il n'est pas nécessaire de se souvenir d'une expérience qui a été traumatisante pour eux ou de quelque chose qu'ils trouvent encore bouleversant. Encouragez-les à penser à des expériences communes à beaucoup d'entre nous, comme avoir une dispute avec quelqu'un que nous aimons, se sentir blessé par quelque chose que quelqu'un a fait ou se sentir inquiet ou stressé à propos de quelque chose dans nos vies.
7. Demandez aux participants de se rappeler s'ils ont pu parler à quelqu'un de cette expérience.
8. Nous savons tous ce dont nous avons besoin de quelqu'un pour que nous nous sentions en sécurité et à l'aise de lui parler de quelque chose qui nous dérange. Parfois, nous avons une personne qui est en mesure de fournir cela, et à d'autres moments, nous n'avons personne à qui nous nous sentons à l'aise de parler. Nous choisissons souvent de ne parler à personne si nous ne pouvons pas identifier la bonne personne à qui parler.
9. Présentez l'activité en expliquant que vous aimeriez qu'ils réfléchissent aux qualités que nous recherchons lorsque nous choisissons une personne à qui parler.

Rassurez les participants qu'ils ne seront pas invités à partager leur expérience avec qui que ce soit.



10. Tracez une ligne au milieu d'une feuille de tableau à feuilles mobiles. Sur le côté gauche, écrivez « Les qualités que vous recherchez » et sur le côté droit, écrivez « Les choses que vous craignez qu'ils fassent ou disent ».
11. Demandez aux participants d'écrire leurs idées sur des notes collantes et de les mettre sur une feuille de tableau à feuilles mobiles.
12. Lorsque les participants sont à court d'idées, lisez les notes et résumez.
13. Demandez aux participants de travailler par paires pour identifier comment ils feraient preuve d'écoute active à un pair qui voulait leur parler de leur expérience de la violence (ou de toute autre chose de nature sensible).
14. Demandez aux participants d'écrire leurs réponses sur leurs feuilles de travail.
15. Faites savoir aux participants qu'ils ont cinq minutes pour le faire.
16. Une fois que les participants ont terminé, rassemblez-les. Demandez à chaque équipe de partager une chose qu'elle pourrait faire pour créer ou démontrer une écoute active.

### ÉTAPE 3 : Rassurer

1. Rappelez aux participants l'activité au début de cette session et les messages utilisés pour blâmer et faire taire les personnes qui subissent la violence. Ces messages peuvent être si puissants que les personnes qui subissent de la violence se blâment, ce qui peut leur faire honte.
2. Il est également courant que les personnes qui ont subi des violences craignent que les gens pensent mentir. Certaines victimes peuvent même remettre en question leur propre mémoire et douter d'elles-mêmes.
3. Cette honte et cette peur peuvent empêcher les victimes de demander de l'aide, et certaines ne le disent à personne.
4. Rassurer leurs pairs qu'ils les croient, que ce n'est pas leur faute et que leurs sentiments sont valables est l'une des choses les plus précieuses que les participants puissent faire en tant qu'ambassadeurs. Cela peut être un grand soulagement pour quelqu'un qui a subi des violences de savoir que quelqu'un les croit. Cela peut également les aider à voir que ce n'est pas leur faute, et ils peuvent se sentir plus confiants pour obtenir de l'aide.
5. Demandez aux participants de travailler par paires pour identifier comment ils pourraient rassurer un pair qui révèle leur expérience de la violence (ou toute autre chose de nature sensible).
6. Demandez aux participants d'écrire leurs réponses sur leurs feuilles de travail.
7. Faites savoir aux participants qu'ils ont cinq minutes pour le faire.



8. Une fois que les participants ont terminé, rassemblez-les. Demandez à chaque paire de partager une chose qu'elle pourrait faire pour rassurer ses pairs lorsqu'ils révèlent des expériences de violence.

#### ÉTAPE 4 : Autonomisation et soutien

1. Expliquez aux participants que la violence est une question de pouvoir et de contrôle. Les survivants de violence, y compris la violence conjugale et la violence sexuelle, se sentent généralement impuissants. Il est important d'aider les survivants de violence à se sentir à nouveau en contrôle.
2. Expliquez que la dernière étape, l'autonomisation et le soutien, consiste à encourager ses pairs à identifier (le cas échéant) ce dont ils ont besoin et les aider à se connecter avec plus de soutien ou de services disponibles si c'est ce qu'ils souhaitent.
3. Demandez aux participants de travailler par paires pour identifier comment ils pourraient habiliter et soutenir un pair qui divulgue son expérience de la violence (ou toute autre chose de nature sensible) et note ses réponses sur ses feuilles de travail.
4. Faites savoir aux participants qu'ils ont cinq minutes pour le faire.
5. Une fois que les participants ont terminé, rassemblez-les. Demandez à chaque binôme de partager une chose qu'il pourrait faire pour responsabiliser et aider ses pairs à identifier ce dont ils pourraient avoir besoin et comment ils pourraient chercher un soutien supplémentaire.
6. Partagez des copies du **Répertoire de référence local** des organisations existantes qui offrent des services sanitaires, sociaux et juridiques sans stigmatisation aux victimes de violence.
7. Menez une discussion avec les participants sur cet exercice en demandant aux participants de partager ce qu'ils pensent de la réponse CARE.
8. Concluez l'activité en soulignant qu'il est normal de se sentir inquiet de faire ou de dire la mauvaise chose. Rassurez-les qu'en étant simplement ouverts et disposés à écouter et à soutenir leurs pairs, ils feront une grande différence dans leur vie.
9. Dirigez les participants vers l'outil d'ambassadeur de la **Réponse CARE**, qu'ils peuvent utiliser pour se préparer à ces conversations.
10. Une fois l'activité terminée, amenez les participants dans un cercle de réflexion.

Vouloir aider quelqu'un mais se sentir incapable de fournir le soutien dont il a besoin peut être impuissant et décourageant. Certaines personnes peuvent même se sentir coupables et se blâmer de ne pas pouvoir faire plus.

Il est important de souligner aux ambassadeurs que créer un espace sûr pour que leurs pairs puissent parler de leurs expériences les AIDE. Cela peut faire une énorme différence dans la vie de cette personne. De nombreuses victimes de violence rapportent que le fait de pouvoir parler à une personne de confiance est un grand soulagement. Cela augmente également les chances qu'ils recherchent d'autres services d'assistance et d'accès.



## RÉFLÉCHIR

### CONSEILS DE FACILITATION

#### ACTIVITÉ : Cercle de réflexion

1. En utilisant les questions ci-dessous comme guide, engagez les participants dans une discussion sur ce qu'ils ont appris et comment cela les soutiendra dans leurs rôles d'ambassadeurs de la prévention du VIH.

#### QUESTIONS DE RÉFLEXION SUGGÉRÉES

- **Pensez-vous que les messages sur la violence basée sur le genre sont courants dans votre propre communauté ou cercle de pairs ?**
- **De quelles manières pouvez-vous contester ces messages ?**
- **Quelqu'un a-t-il déjà partagé une expérience de violence avec vous ? Comment avez-vous répondu ?**
- **Pensez-vous que cette réponse CARE vous aidera à soutenir vos pairs qui sont victimes de violence ?**
- **Comment soutenir les pairs qui ont été victimes de violence peut leur permettre d'accéder aux services pour obtenir la PrEP orale ou d'autres méthodes de prévention du VIH ?**

Renseignez-vous auprès du groupe pour voir comment ils se sentent. Vous pouvez commencer par demander aux participants de faire le tour du cercle et de partager un sentiment, ou une couleur qui représente leur sentiment.

Faites savoir aux participants que vous êtes disponible après la session (ou à un autre moment) s'ils souhaitent parler.



## Ressources utiles

### 1 **Responding to Children and Adolescents Who Have Been Sexually Abused: WHO Clinical Guidelines**

WHO  
2017

[www.who.int](http://www.who.int)

Directives cliniques pour aider les agents de santé à fournir des soins tenant compte des traumatismes aux enfants et adolescents qui ont été victimes de violence.

### 2 **Health Care for Women Subjected to Intimate Partner Violence or Sexual Violence: A Clinical Handbook**

WHO  
2014

[www.who.int](http://www.who.int)

Un manuel clinique pour aider les prestataires de soins de santé à offrir un soutien de première ligne utilisant le modèle LIVES aux femmes qui ont été victimes de violence.

### 3 **LINKAGES Peer Educator Training: Preventing and Responding to Violence against Key Populations**

FHI 360  
2019

<https://www.fhi360.org/resource/linkages-violence-prevention-and-response-series>

Un manuel de formation pour développer les connaissances et les compétences des éducateurs pairs, des navigateurs et des agents de sensibilisation pour interroger les membres de la population clé sur la violence et fournir un soutien de première ligne aux personnes qui divulguent la violence lors des activités de sensibilisation.

### 4 **SASA! Support Training Module**

Raising Voices  
2013

<http://raisingvoices.org>

Un manuel de formation pour renforcer les compétences en matière de soutien aux femmes, aux hommes et aux militants touchés par la violence et le VIH / SIDA.

### 5 **Caring for Women Subjected to Violence: a WHO Curriculum for Training Health-Care Providers**

WHO  
2019

[www.who.int](http://www.who.int)

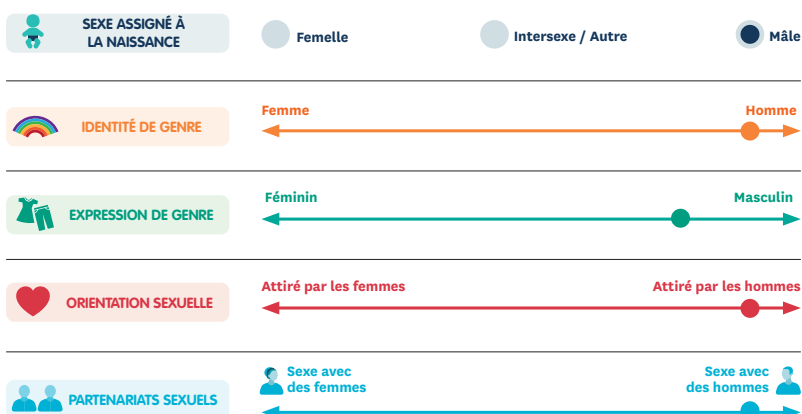
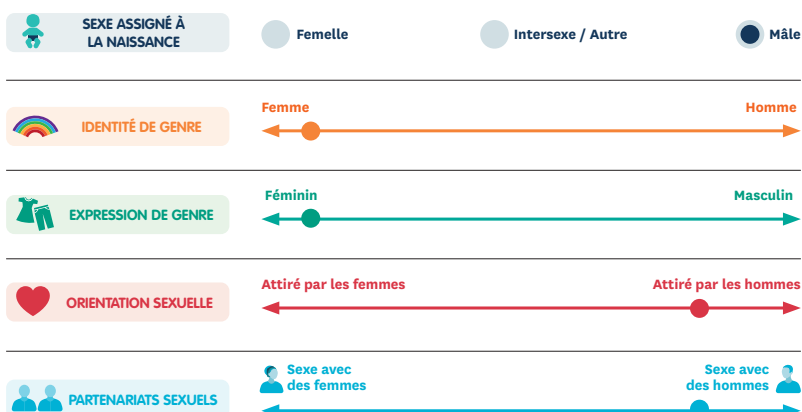
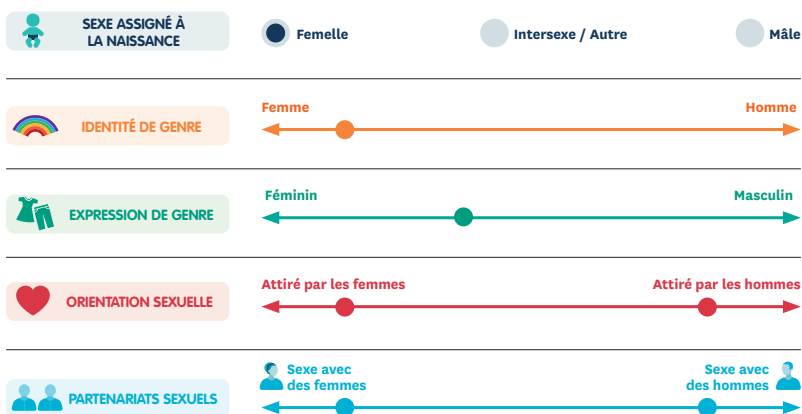
Un programme pour aider les prestataires de soins de santé à utiliser le modèle LIVES pour offrir un soutien de première ligne aux femmes qui ont été victimes de violence.



# MATÉRIEL DE SESSION

OUTIL 3

## Sexe, identité de genre, expression de genre, orientation sexuelle et partenariats sexuels



10

# Arbre des problèmes d'inégalité de genre



OUTIL 5

# Réponse CARE

## Créer un espace sûr

Un espace sûr est à la fois physiquement et émotionnellement sûr. Assurez-vous que vous êtes dans un endroit privé, où ils se sentent physiquement en sécurité.

Expliquez que vous êtes juste là pour écouter - vous ne les jugerez pas et ne leur direz pas quoi faire. Faites-leur savoir qu'ils peuvent vous faire confiance pour protéger leur confidentialité.

## Activement écouter

Montrez-leur que vous écoutez attentivement et avec empathie. Utilisez votre langage corporel pour indiquer que vous êtes attentif. Donnez-leur un espace pour parler, reconnaissez et validez leurs sentiments.

## Rassurer

Rassurez-les en leur faisant savoir qu'ils ne sont pas seuls, que vous êtes là pour eux et que leurs sentiments sont valables. S'ils ont partagé une expérience de violence, dites-leur que vous les croyez et que ce n'est pas de leur faute.

## Employer les moyens et les soutenir

Faites-leur savoir qu'ils contrôlent ce qui se passe ensuite. Aidez-les à identifier leurs besoins et à considérer leurs options. Soyez prêt à leur fournir des informations sur les services d'assistance auxquels ils peuvent accéder.

12

# Sexe, identité de genre, expression de genre, orientation sexuelle et partenariats sexuels

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |  |                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <div><div>Femme</div><div>Intersexe / Autre</div><div>Mâle</div></div>                             |  | <b>SEXE ASSIGNÉ À LA NAISSANCE</b><br> | <b>SEXE ASSIGNÉ À LA NAISSANCE :</b><br>La classification des personnes à la naissance en tant que sexe masculin, féminin, intersexe ou d'un autre sexe basé sur une combinaison d'organes sexuels et reproductifs, d'hormones et de chromosomes. |
| <div><div>Femme</div><div>Homme</div></div>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |  | <b>IDENTITÉ DE GENRE</b><br>             | <b>IDENTITÉ DE GENRE :</b><br>Le sens de soi comme étant masculin, féminin, non binaire ou d'un autre sexe, qui peut ou non correspondre au sexe assigné à la naissance.                                                                          |
| <div><div>Féminin</div><div>Masculin</div></div>                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |  | <b>EXPRESSION DE GENRE</b><br>           | <b>EXPRESSION DE GENRE :</b><br>Comment on choisit d'exprimer son sentiment d'être masculin, féminin, non binaire ou d'un autre genre à travers son apparence et son comportement social.                                                         |
| <div><div>Attiré par les femmes</div><div>Attiré par les hommes</div></div>                                                                                                                                                                                                                                                                                   |  | <b>ORIENTATION SEXUELLE</b><br>          | <b>ORIENTATION SEXUELLE :</b><br>Une attirance émotionnelle, romantique ou sexuelle durable pour des personnes d'un autre genre ou sexe, du même genre ou du même sexe, ou de plus d'un genre ou sexe.                                            |
| <div><div>Sexe avec des femmes</div><div>PARTENARIATS SEXUELS</div><div>Sexe avec des hommes</div></div> |  |                                                                                                                           | <b>PARTENARIATS SEXUELS :</b><br>Les personnes avec lesquelles on a des relations sexuelles. L'orientation sexuelle ne correspondra pas toujours aux partenariats sexuels.                                                                        |

# Réponse CARE - Divulgations de violence

| ÉTAPE                                      | Comment puis-je faire cela ?                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | À quoi cela ressemble-t-il en pratique ?                                                   |
|--------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Créer un espace sûr</b>                 | <p>Un espace sûr est à la fois physiquement et émotionnellement sûr. Soyez sûr que vous êtes dans un endroit privé, où ils se sentent physiquement en sécurité. Expliquez que vous êtes juste là pour écouter - vous ne les jugerez pas ou dites-leur quoi faire.</p> <p>Faites-leur savoir qu'ils peuvent vous faire confiance pour protéger leur confidentialité.</p> | <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> |
| <b>Activement écouter</b>                  | <p>Montrez-lui que vous écoutez profondément et avec empathie. Utilisez ton langage corporel pour communiquer que vous faites attention. Donnez-lui de l'espace pour parler, et la reconnaître et la valider sentiments.</p>                                                                                                                                            | <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> |
| <b>Rassurer</b>                            | <p>Rassurez-les en les laissant savoir qu'ils ne sont pas seuls, vous êtes là pour eux et leurs sentiments sont valides. S'ils ont partagé une expérience de la violence dites-leur que vous les croyez et ce n'est pas leur faute.</p>                                                                                                                                 | <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> |
| <b>Employer les moyens et les soutenir</b> | <p>Faites-lui savoir qu'elle contrôle ce qui se passe ensuite. Aidez-la à identifier ses besoins et à considérer ses options. Soyez prêt à lui fournir des informations sur les services de soutien auxquels elle a accès.</p>                                                                                                                                          | <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> |



# PrEP Orale





# PrEP Orale

## Connaissances essentielles

# PrEP Orale

## Connaissances essentielles

## Combinaison de prévention et de PrEP orale

### Qu'est-ce que la PrEP orale ?

La PrEP orale est une pilule contenant des médicaments antirétroviraux (ARV) que les personnes séronégatives peuvent prendre une fois par jour pour les protéger contre le VIH.

PrEP signifie *prophylaxie pré-exposition*. Cela signifie :

| Pre   | Exposition                    | Prophylaxie                             |
|-------|-------------------------------|-----------------------------------------|
| Avant | Entrer en contact avec le VIH | Médicaments pour prévenir une infection |

La PrEP orale est une option supplémentaire pour la prévention du VIH. Elle est conçue pour contribuer au paquet existant d'options de prévention du VIH – y compris l'abstinence, les préservatifs (et lubrifiant), le dépistage et le traitement des IST et la réduction du nombre de partenaires sexuels – et non les remplacer. Chaque méthode a ses avantages et ses défis, et la meilleure approche varie selon l'individu et la relation. Les gens doivent réfléchir à la méthode qui fonctionnera le mieux pour eux compte tenu de leurs propres besoins particuliers. Par exemple, ils peuvent avoir besoin de réfléchir à la protection contre le VIH, les IST et la grossesse.

### Qu'est-ce que la prévention combinée ?

Le terme de prévention combinée fait souvent référence à des programmes qui mettent en œuvre différents types d'interventions visant à réduire la transmission du VIH au sein d'une communauté ou d'un groupe de personnes.

Dans cette trousse de formation, le terme fait référence à une personne utilisant plusieurs méthodes de prévention, telles que les préservatifs (et lubrifiant), le dépistage et le traitement des IST, et la PrEP orale, pour maximiser la protection contre le VIH et d'autres résultats indésirables sur la santé sexuelle.

Il existe de nombreuses façons de se protéger du VIH ou d'empêcher la propagation du virus à d'autres.

Quelqu'un peut réduire sa vulnérabilité à contracter le VIH par voie sexuelle en :

- S'abstenant de relations sexuelles
- Utilisant de la PrEP orale
- Utilisant de la prophylaxie post-exposition (PPE)
- Utilisant des préservatifs masculins ou féminins à chaque fois qu'ils ont des relations sexuelles, y compris les relations sexuelles vaginales, anales et orales

- Utilisant un lubrifiant (à base d'eau ou de silicone) pour éviter que les préservatifs ne se brisent
- Réduisant le nombre de leurs partenaires sexuels
- Dépistage régulier du VIH
- Dépistage régulier des IST et traitement immédiat
- Circoncision masculine médicale volontaire
- Connaissant le statut VIH de leurs partenaires
- Demandant à des partenaires sexuels d'utiliser un traitement antirétroviral (TAR) s'ils vivent avec le VIH

Quelqu'un peut réduire sa vulnérabilité au VIH par le sang en :

- Évitant tout contact avec le sang d'une autre personne
- Ne jamais utiliser une aiguille qui a été utilisée par quelqu'un d'autre

Les mères vivant avec le VIH peuvent réduire la vulnérabilité de leur bébé au VIH en :

- Prenant de médicaments anti-VIH pendant la grossesse, l'accouchement et l'allaitement \*
- Traitant leur bébé avec des médicaments anti-VIH

Les personnes séropositives qui ne souhaitent pas devenir enceintes peuvent utiliser la planification familiale pour éviter une grossesse non désirée.

\*Remarque : pour les régions à forte prévalence du VIH et où la diarrhée, la pneumonie et la dénutrition sont des causes courantes de mortalité infanto-juvénile, l'allaitement maternel pendant au moins 12 mois est recommandé par l'OMS pour les mères séropositives qui adhèrent au TAR. Même lorsque les ARV ne sont pas disponibles, il est recommandé aux mères d'allaiter exclusivement (sans donner d'autres aliments à leur bébé) pendant au moins six mois. Pour déterminer si le lait maternisé est une option sûre, une femme devrait parler à son prestataire de soins de santé.

Reportez-vous à l'outil ambassadeur **Transmission et prévention du VIH** pour un résumé des méthodes de prévention du VIH.

## Découvrir la PrEP orale et décider de l'utiliser

### À qui s'adresse la PrEP orale ?

L'OMS recommande la PrEP orale à toute personne vulnérable au VIH comme option de prévention supplémentaire dans le cadre de la prévention combinée du VIH. Cependant, déterminer qui est le plus vulnérable au VIH peut être compliqué. Les recherches montrent que les gens pensent souvent qu'ils sont moins vulnérables au VIH qu'ils ne le sont en réalité. La vulnérabilité d'une personne est influencée par des facteurs environnementaux, tels que la prévalence du VIH dans sa communauté ; les facteurs sociaux, tels que les normes de genre et les inégalités ; et les activités sexuelles dans lesquelles ils se livrent, comme avoir des relations sexuelles non protégées avec plusieurs partenaires.

Dans de nombreuses régions d'Afrique subsaharienne, les groupes suivants sont considérés comme une population prioritaire pour la PrEP orale car ils sont plus vulnérables au VIH que les autres populations : les couples sérodiscordants lorsque le partenaire vivant avec le VIH n'est pas supprimé viralemment, les AGYW, HSH, PBFW, PID, professionnels du sexe et personnes transgenres.

Présenter la PrEP orale comme une option pour les groupes les plus vulnérables seulement peut contribuer à la stigmatisation l'entourant. En réalité, il est très peu probable que les personnes qui ne sont pas vulnérables au VIH essaient la PrEP orale. La recherche montre que le changement de marque

de la PrEP orale est une option pour quiconque souhaite prendre le contrôle de sa santé et se protéger du VIH rend la PrEP orale plus attrayante. Par conséquent, il est important que, les ambassadeurs de prévention du VIH sont encouragés à promouvoir la PrEP orale comme option pour toutes les personnes sexuellement actives qui veulent se protéger du VIH, quel que soit leur degré de vulnérabilité, cela aidera à normaliser l'utilisation de la PrEP orale et en facilitera l'accès.

La PrEP orale peut donner aux gens plus de pouvoir et de contrôle sur leur santé sexuelle et leur capacité à se protéger contre l'infection par le VIH, en particulier ceux qui trouvent d'autres méthodes de prévention du VIH difficiles à utiliser. Alors que la décision finale d'utiliser la PrEP orale doit être prise par les individus en conversation avec leurs prestataires de soins de santé, les informations suivantes peuvent être utiles pour identifier les personnes qui bénéficieraient de son utilisation dans le cadre de leur stratégie combinée de prévention du VIH. Des personnes peuvent être vulnérables au VIH si :

- Ils sont dans une relation sexuelle où ils n'utilisent pas de préservatif à chaque fois qu'ils ont des relations sexuelles et :
  - Ils ne connaissent pas le statut VIH de leur partenaire
  - Ils ne sont pas convaincus que leur partenaire soit monogame
  - Ils ne peuvent pas parler à leur partenaire de relations sexuelles ou négocier des relations sexuelles plus sûres
  - Eux ou leur partenaire a récemment eu une IST
  - Leur partenaire est séropositif et suit un traitement, mais il n'est pas certain d'avoir une charge virale indétectable
  - Ils sont dans une relation sexuelle transactionnelle
  - Leur partenaire est violent ou autoritaire
  - Leur partenaire est beaucoup plus âgé qu'eux
  - Ils veulent se protéger du VIH d'une manière dont ils n'ont pas à discuter avec leur partenaire
- Ils ont plusieurs partenaires sexuels
- Ils consomment de l'alcool et des drogues avant d'avoir des relations sexuelles
- Ils s'injectent des drogues et n'utilisent toujours du matériel neuf

Les femmes peuvent être plus vulnérables à contracter le VIH pendant la grossesse et l'allaitement en raison de facteurs biologiques (p. ex., changements hormonaux, diminution de l'immunité), de facteurs comportementaux (p. ex., moins d'utilisation du préservatif si les préservatifs (et lubrifiant) étaient utilisés pour prévenir la grossesse, risque accru de violence entre partenaires intimes) et les pratiques culturelles (par exemple, la pratique de l'abstinence sexuelle pendant la grossesse et le post-partum est imposée aux femmes, alors qu'il est acceptable que leurs partenaires masculins aient des relations sexuelles avec d'autres femmes). Dans les endroits où les taux de VIH sont élevés, la PrEP orale peut être utilisée avec d'autres stratégies de prévention du VIH pour les femmes enceintes et allaitantes. Cela peut également être une bonne option de prévention pour les femmes qui essaient de tomber enceintes et qui ne connaissent pas le statut VIH de leur partenaire ou qui ont un partenaire séropositif dont le virus n'est pas supprimé. Les directives de l'OMS indiquent qu'il n'y a aucune raison liée à la sécurité pour les femmes séronégatives enceintes et allaitantes qui sont vulnérables au VIH de ne pas utiliser la PrEP. Parler avec un prestataire de soins de santé peut aider une femme à comprendre les risques et les avantages de l'utilisation de la PrEP orale pendant la grossesse.

Dans les couples sérodiscordants, la PrEP orale peut être une bonne stratégie de transition pour le partenaire séronégatif jusqu'à ce que le partenaire séropositif atteigne la suppression virale, ce qui signifie qu'il n'y a pas assez de virus dans leur sang pour transmettre le VIH à leurs partenaires sexuels.

La PrEP orale peut également convenir aux personnes qui subissent de la violence. Il est important que toute personne victime de violence soit consciente de la PrEP orale et puisse y avoir accès si elle le souhaite. Cependant, les messages ne devraient pas se concentrer sur la violence comme raison pour laquelle les gens utiliseraient la PrEP orale, car cela pourrait créer une stigmatisation pour les personnes qui choisissent de l'utiliser pour d'autres raisons. Il est important de responsabiliser et d'aider les gens à faire le choix d'utiliser la PrEP orale pour protéger leur santé.

Il est très important que les ambassadeurs sachent que la **PrEP orale ne peut être partagée** avec d'autres personnes. Elle doit être prescrite à chaque personne individuellement par un fournisseur de soins de santé pour s'assurer que la personne est séronégative et en assez bonne santé pour l'utiliser.

## Comment fonctionne la PrEP orale ?

Les ARV sont un type de médicament qui empêche le VIH de se reproduire et de se propager à d'autres cellules. Il existe six classes (types) d'ARV ; chacun attaque le VIH à différents moments de son cycle de vie. Dans chaque type, il existe de nombreux médicaments spécifiques. Des médicaments provenant de plusieurs types d'ARV sont souvent combinés pour attaquer différentes parties du virus en même temps. Les ARV sont utilisés dans la PrEP orale, la PPE et la TAR (voir « PrEP orale, PPE et TAR – quelle est la différence ? » ci-dessous pour plus de détails).

Lorsque le VIH pénètre dans le corps d'une personne séronégative qui ne prend pas de PrEP orale, il attaque et pénètre dans les cellules du système immunitaire appelées cellules CD4. Le VIH fait alors des copies de lui-même dans ces cellules et se propage à d'autres cellules. La PrEP orale met un bouclier autour des cellules CD4 pour empêcher le VIH de pénétrer et de se multiplier. Si le virus ne peut pas se multiplier, il meurt simplement dans le corps.

La combinaison d'ARV dans la PrEP orale protège les cellules du VIH avant qu'il ne s'empare des cellules et ne commence à se multiplier. D'autres types d'ARV, comme ceux utilisés dans la PPE et la TAR, peuvent être utilisés pour empêcher la propagation du VIH après qu'il a déjà des cellules infectées. Avant la formation, découvrez les marques les plus courantes de PrEP orale dans votre pays et quelle combinaison d'ARV elles contiennent.

## PrEP orale, PPE et TAR – quelle est la différence ?

La PrEP orale, la PPE et la TAR utilisent toutes des ARV. Il est important que les ambassadeurs comprennent les différences entre ces médicaments, y compris quand chacun peut être pris et à qui ils sont destinés, afin qu'ils puissent expliquer ces différences aux autres. Parfois, les mêmes ARV sont utilisés pour la PrEP orale, la PPE et la TAR.

Il est important que les ambassadeurs comprennent que la PrEP orale, la PPE et la TAR doivent être utilisées telles que prescrites et ne peuvent pas être interchangeables. Il est également important de pouvoir expliquer que contrairement au TAR, la PrEP orale est **réservee** aux personnes séronégatives. Les différences entre la PrEP orale, la PPE et la TAR sont résumées ci-dessous.

- **PrEP orale (prophylaxie pré-exposition)** est destinée aux personnes **séronégatives** à utiliser avant d'être exposées au VIH. Les ARV utilisés dans la PrEP orale fonctionnent en créant un bouclier autour des cellules CD4 pour les protéger contre l'infection par le VIH.
- **PPE (prophylaxie post-exposition)** est destinée aux personnes **séronégatives** à utiliser immédiatement après avoir été exposées au VIH. Les ARV utilisés dans la PPE agissent en empêchant le virus de se multiplier et de se propager à de nouvelles cellules. Si elle est prise tôt (dans les 72 heures suivant l'exposition au VIH), la PPE peut isoler le virus dans quelques cellules. Lorsque ces cellules meurent (ce qu'elles font naturellement), le virus meurt aussi.
- **TAR (thérapie antirétrovirale)** s'adresse aux personnes **séropositives**. Les ARV utilisés dans le traitement antirétroviral ralentissent ou empêchent le virus de se multiplier et de se propager à de nouvelles cellules. Il ne guérit pas le VIH, car le virus reste dans les cellules infectées. Au moment où quelqu'un commence la TAR, le VIH a généralement infecté trop de cellules pour qu'il meure.

naturellement (comme c'est le cas avec la PPE). Cependant, si la TAR est prise tous les jours, elle peut réduire le taux de VIH à tel point que les tests sanguins standards ne peuvent pas le détecter. Cela empêche le VIH de progresser vers le SIDA. Lorsqu'une personne a des taux de VIH indétectables (appelés charge virale indétectable, ou UVL en abrégé), il n'y a pas assez de virus dans son sang pour transmettre le VIH à ses partenaires sexuels. Ceci est promu comme U = U (indétectable égale non transmissible). Quelqu'un peut savoir si sa charge virale est indétectable en se rendant dans un établissement qui effectue des tests de charge virale. Cependant, ils doivent continuer à prendre la TAR tel que prescrite pour garder leur charge virale indétectable.

Reportez-vous à l'outil ambassadeur **PrEP orale, PPE et TAR** pour un résumé des différences entre la PrEP orale, la PPE et la TAR, y compris à qui ils s'adressent, comment ils fonctionnent, quand ils sont utilisés et leur efficacité.

## Quelle est l'efficacité de la PrEP orale ?

Lorsque la PrEP orale est prise comme prescrite, la quantité d'ARV dans le corps s'accumule et réduit la vulnérabilité au VIH de plus de 90%, bien que cela puisse être moins (plus proche de 75%) chez les PID.

## La PrEP orale protège-t-elle contre les autres IST et la grossesse ?

La PrEP orale ne protège pas contre les autres IST ou la grossesse, c'est pourquoi il est recommandé d'utiliser des préservatifs (et lubrifiant) et une contraception en association avec la PrEP orale.

## À quelle fréquence la PrEP orale doit-elle être prise ?

Il existe deux façons de prendre la PrEP : tous les jours et sur demande (2 + 1 + 1). En 2016, l'OMS a recommandé la PrEP quotidienne pour toute personne à risque substantiel de VIH. En 2019, la recommandation de l'OMS a été mise à jour pour inclure l'option de la PrEP sur demande pour les gays, bisexuels et autres HSH répondant à des critères spécifiques.

Avant la formation, vérifiez vos directives nationales pour voir si elles incluent la PrEP sur demande. Il est important que les informations partagées avec les ambassadeurs soient cohérentes avec les directives nationales et que toutes les personnes formées comprennent l'importance de prendre la PrEP comme prescrite par un prestataire de soins de santé.

## Usage quotidien

La PrEP quotidienne fonctionne pour toute personne vulnérable au VIH. L'utilisation quotidienne signifie prendre une seule pilule chaque jour tant qu'une personne est vulnérable au VIH. Des informations supplémentaires sur la durée pendant laquelle une personne doit prendre la PrEP avant d'être protégée et la durée pendant laquelle elle doit continuer à la prendre après sa dernière exposition potentielle au VIH sont incluses dans la section « Prendre et rester sous PrEP orale » ci-dessous. Si un professionnel de la santé prescrit une PrEP tous les jours, elle doit être prise tous les jours pour que les niveaux d'ARV soient suffisamment élevés pour protéger contre l'infection par le VIH. Il est important de souligner ce point, car des études montrent que de nombreuses personnes ont du mal à utiliser quotidiennement la PrEP orale.

Reportez-vous à l'outil **PrEP quotidienne** pour un résumé de pour qui elle est destinée, comment elle est prise et combien de temps elle doit être prise.



## PrEP quotidienne

La PrEP quotidienne est destinée à toute personne vulnérable au VIH. Il est important que toute personne prescrite la PrEP quotidienne en prenne tous les jours. Si elle n'est pas prise tous les jours, les niveaux de médicament ne seront pas assez élevés pour les protéger du VIH, et elles resteront vulnérables au VIH.

### C'EST POUR QUI ?

Toute personne vulnérable au VIH peut prendre quotidiennement la PrEP.

### COMMENT SE PREND-ELLE ?



**Chaque jour** tant qu'une personne est vulnérable au VIH.

### COMBIEN DE TEMPS FAUT-IL LA PRENDRE AVANT QU'ELLE SOIT EFFICACE

Hommes qui ont des relations sexuelles avec des hommes :



**2 à 24 heures avant** le rapport sexuel

Tous les autres :



**Chaque jour** pendant 7 jours

### COMBIEN DE TEMPS FAUT-IL LA PRENDRE APRÈS LA DERNIÈRE EXPOSITION POTENTIELLE AU VIH ?

Hommes qui ont des relations sexuelles avec des hommes :



**Chaque jour** pendant 2 jours

Tous les autres :



**Chaque jour** pendant 28 jours

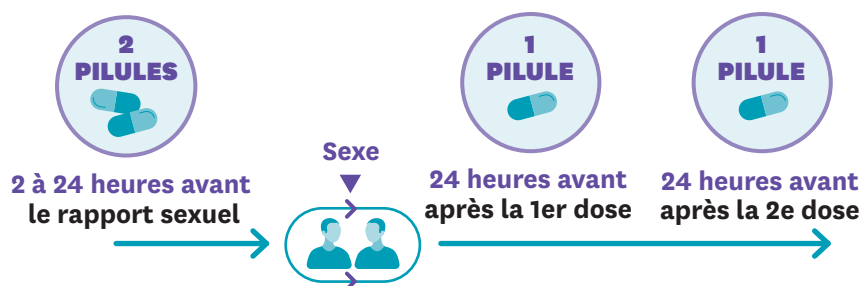
« Les hommes qui ont des relations sexuelles avec des hommes » font référence aux homosexuels, bisexuels et autres hommes ayant des relations sexuelles avec des hommes.

« Tout le monde » désigne les hommes qui ont des relations sexuelles vaginales ou anales avec des femmes ; femmes cisgenres et transgenres et hommes transgenres ayant des relations sexuelles vaginales / frontales.

## Utilisation sur demande (2+1+1)

Les HSH peuvent prendre la PrEP quotidienne ou sur demande. L'utilisation de la PrEP sur demande est également appelée PrEP « 2 + 1 + 1 » ou PrEP « événementielle ». La première dose (appelée dose de charge) de deux comprimés est prise entre deux et 24 heures avant le rapport sexuel. La deuxième dose est un comprimé unique pris 24 heures après la première dose. La troisième dose est une pilule prise 24 heures après la deuxième dose. S'il a de nouveau des relations sexuelles dans les prochains jours,

il devrait prendre une pilule chaque jour que le sexe continue. Après le dernier acte sexuel, il devrait prendre un seul comprimé par jour pendant deux jours.



Adapté de l'OMS 2019, <https://www.who.int/hiv/pub/prep/211/en/>

Le choix entre la PrEP quotidienne et la PrEP à la demande dépend principalement de la fréquence à laquelle un homme qui a des relations sexuelles avec des hommes s'attend à avoir des relations sexuelles. S'il a des relations sexuelles deux jours ou plus par semaine en moyenne, l'utilisation quotidienne de la PrEP est recommandée. De plus, s'il ne peut pas prédire le moment des rapports sexuels, l'utilisation quotidienne de la PrEP est probablement la meilleure option.

L'utilisation sur demande peut être plus facile pour certains HSH qui ont des rapports sexuels peu fréquents (un jour par semaine ou moins en moyenne) car cela implique de prendre moins de pilules et coûte également moins cher. D'un autre côté, l'utilisation sur demande peut être plus difficile à prendre correctement que la PrEP quotidienne.

Si la PrEP sur demande est approuvée dans votre pays, les HSH qui sont intéressés par l'utilisation sur demande devraient parler à un prestataire de soins de santé pour voir si cela peut leur convenir. Il n'y a aucune preuve que l'utilisation de la PrEP à la demande fonctionne dans d'autres populations, donc toute personne qui ne répond pas aux critères spécifiques de la PrEP sur demande doit prendre la PrEP quotidiennement pour qu'elle soit efficace.

#### POUR QUI LA PREP SUR DEMANDE (2 + 1) EST-ELLE APPROPRIÉE ?

Un homme qui a des relations sexuelles avec un autre homme qui :

- (1) A des rapports sexuels peu fréquents (un jour par semaine ou moins en moyenne)
- (2) Peut prédire quand un rapport sexuel aura lieu (au moins deux heures à l'avance ou peut retarder les rapports sexuels d'au moins deux heures)
- (3) N'a pas d'hépatite B chronique

#### POUR QUI LA PREP SUR DEMANDE N'EST-ELLE PAS APPROPRIÉE ?

- (1) Hommes ayant des relations sexuelles vaginales ou anales avec des femmes
- (2) Femmes cisgenres ou transgenres
- (3) Hommes transgenres ayant des relations sexuelles vaginales / frontales
- (4) Personnes atteintes d'une hépatite B chronique

Adapté de l'OMS 2019, <https://www.who.int/hiv/pub/prep/211/en/>

Reportez-vous à l'outil **PrEP pour les hommes ayant des rapports sexuels avec des hommes** pour un résumé de la façon dont la PrEP orale quotidienne et la PrEP sur demande peuvent être utilisées par les HSH.

## Existe-t-il d'autres types de PrEP ?

Étant donné que différentes personnes ont des besoins de prévention du VIH et des préférences en matière de produits différents, et que les besoins et les préférences peuvent changer au cours de leur vie, les chercheurs sont toujours à la recherche de nouveaux produits de prévention du VIH. D'autres options en cours **d'élaboration** comprennent :



- **L'anneau vaginal** – un anneau en silicone qui est inséré dans le vagin et porté en continu pour libérer lentement le médicament PrEP. Il a été démontré qu'un anneau vaginal contenant un ARV appelé dapivirine réduit le risque de VIH sans aucun problème de sécurité. Il existe d'autres anneaux en cours de développement qui pourraient prévenir à la fois le VIH et la grossesse.
- **Injectable** – différents types d'injections de PrEP sont encore en cours de développement et de test pour voir s'ils agissent pour prévenir le VIH. Une injection de PrEP pourrait offrir une protection à long terme contre le VIH.
- **Microbicides rectaux** – produits qui réduisent la vulnérabilité d'une personne au VIH à la suite de relations sexuelles anales. Ces produits font toujours l'objet de recherches et ne sont pas encore disponibles. Les produits comprennent des gels, des douches, des suppositoires ou des comprimés rectaux à dissolution rapide appelés inserts.
- **Technologies de prévention polyvalentes** – produits conçus pour prévenir à la fois le VIH et les grossesses non désirées. Ces produits font toujours l'objet de recherches et ne sont pas encore disponibles. Les produits comprennent des anneaux vaginaux, des gels vaginaux, des systèmes intra-utérins, des micro-patches, des diaphragmes, des pilules orales, des films vaginaux et des implants.

La période entre le développement initial du produit et son déploiement dans la communauté est longue. Les produits doivent subir de nombreuses années de tests. Ils doivent également obtenir l'approbation des régulateurs, y compris les ministères de la Santé. Consultez les **Ressources utiles** pour obtenir des détails sur les nouveaux produits qui peuvent être approuvés ou disponibles dans votre région.

## Obtenir la PrEP orale

Avant qu'une personne puisse commencer à utiliser la PrEP orale, elle devra consulter un professionnel de la santé qui pourra la prescrire et effectuer régulièrement des tests VIH. Cela peut être un obstacle à la PrEP orale. Par exemple, les individus peuvent être préoccupés par :

- Être jugé par le prestataire de soins de santé
- Être stigmatisé et discriminé en raison de ses pratiques sexuelles, de son orientation sexuelle, de son identité de genre ou de son expression de genre
- Faire un test de dépistage du VIH et découvrir qu'ils sont séropositifs
- Avoir peur des prises de sang
- Devoir discuter de leur vie sexuelle
- Être vu assister aux services par ses parents, son partenaire ou d'autres personnes
- Le fournisseur de soins de santé brise sa confidentialité et dit aux autres qu'il utilise la PrEP orale

Les ambassadeurs de la prévention du VIH peuvent aider leurs pairs à obtenir la PrEP orale en :

- Leur expliquant le processus pour qu'ils sachent à quoi s'attendre
- Leur donnant des informations sur les services sans stigmatisation dans leur région où ils peuvent obtenir la PrEP orale
- S'assurant qu'ils connaissent leurs droits en tant que client
- Parlant de toutes les préoccupations qu'ils pourraient avoir, comme passer un test de dépistage du VIH
- Aidant leurs pairs à voir leur prestataire de soins de santé, par exemple en prenant rendez-vous, en les aidant à identifier les options de transport ou en les accompagnant pour leur fournir un soutien
- Envoyant à leur pair d'un lien vers un annuaire de services en ligne national ou local ou une plateforme de réservation de services de santé en ligne (qui comprend les prestataires de services PrEP)

# Prendre et rester sous PrEP orale

## Prendre la PrEP orale

### Comment la PrEP orale est-elle prise ?

La PrEP orale doit être prise pendant un certain temps avant qu'il n'y ait suffisamment de médicaments dans le corps pour se protéger du VIH. Pour les HSH, la première dose de PrEP doit être une double dose (deux comprimés). Dans les deux à 24 heures suivant la double dose, la quantité de PrEP dans le corps atteint des niveaux protecteurs contre le VIH. Cela est vrai pour les HSH qui utilisent la PrEP quotidiennement et pour les HSH qui utilisent la PrEP sur demande (2 + 1 + 1). Pour tous les autres (femmes, hommes qui ont des relations sexuelles avec des femmes), la quantité de PrEP dans le corps atteint des niveaux protecteurs contre le VIH après avoir pris un comprimé par jour pendant sept jours consécutifs.

La PrEP orale peut être prise avec ou sans nourriture, et la prendre à la même heure chaque jour peut aider quelqu'un à se souvenir de la prendre. Si elle n'est pas prise exactement à la même heure chaque jour, ce n'est pas grave. Comme indiqué précédemment, il existe deux façons de prendre la PrEP orale : quotidiennement ou sur demande (2 + 1 + 1). Pour plus d'informations sur la PrEP quotidienne et à la demande, voir page 134.

| POPULATION                    | TYPE D'UTILISATION DE LA PREP              | COMBIEN DE TEMPS DOIVENT-ILS PRENDRE LA PREP AVANT D'ÊTRE PROTÉGÉS DU VIH ? | COMBIEN DE TEMPS DOIVENT-ILS PRENDRE LA PREP APRÈS LEUR DERNIÈRE EXPOSITION POTENTIELLE AU VIH ? |
|-------------------------------|--------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|
| HSH                           | Quotidiennement ou sur demande (2 + 1 + 1) | 2 comprimés pris en même temps, 2 à 24 heures avant le rapport sexuel       | 1 comprimé par jour pendant 2 jours après la dernière exposition potentielle au VIH              |
| Toutes les autres populations | Quotidiennement                            | 1 comprimé par jour pendant 7 jours                                         | 1 comprimé par jour pendant 28 jours après la dernière exposition potentielle au VIH             |

### Quels sont les obstacles à l'utilisation de la PrEP ?

Les gens peuvent avoir du mal à prendre la PrEP orale telle que prescrite pour un certain nombre de raisons, notamment :

- Craignant que si les gens découvrent qu'ils prennent la PrEP orale, ils penseront qu'ils sont séropositifs ou font de la discrimination à leur égard
- Craignant que si leurs parents découvrent qu'ils sont sous PrEP orale, cela révélera qu'ils sont sexuellement actifs
- Ne pas accepter pleinement qu'ils sont sexuellement actifs, et donc ne pas vouloir « planifier des relations sexuelles »
- Ressentir le besoin de cacher la PrEP orale à leur famille et / ou à leur partenaire, ce qui rend difficile de la prendre régulièrement
- Avoir du mal à avaler la pilule car elle est plus grosse que les autres pilules auxquelles ils peuvent être habitués

- Être fatigué de la prendre
- Sous-estimer leur vulnérabilité au VIH ; la recherche montre que les personnes qui pensent avoir besoin d'une protection contre le VIH sont plus susceptibles d'adhérer à la PrEP orale
- Trouver difficile de prendre un médicament quand ils ne sont pas malades
- Faible connaissance et soutien de la PrEP orale dans la communauté, y compris de la part des parents, des partenaires, des chefs religieux, des prestataires de soins de santé et des pairs
- Une mauvaise compréhension du fonctionnement de la PrEP orale
- Obstacles à l'utilisation des services de santé, y compris répéter le dépistage du VIH et revenir pour des renouvellements de PrEP orale
- Un manque de soutien pour l'utilisation de la PrEP et la gestion des effets secondaires
- Changements de routine, comme être loin de chez soi
- Pour les personnes transgenres, craindre que la PrEP n'interfère avec l'hormonothérapie

### Est-ce qu'il y a des effets secondaires ?

La PrEP orale est similaire à la prise de tout autre médicament. Certaines personnes ont des effets secondaires, mais pour la plupart des gens, ils sont mineurs et disparaissent en quelques semaines.

Environ une personne sur 10 qui utilise la PrEP orale présentera des effets secondaires mineurs, tels que :

- Mal de tête
- Perte de poids
- La nausée
- Vomissements
- Douleur abdominale

Ces effets secondaires s'atténuent généralement avec le temps ou en changeant l'heure de la journée à laquelle la pilule est prise. Si des pairs éprouvent des effets secondaires, il est important que les ambassadeurs recommandent de parler à un prestataire de soins de santé pour les aider à les gérer. De plus, les ambassadeurs peuvent encourager les utilisateurs de PrEP par voie orale à ne pas renoncer à prendre le médicament s'ils ressentent des effets secondaires. Ils peuvent également offrir un soutien moral pour faire face à ces effets secondaires.

Si des problèmes de reins ou de foie surgissent lors de conversations avec des pairs ou dans la communauté, les ambassadeurs peuvent dire qu'il s'agit d'effets secondaires très rares. Si la PrEP orale affecte les reins ou le foie d'une personne, le prestataire de soins de santé lui dira probablement d'arrêter de la prendre. Dans la plupart des cas, le problème se résoudra avec le temps.

Il est important de souligner que la PrEP orale n'affecte pas la fertilité, ni n'affecte le fœtus pendant la grossesse ou un nourrisson pendant l'accouchement ou l'allaitement. C'est une préoccupation commune.

### La PrEP orale interagit-elle avec d'autres médicaments, drogues ou alcool ?

La PrEP orale n'interagit pas avec la plupart des autres médicaments et il n'y a aucune interaction connue avec les contraceptifs, les drogues récréatives ou l'alcool. Toute personne qui envisage la PrEP ou qui utilise la PrEP doit informer son prestataire de tous les médicaments qu'elle prend.

### Comment la PrEP orale est-elle conservée ?

La PrEP orale doit être conservée dans un endroit frais et sec, loin des enfants et dans un récipient hermétiquement fermé.

## Comment les ambassadeurs peuvent-ils aider leurs pairs à utiliser la PrEP orale ?

Les gens utilisent une variété de stratégies pour les aider à se souvenir de prendre la PrEP orale. Les stratégies dépendront de la situation, des ressources et des réseaux sociaux d'un individu. Les stratégies que les ambassadeurs pourraient suggérer à leurs pairs pour prendre la PrEP orale comprennent :

- Prendre la pilule à la même heure chaque jour
- Incorporer la pilule dans leurs activités quotidiennes, comme dans le cadre de leur routine matinale ou lorsqu'une émission de télévision préférée est diffusée
- Configurer une alarme téléphonique ou un rappel avec un message motivant
- Encourager les partenaires de confiance, les membres de la famille ou les amis à leur rappeler
- Utiliser des boîtes à pilules quotidiennes
- Conserver les pilules dans un endroit facile à trouver
- Prendre en même temps que d'autres médicaments quotidiens. Par exemple, de nombreuses femmes enceintes prennent quotidiennement des pilules de fer et des antipaludiques
- Garder une réserve de PrEP orale
- Respecter leurs rendez-vous avec les prestataires de soins de santé
- Pratiquer différentes façons de prendre la pilule pour la rendre plus facile à avaler, par exemple en plaçant la pilule sur sa langue, en prenant une gorgée d'eau et en penchant la tête en avant d'avaler. Si quelqu'un est toujours incapable d'avaler la pilule, il vaut mieux la couper en deux et prendre les deux moitiés plutôt que de ne pas la prendre du tout. La pilule ne doit pas être écrasée.

Les gens oublient ou sautent parfois une pilule. Pour les personnes à qui la PrEP est prescrite quotidiennement, si elles oublient une pilule, elles peuvent la prendre dès qu'elles s'en souviennent et continuer à la prendre quotidiennement comme avant. Il est prudent de prendre occasionnellement deux comprimés par jour. Si quelqu'un n'est pas sûr d'avoir pris sa pilule un certain jour, il est normal de prendre une autre pilule. S'ils prennent quotidiennement de la PrEP orale, ils bénéficieront toujours de niveaux de protection élevés s'ils oublient parfois une pilule. S'ils oublient généralement plus d'un comprimé par semaine, ils devraient réfléchir à d'autres moyens de les aider à prendre la PrEP orale tous les jours.

Pour les HSH à qui on prescrit une PrEP à la demande (2 + 1 + 1), il est important de ne manquer aucune dose. S'ils manquent une dose, l'efficacité de la PrEP est réduite. Ils devraient prendre une pilule dès qu'ils s'en souviennent et peuvent vouloir contacter leur prestataire de soins de santé pour envisager de prendre la PPE.

## Rester sous PrEP orale

La PrEP orale peut être utilisée pendant les périodes de la vie des personnes où elles sont vulnérables au VIH, et elle peut être arrêtée lorsque leur situation change. Ce n'est pas un médicament à vie.

Si une personne ne se sent plus vulnérable au VIH ou veut arrêter d'utiliser la PrEP orale pour d'autres raisons, elle devrait en parler à un prestataire de soins de santé. Les personnes qui prennent quotidiennement la PrEP doivent continuer à prendre un comprimé par jour pendant 28 jours après leur dernière exposition possible au VIH. Les HSH prenant la PrEP sur demande (2 + 1 + 1) devraient prendre un comprimé par jour pendant deux jours après la dernière exposition potentielle au VIH.

## Comment les ambassadeurs peuvent-ils aider leurs pairs à continuer de suivre la PrEP orale ?

Bien que les pairs puissent être enthousiastes lorsqu'ils commencent à prendre la PrEP orale, ils peuvent trouver difficile de continuer à l'utiliser au fil du temps. Les ambassadeurs peuvent aider leurs pairs à continuer de prendre la PrEP orale en :

- Envoyez des SMS avec eux pour répondre aux questions et répondre à leurs préoccupations
- Vérifier régulièrement avec eux comment ils vont et quels défis ils rencontrent

- Les soutenir avec les effets secondaires qu'ils subissent
- Les aider à trouver un partenaire PrEP orale (quelqu'un qui leur rappelle de prendre la pilule et leur offre un soutien moral)
- Les renvoyer à des groupes de soutien pour les utilisateurs de PrEP orale, disponibles via les médias sociaux, WhatsApp et en personne
- Suggérant qu'ils obtiennent des renouvellements de PrEP orale par le biais de services de sensibilisation
- Reconnaître les repères (comme donner le titre « Champion de la PrEP orale » après avoir pris la pilule comme prescrit pendant trois mois)

## Dire aux autres

Avec la PrEP orale, les gens peuvent se protéger du VIH sans impliquer leurs partenaires, leurs parents ou quiconque dans la décision. Cela signifie que la PrEP orale peut être particulièrement utile pour les personnes qui sont dans des relations de contrôle ou violentes et qui ne se sentent pas en sécurité pour discuter d'autres méthodes de prévention du VIH avec leurs partenaires.

Les gens devraient être habilités à faire leurs propres choix au sujet de qui ils aimeraient dire qu'ils utilisent la PrEP orale.

Il existe de nombreuses raisons pour lesquelles les gens choisissent de parler ou de ne pas parler à leurs **partenaires** de leur utilisation de la PrEP orale. Ils peuvent choisir d'en parler à leurs partenaires parce que :

- Ils aiment prendre des décisions avec leur partenaire ; ils « partagent tout ».
- Ils craignent que leur partenaire ne soit plus contrarié s'ils ne lui disaient pas, mais le partenaire l'a quand même découvert.
- Ils ne veulent pas que leur partenaire ait des idées fausses sur la PrEP orale (par exemple, que la PrEP est destinée aux personnes séropositives ou que quiconque la prend s'adonne à la promiscuité sexuelle).
- Leur partenaire peut les aider à utiliser la PrEP en les emmenant à des rendez-vous à la clinique, en leur rappelant de prendre la pilule et en leur fournissant un soutien émotionnel pour faire face aux effets secondaires ou à d'autres défis.
- Parmi les PBFW, elles estiment qu'elles devraient prendre des décisions conjointes avec leur partenaire car la santé de la mère affecte également la santé du fœtus ou du nourrisson.

D'autres personnes peuvent choisir de **ne pas** dire à leurs partenaires parce que :

- Elles craignent que leur partenaire ne les soutienne pas ou ne leur fasse pas confiance.
- Elles craignent que leur partenaire ne commence à coucher avec quelqu'un d'autre.
- Elles craignent que leur partenaire ne leur demande ou ne les force à arrêter d'utiliser la PrEP orale.
- Elles craignent que leur partenaire veuille arrêter d'utiliser des préservatifs.
- Elles craignent que leur partenaire ne soit violent.
- Elles ne ressentent pas le besoin de partager la décision avec leur partenaire, car elles devraient être en mesure de prendre leurs propres décisions concernant leur propre corps.

Il existe de nombreuses raisons pour lesquelles les jeunes choisissent de parler ou de ne pas parler à leurs **parents** de leur utilisation de la PrEP orale. Ils peuvent choisir d'en parler à leurs parents parce que :

- Ils aiment prendre des décisions avec l'aide de leurs parents ou ils aiment demander conseil à leurs parents.
- Ils craignent que leurs parents ne soient plus contrariés s'ils ne leur disaient pas, mais leurs parents l'ont quand même découvert.

- Ils ont moins de 18 ans et ont besoin du consentement de leurs parents pour accéder à la PrEP orale.
- Ils ont besoin de l'aide de leurs parents pour accéder aux services et aux ressources de santé, ou ils comptent sur leurs parents pour obtenir des conseils pendant la grossesse et l'allaitement.
- Leurs parents peuvent les aider à utiliser la PrEP en les emmenant à des rendez-vous cliniques, en leur rappelant de prendre la pilule et en leur fournissant un soutien émotionnel pour faire face aux effets secondaires ou à d'autres défis.
- Ils ne veulent pas que leurs parents aient des idées fausses sur la PrEP orale.

D'autres jeunes peuvent choisir de **ne pas** le dire à leurs parents parce que :

- Ils craignent que leurs parents ne les soutiennent pas ou essaient de contrôler leur décision.
- Ils craignent que leurs parents pensent qu'ils couchent avec quelqu'un d'autre.
- Ils craignent que leurs parents découvrent leur orientation sexuelle.
- Ils craignent que leurs parents ne les obligent à arrêter d'utiliser la PrEP orale.
- Ils craignent que leurs parents ou d'autres membres de la famille ne soient violents.
- Ils ne ressentent pas le besoin de partager la décision avec leurs parents, car ils devraient pouvoir prendre leurs propres décisions concernant leur propre corps.

Les ambassadeurs de la prévention du VIH peuvent jouer un rôle clé en aidant leurs pairs à décider à qui, le cas échéant, ils aimeraient parler de leur utilisation de la PrEP orale. Les ambassadeurs peuvent également aider leurs pairs à identifier des stratégies pour informer les gens de leur utilisation de la PrEP orale ou la garder privée. Les ambassadeurs peuvent soutenir leurs pairs en :

- Les éduquant sur leur droit de prendre des décisions éclairées concernant leur santé et leurs soins de santé – y compris l'utilisation de la PrEP orale
- Leur fournissant des informations qui peuvent les aider à décider s'ils veulent informer les parents, les tuteurs, les membres de la famille, les partenaires ou d'autres membres de la communauté de leur utilisation orale de la PrEP
- Utilisant des jeux de rôle pour s'entraîner à dire à leurs parents, à leur partenaire ou à leurs pairs qu'ils utilisent la PrEP orale
- Leur fournissant des informations sur la PrEP orale afin qu'ils sentent qu'ils ont des informations exactes et faisant autorité à partager avec les personnes dans leur vie
- Les aidant à naviguer dans le processus consistant à parler aux autres de leur utilisation de la PrEP orale en les dotant des connaissances dont ils ont besoin pour aborder les scénarios et les questions auxquels ils sont susceptibles d'être confrontés
- Les aider à identifier des stratégies pour garder leur utilisation orale de la PrEP privée s'ils le souhaitent et à planifier comment réagir si leur partenaire ou leurs parents découvrent qu'ils l'utilisent

## Sensibilisation

Les attitudes des personnes influentes – y compris les membres de la famille, les partenaires, les chefs traditionnels, les chefs religieux, les prestataires de soins de santé et les pairs – peuvent influencer la décision d'une personne d'utiliser la PrEP orale et rendre son utilisation plus difficile ou plus facile pour eux. Différentes personnes auront différents niveaux d'influence sur les décisions d'une personne, en fonction de plusieurs facteurs tels que leur respect et leur confiance et le pouvoir qu'ils détiennent dans la communauté.

La stigmatisation sociale, alimentée par le manque de sensibilisation et la désinformation sur la PrEP, est l'un des plus grands obstacles à son utilisation. Les personnes utilisant la PrEP peuvent être stigmatisées parce que la PrEP orale a été approuvée à l'origine pour les hommes ayant des relations sexuelles avec des hommes et des professionnelles du sexe. Ainsi, l'utilisation de la PrEP pourrait révéler qu'une personne est une professionnelle du sexe ou un homme qui a des relations sexuelles avec des hommes, ou les gens pourraient supposer que les utilisatrices de la PrEP sont membres de ces groupes stigmatisés. Une cause majeure de stigmatisation pour les femmes et les filles célibataires qui souhaitent utiliser la PrEP est que les relations sexuelles sont considérées comme honteuses pour les femmes non mariées. Il existe de fortes normes sociales dans de nombreuses régions de l'Afrique subsaharienne qui stigmatisent les femmes pour avoir des relations sexuelles en dehors du mariage et pour parler de sexe. La combinaison de ces deux facteurs a créé le point de vue selon lequel les femmes qui utilisent la PrEP s'adonnent à la promiscuité sexuelle.

Il existe de nombreux mythes sur la PrEP orale qui contribuent également à la stigmatisation et à la désinformation (voir la page suivante).

Pour augmenter l'utilisation de la PrEP orale, il est très important de changer la façon dont les gens en pensent et en parlent. La peur d'être stigmatisé est une influence très puissante. Éduquer la communauté sur la PrEP orale et corriger les mythes est une stratégie importante à cet égard. Les partenaires sont particulièrement influents sur la décision d'un individu d'utiliser ou non la PrEP orale. Le soutien des partenaires peut également aider les individus à l'utiliser correctement et à y rester pendant qu'ils sont encore vulnérables au VIH. Les parents et les autres membres de la famille peuvent également fortement influencer si les individus commencent à utiliser la PrEP et l'utilisent correctement.

Le moyen le plus efficace de renforcer le soutien à l'utilisation de la PrEP orale consiste à répondre aux questions et aux préoccupations des partenaires, des parents et d'autres personnes clés de la communauté.

Les messages clés pour obtenir le soutien des parents et des autres membres de la famille comprennent :

- De nombreuses personnes ont du mal à négocier des relations sexuelles plus sûres avec leur partenaire.
- La PrEP orale est sûre – elle n'affectera pas la fertilité. Il est également sûr d'utiliser la PrEP orale pendant la grossesse, l'accouchement, l'allaitement et pendant la tentative de grossesse. En fait, aider une mère enceinte ou qui allaite à rester séronégative aide également son bébé à rester séronégatif.
- L'utilisation de la PrEP orale ne conduit pas les personnes à avoir plus de relations sexuelles ou à avoir des relations sexuelles à risque.
- Aider votre enfant à utiliser la PrEP orale l'aidera à rester à l'abri du VIH.

Les messages clés pour obtenir le soutien des partenaires comprennent :

- Chacun a le droit de prendre ses propres décisions concernant sa santé. La PrEP orale est un moyen pour votre partenaire de protéger sa santé.
- L'utilisation de la PrEP orale ne signifie pas que votre partenaire ne vous fait pas confiance ou qu'il a une liaison.
- Si votre partenaire utilise la PrEP orale, cela ne vous affectera en aucune façon. Cela ne vous protégera pas du VIH.
- Vous devrez toujours utiliser des préservatifs pour vous protéger chacun contre les autres IST et pour la contraception.

## Mythes sur la PrEP orale

| MYTHES                                                                                                                                                   | FAITS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>La PrEP orale est destinée aux personnes séropositives.</b>                                                                                           | La PrEP orale ne peut être utilisée que par des personnes séronégatives. Le médicament utilisé dans la PrEP orale est similaire à celui utilisé pour traiter les personnes séropositives, mais il agit de différentes manières. La PrEP orale protège les personnes séronégatives contre le virus.                                                                                                                                                                                     |
| <b>La PrEP orale est réservée aux professionnel (le) s du sexe et aux personnes qui s'adonnent à la promiscuité sexuelle.</b>                            | La PrEP orale est destinée à toute personne vulnérable au VIH. Dans les régions où les taux de VIH sont très élevés, toutes les personnes sexuellement actives sont vulnérables. Ce n'est pas parce qu'ils s'adonnent à la promiscuité sexuelle. C'est parce qu'ils n'ont souvent pas accès aux informations et aux méthodes de prévention dont ils ont besoin pour se pro-téger du VIH et peuvent manquer de pouvoir dans leurs rela-tions. La PrEP orale peut aider à changer cela ! |
| <b>La PrEP orale est destinée aux per-sonnes qui ont été violées.</b>                                                                                    | La PrEP orale ne protège une personne qui a été violée que si elle la prenait déjà comme prescrit avant d'être violée. S'ils ne pre-naient pas déjà la PrEP orale, ils devraient prendre la PPE.                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>Comme la TAR, la PrEP orale ne fonctionne que si elle est prise à vie.</b>                                                                            | La PrEP orale ne doit être prise que lorsque quelqu'un est vulnérable au VIH. Certaines personnes utilisent la PrEP orale pendant les périodes de vulnérabilité et décident en-suite d'arrêter de l'utiliser lorsqu'elles ne sont plus vulnérables.                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>Une personne est protégée du VIH dès qu'elle commence à prendre la PrEP orale.</b>                                                                    | La PrEP orale doit s'accumuler dans le système d'une per-sonne avant qu'elle ne la protège du VIH. Les gens devraient parler à leurs prestataires de soins de santé pour savoir com-bien de temps ils devront le prendre avant que cela les pro-tège du VIH.                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>La PrEP orale ne peut protéger une personne que si elle a des relations sexuelles anales.</b>                                                         | La PrEP orale cible le VIH. Elle est efficace quelle que soit la manière dont le virus est transmis.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Si une personne prend une PrEP orale et devient séropositive, alors la TAR ne fonctionnera pas ; La PrEP orale conduit à une résistance à la TAR.</b> | Le risque de développer une résistance aux médicaments anti-VIH est très faible (<0,1%), surtout si les clients pren-nent la PrEP orale selon les instructions et se font tester régulièrement pour le VIH.                                                                                                                                                                                                                                                                            |



| MYTHES                                                                                                                 | FAITS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>La PrEP orale a des effets secondaires terribles.</b>                                                               | Tous les médicaments provoquent des effets secondaires chez certaines personnes. Environ une personne sur 10 éprouve des effets secondaires mineurs lorsqu'elle commence à utiliser la PrEP orale (comme des maux de tête, une perte de poids, des nausées, des vomissements et des crampes abdominales). Ceux-ci disparaîtront généralement dans quelques semaines.                                                                                                                                                                       |
| <b>La PrEP orale rendra une personne stérile.</b>                                                                      | Ce n'est pas vrai. Il a été prouvé que la PrEP orale n'a aucun effet sur la fertilité (capacité d'une femme à tomber enceinte ou capacité d'un homme à mettre une femme enceinte).                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>La PrEP orale réduit la libido d'une personne.</b>                                                                  | Il n'y a pas d'interaction entre la PrEP orale et la libido d'une personne (libido). Cependant, d'autres facteurs peuvent affecter le plaisir sexuel, la libido ou les performances sexuelles, comme l'anxiété, la consommation d'alcool ou un manque d'excitation.                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>La PrEP orale réduit l'efficacité de la contraception.</b>                                                          | La PrEP orale n'a aucun effet sur les méthodes de contraception.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>La PrEP orale ne fonctionne pas si elle est prise avec de l'alcool et des drogues.</b>                              | L'alcool et les drogues n'affecteront pas la PrEP orale. Cependant, la consommation d'alcool ou de drogues peut rendre plus difficile de se souvenir de prendre la PrEP orale telle que prescrite ou peut conduire à des rapports sexuels plus risqués.                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>La PrEP orale interfère avec d'autres méthodes de pré-vention du VIH comme les préservatifs et les lubrifiants.</b> | La PrEP orale n'a aucun impact sur l'efficacité des préservatifs et des lubrifiants. La PrEP orale complète les autres efforts de prévention mais ne protège pas contre les IST ou la grossesse, donc l'utilisation correcte et cohérente des préservatifs renforce la prévention.                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>Si quelqu'un prend une PrEP orale, il n'est pas nécessaire d'utiliser des préservatifs.</b>                         | La PrEP orale peut être efficace à plus de 90%, mais elle ne protège pas contre les IST et la grossesse, il est donc préférable que quelqu'un utilise des préservatifs avec la PrEP orale. La PrEP n'offre aucune protection aux partenaires sexuels d'une personne.                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>Étant donné que la pilule orale de PrEP est si grosse, vous pouvez l'écraser ou la casser en deux.</b>              | Il n'est certainement pas conseillé d'écraser la pilule. Il est également déconseillé de la diviser en deux, car la posologie peut être compromise (c'est-à-dire qu'une partie de la pilule peut être perdue). Certains professionnels de la santé disent que si la pilule ne peut pas être avalée (certaines personnes ne peuvent tout simplement pas avaler une grosse pilule), il vaut mieux la couper en deux (sans rien perdre de la pilule) que de ne pas la prendre du tout. Cependant, de nombreux pharmaciens déconseillent cela. |

| MYTHES                                                                                                                                                | FAITS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Les gens peuvent partager des pilules PrEP orales avec d'autres.</b>                                                                               | Certainement pas ! Quiconque souhaite utiliser la PrEP orale doit se faire tester pour le VIH et parler à un prestataire de soins de santé pour s'assurer qu'il est acceptable pour lui de l'utiliser.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>Quiconque peut décider de prendre la PrEP orale quotidiennement ou à la demande.</b>                                                               | L'utilisation de la PrEP à la demande, également appelée 2 + 1 + 1, n'est efficace que pour les HSH qui (1) ont des relations sexuelles un jour par semaine ou moins en moyenne, (2) peuvent prédire quand ils auront des relations sexuelles, et (3) ne souffrent pas d'hépatite chronique B. Votre prestataire de soins de santé peut vous aider à déterminer si la PrEP à la demande vous convient.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>La PrEP réduit les niveaux d'hormones chez les personnes transgenres sous traitement hormonal.</b>                                                 | Des recherches supplémentaires sont nécessaires sur ce sujet, mais il n'y a pas de conflits ou d'interactions médi-camenteux connus entre la PrEP et l'hormonothérapie. Il n'existe aucune raison scientifique connue pour laquelle la PrEP et l'hormonothérapie ne peuvent pas être prises en même temps. Si vous craignez que la PrEP n'affecte votre traitement hormonal, demandez à votre fournisseur de soins de santé de vérifier vos taux d'hormones. Les visites de suivi de la PrEP pourraient être associées à des rendez-vous d'hormonothérapie. L'effet de l'hormonothérapie sur la PrEP n'est pas clair. Une étude a révélé que l'hormonothérapie réduisait la quantité de PrEP dans le corps, tandis qu'une autre étude a révélé que l'hormonothérapie n'avait aucun effet sur la PrEP. Des recherches supplémentaires sont nécessaires pour comprendre. |
| <b>Les femmes enceintes, qui allaitent ou qui essaient de devenir enceintes ne devraient pas prendre la PrEP car cela pourrait nuire à leur bébé.</b> | Certaines femmes s'inquiètent du fait que la PrEP provoque une fausse couche, des anomalies congénitales, un travail prématuré, un faible poids à la naissance ou une diminution de leur production de lait, mais ce sont des mythes. La PrEP peut être utilisée sans danger pendant la grossesse, l'allaitement et en essayant de devenir enceinte.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Un seul partenaire doit prendre la PrEP.</b>                                                                                                       | La PrEP ne protège que la personne qui la prend.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>Dans une relation séro-discordante, le partenaire séronégatif n'a pas besoin de prendre la PrEP si le partenaire séropositif est sous TAR.</b>     | Si le partenaire vivant avec le VIH est sous TAR mais sans suppression virale, le partenaire séronégatif peut utiliser la PrEP pour réduire sa vulnérabilité au VIH.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |

Les ambassadeurs peuvent également entrer en contact avec leurs pairs et soutenir la création de la demande pour la PrEP via les médias sociaux. Cela peut être fait en publiant et en envoyant des histoires à leurs amis et abonnés sur la PrEP sur leurs profils de médias sociaux. Les ambassadeurs peuvent utiliser leurs profils de médias sociaux existants ou créer de nouveaux profils dédiés à leur travail

d'ambassadeur PrEP. Ils peuvent également participer à des discussions en tête-à-tête avec des pairs qui manifestent de l'intérêt et fournissent un soutien individuel via la messagerie directe, converser par téléphone ou même se rencontrer en personne pour poursuivre la conversation.

# Plaidoyer

## Qu'est-ce que le plaidoyer ?

Le terme plaidoyer peut être utilisé de différentes manières. Dans ce module de formation, nous l'utilisons pour faire référence aux activités qui visent à influencer une communauté afin d'améliorer la capacité des gens à utiliser la PrEP orale pour se protéger du VIH. Les facteurs environnementaux qui rendent l'utilisation de la PrEP orale plus difficile pour les gens sont appelés barrières, tandis que les éléments qui la facilitent sont appelés catalyseurs.

## Quels sont les obstacles à la PrEP orale ?

La capacité des personnes à utiliser la PrEP orale est influencée par une série de facteurs, tels que les lois, les politiques, les décisions de financement, les priorités et les pratiques des personnes et des institutions aux niveaux local, national et international. Les facteurs à ces niveaux peuvent soit créer des barrières à la PrEP orale, soit contribuer à créer un environnement propice à son utilisation. Les ambassadeurs peuvent essayer d'influencer cet environnement pour éliminer les obstacles et renforcer l'environnement propice.

Les barrières seront différentes dans chaque contexte ; cependant, certains obstacles courants comprennent :

### **Normes sociales et de genre néfastes, inégalités entre les sexes et dynamiques de pouvoir inégales** (celles-ci sont examinées en détail dans la session **Stigmatisation, discrimination et violence basées sur le genre**)

- Les déséquilibres de pouvoir et la violence dans les relations font qu'il est plus difficile pour de nombreuses populations prioritaires de la PrEP – y compris les AGYW, HSH, PBFW, professionnels du sexe, femmes transgenres et personnes qui s'injectent des drogues – de négocier des relations sexuelles plus sûres dans leurs relations ; discuter des options de prévention du VIH, y compris la PrEP orale ; et accéder aux services de santé sexuelle.
- Les populations prioritaires de la PrEP ont également moins de possibilités de gagner un revenu. Cela signifie qu'ils sont plus susceptibles d'être financièrement dépendants de leur partenaire, ce qui leur rend difficile de quitter des relations nuisibles ou violentes.
- Les normes de genre font honte aux femmes et aux filles d'avoir des relations sexuelles et de parler de sexe. Cela rend plus difficile pour les femmes et les filles, en particulier celles qui se livrent au commerce du sexe ou aux relations sexuelles transactionnelles, d'obtenir des informations sur la prévention du VIH et d'accéder aux services.
- Les normes de genre encouragent la stigmatisation, la discrimination et la violence contre les personnes qui s'identifient ou sont perçues comme faisant partie de la communauté LGBTQI, y compris les HSH et les personnes transgenres. Ils peuvent ne pas se sentir en sécurité pour informer un prestataire de soins de santé de leurs comportements sexuels. Cela est particulièrement vrai dans les pays où les relations ou les pratiques homosexuelles sont criminalisées.
- Certaines normes sociales et de genre liées à la masculinité favorisent l'attente que les hommes et les garçons démontrent leur virilité en ayant plusieurs partenaires sexuels, en n'utilisant pas de protection et en ne posant pas de questions ou en cherchant des informations sur le VIH et d'autres problèmes de santé.

## Lois et politiques qui restreignent l'accès à l'information, aux services et aux outils de prévention du VIH en matière de santé sexuelle et reproductive, y compris :

- Restrictions d'âge ou exigence du consentement des parents pour accéder aux services de santé, aux outils de conseil et de prévention, tels que les préservatifs (et lubrifiant), la contraception, le matériel de réduction des risques (par exemple, aiguilles et seringues stériles), le dépistage du VIH et la PrEP orale
- Politiques de soins de santé qui obligent l'utilisateur à payer pour accéder aux services de santé (plutôt que d'être financées par le gouvernement)
- Politiques éducatives qui ne donnent pas la priorité à l'éducation sexuelle complète

Les lois et politiques discriminatoires créent de nombreux obstacles pour les populations criminalisées (par exemple, les HSH, les personnes handicapées, les personnes transgenres, les professionnels du sexe) qui tentent d'accéder aux services dont elles ont besoin en matière de santé et de droits sexuels et reproductifs. La peur de la violence policière limite leur liberté de mouvement et les prestataires de services sanitaires et sociaux peuvent refuser de les servir ou fournir des soins de qualité inférieure.

## Établissements de santé qui ne sont pas accessibles et inclusifs

- Le personnel n'est pas formé pour fournir des services sans stigmatisation aux populations prioritaires
- Les établissements de santé sont trop chers ou sont difficiles d'accéder, ou leurs horaires d'ouverture ne conviennent pas aux besoins particuliers des populations prioritaires
- Les établissements de santé ne sont pas privés ou ont des normes de confidentialité médiocres
- Le personnel stigmatise et discrimine les populations prioritaires
- Si les services ne sont pas intégrés, il peut être difficile pour les individus d'accéder séparément aux différents services de santé dont ils ont besoin (par exemple, soins prénatals, planification familiale, dépistage et traitement des IST)

## Politiciens, dirigeants locaux et autres personnes influentes ne donnant pas la priorité aux droits des populations prioritaires

- Les initiatives visant à promouvoir l'égalité des sexes, à prévenir la violence et à autonomiser les populations prioritaires sont sous-financées et mal soutenues
- Les services de santé sexuelle et reproductive, les programmes de prévention du VIH et les outils de prévention du VIH (comme la PrEP orale) sont sous-financés et ne sont pas prioritaires

## Comment les ambassadeurs peuvent-ils réduire les obstacles à la PrEP orale ?

Les changements au niveau environnemental nécessitent le soutien des décideurs qui ont une influence directe sur les lois, les politiques, les décisions de financement, les priorités et les pratiques des établissements, tels que les établissements de soins de santé, les écoles et les services gouvernementaux. Les activités de plaidoyer visent à influencer ces décideurs pour qu'ils apportent des changements pour éliminer les obstacles et créer un environnement propice à l'utilisation orale de la PrEP.

On ne s'attend pas à ce que les ambassadeurs éliminent seuls les obstacles à la PrEP orale. Cependant, ils peuvent contribuer à créer un environnement propice en appelant les décideurs à respecter et à promouvoir les droits des populations prioritaires de la PrEP, y compris leur droit d'utiliser la PrEP orale. Ce sera plus efficace s'ils travaillent avec des groupes de défense et des organisations qui partagent leur vision. Les ambassadeurs peuvent jouer un rôle important en veillant à ce que les activités de

ces groupes et organisations soient informées par les besoins et les expériences des populations prioritaires. Les activités de plaidoyer que les ambassadeurs pourraient entreprendre pour contribuer à la création d'un environnement favorable comprennent :

- Créer et maintenir une présence sur les réseaux sociaux pour mobiliser les pairs et revendiquer leurs droits. Utiliser Facebook et Instagram pour créer une présence sur les réseaux sociaux et générer un suivi, puis WhatsApp pour engager des discussions plus longues avec des groupes ou des individus qui manifestent de l'intérêt pour la PrEP
- Collaborer avec des pairs et des défenseurs dans des campagnes de promotion de la santé et des droits sexuels et reproductifs, y compris leur droit à la PrEP orale
- Rechercher des opportunités de leadership pour créer une plateforme de plaidoyer pour les droits à la santé sexuelle et reproductive, y compris la PrEP orale
- Parler aux fournisseurs de soins de santé des obstacles aux services et fournir des recommandations pour créer des espaces et des services plus inclusifs
- Utiliser leurs expériences personnelles pour défendre l'importance de la PrEP orale
- S'impliquer dans les groupes et campagnes de plaidoyer existants
- Mettre en relation les pairs avec les organisations de plaidoyer pour s'assurer que leur travail est éclairé par les expériences des populations prioritaires

Connaître son public est la clé d'un plaidoyer réussi. Les sondages en ligne, les enquêtes, les entretiens et les évaluations des besoins peuvent être utilisés pour éclairer les efforts de plaidoyer et aider à adapter les approches qui atteindront au mieux les membres de la communauté. Un exemple simple peut être une histoire sur Instagram demandant aux abonnés des ambassadeurs quelles questions ils ont liées à l'accès à la PrEP. L'ambassadeur PrEP peut ensuite publier des réponses aux histoires à ces questions et les compiler et les partager avec l'équipe du programme pour en savoir plus sur l'expérience de la population.



 Vos remarques

# PrEP orale

## Sessions

## 1

# Combinaison de prévention et de PrEP orale

## APERÇU DE LA SESSION

Les participants découvriront la PrEP orale et son rôle dans la prévention du VIH dans le cadre d'une approche de prévention combinée. À la fin de cette session, les participants sauront ce que la PrEP orale peut et ne peut pas faire et comment l'utiliser. Ils apprendront également à identifier et à corriger les mythes sur la PrEP orale.

À la fin de cette session, les participants devraient :

- Comprendre les informations clés sur la PrEP orale
- Être capable de corriger les mythes sur la PrEP orale
- Être conscient des différentes méthodes que les gens peuvent utiliser pour prévenir le VIH
- Comprendre que la PrEP orale est une méthode supplémentaire de prévention du VIH qui peut être utilisée avec les préservatifs (et lubrifiant)



MATÉRIAUX

Les feuilles de travail et les outils utilisés dans cette session se trouvent dans la boîte à outils des ambassadeurs de la prévention du VIH. Ils sont également inclus à la fin des séances de PrEP orale pour votre référence.

**OUTIL 6** Tester et prévenir

BOÎTE À OUTILS PAGE 13

**OUTIL 2** Transmission et prévention du VIH

BOÎTE À OUTILS PAGE 9



MESSAGES  
CLÉS

- La prévention combinée du VIH implique l'utilisation de multiples méthodes de prévention pour maximiser la protection contre le VIH et d'autres effets indésirables sur la santé sexuelle. Ces méthodes comprennent la PrEP orale, les préservatifs avec lubrifiant et le dépistage et le traitement des IST.
- La prévention du VIH est la responsabilité de tous. Il existe de nombreuses façons de se protéger du VIH ou d'empêcher la propagation du virus à d'autres.
- La PrEP orale est une méthode de prévention supplémentaire qui peut donner aux individus plus de pouvoir et de contrôle sur leur santé sexuelle et leur capacité à se protéger du VIH.
- L'utilisation de plus d'une méthode dans le cadre d'une stratégie de prévention combinée peut maximiser la protection contre le VIH.
- Lorsqu'ils choisissent la ou les méthode(s) de prévention du VIH à utiliser, les gens doivent penser au VIH, aux IST et à la grossesse. La PrEP orale n'empêche pas les IST ou la grossesse, il est donc important d'utiliser également des préservatifs et une contraception.
- Si quelqu'un utilise actuellement des préservatifs, il doit continuer à utiliser des préservatifs (et lubrifiant) tout en prenant la PrEP orale pour obtenir la meilleure protection contre le VIH et les autres IST.
- La PrEP quotidienne fonctionne pour toute personne à risque substantiel de VIH. Si un fournisseur de soins de santé prescrit une PrEP tous les jours, elle doit être prise chaque jour pour que les niveaux d'ARV soient suffisamment élevés pour protéger la personne qui prend la PrEP contre l'infection par le VIH.
- Si elle est approuvée dans votre pays, certains HSH peuvent prendre la PrEP sur demande, également appelée 2 + 1 + 1. Cela sera discuté plus en détail dans une session ultérieure.
- Le dépistage régulier du VIH est essentiel à la prévention du VIH car la plupart des transmissions proviennent de personnes qui ne savent pas qu'elles sont séropositives.
- L'un des avantages de la PrEP orale est qu'elle peut être utilisée à l'insu de sa famille, de ses partenaires ou de quiconque.
- La PrEP peut être utilisée en toute sécurité pendant la grossesse, l'accouchement et l'allaitement.

# INSTRUCTIONS POUR LA SESSION

## PRÉPARATION

### EXPLOREZ L'ACTIVITÉ

Écrivez les en-têtes suivants sur des feuilles de tableau à feuilles séparées et placez-les là où tout le monde peut les voir :

- Ce que les gens disent à propos de la PrEP orale
- Mythes
- Faits
- Incertain

### APPLIQUER L'ACTIVITÉ

Créez un jeu de **Cartes de prévention du VIH** en écrivant les méthodes de prévention du VIH ci-dessous en gros texte sur des morceaux de papier séparés. Vous diviserez les participants en petits groupes et vous donnerez à chaque groupe un jeu de cartes. Si possible, essayez de créer des groupes de sept participants afin que chaque personne puisse avoir sa propre carte.

- Abstinence
- Préservatifs (masculins et féminins, avec lubrifiant)
- Prophylaxie pré-exposition orale (PrEP orale)
- Prophylaxie post-exposition (PPE)
- Dépistage et prise en charge des IST
- Dépistage du VIH
- Thérapie antirétrovirale (TAR)

Répétez le processus pour avoir un jeu de cartes pour chaque groupe.



## EXPLORER

### CONSEILS DE FACILITATION

#### INTRODUCTION

1. Présentez la session en vous référant à **Aperçu de la session**.
2. Commencez par demander aux participants s'ils ont entendu parler de la PrEP orale.
3. Consulter **Connaissances essentielles sur la PrEP orale** pour donner un bref aperçu de la PrEP orale.

#### ACTIVITÉ : Fait ou mythe

1. Demandez aux participants d'écrire ce qu'ils ont entendu sur la PrEP orale (un fait ou un mythe) sur une note collante et de la coller sur une feuille de tableau avec le titre « Ce que les gens disent à propos de la PrEP orale ».
2. Une fois que les participants ont terminé, demandez-leur de se lever.
3. Lisez à haute voix une déclaration à la fois et demandez aux participants de choisir s'il s'agit d'un mythe ou d'un fait (ou s'ils ne sont pas sûrs) et de se tenir à côté de la feuille de tableau avec ce titre.
4. Certaines déclarations peuvent être partiellement correctes ; les participants peuvent avoir besoin d'aide pour décider

Les participants n'ont peut-être jamais vu de PrEP orale auparavant. Si possible, apportez des échantillons pour leur montrer à quoi cela ressemble.

Si les participants tardent à démarrer, commencez l'activité en leur racontant quelques mythes courants sur la PrEP orale.

s'il s'agit de mythes ou de faits. Par exemple, quelqu'un pourrait suggérer que la PrEP orale provoque de très mauvais effets secondaires. S'il est vrai que certaines personnes éprouvent des effets secondaires, ceux-ci sont généralement très mineurs et disparaissent en quelques semaines. Encouragez les participants à choisir « Incertain » s'ils pensent que l'énoncé pourrait être partiellement correct.

5. Une fois que les participants ont choisi, reportez-vous à **Connaissances essentielles sur la PrEP orale** pour révéler si l'énoncé est un mythe ou un fait.
6. Demandez à un volontaire qui a eu raison de déplacer la note collante sur la bonne feuille de tableau et expliquez pourquoi il a choisi cette réponse.
7. Si le volontaire a manqué des informations importantes dans son explication, utilisez les informations contenues dans **Messages clés** et **Connaissances essentielles sur la PrEP orale** pour donner plus de détails.

Si les participants sont plus avancés, encouragez-les à débattre des raisons pour lesquelles ils pensent que leur réponse est correcte avant de révéler si l'énoncé est un mythe ou un fait.



## APPLIQUER

### CONSEILS DE FACILITATION

### INTRODUCTION

1. Présentez l'activité, en notant :
  - La prévention du VIH est la responsabilité de tous.
  - La PrEP orale est une méthode supplémentaire de prévention, mais ce n'est pas la seule. Les gens peuvent se protéger du VIH de nombreuses façons et empêcher la propagation du virus.
  - L'utilisation de plusieurs outils de prévention – appelés prévention combinée – est un moyen d'obtenir une protection maximale contre le VIH.
  - Dans cette activité, ils vont jouer à un jeu amusant pour voir ce qu'ils en savent sur les différentes méthodes de prévention du VIH.
2. Demandez aux participants de partager certaines des différentes façons dont les gens peuvent se protéger et protéger les autres du VIH.

Vous aimerez peut-être apporter des chocolats ou un autre prix à remettre à l'équipe gagnante.

### ACTIVITÉ : Prévention combinée

1. Divisez les participants en petits groupes. Donnez à chaque groupe un jeu de **Cartes de prévention du VIH** que vous avez préparées (voir **Préparation** ci-dessus).
2. Demandez à chaque groupe de proposer un nom pour son groupe.
3. Écrivez le nom des groupes sur une feuille de tableau à feuilles mobiles afin de pouvoir noter le score pendant le jeu.
4. Expliquez aux participants que vous lirez différentes explications sur les méthodes de prévention du VIH, mais que vous ne leur direz pas quelle est la méthode. Chaque groupe décidera ensuite de la méthode de prévention du VIH à laquelle la déclaration se réfère et brandira cette carte.

Essayez de créer des groupes de sept pour que chaque personne ait sa propre carte.



- Le groupe le plus rapide à retenir la bonne réponse remportera un point.
5. Lisez à haute voix chacune des affirmations du tableau ci-dessous.
  6. Donnez un point à l'équipe la plus rapide pour lever la bonne carte.
  7. Si les participants sont incertains ou donnent des réponses incorrectes, donnez-leur plus d'informations sur les méthodes de prévention.
  8. Additionnez les points à la fin et annoncez le gagnant.
  9. Diriger les participants vers l'outil d'ambassadeur **Tester et Prévenir** et l'outil d'ambassadeur **Transmission et prévention du VIH** et résumer les messages clés sur la prévention combinée.
  10. Notez que les grossesses non désirées sont très courantes. Les gens ont besoin d'informations sur les méthodes contraceptives, y compris les injectables, les implants, les dispositifs intra-utérins et les pilules contraceptives orales. Les gens doivent également savoir comment accéder à des services de planification familiale sans stigmatisation. Veuillez souligner l'importance de l'utilisation de la contraception et soyez prêt à orienter les participants vers les services et ressources de planification familiale locaux.
  11. Une fois l'activité terminée, amenez les participants dans un cercle de réflexion.

| DÉCLARATION                                                                                                   | RÉPONSE                                                                                                                                                                                                                         |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Cette méthode de prévention crée une barrière entre la peau et les fluides corporels pouvant contenir le VIH. | Préservatifs                                                                                                                                                                                                                    |
| Ces méthodes de prévention sont efficaces pour prévenir la transmission de la plupart des IST.                | Abstinence<br>Préservatifs<br>Dépistage et prise en charge des IST                                                                                                                                                              |
| Ces méthodes de prévention réduisent votre vulnérabilité au VIH pendant les rapports sexuels.                 | Préservatifs<br>PrEP orale<br>Dépistage et prise en charge des IST                                                                                                                                                              |
| Cette méthode de prévention peut être utilisée en cas d'urgence si vous avez été exposé au VIH.               | PPE                                                                                                                                                                                                                             |
| Ces méthodes de prévention doivent être utilisées quotidiennement pour être efficaces.                        | PrEP orale (sauf pour les HSH qui peuvent être éligibles pour une utilisation à la demande, également appelée 2 + 1 + 1)<br>La PPE est partiellement correcte car elle est utilisée chaque jour pendant quatre semaines.<br>TAR |

Si les participants n'ont pas beaucoup de connaissances existantes sur la PrEP orale, vous pouvez les diriger vers l'outil d'ambassadeur **Tester et Prévenir** pour les aider dans cet exercice.

Avoir une IST augmente la vulnérabilité d'une personne au VIH, de sorte que le dépistage et le traitement des IST peuvent réduire la vulnérabilité d'une personne.

Le **dépistage des IST** fait référence à l'examen par un professionnel de la santé des antécédents sexuels d'une personne et des symptômes qu'elle peut présenter. Le **test des IST** comprend le dépistage des IST, qui fait spécifiquement référence au dépistage test des échantillons pour la présence d'infections sexuellement transmissibles.

TAR peut réduire la charge virale d'une personne de sorte que le VIH ne soit pas transmissible. Ceci est appelé Indéfectable = Intransmissible ou U = U.

| DÉCLARATION                                                                                                                                    | RÉPONSE                                                                  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|
| Cette méthode de prévention peut être utilisée par une personne séropositive pour protéger son partenaire sexuel.                              | TAR                                                                      |
| Ces méthodes de prévention préviennent la grossesse.                                                                                           | Abstinence<br>Préservatifs                                               |
| Cette méthode de prévention peut empêcher le VIH de progresser vers le SIDA.                                                                   | TAR                                                                      |
| Cette méthode de prévention utilise des médicaments antirétroviraux pour créer un bouclier autour de vos cellules afin de les protéger du VIH. | PrEP orale                                                               |
| Ces méthodes de prévention devraient être utilisées par toute personne sexuellement active.                                                    | Dépistage du VIH<br>Préservatifs<br>Dépistage et prise en charge des IST |
| Ces méthodes utilisent des médicaments antirétroviraux pour empêcher le VIH de se copier et de se propager à de nouvelles cellules.            | PPE<br>TAR                                                               |

Soulignez que le dépistage régulier du VIH et des IST est très important pour prévenir le VIH. C'est parce que la plupart des transmissions du VIH de personnes qui ne savent pas qu'elles sont séropositives. Insistez également sur le fait que la connaissance du statut d'un partenaire ou le dépistage ensemble sont des étapes clés de la prévention du VIH.



## RÉFLÉCHIR

### CONSEILS DE FACILITATION

### ACTIVITÉ : Cercle de réflexion

1. En utilisant les questions ci-dessous comme guide, engagez les participants dans une discussion sur ce qu'ils ont appris et comment cela les soutiendra dans leurs rôles d'ambassadeurs de la prévention du VIH.

### QUESTIONS DE RÉFLEXION SUGGÉRÉES

- Avez-vous entendu parler de nouvelles méthodes de prévention du VIH aujourd'hui ?
- Quels facteurs peuvent influencer les méthodes de prévention qu'une personne choisit d'utiliser ?
- Quelles sont les méthodes les plus/ les moins utilisées ? Pourquoi ?
- Pour qui la PrEP orale serait-elle une bonne option ?
- Pourquoi est-il important d'utiliser la PrEP orale et les préservatifs (et lubrifiant) ensemble ?

Gardez à l'esprit que certains participants peuvent utiliser ou envisager d'utiliser la PrEP orale. D'autres l'ont peut-être déjà utilisé et arrêté de le prendre.

Si vous pensez que c'est approprié, invitez les participants à partager s'ils ont une expérience personnelle de l'utilisation de la PrEP orale. Soulignez que c'est leur choix. Ils peuvent choisir ce qu'ils aimeraient partager avec le groupe et ce qu'ils aimeraient garder privé. Rappelez-leur cela tout au long de la formation.

## 2

# Découvrir la PrEP orale

## APERÇU DE LA SESSION

Les participants commenceront à travailler sur la carte du parcours de la PrEP orale. La carte du parcours décrit les étapes que leurs pairs peuvent suivre lorsqu'ils décident d'utiliser la PrEP orale, la première étant Découverte de la PrEP orale. Dans cette session et les quatre suivantes, chaque participant créera un personnage et soutiendra le personnage tout au long du voyage. Les participants identifieront également les informations dont ils auront besoin en tant qu'ambassadeurs pour éduquer leurs pairs sur la PrEP orale et les stratégies de communication de ces informations.

À la fin de cette session, les participants devraient :

- Être capable d'expliquer comment la PrEP orale agit pour prévenir le VIH
- Être capable d'expliquer les différences entre la PrEP orale, la PPE et la TAR
- Savoir comment communiquer des informations clés sur la PrEP orale à leurs pairs

### MATÉRIAUX

Les feuilles de travail et les outils utilisés dans cette session se trouvent dans la boîte à outils des ambassadeurs de la prévention du VIH. Ils sont également inclus à la fin des séances de PrEP orale pour votre référence.

#### FEUILLE DE TRAVAIL 3

Carte du parcours de la PrEP orale

BOÎTE À OUTILS PAGE 26

#### FEUILLE DE TRAVAIL 4

Profil de personnage

BOÎTE À OUTILS PAGE 27

#### OUTIL 7

PrEP orale, PPE et TAR

BOÎTE À OUTILS PAGE 14

#### OUTIL 8

PrEP quotidienne

BOÎTE À OUTILS PAGE 15

#### OUTIL 9

PrEP pour les hommes ayant des rapports sexuels avec des hommes

BOÎTE À OUTILS PAGE 16

## MESSAGES CLÉS

- Le processus de décision de prendre la PrEP orale est complexe. Les gens peuvent avoir besoin de temps et de soutien pour décider si cela leur convient.
- Le mot PrEP signifie prophylaxie pré (avant) exposition (entrée en contact avec le virus du VIH) (médicament destiné à prévenir une infection).
- La PrEP orale est une pilule qui est prise une fois par jour par une personne séronégative (ou à la demande par certains HSH) pour se protéger contre le VIH. Le médicament ne protège pas une personne tout de suite. Il faut du temps pour s'accumuler dans le corps pour atteindre une efficacité maximale.
- Lorsque le VIH pénètre dans l'organisme, il attaque et pénètre dans les cellules immunitaires appelées cellules CD4. La PrEP orale crée un bouclier autour de ces cellules pour les protéger du VIH. Si une personne prend la PrEP orale telle que prescrite et qu'elle est exposée au VIH, le virus ne pourra pas infecter ses cellules sanguines. Le virus mourra et la personne ne contractera pas le VIH.
- La PrEP orale contient des antirétroviraux (ARV). Il s'agit d'un type de médicament qui empêche le VIH de se copier et de se propager à d'autres cellules.
- Il existe de nombreux types d'antirétroviraux qui agissent tous de différentes manières pour lutter contre le VIH. La PrEP, la PPE et le TAR utilisent différentes combinaisons d'antirétroviraux pour combattre le virus à différents stades de la reproduction.
- La PrEP orale, la PPE et le TAR ne peuvent pas être échangées – elles ne fonctionnent que lorsqu'elles sont utilisées conformément aux prescriptions.
- La PrEP quotidienne fonctionne pour toute personne à risque substantiel de VIH. Si un fournisseur de soins de santé prescrit une PrEP tous les jours, elle doit être prise chaque jour pour que les niveaux d'ARV soient suffisamment élevés pour protéger la personne qui prend la PrEP contre l'infection par le VIH.
- Si elle est approuvée dans votre pays, certains HSH peuvent prendre la PrEP sur demande, également appelée 2 + 1 + 1. Ce type d'utilisation de la PrEP est réservé aux HSH qui (1) ont des rapports sexuels peu fréquents (un jour par semaine ou moins en moyenne), (2) peuvent prédire quand les rapports sexuels auront lieu (au moins deux heures à l'avance ou peuvent retarder les rapports sexuels d'au moins deux heures), et (3) n'ont pas d'hépatite B chronique.
- Si une personne souhaite arrêter de prendre la PrEP, elle doit continuer à la prendre pendant un certain temps après sa dernière exposition potentielle au VIH.
- Chaque personne devrait prendre la PrEP comme prescrit par son prestataire de soins de santé.



# INSTRUCTIONS POUR LA SESSION

## EXPLORER

## CONSEILS DE FACILITATION

### INTRODUCTION

1. Présentez la session en vous référant à **Aperçu de la session**.
2. Notez que dans cette session et les quatre prochaines, les participants apprendront comment aider leurs pairs à :
  - Se renseigner sur la PrEP orale
  - Décidez d'utiliser la PrEP orale
  - Obtenir la PrEP orale
  - Prendre correctement la PrEP orale et continuer à la prendre tant qu'ils sont vulnérables au VIH
  - Dites aux autres qu'ils utilisent la PrEP orale
3. Montrez aux participants la feuille de travail **Carte du parcours de la PrEP orale**. Expliquez que cela montre les différentes étapes que leurs pairs pourraient suivre pour décider d'utiliser la PrEP orale.
4. Présentez aux participants chaque étape de la carte du parcours, en soulignant que :
  - La carte rend le voyage beaucoup plus simple qu'il ne l'est en réalité. Le parcours de chaque personne sera unique.
  - Il est courant pour les gens de faire des allers-retours entre ces étapes.
  - Quelqu'un peut prendre beaucoup de temps pour faire un pas en avant dans ce voyage. Par exemple, ils peuvent choisir d'utiliser la PrEP orale mais ne pas commencer à la prendre pendant des semaines ou des mois.
  - Certaines personnes commencent à prendre la PrEP orale mais arrêtent ensuite, même si leur vulnérabilité au VIH n'a pas changé.
5. Expliquez qu'ils créeront un personnage et à chaque session, ils soutiendront leur personnage tout au long de leur parcours avec la PrEP orale.

### ACTIVITÉ : Profil de personnage

1. Donnez à chaque participant une copie de la Feuille de travail **Profil du personnage**.
2. Demandez-leur de créer un personnage qui représente quelqu'un qu'ils sont susceptibles de soutenir dans leurs rôles d'ambassadeurs.
3. Donnez aux participants 10 minutes pour compléter leur profil de personnage, y compris dessiner leur personnage dans le cercle.
4. Lorsque tout le monde a terminé, demandez aux participants de se lever et de se promener, en présentant leur personnage aux autres personnages.





5. Lorsque tous les participants ont eu suffisamment de temps pour présenter leurs personnages, rassemblez le groupe.
6. Demandez au groupe de réfléchir aux similitudes et aux différences entre leurs personnages.
7. Demandez au groupe si leurs personnages représentent la diversité au sein de leurs communautés. Aidez-les à réfléchir à la manière dont les besoins des groupes marginalisés de la communauté peuvent être différents, notamment les professionnel (le) s du sexe, les femmes handicapées, les femmes sans instruction ou analphabètes et d'autres groupes victimes de discrimination. Pensez également à l'intersectionnalité, qui fait référence aux personnes qui connaissent de multiples vulnérabilités croisées, telles que les HSH qui sont engagés dans le travail du sexe ou les AGYW qui sont enceintes .

#### Qui sont-ils ?

24 ans

Etudiant

S'identifie comme HSH mais passe comme hétéro

Vit avec son petit ami âgé de 35 ans

#### Sont-ils vulnérables au VIH ? Comment se protègent-ils ?

Il a des relations sexuelles non protégées avec son petit ami.

Il prend parfois d'autres partenaires lorsqu'il sort, mais utilise toujours un préservatif avec eux.

#### Que savent-ils, pensent-ils et ressentent-ils du VIH ?

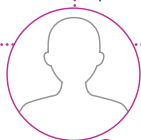
Il est très conscient du VIH et s'en inquiète un peu.

Il ne veut pas utiliser de préservatifs avec son petit ami parce qu'il veut avoir une relation ouverte et confiante, mais il ne sait pas ce que fait son petit ami à côté.

#### Que savent-ils, pensent-ils et ressentent-ils de la PrEP orale ?

Il sait que la PrEP orale est une nouvelle option de prévention du VIH mais a des questions sur son fonctionnement.

Il craint d'aller à la clinique car il ne pense pas qu'il soit prudent d'informer un prestataire qu'il a des relations sexuelles avec des hommes.



Utilisez l'exemple de la page suivante pour guider les participants dans la création de leur profil de personnage ou pour créer un exemple de personnage plus pertinent pour le groupe d'ambassadeurs que vous formez.



### Qui sont-ils ?

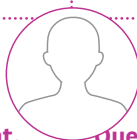
16 ans  
Va à l'école  
Vit à la maison avec ses parents  
Son petit ami a  
18 ans

### Sont-ils vulnérables au VIH ? Comment est-ce qu'ils se protègent ?

Elle a des relations sexuelles avec son petit ami. Il porte des préservatifs parfois mais pas quand il a bu.

### Qu'est-ce qu'ils savent, pensent et ressentent envers le VIH ?

Elle sait qu'elle peut attraper le VIH en ayant des rapports sexuels non protégés.  
Elle s'en inquiète beaucoup.  
Elle veut utiliser des préservatifs plus souvent, mais elle a peur que si elle demande à son petit ami de les utiliser, il la quittera.



### Que savent-ils, pensent-ils et ressentent-ils sur la PrEP orale ?

Elle ne sait pas grand-chose à propos de la PrEP orale, mais elle a entendu que c'est pour les prostituées et les salopes.  
Elle a également entendu dire que cela vous rend infertile.  
Elle ne veut pas demander des questions à ce sujet au cas où les gens pensent qu'elle triche sur son petit ami.

- Expliquez que dans l'activité suivante, ils commenceront à soutenir leur personnage dans leur cheminement vers l'utilisation de la PrEP orale. Dirigez les participants vers la **Feuille de travail Carte du parcours de la PrEP orale** et donnez-leur quelques minutes pour dessiner leur personnage au centre de la carte.

## APPLIQUER

### ACTIVITÉ : Carte du parcours, première étape – Aider vos pairs à se renseigner sur la PrEP orale

- Expliquez aux participants qu'éduquer leurs pairs sur la PrEP orale est une première étape importante. Il est normal que les gens s'inquiètent de prendre un médicament s'ils ne comprennent pas son fonctionnement. Sans les informations correctes, les gens sont également plus susceptibles de croire aux mythes.
- Expliquez aux participants que vous allez travailler ensemble pour identifier ce que leurs pairs ont besoin de savoir et pour vous entraîner à communiquer clairement ces informations.
- Répartissez les participants en petits groupes et donnez à chaque groupe une feuille de tableau à feuilles mobiles.

Guidez les participants pour créer leur personnage à l'aide des questions suivantes :

- Quel est leur nom ?
- Où vivent-ils ?
- Quel âge ont-ils ?
- Sont-ils à l'école ?
- Que font-ils au point de vue argent ?
- Qui sont leurs partenaires sexuels ?

Encouragez le groupe à prendre en compte ses pairs qui peuvent être particulièrement vulnérables au VIH ou qui ont plus de difficultés à utiliser la PrEP orale, comme

- Les adolescents
- Les personnes handicapées
- Les personnes vivant dans la pauvreté
- Professionnels du sexe
- Les personnes transgenres

## CONSEILS DE FACILITATION

Pour faciliter cette session, vous aurez besoin d'une bonne compréhension du fonctionnement de la PrEP orale. Si vous avez besoin de rafraîchir vos connaissances, revisitez [Connaissances essentielles sur la PrEP orale](#).



4. Demandez aux participants de diviser la page en trois colonnes et d'écrire les en-têtes suivants (un par colonne) de gauche à droite :
  - Ce que nous devons savoir
  - Ce que nous savons déjà
  - Ce que nous devons découvrir
5. Expliquez aux participants que dans la première colonne (*Ce que nous devons savoir*) ils écriront ce dont ils auront besoin, en tant qu'ambassadeurs, de savoir sur la PrEP orale pour éduquer leurs pairs. Cela inclut ce qu'ils savent déjà et aussi ce qu'ils doivent apprendre.
6. Dans la deuxième colonne (*Ce que nous savons déjà*) ils écriront les choses de la première liste qu'ils savent déjà, en tant que groupe, sur la PrEP orale.
7. Dans la troisième colonne (*Ce que nous devons découvrir*) ils écriront les éléments de la première liste qui devront en savoir plus sur la PrEP orale afin de pouvoir éduquer leurs pairs.
8. Faites-leur savoir que chaque petit groupe donnera une présentation de cinq minutes au grand groupe et que vous travaillerez tous ensemble pour combler les lacunes dans les connaissances à la fin de l'activité.
9. Donnez aux groupes 15 minutes pour noter leurs idées.
10. Rassemblez les groupes et demandez à chaque groupe de présenter son travail.
11. Au cours de chaque présentation, écrivez ce dont ils ont besoin de savoir sur une feuille de tableau à feuilles mobiles ou un tableau blanc.
12. Répétez ce processus jusqu'à ce que tous les groupes aient présenté.
13. Résumez tout ce que vous avez noté lors de leurs présentations, en combinant des points similaires.
14. Demandez aux participants si quelqu'un aimerait essayer de combler les lacunes de connaissances énumérées sous « *Ce que nous devons découvrir* ».
15. L'utilisation de **Connaissances essentielles sur la PrEP orale, messages clés**, l'outil ambassadeur **PrEP orale, PPE et la TAR**, les outils **PrEP quotidienne** et **PrEP pour les hommes ayant des rapports sexuels avec des hommes** aide les participants à combler leurs lacunes dans leurs connaissances sur la PrEP orale. Dirigez les participants vers leur feuille de travail **Carte du parcours de la PrEP orale** et expliquez qu'ils vont maintenant identifier les messages clés qu'ils souhaitent communiquer à leurs personnages.
16. Demandez aux participants de former des paires en discutant avec d'autres participants et en trouvant quelqu'un dont le personnage aura besoin de messages clés similaires.

Aidez les participants à réfléchir au fonctionnement de la PrEP orale en utilisant des questions telles que :

- Comment le VIH affecte-t-il le corps ?
- Quel médicament contient la PrEP orale ?
- Pourquoi la plupart des gens doivent-ils prendre la PrEP orale tous les jours ?

17. Donnez aux participants cinq minutes pour identifier les messages clés qu'ils souhaitent communiquer à leurs personnages.
18. Une fois que tout le monde a terminé, faites le tour du cercle et demandez à chaque équipe de partager un message clé.
19. Une fois l'activité terminée, continuez avec l'activité de réflexion ci-dessous.



## REFLÉTER

### CONSEILS DE FACILITATION

### ACTIVITÉ : Cercle de réflexion

1. En utilisant les questions ci-dessous comme guide, engagez les participants dans une discussion sur ce qu'ils ont appris et comment cela les soutiendra dans leurs rôles d'ambassadeurs de la prévention du VIH.

Si les participants participent à une discussion de l'activité précédente, vous n'avez pas besoin de changer d'activité - terminez simplement la discussion avec ces questions de réflexion.

### QUESTIONS DE RÉFLEXION SUGGÉRÉES

- Aviez-vous compris le fonctionnement de la PrEP orale avant cette session ?
- Pensez-vous que cette information est importante pour vos pairs ?
- Que pensez-vous de la PrEP orale comme option pour prévenir le VIH ? Qu'est-ce que vous aimez à ce sujet ? Avez-vous des inquiétudes ?

Demandez aux participants si quelqu'un aimerait partager sa propre expérience de découverte de la PrEP orale.

## 3

# Décider d'utiliser la PrEP orale

## APERÇU DE LA SESSION

---

Les participants travailleront à la deuxième étape de la carte du parcours de la PrEP orale – Décider d'utiliser la PrEP orale. Les participants identifieront les préoccupations que leurs pairs peuvent avoir concernant l'utilisation de la PrEP orale et des stratégies pour aider leurs pairs à surmonter ces préoccupations. Ils apprendront également comment aider leurs pairs à identifier leur principal facteur de motivation pour l'utilisation de la PrEP. Les participants s'exerceront ensuite à répondre aux questions clés sur la PrEP orale dans un jeu de rôle en groupe.

---

À la fin de cette session, les participants devraient :

- Comprendre les inquiétudes que leurs pairs peuvent avoir à propos de l'utilisation de la PrEP orale
- Connaître les réponses aux questions clés sur la PrEP orale
- Comprendre que le rôle d'un ambassadeur est de donner à ses pairs les moyens de prendre leurs propres décisions concernant l'utilisation de la PrEP orale

## MESSAGES CLÉS

- Il est normal que les gens s'inquiètent de commencer un nouveau médicament. Les ambassadeurs peuvent jouer un rôle important en répondant à ces préoccupations et en aidant leurs pairs à prendre des décisions éclairées sur l'utilisation de la PrEP orale.
- Les préoccupations courantes des gens concernant l'utilisation de la PrEP orale comprennent :
  - Se soucier de la façon dont la PrEP pourrait affecter leurs relations avec leur partenaire, leur famille et leurs pairs
  - Craindre que les gens pensent qu'ils ont le VIH
  - Se soucier des effets secondaires, y compris ceux qui ne sont pas réels, tels que la prise de poids et l'infertilité
  - Avoir peur de passer un test de dépistage du VIH parce qu'ils craignent d'être séropositifs
  - Avoir peur des prises de sang
  - Ne pas vouloir prendre le médicament pour toujours
- Les gens devraient être habilités à prendre leurs propres décisions concernant l'utilisation de la PrEP orale. Le rôle d'un ambassadeur est de fournir à ses pairs les informations et le soutien dont ils ont besoin pour prendre des décisions éclairées.
- Aider un pair à identifier sa principale raison motivante d'utiliser la PrEP peut l'aider à mieux l'utiliser.

## MATÉRIAUX

Les feuilles de travail et les outils utilisés dans cette session se trouvent dans **la boîte à outils des ambassadeurs de la prévention du VIH**. Ils sont également inclus à la fin des séances de PrEP orale pour votre référence.

**FEUILLE DE TRAVAIL 3** Carte du parcours de la PrEP orale **BOÎTE À OUTILS PAGE 26**  
**OUTIL 10** PrEP orale – Répondre à vos questions **BOÎTE À OUTILS PAGE 17**

## INSTRUCTIONS POUR LA SESSION



## EXPLORER

## CONSEILS DE FACILITATION

## INTRODUCTION

1. Présentez la session en vous référant à **Aperçu de la session**.
2. Redirigez les participants vers leur feuille de travail **Carte du parcours de la PrEP orale**.
3. Rappelez-leur que lors de la session précédente, ils ont identifié les messages clés que leur personnage doit connaître sur la PrEP orale.
4. Bien que ces messages clés sensibilisent à la PrEP orale, leurs pairs auront probablement besoin de plus d'informations et de soutien avant de décider s'ils veulent l'utiliser.
5. Expliquez que la décision d'une personne d'utiliser la PrEP orale sera influencée par de nombreux facteurs différents,

tels que ses valeurs et ses priorités, sa famille, son groupe de pairs, sa sexualité et ses pratiques sexuelles, son accès aux ressources et ses relations.

6. Leurs pairs auront probablement une gamme de questions et de préoccupations au moment de décider s'ils veulent utiliser la PrEP orale. Cette session se concentrera sur l'identification de la manière dont les participants peuvent aider leurs pairs à prendre des décisions éclairées sur l'utilisation de la PrEP orale et à aider leurs pairs à identifier leur principale motivation à utiliser la PrEP.

### ACTIVITÉ : Répondre aux préoccupations de vos pairs

1. Dirigez les participants vers la deuxième étape de la feuille de travail **Carte du parcours de la PrEP orale**.
2. Expliquez-leur qu'ils choisiront une préoccupation que leur personnage pourrait avoir à propos de l'utilisation de la PrEP orale.
3. Animez une séance de brainstorming sur les différentes préoccupations que pourraient avoir leurs pairs qui pourraient les empêcher d'envisager d'utiliser la PrEP orale. Écrivez leurs idées sur une feuille de tableau à feuilles mobiles ou un tableau blanc.
4. Ensuite, réfléchissez à différents facteurs qui peuvent motiver leurs pairs à prendre la PrEP orale. Essayez de vous concentrer sur des facteurs autres que la vulnérabilité au VIH.
5. Faites remarquer aux participants que ce n'est pas leur travail de dire à leurs pairs si la PrEP orale leur convient. Au lieu de cela, ils devraient donner à leurs pairs les moyens de prendre leurs propres décisions concernant l'utilisation de la PrEP orale.
6. Demandez aux participants de se diviser en paires.
7. Demandez à chaque personne de la paire de présenter son personnage à son partenaire.
8. Demandez aux participants de compléter leurs cartes de parcours en identifiant :
  - Une préoccupation que leur personnage peut avoir concernant l'utilisation de la PrEP orale
  - Moyens pour aider leur personnage à surmonter ses inquiétudes et les aider à prendre une décision éclairée sur l'utilisation de la PrEP orale
  - Le principal facteur de motivation de leur personnage pour l'utilisation de la PrEP (pas la vulnérabilité au VIH)
9. Une fois que tout le monde a terminé, rassemblez le groupe.
10. Demandez à chaque pair de faire une brève présentation pour expliquer la préoccupation dont ils ont discuté, comment ils l'ont abordée pour aider leurs personnages à prendre une décision éclairée sur l'utilisation de la PrEP orale, et la principale motivation de leur personnage pour l'utilisation de la PrEP.

Si les participants ont du mal à identifier les problèmes, fournissez un exemple tiré des Messages clés de la page précédente.

S'ils choisissent des soucis pour obtenir la PrEP orale ou sur la découverte de leur partenaire ou de leur famille, faites-leur savoir que ce sont des points vraiment importants et qu'ils seront au centre des futures sessions.

De nombreux utilisateurs de PrEP ont constaté que l'identification de leur principale motivation à utiliser la PrEP est essentielle pour réussir à l'utiliser. Cette motivation principale n'est généralement pas la vulnérabilité au VIH, mais plutôt quelque chose de positif tel que vouloir rester en bonne santé pour ses enfants, vouloir avoir des relations sexuelles plus agréables parce qu'ils ne sont pas inquiets du VIH, ou vouloir se sentir forts et responsables de leur propre destin.



## APPLIQUER

1. Expliquez aux participants que dans cette activité, ils s'exerceront à répondre aux questions et aux préoccupations de leurs pairs à travers un jeu de rôle.
2. Demandez aux participants de se diviser par deux et dirigez-les vers l'outil d'ambassadeur **PrEP orale – Répondre à vos questions**.
3. Demandez aux participants de se disperser et de jouer les jeux de rôle. Après avoir terminé le jeu de rôle, demandez-leur d'échanger les rôles afin qu'ils puissent tous les deux s'entraîner à poser et à répondre aux questions.
4. Une fois que tout le monde a terminé, demandez-leur de ranger leur trousse à outils.
5. Demandez au groupe de former un cercle.
6. Demandez à un volontaire de jouer le rôle d'ambassadeur de la prévention du VIH et de se tenir au milieu du cercle.
7. Demandez à un autre volontaire de jouer le rôle d'un pair, entrez dans le cercle et posez une question à l'ambassadeur de la prévention du VIH sur la PrEP orale.
8. La personne jouant le rôle du pair deviendra alors l'ambassadeur. Demandez à un autre volontaire d'entrer dans le cercle et posez-lui une question.
9. Répétez ce processus jusqu'à ce que les questions clés aient été répondues.
10. Une fois l'activité terminée, amenez les participants dans un cercle de réflexion.

### CONSEILS DE FACILITATION

Vous pourriez suggérer aux participants de profiter de cette occasion pour s'associer à quelqu'un avec qui ils n'ont pas travaillé auparavant.

Encouragez les participants à :

- Faire l'activité sans se référer à leurs boîtes à outils (mais c'est aussi bien s'ils en ont besoin).
- Poser des questions de manière indépendante. S'ils sont bloqués, ils peuvent utiliser la boîte à outils pour s'aider.
- Réfléchir à la manière dont ils peuvent inclure les principales raisons de l'utilisation de la PrEP orale dans ces discussions avec leurs pairs.



## RÉFLÉCHIR

### ACTIVITÉ : Cercle de réflexion

1. En utilisant les questions ci-dessous comme guide, engagez les participants dans une discussion sur ce qu'ils ont appris et comment cela les soutiendra dans leurs rôles d'ambassadeurs de la prévention du VIH.

### QUESTIONS DE RÉFLEXION SUGGÉRÉES

- Avez-vous entendu ces préoccupations de la part de vos amis / pairs ?
- Avez-vous entendu des préoccupations auxquelles nous n'avons pas répondu aujourd'hui ?
- Avez-vous ou partagez-vous l'une de ces préoccupations ? Qu'est-ce qui vous a aidé à surmonter ces préoccupations ?
- Comment pouvez-vous aider ou motiver vos pairs lorsque vous discutez de la PrEP orale avec eux ?

### CONSEILS DE FACILITATION

Invitez les participants à parler des préoccupations qu'ils ont eues ou pourraient avoir encore concernant l'utilisation de la PrEP orale.



## 4

# Obtenir la PrEP orale

## APERÇU DE LA SESSION

Les participants travailleront à la troisième étape de la carte du parcours de la PrEP orale – Obtenir la PrEP orale. Les participants identifieront les obstacles qui peuvent empêcher leurs pairs de recevoir la PrEP orale. Les participants identifieront les obstacles qui peuvent empêcher leurs pairs de recevoir la PrEP orale. Ils apprendront également des stratégies pour aider leurs pairs à surmonter ces obstacles et à présenter leurs stratégies au groupe.

À la fin de cette session, les participants devraient :

- Comprendre les obstacles à l'obtention de la PrEP orale
- Savoir comment aider leurs pairs à obtenir la PrEP orale

### MESSAGES CLÉS

- Avant que les gens puissent commencer à prendre la PrEP orale, ils devront consulter un professionnel de la santé qui pourra prescrire leurs médicaments et effectuer des contrôles réguliers. Cela peut être un obstacle à l'utilisation de la PrEP orale.
- Les gens doivent passer un test VIH avant de recevoir la PrEP orale. Cela peut être un obstacle pour ceux qui craignent d'être séropositifs.
- Les ambassadeurs jouent un rôle important en aidant leurs pairs à obtenir la PrEP orale.

### MATÉRIAUX

Les feuilles de travail et les outils utilisés dans cette session se trouvent dans la boîte à outils des ambassadeurs de la prévention du VIH. Ils sont également inclus à la fin des séances de PrEP orale pour votre référence.

**FEUILLE DE TRAVAIL 3** Carte du parcours de la PrEP orale **BOÎTE A OUTILS** PAGE 26

# INSTRUCTIONS POUR LA SESSION



## EXPLORER

## CONSEILS DE FACILITATION

### INTRODUCTION

1. Présentez la session en vous référant **Aperçu de la session.**
1. Redirigez les participants vers leur feuille de travail **Carte du parcours de la PrEP orale.**
2. Rappelez-leur que lors de la session précédente, ils ont identifié comment ils peuvent aider leurs pairs à surmonter leurs préoccupations et leur donner les moyens de prendre des décisions éclairées sur l'utilisation de la PrEP orale.
3. Expliquez qu'ils vont maintenant imaginer que leurs personnages ont décidé d'utiliser la PrEP orale et qu'ils sont passés à l'étape suivante du voyage – obtenir la PrEP orale.

### ACTIVITÉ : Aider vos pairs à obtenir la PrEP orale

1. Dirigez les participants vers la troisième étape de la feuille de travail **Carte du parcours de la PrEP orale.**
2. Expliquez qu'avant qu'une personne puisse commencer à prendre la PrEP orale, elle devra consulter un professionnel de la santé qui pourra lui prescrire ses médicaments et effectuer des contrôles réguliers. Cela peut constituer un obstacle et empêcher les gens d'utiliser la PrEP orale.
3. Animez une séance de remue-méninges sur les obstacles qui pourraient empêcher leurs personnages de se rendre chez un fournisseur de soins de santé pour obtenir la PrEP orale et écrivez-les sur un tableau à feuilles mobiles.
4. Demandez à chaque personne de sélectionner dans la liste un obstacle qui, selon elle, pourrait empêcher son personnage de recevoir la PrEP orale.
5. Demandez aux participants de se déplacer dans la salle et de parler avec d'autres participants pour trouver quelqu'un qui a identifié le même obstacle.
6. Lorsqu'ils trouvent un partenaire avec une barrière commune, demandez-leur de s'asseoir ensemble pour compléter leurs cartes de parcours en identifiant comment ils pourraient aider leurs personnages à surmonter l'obstacle et à obtenir la PrEP orale.
7. Lorsque les participants ont terminé, demandez-leur de rester deux par deux pour la prochaine activité.

Un obstacle peut être quelque chose qui les inquiète ou qui empêche d'y arriver.

S'il y a des participants qui ne partagent pas la même barrière qu'un autre participant, ils peuvent s'associer avec n'importe qui et choisir un obstacle sur lequel travailler.

|  <b>APPLIQUER</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>CONSEILS DE FACILITATION</b>                                                                                                                     |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Expliquez aux participants que vous aimeriez qu'ils créent un court jeu de rôle d'une à deux minutes entre un ambassadeur de la prévention du VIH et l'un de leurs pairs. Dans le jeu de rôle, le pair dira à l'ambassadeur à quel obstacle il fait face pour obtenir la PrEP orale, et l'ambassadeur offrira son soutien pour aider à surmonter cet obstacle.</li> <li>2. Donnez 15 minutes aux paires pour ce faire.</li> <li>3. Rassemblez le groupe et demandez à chaque pair de présenter son jeu de rôle au groupe.</li> <li>4. Une fois l'activité terminée, amenez les participants dans un cercle de réflexion.</li> </ol>                                                            |                                                                                                                                                     |
|  <b>RÉFLÉCHIR</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>CONSEILS DE FACILITATION</b>                                                                                                                     |
| <p><b>ACTIVITÉ : Cercle de réflexion</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. En utilisant les questions ci-dessous comme guide, engagez les participants dans une discussion sur ce qu'ils ont appris et comment cela les soutiendra dans leurs rôles d'ambassadeurs de la prévention du VIH.</li> </ol> <p><b>QUESTIONS DE RÉFLEXION SUGGÉRÉES</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Savez-vous où obtenir la PrEP orale dans votre communauté ?</b></li> <li>• <b>Avez-vous entendu parler de personnes de votre communauté qui éprouvent des difficultés à obtenir la PrEP orale ?</b></li> <li>• <b>Certaines personnes de votre communauté font-elles face à plus d'obstacles que d'autres ?</b></li> </ul> | <p>Invitez les participants à dire s'ils ont personnellement rencontré un obstacle à l'obtention de la PrEP orale et s'ils ont pu le surmonter.</p> |

## 5

# Prendre et rester sous PrEP orale

## APERÇU DE LA SESSION

Les participants travailleront à la quatrième étape de la carte du parcours de la PrEP orale – Prendre et rester sous PrEP orale. Les participants découvriront les raisons pour lesquelles leurs pairs peuvent avoir des difficultés à prendre la PrEP orale telle que prescrite et continueront de la prendre tant qu'ils sont vulnérables au VIH. Ils identifieront ensuite des stratégies pour aider leurs pairs à prendre et à rester sous PrEP orale.

À la fin de cette session, les participants devraient :

- Être en mesure d'expliquer l'importance de prendre la PrEP orale telle que prescrite (pour la plupart des gens, cela signifie la prendre quotidiennement) et de continuer à la prendre tant qu'ils sont vulnérables au VIH
- Être en mesure d'identifier les raisons pour lesquelles leurs pairs peuvent éprouver des difficultés à prendre la PrEP orale telle que prescrite
- Être en mesure d'identifier les raisons pour lesquelles leurs pairs peuvent choisir d'arrêter de prendre la PrEP orale alors qu'ils sont encore vulnérables au VIH
- Savoir comment aider leurs pairs à prendre et à rester sous PrEP orale

### MATÉRIAUX

Les feuilles de travail et les outils utilisés dans cette session se trouvent dans la boîte à outils des ambassadeurs de la prévention du VIH. Ils sont également inclus à la fin des séances de PrEP orale pour votre référence.

**FEUILLE DE TRAVAIL 3** Carte du parcours de la PrEP orale

BOÎTE À OUTILS PAGE 26

**OUTIL 11**

10 conseils pour l'utilisation de la PrEP orale

BOÎTE À OUTILS PAGE 18

MESSAGES  
CLÉS

- La PrEP orale peut être utilisée pendant les périodes de la vie des personnes où elles sont vulnérables au VIH. Ils peuvent arrêter de l'utiliser lorsque leur situation change. Si les personnes sont vulnérables au VIH et qu'elles ne prennent pas la PrEP orale comme prescrit (pour la plupart des gens, cela signifie la prendre quotidiennement), leurs taux d'ARV ne seront pas suffisamment élevés pour les protéger du VIH
- De nombreuses personnes ont du mal à prendre la PrEP orale telle que prescrite. Les raisons courantes incluent :
  - Ne pas comprendre le fonctionnement de la PrEP orale et l'importance de la prendre comme prescrit
  - Les gens inquiets les verront prendre les pilules
  - Se fatiguer de le prendre
  - Expérimenter des effets secondaires
  - Oublier de le prendre
- Les personnes peuvent arrêter complètement de prendre la PrEP orale pour de nombreuses raisons, notamment ::
  - Expérimenter des effets secondaires
  - Être inquiets que les gens les découvriront et les jugeront ou penseront qu'ils sont séropositifs
  - Sous-estimer leur vulnérabilité au VIH
  - Ne plus être vulnérable au VIH
  - Manquer une pilule et ne pas savoir quoi faire
    - Les personnes à qui la PrEP est prescrite quotidiennement peuvent la prendre dès qu'elles s'en souviennent et continuer à la prendre quotidiennement comme avant. Il est prudent de prendre occasionnellement deux comprimés en un jour.
    - Pour les HSH qui reçoivent une PrEP sur demande, il est important de ne manquer aucune dose. S'ils oublient une dose, l'efficacité de la PrEP est réduite. Ils devraient prendre une pilule dès qu'ils s'en souviennent et peuvent vouloir contacter leur prestataire de soins de santé pour envisager de prendre la PPE.
- Les HSH qui répondent à certains critères peuvent choisir entre une utilisation quotidienne et une utilisation sur demande (2 + 1 + 1). L'utilisation sur demande peut être plus facile pour certains HSH car elle implique de prendre moins de pilules et coûte moins cher. D'un autre côté, l'utilisation sur demande peut être plus difficile à prendre correctement que la PrEP quotidienne. Les HSH intéressés par l'utilisation à la demande devraient consulter un prestataire de soins de santé pour voir si cela peut leur convenir. Quel que soit leur choix, il est très important de prendre la PrEP telle que prescrite pour qu'elle soit efficace. Il n'y a **aucune preuve** que l'utilisation de la PrEP à la demande fonctionne dans **d'autres populations**.



# INSTRUCTIONS POUR LA SESSION

## EXPLORER

## CONSEILS DE FACILITATION

### INTRODUCTION

1. Présentez la session en vous référant à **Aperçu de la session.**
2. Redirigez les participants vers leur feuille de travail **Carte du parcours de la PrEP orale.**
3. Rappelez-leur que lors de la session précédente, ils ont soutenu leurs personnages pour obtenir la PrEP orale.
4. Expliquez que la PrEP orale n'est pas la dernière étape. De nombreuses personnes commencent à prendre la PrEP orale mais ne la prennent pas comme prescrit (pour la plupart des gens, cela signifie la prendre quotidiennement). Ils peuvent également arrêter de le prendre tant qu'ils sont encore vulnérables au VIH. Les ambassadeurs jouent un rôle important en aidant leurs pairs à prendre la PrEP orale telle que prescrite et à continuer de la prendre tant qu'ils sont vulnérables au VIH.
5. Soulignez que la PrEP orale ne doit être utilisée que pendant les périodes de la vie des personnes où elles sont vulnérables au VIH. Les gens peuvent choisir d'arrêter de le prendre lorsqu'ils ne sont plus vulnérables. Cependant, il est important pour eux de parler à leur prestataire de soins de santé avant d'arrêter la PrEP orale.

Pour faciliter efficacement cette séance, vous devez comprendre les raisons pour lesquelles les gens peuvent avoir des difficultés à prendre la PrEP orale telle que prescrite et les raisons pour lesquelles ils pourraient arrêter de la prendre. En outre, il est utile d'être conscient des défis uniques auxquels sont confrontées les populations prioritaires de la PrEP (par exemple, AGYW, HSH, PBFW, PID, professionnels du sexe et personnes transgenres) concernant la prise de la PrEP. Il sera également utile si vous connaissez les différentes stratégies que les ambassadeurs peuvent utiliser pour aider leurs pairs à suivre et à rester sous PrEP orale. Si vous avez besoin de rafraîchir vos connaissances, reportez-vous à **Connaissances essentielles sur la PrEP orale.**

### ACTIVITÉ : Aider vos pairs à suivre et à rester sous PrEP orale

1. Demandez aux participants pourquoi il est important pour leurs pairs de prendre la PrEP orale telle que prescrite (pour la plupart des gens, cela signifie la prendre quotidiennement) et de continuer à la prendre tant qu'ils sont vulnérables au VIH.
2. Animez une séance de brainstorming sur les différentes raisons pour lesquelles leurs pairs pourraient avoir des difficultés à prendre la PrEP orale telle que prescrite et continuez à la prendre. Notez leurs réponses sur un tableau blanc ou une feuille de tableau à feuilles mobiles.
3. Expliquez que dans cette activité, ils identifieront les messages clés qui aideront leurs pairs à prendre correctement la PrEP orale et à continuer de la prendre. Ils identifieront également des stratégies pour fournir un soutien continu, dont leurs pairs pourraient avoir besoin pour continuer à prendre correctement la PrEP orale.
4. Répartissez les participants en petits groupes et donnez à chaque groupe une feuille de tableau à feuilles mobiles.
5. Demandez aux participants de tracer une ligne au milieu du papier et d'écrire « Messages clés » à gauche et « Stratégies de soutien » à droite.
6. Expliquez que vous aimeriez qu'ils préparent une présentation de cinq minutes sur leurs messages clés et leurs stratégies de soutien.

Si les participants ont besoin d'aide pour identifier des stratégies, vous pouvez trouver des exemples dans **Connaissances essentielles sur la PrEP orale.**

7. Demandez à la moitié des groupes de se concentrer sur le soutien de leurs pairs à prendre la PrEP orale comme prescrit. Demandez à l'autre moitié de se concentrer sur le soutien de ses pairs à continuer de prendre la PrEP orale pendant qu'ils sont vulnérables au VIH.
8. Donnez aux groupes 30 minutes pour faire l'activité, puis rassemblez tout le monde.



## APPLIQUER

### CONSEILS DE FACILITATION

1. Demandez à chaque groupe de présenter ses stratégies au grand groupe.
2. Faites remarquer que tout le monde est susceptible de faire face à des défis en prenant la PrEP orale. Les ambassadeurs peuvent aider leurs pairs à identifier très tôt où ils pourraient déraiper et à avoir un plan pour ce qu'ils doivent faire lorsque cela se produit. Cette approche peut être plus utile pour les pairs que d'attendre qu'un défi se présente.
3. Une fois que tous les groupes ont fait la présentation, menez une discussion sur ce qu'ils ont appris des présentations des autres groupes.
4. Lorsque la discussion touche naturellement à sa fin, demandez aux participants de terminer la quatrième étape de leur carte de voyage.
5. Une fois l'activité terminée, amenez les participants dans un cercle de réflexion.

Si vous pensez que cela est approprié, vous pouvez fournir des commentaires aux groupes après leur présentation pour les aider à développer leurs compétences en présentation.



## RÉFLÉCHIR

### CONSEILS DE FACILITATION

### ACTIVITÉ : Cercle de réflexion

1. En utilisant les questions ci-dessous comme guide, engagez les participants dans une discussion sur ce qu'ils ont appris et comment cela les soutiendra dans leurs rôles d'ambassadeurs de la prévention du VIH.

### QUESTIONS DE RÉFLEXION SUGGÉRÉES

- **Qu'avez-vous appris aujourd'hui qui vous aidera dans vos rôles d'ambassadeurs ?**
- **Pensez-vous que vos pairs comprennent l'importance de prendre la PrEP orale telle que prescrite (pour la plupart des gens, cela signifie la prendre quotidiennement) et de continuer à la prendre tant qu'ils sont vulnérables au VIH ?**
- **Les mêmes stratégies fonctionnent-elles pour tout le monde ? Comment les ambassadeurs peuvent-ils aider leurs pairs à planifier à l'avance les défis auxquels ils pourraient être confrontés en suivant la PrEP ?**

Invitez les participants à partager s'ils ont personnellement trouvé difficile de prendre la PrEP orale telle que prescrite ou s'ils ont commencé et arrêté de prendre la PrEP orale. Vous pourriez également leur demander de réfléchir au type de soutien qui aurait pu les aider.

## 6

## Dire aux autres

## APERÇU DE LA SESSION

Les participants travailleront à l'étape finale de la carte du parcours de la PrEP orale – En parler aux autres. Ils examineront les raisons pour lesquelles leurs pairs peuvent choisir de parler ou de ne pas informer leurs partenaires et / ou leur famille de leur utilisation de la PrEP orale. Ils apprendront également des stratégies pour aider leurs pairs à considérer leurs options et à prendre leurs propres décisions sur l'opportunité de divulguer leur utilisation de la PrEP orale.

À la fin de cette session, les participants devraient :

- Être en mesure d'expliquer les raisons pour lesquelles les pairs pourraient vouloir informer leur famille et leur partenaire de leur utilisation de la PrEP orale et les raisons pour lesquelles ils pourraient vouloir garder cette information privée
- Comprendre que les gens ont le droit de prendre leurs propres décisions concernant la divulgation de leur utilisation de la PrEP orale. Savoir comment aider les pairs à décider s'ils divulgueront leur utilisation de la PrEP orale
- Savoir comment aider les pairs à décider s'ils divulgueront leur utilisation de la PrEP orale



Cette session demande aux participants de comprendre pourquoi il peut être difficile ou dangereux pour les gens de dire à leur famille ou à leur partenaire qu'ils utilisent la PrEP orale. Il est important de noter que l'utilisation de la PrEP orale n'est pas une cause fondamentale de violence. Si les participants n'ont pas ces connaissances, nous vous recommandons de faire la session **Stigmatisation, discrimination et violence basées sur le genre** avant de faire cette session.

Cette séance peut soulever la question de la violence dans les relations. Si les participants n'ont pas l'expérience de ce sujet, nous vous recommandons de mener la session **Répondre aux divulgations de violence** avant ou après celle-ci, si vous ne l'avez pas déjà fait. Si les participants partagent des expériences de violence, il est très important que vous soyez prêt à réagir. Cela comprend l'écoute empathique, la validation de leurs émotions et leur donner les moyens de déterminer le soutien qu'ils aimeraient de vous. Vous pouvez en savoir plus sur la façon de répondre aux divulgations de violence dans **Connaissances essentielles** contenues dans **Répondre aux divulgations de violence**.



## MATÉRIAUX

Les feuilles de travail et les outils utilisés dans cette session se trouvent dans la boîte à outils des ambassadeurs de la prévention du VIH. Ils sont également inclus à la fin de la session PrEP orale.

**FEUILLE DE TRAVAIL 3**

Carte du parcours de la PrEP orale

BOÎTE À OUTILS PAGE 26

**OUTIL 12**

Dire aux autres Jeu de rôle 1 : Décider

BOÎTE À OUTILS PAGE 19

**OUTIL 13**

Dire aux autres Jeu de rôle 2 : Dire à votre partenaire

BOÎTE À OUTILS PAGE 20

**OUTIL 14**

Dire aux autres Jeu de rôle 3 : Garder votre utilisation de la PrEP orale privée

BOÎTE À OUTILS PAGE 21

MESSAGES  
CLÉS

- Les gens peuvent utiliser la PrEP orale sans en parler à leur famille, à leur partenaire ou à quiconque.
- Les individus ont le droit de décider à qui ils parlent de leur utilisation de la PrEP orale. L'utilisation de la PrEP orale est une décision de santé et chacun a le droit de prendre ses propres décisions concernant sa santé.
- Les pairs peuvent trouver plus facile d'utiliser la PrEP orale si leur famille et / ou leur partenaire savent qu'ils l'utilisent, mais parler à ces personnes de l'utilisation de la PrEP peut être difficile. Les ambassadeurs peuvent aider leurs pairs à élaborer un plan et une pratique afin qu'ils se sentent plus à l'aise pour parler de leur utilisation de la PrEP.
- La PrEP orale peut être particulièrement utile pour les personnes qui ne se sentent pas à l'aise ou en sécurité pour négocier des rapports sexuels protégés, en particulier si elles sont dans des relations violentes ou de contrôle.
- Il peut être dangereux pour les personnes vivant dans des relations abusives ou dominantes de dire à leurs partenaires qu'elles utilisent la PrEP orale. Les ambassadeurs peuvent jouer un rôle important en aidant leurs pairs à développer des stratégies pour garder leur utilisation orale de la PrEP privée.

# INSTRUCTIONS POUR LA SESSION



## EXPLORER

### CONSEILS DE FACILITATION

### INTRODUCTION

1. Présentez la session en vous référant à **Aperçu de la session.**
2. Redirigez les participants vers leur feuille de travail **Carte du parcours de la PrEP orale.**
3. Rappelez-leur qu'au cours de la session précédente, ils ont appris des stratégies pour aider leurs personnages à suivre et à maintenir la PrEP orale.
4. Expliquez que dans cette session, ils se concentreront sur la façon dont ils peuvent soutenir leur personnage tout au long de la cinquième étape de la carte du parcours, en décidant s'ils veulent dire à leurs familles et / ou partenaires qu'ils utilisent la PrEP orale.
5. Expliquez que l'un des aspects uniques de la PrEP orale est que les individus n'ont pas besoin d'impliquer leur partenaire ou quiconque dans leur décision de la prendre.
6. Expliquez que les individus ont le droit de décider à qui ils parlent de leur utilisation de la PrEP orale.
7. Demandez aux participants de réfléchir aux questions suivantes :
  - Quelles sont les raisons pour lesquelles les gens pourraient choisir d'en parler à leur partenaire et / ou à leur famille ?
  - Quelles sont les raisons pour lesquelles les gens pourraient choisir de **ne pas** en parler à leur partenaire et / ou à leur famille ?
  - Y a-t-il un bon ou un mauvais choix ?
  - Quel est votre rôle en tant qu'ambassadeur lorsque vous soutenez vos pairs dans cette décision ?
8. S'il n'a pas été soulevé dans la discussion, expliquez aux participants que dans les relations sexuelles, un partenaire a souvent plus de pouvoir que l'autre en raison de l'âge, du sexe ou de la situation professionnelle. Par exemple, dans les relations hétérosexuelles, les hommes / garçons ont plus de pouvoir que les femmes / filles. Dans les relations transactionnelles, le Sugar Daddy / Blesseur a plus de pouvoir que le Sugar Baby / Blessée. Les partenaires Dans les relations violentes, il peut être dangereux pour quelqu'un de négocier des rapports sexuels protégés ou de dire à ses partenaires qu'ils utilisent la PrEP orale.
9. Dans certaines relations, le partenaire qui a le plus de pouvoir s'attend à avoir le contrôle sur les décisions prises par son partenaire, en particulier lorsqu'il s'agit de sa santé sexuelle. C'est une forme de violence.

Cette session se concentre sur les divulgations aux partenaires, mais les pairs peuvent également avoir besoin de soutien pour déterminer s'ils doivent divulguer leur utilisation de la PrEP orale à leur famille ou à d'autres personnes dans leur vie. Adaptez les jeux de rôle, si nécessaire, au groupe en formation. Consultez également la section Connaissances essentielles pour vous familiariser avec les raisons pour lesquelles les gens peuvent choisir d'informer ou de ne pas informer leurs parents / famille et partenaires de leur utilisation de la PrEP.

Insistez sur le fait que les gens ont le droit de prendre leurs propres décisions concernant leur santé. Le rôle d'un ambassadeur est de fournir les informations et d'aider ses pairs à prendre une décision éclairée.

Reportez-vous à la session **Stigmatisation, discrimination et violence basées sur le genre** pour plus d'informations.



10. Dans les relations violentes, il peut être dangereux pour quelqu'un de négocier des rapports sexuels protégés ou de dire à ses partenaires qu'ils utilisent la PrEP orale. Ce n'est pas la seule raison pour laquelle les gens peuvent choisir de ne pas dire à leurs partenaires, mais c'est une considération importante pour aider les pairs à prendre la décision.
11. Expliquez que dans cette activité, ils s'entraîneront à aider leurs pairs à décider s'ils veulent dire à leurs partenaires.

### ACTIVITÉ : Préparation au jeu de rôle

1. Divisez le groupe en trois groupes plus petits.
2. Donnez à chaque groupe l'un des scénarios de jeu de rôle :
  - **Dire aux autres Jeu de rôle 1 : Décider**
  - **Dire aux autres Jeu de rôle 2 : Dire à votre partenaire**
  - **Dire aux autres Jeu de rôle 3 : Garder votre utilisation de la PrEP orale privée**
3. Demandez à chaque groupe de passer par le jeu de rôle ensemble.
4. Demandez au groupe de :
  - Choisir le personnage d'un participant sur lequel baser le jeu de rôle
  - Choisir deux personnes qui joueront le jeu de rôle devant le groupe
  - Choisir une personne qui présentera le scénario au groupe avant le jeu de rôle
5. Faites savoir au groupe qu'il est normal de changer le jeu de rôle s'il pense que la conversation se déroulerait différemment dans la vraie vie.
6. Expliquez qu'ils feront le jeu de rôle sans leur trousse à outils, ils devront donc s'entraîner.
7. Donnez aux groupes 20 minutes pour préparer leurs jeux de rôle.

Les groupes peuvent choisir comment ils souhaitent réaliser le jeu de rôle. Ils peuvent nommer deux personnes, ou ils peuvent se relayer dans les différents rôles.



## APPLIQUER

### CONSEILS DE FACILITATION

### ACTIVITÉ : Jeux de rôle

1. Invitez le groupe à **Dire aux autres Jeu de rôle 1 : Décider** de venir au premier plan pour présenter son jeu de rôle au groupe.
2. Lorsque le premier groupe a terminé, invitez le deuxième groupe à **Dire aux autres Jeu de rôle 2 : Dire à votre partenaire**.
3. Lorsque le deuxième groupe a terminé, invitez le troisième groupe à jouer au premier plan **Dire aux autres Jeu de rôle 3 : Garder votre utilisation de la PrEP orale privée**.
4. Lorsque le troisième groupe a terminé, invitez les participants à réfléchir à tous les jeux de rôle en posant les questions suivantes :

Rappelez aux groupes qu'ils feront le jeu de rôle sans leur boîte à outils.

Pour les groupes plus avancés, vous pouvez envisager de demander au groupe de fournir une rétroaction constructive pour aider les participants à améliorer leur approche.



- Pensez-vous qu'il s'agissait de scénarios réalistes ?
  - Y a-t-il des questions qui n'ont pas été abordées dans ces scénarios
  - Les conversations seraient-elles différentes si elles étaient avec votre personnage ?
  - Pensez-vous que ce jeu de rôle peut également s'appliquer à des scénarios où un pair réfléchit à la manière de le dire à sa famille ?
5. Demandez au groupe de déterminer s'il pense que son personnage informerait son partenaire et / ou sa famille de l'utilisation de la PrEP orale.
  6. Une fois l'activité terminée, amenez les participants dans un cercle de réflexion.

Faites remarquer que les pairs peuvent ne pas toujours prendre les décisions qu'ils prendraient en tant qu'ambassadeurs, et c'est bien. Il est important que les ambassadeurs traitent leurs pairs comme les experts de leurs propres relations.



## RÉFLÉCHIR

### CONSEILS DE FACILITATION

### ACTIVITÉ : Cercle de réflexion

1. En utilisant les questions ci-dessous comme guide, engagez les participants dans une discussion sur ce qu'ils ont appris et comment cela les soutiendra dans leurs rôles d'ambassadeurs de la prévention du VIH.

Si les participants sont engagés dans une discussion de la précédente activité, vous n'avez pas besoin de changer d'activité – terminez simplement la discussion avec ces questions de réflexion.

### QUESTIONS DE RÉFLEXION SUGGÉRÉES

- **Pensez-vous que vos pairs savent qu'ils peuvent utiliser la PrEP orale sans en parler à leur famille ou à leur partenaire ?**
- **Que pensez-vous d'aider vos pairs à utiliser la PrEP orale en privé ?**
- **Si vous étiez à la place de l'une des personnes dans les jeux de rôle, pensez-vous que vous choisiriez d'en parler à votre partenaire ou à votre famille ? Pourquoi, pourquoi pas ?**
- **Quels sont les avantages et les inconvénients de parler à votre partenaire ou à votre famille de l'utilisation de la PrEP orale ?**

Invitez les participants à partager leur expérience personnelle de parler à leur famille ou à leurs partenaires de la PrEP orale. Rappelez aux participants qu'il leur appartient de décider de ce qu'ils aimeraient partager avec le groupe et de ce qu'ils aimeraient garder privé.

## 7

## Sensibilisation

## APERÇU DE LA SESSION

Les participants apprendront des moyens de renforcer le soutien à l'utilisation de la PrEP orale dans leurs communautés. Ils identifieront où ils ont le plus d'influence, et ils s'entraîneront à répondre aux préoccupations et aux questions des membres de la communauté, y compris les parents, les partenaires et les dirigeants communautaires.

À la fin de cette session, les participants devraient :

- Comprendre la manière dont différentes personnes influencent la décision d'une personne d'utiliser la PrEP orale
- Comprendre les préoccupations communes des membres de la communauté, y compris les familles et les partenaires, et disposer des informations dont ils ont besoin pour répondre à ces préoccupations
- Être capable de communiquer efficacement avec les personnes qui s'opposent à la PrEP orale pour approfondir leurs connaissances et gagner leur soutien

## MATÉRIAUX

Les feuilles de travail et les outils utilisés dans cette session se trouvent dans la boîte à outils des ambassadeurs de la prévention du VIH. Ils sont également inclus à la fin des séances de PrEP orale pour votre référence.

**FEUILLE DE TRAVAIL 5**

Feuille de travail Mes cercles d'influence

BOÎTE À OUTILS PAGE 28

**OUTIL 15**

Jeu de rôle de sensibilisation

BOÎTE À OUTILS PAGE 22

## MESSAGES CLÉS

- La décision d'utiliser la PrEP orale peut être influencée par l'attitude des autres, ce qui rend son utilisation plus difficile ou plus facile pour eux.
- Différentes personnes ont différents niveaux d'influence sur les décisions d'un individu. Certaines personnes ont de l'influence parce qu'elles sont respectées et de confiance. D'autres personnes ont de l'influence parce qu'elles ont plus de pouvoir. Ces types de personnes utilisent leur pouvoir pour contrôler les décisions d'une personne à risque de contracter le VIH.
- Lorsque les partenaires et les membres de la famille soutiennent la PrEP orale, une personne est plus susceptible de l'utiliser. Le soutien des partenaires / de la famille peut également aider une personne à utiliser correctement la PrEP orale et à continuer à la prendre tant qu'elle est vulnérable au VIH. Le soutien parental est particulièrement important pour les adolescents et les jeunes.
- Lorsque les attitudes et les attentes sur la façon dont les gens devraient se comporter sont partagées au sein d'un groupe ou d'une communauté, elles sont appelées normes sociales.
- Les normes sociales peuvent avoir plus d'influence sur le comportement d'un individu que ses propres pensées et croyances. C'est parce que les gens craignent d'être jugés ou exclus de leur groupe ou communauté s'ils ne suivent pas ces normes.
- Les normes sociales concernant l'activité sexuelle, le sexe et l'utilisation de la PrEP orale sont un obstacle majeur à l'utilisation de la PrEP orale et à la prévention du VIH.
- Les ambassadeurs peuvent utiliser les médias sociaux pour sensibiliser leurs communautés à la PrEP orale.

## INSTRUCTIONS POUR LA SESSION



## EXPLORER

## CONSEILS DE FACILITATION

## INTRODUCTION

1. Présentez la session en vous référant à **Aperçu de la session**.
2. Rappelez aux participants qu'au cours des cinq séances précédentes, ils ont soutenu leur personnage pour surmonter les obstacles à l'obtention et à l'utilisation de la PrEP orale.
3. Expliquez que dans cette session, ils exploreront comment ils peuvent aider à renforcer le soutien de la PrEP orale dans leurs communautés. Cela réduira les obstacles à l'utilisation de la PrEP orale et facilitera la protection des personnes contre le VIH.
4. Expliquez que les attitudes des gens dans la vie de leurs pairs peuvent influencer le choix de l'utilisation de la PrEP orale. Ces attitudes sont les plus puissantes lorsqu'elles sont partagées par des groupes et des communautés. Les attitudes et attentes partagées sur la façon dont les gens devraient se comporter sont appelées normes sociales.



5. Menez une discussion sur l'influence des attitudes et des normes de la communauté en posant les questions suivantes.
  - Quelles sont les attitudes les plus fortes concernant *[choisir la population la plus pertinente pour les pairs formés : AGYW, HSH, PBFW, PID, couples sérodiscordants, professionnels du sexe ou personnes transgenres]* utilisant la PrEP orale dans vos communautés ?
  - Ces attitudes et normes influencent-elles ce que vos pairs pensent de l'utilisation de la PrEP orale ?
  - Les différents groupes de la communauté ont-ils des attitudes différentes ?
6. Demandez aux participants d'identifier quels groupes de personnes ont beaucoup d'influence dans la vie de leurs pairs et écrivez cette liste sur une feuille de tableau à feuilles ou un tableau blanc.
7. Expliquez que lors de la prochaine activité, ils identifieront leur influence sur les différents groupes de la communauté.

### ACTIVITÉ : Cercles d'influence

1. En vous référant à la feuille de travail **Mes cercles d'influence**, expliquez aux participants que leur cercle intime comprend les individus et les groupes qui les respectent, leur font confiance et les écoutent le plus. Cela peut inclure leurs amis et parents, ou les personnes qui se tournent vers eux pour obtenir des conseils. C'est là qu'ils auront le plus d'influence, c'est donc le meilleur endroit pour commencer à sensibiliser à la PrEP orale.
2. Donnez aux participants cinq minutes pour écrire certaines des personnes qui sont dans leurs cercles intérieurs.
3. Expliquez que leur cercle du milieu comprend les individus et les groupes qui prendront généralement le temps d'écouter ce qu'ils ont à dire, mais qui ne sont pas nécessairement d'accord ou de suivre leurs conseils. Influencer les attitudes, les croyances et les comportements de leur cercle du milieu peut être difficile, mais ce n'est pas impossible.
4. Donnez aux participants cinq minutes pour écrire quelques-unes des personnes qui sont dans leurs cercles du milieu.
5. Expliquez aux participants que leur cercle extérieur comprend les individus ou les groupes qu'ils ont peu ou aucune influence sur - ceux qui pourraient ne pas écouter ou ne pas respecter leurs opinions. Ce sont les personnes que les participants pourraient avoir trop peur d'approcher. Parfois, ces personnes travaillent activement contre ce que les ambassadeurs essaient de réaliser. Tenter d'influencer les personnes de leur cercle extérieur ne sera probablement pas efficace et pourrait même créer des conflits inutiles.

Utiliser **Connaissances essentielles sur la PrEP orale** et **Messages clés** pour expliquer l'influence des normes sociales.



6. Donnez aux participants cinq minutes pour écrire certaines des personnes qui sont dans leurs cercles extérieurs.
7. Une fois que les participants ont rempli leurs feuilles de travail, demandez à un volontaire de lire à haute voix certaines des personnes dans leurs cercles intérieur, central et extérieur et pourquoi ils les y ont placées.
8. Invitez d'autres personnes à partager certaines de leurs réponses qui peuvent être différentes de celles de la première personne.
9. En vous référant à la liste que vous avez créée précédemment des personnes ou des groupes ayant le plus d'influence sur la vie de leurs pairs, demandez si quelqu'un a l'un de ces groupes dans son cercle intérieur ou central.
10. Expliquez qu'influencer ces personnes aura probablement le plus grand impact sur le changement.
11. Pour les participants qui n'ont aucun des groupes énumérés dans leurs cercles intérieurs ou intermédiaires, expliquez que les ambassadeurs peuvent encore les influencer indirectement. Demandez au groupe d'imaginer ce qui se passe lorsqu'ils jettent une pierre dans l'eau. Même si la pierre ne touche directement l'eau qu'à un seul endroit, elle affecte toute l'eau qui l'entoure. C'est ce qu'on appelle l'effet d'entraînement.
12. Demandez aux participants de réfléchir à la manière dont la sensibilisation à la PrEP orale et le fait d'influencer les attitudes des personnes de leur entourage pourraient avoir des répercussions sur le changement des attitudes dans la communauté.

Soulignez que certaines personnes ont de l'influence parce qu'elles sont respectées et dignes de confiance. D'autres personnes influenceront les choix d'un individu parce qu'ils ont plus de pouvoir et utilisent ce pouvoir pour contrôler leurs décisions.

Les participants doivent seulement énumérer le rôle de la personne, par exemple, mère, ami, partenaire ou leader communautaire. Ils n'ont pas besoin de lister les noms des individus.



## APPLIQUER

### CONSEILS DE FACILITATION

### ACTIVITÉ : Jeu de rôle en groupe

1. Expliquez aux participants que dans cette activité, ils s'exerceront à répondre aux questions et aux préoccupations des différents membres de la communauté, tels que les parents, les partenaires et les dirigeants communautaires. Soulignez que les partenaires ont généralement le plus d'influence sur l'utilisation de la PrEP. Les adolescents et les jeunes sont également fortement influencés par leurs parents.
2. Menez une discussion sur les raisons pour lesquelles certains partenaires soutiennent l'utilisation de la PrEP orale et les raisons pour lesquelles d'autres partenaires ne le font pas.
3. Répétez la discussion, mais cette fois, concentrez-vous sur un autre groupe qui a beaucoup d'influence sur la population que vous formez.
4. Divisez le groupe en paires et dirigez-les vers **Jeu de rôle de sensibilisation**.
5. Demandez aux participants de faire le jeu de rôle, en veillant à échanger les rôles afin que chaque personne ait son tour à jouer l'ambassadeur.





6. Donnez 20 minutes aux paires pour le faire, puis rassemblez le groupe.
7. Demandez à une paire de se porter volontaire pour jouer le jeu de rôle devant le groupe. Cela ne devrait prendre que quelques minutes.
8. Demandez aux participants de déposer leurs boîtes à outils et de se mettre en cercle.
9. Expliquez que vous vous exercerez à répondre aux questions et aux préoccupations des membres de la communauté.
10. Demandez aux participants de réfléchir à un moment où quelqu'un d'autre a réussi à changer d'avis sur quelque chose. Demandez à une ou deux personnes de partager leur réponse.
11. Expliquez que l'un des moyens les plus efficaces de changer l'opinion d'une personne et d'obtenir son soutien est de :
  - Écoutez leur opinion ou leurs préoccupations
  - Reconnaissez leur point de vue et montrez que vous comprenez ce qu'ils disent
  - Trouvez quelque chose sur lequel vous pouvez être d'accord avec eux, par exemple en soulignant que tout le monde veut arrêter la propagation du VIH
  - Répondre à leurs préoccupations et expliquer pourquoi la PrEP orale est un ajout important à la prévention combinée du VIH
12. Expliquez que vous allez demander à des volontaires dans le cercle de jouer le rôle d'un membre de la communauté ayant une préoccupation ou une question concernant la PrEP orale. Vous demanderez alors à quelqu'un d'autre d'entrer dans le cercle et de répondre.
13. Démontrez-le en entrant dans le cercle, en vous présentant comme un leader communautaire et en exprimant une inquiétude concernant la PrEP orale.
14. Demandez à un volontaire d'entrer dans le cercle et de répondre à votre préoccupation.
15. Une fois la discussion terminée, demandez au volontaire de jouer le rôle d'un membre de la communauté. Demandez-leur de se présenter et de poser une question ou d'exprimer une préoccupation.
16. Demandez à un volontaire d'entrer dans le cercle et de répondre à son inquiétude.
17. Répétez cette activité jusqu'à ce que tout le monde ait eu son tour.
18. Une fois l'activité terminée, amenez les participants dans un cercle de réflexion.

Problèmes potentiels que vous pouvez utiliser pour votre exemple :

- La PrEP orale conduira les filles et les femmes à avoir plus de relations sexuelles
- Si une PBFW prend une PrEP orale, cela peut nuire au bébé
- La PrEP orale permettra aux HSH d'avoir des relations sexuelles « gay » plus facilement

Si un participant est bloqué en essayant de répondre, invitez les autres membres du groupe à essayer une autre approche.



## RÉFLÉCHIR

### CONSEILS DE FACILITATION

#### ACTIVITÉ : Cercle de réflexion

1. En utilisant les questions ci-dessous comme guide, engagez les participants dans une discussion sur ce qu'ils ont appris et comment cela les soutiendra dans leurs rôles d'ambassadeurs de la prévention du VIH.

#### QUESTIONS DE RÉFLEXION SUGGÉRÉES

- Qu'avez-vous pensé de cette activité ?
- Avez-vous entendu les questions et préoccupations soulevées dans cette activité au sein de vos communautés ?
- Pensez-vous que vous vous sentirez à l'aise de parler aux gens de la communauté de la PrEP orale ?
- Selon vous, avec quels groupes il sera le plus difficile de parler et d'obtenir du soutien ?
- Qui peut vous aider à influencer les attitudes de la communauté ?

Faites savoir aux ambassadeurs qu'il leur appartient de choisir les activités qu'ils se sentent à l'aise de faire en tant qu'ambassadeurs. S'ils ne se sentent pas à l'aise pour obtenir du soutien dans leur communauté, ils peuvent se concentrer sur le soutien de leurs pairs.

## 8

## Plaidoyer

## APERÇU DE LA SESSION

Les participants exploreront comment l'environnement qui les entoure peut influencer leur capacité à utiliser la PrEP orale. Ils apprendront ensuite à planifier une stratégie de plaidoyer pour éliminer les obstacles et créer un environnement propice à l'utilisation orale de la PrEP.

À la fin de cette session, les participants devraient :

- Comprendre les obstacles et les catalyseurs à l'utilisation de la PrEP orale
- Comprendre l'importance de travailler avec des alliances et des coalitions pour influencer le changement
- Savoir créer une stratégie de plaidoyer

## MESSAGES CLÉS

- L'environnement autour de leurs pairs peut rendre plus facile ou plus difficile pour eux le choix et l'utilisation de la PrEP orale. Les aspects d'un environnement qui rendent les choses plus difficiles sont appelés barrières. Les aspects qui facilitent les choses sont appelés catalyseurs.
- La capacité d'utiliser la PrEP orale est influencée par une série de facteurs, tels que les lois, les politiques, les décisions de financement, les priorités et les pratiques des personnes et des institutions aux niveaux local, national et international.
- Les changements au niveau environnemental nécessitent le soutien des décideurs qui ont une influence directe sur les lois, les politiques, les décisions de financement, les priorités et les pratiques des institutions telles que les établissements de santé, les écoles et les départements gouvernementaux.
- Les activités de plaidoyer visent à inciter les décideurs à apporter des changements pour éliminer les obstacles et créer un environnement favorable.
- Les ambassadeurs seront plus efficaces s'ils travaillent avec des groupes et des organisations qui partagent la même vision. Les coalitions (groupes de personnes travaillant vers le même objectif) ont plus de pouvoir d'influencer les décideurs que les individus.
- Une composante essentielle d'une stratégie de plaidoyer réussie est de connaître le public. Les données (via des sondages et des enquêtes, des entretiens et des évaluations des besoins) éclaireront les efforts de plaidoyer et devraient être collectées auprès de la communauté à chaque étape.

## MATÉRIAUX

Les feuilles de travail et les outils utilisés dans cette session se trouvent dans la boîte à outils des ambassadeurs de la prévention du VIH. Ils sont également inclus à la fin des séances de PrEP orale pour votre référence.

**FEUILLE DE TRAVAIL 6**

**Supprimer les obstacles à la PrEP orale**

BOÎTE À OUTILS PAGE 29

**FEUILLE DE TRAVAIL 7**

**Planification du plaidoyer**

BOÎTE À OUTILS PAGE 30

## INSTRUCTIONS POUR LA SESSION



### EXPLORER

### CONSEILS DE FACILITATION

#### INTRODUCTION

1. Présentez la session en vous référant à **Aperçu de la session.**
2. Redirigez les participants vers leur feuille de travail **Carte du parcours de la PrEP orale.**
3. Rappelez-leur que dans les activités de la carte du parcours, ils se sont concentrés sur le soutien à leurs pairs pour surmonter les obstacles à la PrEP orale. Expliquez que dans cette session, ils exploreront comment ils peuvent changer l'environnement autour de leurs pairs pour leur faciliter l'utilisation de la PrEP orale.
4. Expliquez que l'environnement autour de leurs pairs peut rendre plus facile ou plus difficile pour eux le choix et l'utilisation de la PrEP orale. Les aspects d'un environnement qui rendent les choses plus difficiles sont appelés barrières. Les aspects qui facilitent les choses sont appelés catalyseurs.

Use **Utilisez Connaissances essentielles sur la PrEP orale** pour aider les participants à identifier les principaux obstacles à l'utilisation de la PrEP orale.

Cette activité est conçue pour permettre aux participants de décider du niveau auquel ils aimeraient travailler. Par exemple, ils peuvent se concentrer sur les obstacles au sein de leurs communautés, ou des défenseurs plus expérimentés peuvent se concentrer sur les politiques et les lois nationales qui créent des obstacles à l'utilisation de la PrEP orale.

Les groupes doivent être motivés par les intérêts des participants.

Ce n'est pas grave s'il y a des domaines qui ne sont pas inclus dans cette activité. S'il y a un grand nombre de personnes dans un groupe, vous pouvez envisager de les diviser en deux groupes.

#### ACTIVITÉ : Supprimer les obstacles à la PrEP orale

1. Demandez aux participants de repenser aux obstacles qu'ils ont identifiés et qui ont rendu plus difficile pour leur personnage de se renseigner sur la PrEP orale, de décider de l'utiliser, de l'obtenir, de la prendre et de la conserver, et de dire aux autres de l'utiliser.
2. Animez une discussion pour identifier les obstacles, écrivez leurs réponses sur une feuille de flip chart ou un tableau blanc.
3. Dirigez les participants vers la feuille de travail **Supprimer les obstacles à la PrEP orale.** Expliquez qu'ils se diviseront en groupes et que chaque groupe travaillera à identifier ce qui pourrait être changé dans l'environnement pour éliminer ces barrières et faciliter l'utilisation de la PrEP orale pour leurs pairs.

4. Demandez aux participants de sélectionner l'un des cinq domaines de la feuille de travail sur lesquels ils aimeraient travailler et de former un groupe avec d'autres participants qui aimeraient travailler sur le même domaine.
5. Donnez aux groupes 10 minutes pour établir une liste des changements qui pourraient être apportés à l'environnement afin de faciliter l'utilisation de la PrEP orale par leurs pairs.
6. Rassemblez les participants et demandez à chaque groupe de présenter ses réponses. Écrivez leurs réponses sur une feuille de tableau à feuilles mobiles ou un tableau blanc.
7. Facilitez une discussion sur les catalyseurs qu'ils ont identifiés, en soulignant tout chevauchement entre les différents domaines



## APPLIQUER

### ACTIVITÉ : Plaidoyer pour le changement

1. En utilisant **Connaissances essentielles sur la PrEP orale** et **Messages clés**, expliquez que :
  - On ne s'attend pas à ce que les participants éliminent directement ces obstacles à la PrEP orale.
  - L'élimination des barrières dans l'environnement nécessite le soutien des décideurs qui peuvent avoir une influence directe sur les lois, les politiques, les décisions de financement, les priorités et les pratiques des établissements, tels que les établissements de soins de santé, les écoles et les services gouvernementaux.
  - Ils peuvent contribuer à créer un environnement propice en incitant ces décideurs à agir.
  - Ils seront plus efficace s'ils travaillent avec autrui.
2. Dirigez chaque groupe vers sa feuille de travail **Planification du plaidoyer**.
3. Parcourez les questions de la feuille de travail en expliquant que ces questions les aideront à décider des actions à entreprendre pour créer un environnement propice à l'utilisation de la PrEP orale dans leurs communautés. Une fois qu'ils ont terminé la feuille de travail, ils utiliseront les informations pour créer une stratégie pour atteindre leur objectif.
4. Donnez aux groupes cinq minutes pour identifier le problème (ou l'obstacle) qu'ils veulent aborder et ce qu'ils veulent atteindre (leur objectif).
5. Demandez aux groupes d'identifier qui a le pouvoir d'apporter les changements nécessaires pour atteindre leur objectif. Donnez au groupe cinq minutes pour le faire.
6. Demandez aux groupes de déterminer comment ils peuvent en apprendre davantage sur ces personnes et leurs connaissances, attitudes et croyances sur le problème ou l'obstacle qu'ils veulent aborder.

## CONSEILS DE FACILITATION

Utilisez **Connaissances essentielles sur la PrEP orale** pour aider les participants à identifier les différents types d'activités de plaidoyer qu'ils pourraient utiliser.

Il peut être utile de donner un exemple que vous pouvez suivre tout au long de l'activité :

### EXEMPLE 1

**Problème** : Les services de traitement antirétroviral n'orientent pas les partenaires séronégatifs vers la PrEP

**Objectif** : le ministère de la Santé fournira des outils et des ressources sur la PrEP orale pour faciliter les références

**Qui a le pouvoir ?** Ministères de la santé, gestionnaires d'établissements, prestataires de soins de santé

**Opportunités** : Le Ministère de la Santé organisera un forum public dans la salle communautaire pour que les jeunes aient leur mot à dire sur les questions liées à la santé sexuelle et reproductive

**Alliés** : Le directeur de l'établissement d'une clinique locale est un ami de la famille qui souhaite soutenir les références pour la PrEP orale

**Soutien et ressources dont nous avons besoin** : Matériel IEC sur la PrEP orale, soutien des gestionnaires des établissements, liste des établissements fournissant la PrEP orale



7. Demandez aux groupes d'identifier les opportunités d'influencer ces personnes. Par exemple, ont-ils des connexions qu'ils peuvent utiliser ? Existe-t-il des moyens établis de communiquer avec eux ou de participer aux décisions ? Y a-t-il des événements, des réunions ou d'autres opportunités qu'ils peuvent utiliser pour attirer leur attention ?
8. Demandez aux groupes d'identifier les personnes susceptibles de soutenir leur objectif (alliés). Expliquez que travailler avec des alliés est le moyen le plus efficace de parvenir au changement, car cela renforce leur influence. Expliquez que les alliés peuvent inclure des individus qui les soutiennent et leur objectif, ou des individus, des groupes ou des organisations qui travaillent déjà dans la région avec lesquels ils peuvent s'associer. Donnez-leur cinq minutes pour le faire.
9. Donnez-leur cinq minutes pour identifier le soutien et les ressources dont ils disposent, ainsi que ceux dont ils auront besoin pour influencer efficacement le changement.
10. Demandez aux groupes d'utiliser cette information pour décider quelles activités ils peuvent faire pour atteindre leur objectif.
11. Donnez à chaque groupe une feuille de tableau à feuilles mobiles et demandez-leur de créer une stratégie pour influencer les décideurs clés afin d'éliminer les obstacles et de créer un environnement propice à l'utilisation orale de la PrEP. Cela devrait inclure leur objectif et les détails de ce qu'ils vont faire pour atteindre l'objectif.
12. Donnez aux participants 10 minutes pour ce faire.
13. Rassemblez le groupe et demandez à chaque groupe de partager un bref aperçu de sa stratégie.
14. Une fois l'activité terminée, amenez les participants dans un cercle de réflexion.



## RÉFLÉCHIR

### ACTIVITÉ : Cercle de réflexion

1. En utilisant les questions ci-dessous comme guide, engagez les participants dans une discussion sur ce qu'ils ont appris et comment cela les soutiendra dans leurs rôles d'ambassadeurs de la prévention du VIH.

### QUESTIONS DE RÉFLEXION SUGGÉRÉES

- Connaissez-vous des groupes ou des organisations qui travaillent pour créer un environnement propice à la prévention du VIH ou à la PrEP orale ?
- A-t-il été facile pour vous d'identifier des alliés ?
- Comment pouvez-vous travailler ensemble pour renforcer votre influence ?

### EXEMPLE 2

**Problème :** Les personnes qui ont essayé d'accéder à la PrEP ont été victimes de stigmatisation et de discrimination de la part des prestataires de soins de santé

**Objectif :** Permettre aux prestataires de PrEP de fournir des services non discriminatoires et sans stigmatisation

**Qui a le pouvoir ?** Prestataires de soins de santé, gestionnaires d'établissements

**Opportunités :** Les politiques d'amélioration de la qualité prescrivent que les établissements de santé devraient inclure des représentants de la communauté dans leurs comités de gestion et d'amélioration de la qualité ; le programme de formation existant sur la PrEP pour les prestataires de soins de santé comprend un module sur la prestation de services sans stigmatisation

**Alliés :** Une infirmière de l'établissement est une championne de la PrEP

**Soutien et ressources dont nous avons besoin :** Soutien du gestionnaire de l'établissement pour inclure les bénéficiaires de la PrEP dans le cadre du comité de gestion / d'amélioration de la qualité et pour organiser une formation sur la prestation de services de PrEP sans stigmatisation

Vous pouvez donner plus de temps aux participants pour créer leur stratégie et la présenter au groupe si vous avez plus de temps.

### CONSEILS DE FACILITATION

Vous n'avez pas besoin de poser toutes les questions - vous pouvez choisir certaines questions dans la liste, ou simplement demander aux participants leurs réflexions sur la session.

Encouragez les participants à réfléchir à la manière d'utiliser Facebook, Twitter et d'autres plateformes de médias sociaux pour s'engager avec ces groupes ou organisations.

## 9

# Plan d'action

## APERÇU DE LA SESSION

Les participants identifieront leur vision de leur communauté et développeront un objectif commun pour leur travail en tant qu'ambassadeurs. Ils exploreront la meilleure façon de contribuer à l'atteinte de l'objectif, en tenant compte de leurs passions, intérêts, forces et domaines d'influence. Les participants identifieront également comment ils peuvent s'entraider.

À la fin de cette session, les participants devraient :

- Comprendre l'objectif vers lequel ils travaillent
- Savoir comment ils aimeraient contribuer à l'objectif
- Se sentir soutenu par ses pairs

### MESSAGES CLÉS

- Dans votre travail en tant qu'ambassadeur de la prévention du VIH, n'oubliez jamais quel est votre objectif (le changement que vous voulez voir).
- Rappelez-vous toujours que même si cela peut sembler accablant, de petits pas peuvent faire de grandes différences avec le temps.

### MATÉRIAUX

Les feuilles de travail et les outils utilisés dans cette session se trouvent dans la boîte à outils des ambassadeurs de la prévention du VIH. Ils sont également inclus à la fin des séances de PrEP orale pour votre référence.

**FEUILLE DE TRAVAIL 8** Mon Plan d'action personnel

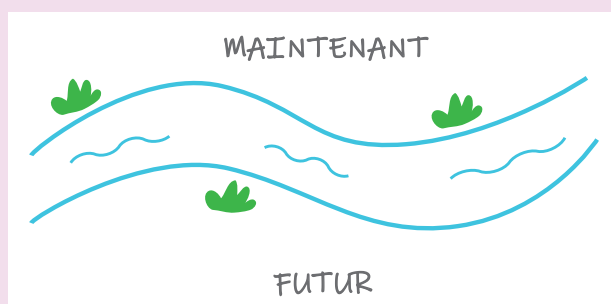
BOÎTE À OUTILS PAGE 31

# INSTRUCTIONS POUR LA SESSION

PRÉPARATION

Dessinez une rivière au centre d'une feuille de tableau de conférence (comme dans l'exemple ci-dessous).

En haut de la page, écrivez le mot « MAINTENANT » et en bas, écrivez le mot « FUTUR ».



## EXPLORER

### INTRODUCTION

1. Présentez la session en vous référant à **Aperçu de la session**.
2. Expliquez que dans cette session, les participants appliqueront tout ce qu'ils ont appris pendant la formation jusqu'à présent, pour une situation dans leur communauté qu'ils aimeraient changer, et ils créeront un plan d'action pour aider à réaliser ce changement.
3. Demandez aux participants de réfléchir à la formation. Demandez au groupe de donner un aperçu de ce qui a été couvert par la formation jusqu'à présent.

### ACTIVITÉ : Notre communauté

1. Dirigez les participants vers le morceau de papier de tableau de conférence que vous avez préparé avec le dessin d'une rivière.
2. Demandez aux participants de réfléchir à la manière dont ils décriraient leur communauté en termes de vulnérabilité de leurs pairs VIH et les raisons pour lesquelles il leur est difficile de se protéger du VIH. Pensez aux facteurs de la vie de leurs pairs, de la communauté et de l'environnement qui les entoure. Rappelez-leur de réfléchir à toutes les questions qu'ils ont explorées dans cette formation, y compris :
  - Droits humains
  - Inégalité de genre et violence basé sur le genre
  - Vulnérabilité au VIH
  - Mythes sur la PrEP orale
  - Obstacles à la PrEP orale
  - Attitudes de la communauté à propos de la PrEP orale

### CONSEILS DE FACILITATION

Si les participants proviennent de communautés différentes ou de populations différentes, vous pouvez les diviser en petits groupes. S'ils proviennent de nombreuses communautés ou populations différentes, vous pouvez donner des notes collantes de couleurs différentes à chaque communauté ou groupe de population. Cela permet à chacun de contribuer à l'image commune, tout en différenciant les communautés et les populations.

Il peut être utile de donner quelques exemples :

- De nombreuses filles sortent avec des hommes plus âgés parce qu'elles leur donnent de l'argent et leur achètent des choses.
- Les lois, politiques et normes sociales discriminent les HSH, les personnes handicapées, les professionnels du sexe et les transgenres, ce qui les expose à des risques de violence et rend difficile l'accès aux services dont ils ont besoin.
- L'église est influente et enseigne que l'abstinence est le seul moyen pour les personnes non mariées de prévenir le VIH.
- Des mythes largement répandus sur les effets de la PrEP orale sur les bébés font que les PBFW ne veulent pas utiliser la PrEP.





3. Demandez aux participants d'écrire un aspect de leur communauté sur une note collante et de la lire à haute voix (pour éviter les doublons) avant de la coller du côté MAINTENANT de la rivière.
4. Lorsqu'ils ont terminé, lisez les notes pour donner une vue d'ensemble de la communauté.
5. Demandez aux participants de réfléchir à l'avenir qu'ils souhaitent pour leur communauté.
6. Demandez-leur d'imaginer à quoi leur communauté pourrait ressembler dans cinq à dix ans si tout le monde travaillait ensemble pour prévenir le VIH.
7. Demandez aux participants d'écrire leurs contributions sur des notes collantes et de les mettre du côté FUTUR de la rivière, en les lisant à haute voix avant de les coller.
8. Lorsqu'ils ont terminé, lisez les notes pour donner une vue d'ensemble de leur vision de la communauté.
9. Demandez au groupe de réfléchir aux différences entre leur communauté actuelle et la communauté qu'ils aimeraient voir à l'avenir.
10. Animez une discussion pour transformer leur vision en un objectif clair vers lequel les ambassadeurs de la prévention du VIH peuvent travailler.



## APPLIQUER

### CONSEILS DE FACILITATION

1. Dirigez les participants vers la feuille de travail **Mon plan d'action personnel**.
2. Parcourez la feuille de travail et expliquez :
  - Habituellement, un plan d'action se concentre sur la création d'objectifs très spécifiques et un plan pour les atteindre, y compris des éléments comme les délais. Ces types de plans d'action sont très importants lors de la planification d'activités spécifiques.
  - Cependant, en tant qu'ambassadeurs, leur rôle changera très probablement en réponse aux besoins de leurs pairs.
  - Ainsi, leur plan d'action personnel est conçu pour les aider à réfléchir à la meilleure façon de contribuer à l'objectif identifié, en tenant compte de leurs passions, intérêts, forces et domaines d'influence.
3. Donnez aux participants 20 minutes pour terminer leur plan d'action personnel.
4. Lorsqu'ils ont terminé, demandez à chaque participant de présenter son plan d'action au groupe.
5. Une fois que tous les participants se sont présentés, écrivez « S'entraider » sur une feuille de tableau à feuilles mobiles et affichez-la où tout le monde peut la voir.
6. Demandez aux participants de réfléchir à une façon de soutenir d'autres ambassadeurs. Demandez-leur de l'écrire sur une note collante et de la lire à haute voix avant de coller leur note sur le morceau de papier du tableau à feuilles mobiles.
7. Une fois l'activité terminée, amenez les participants dans un cercle de réflexion.

Encouragez les participants à inclure les outils des ambassadeurs dans leurs plans d'action là où ils pourraient être utiles.

Le soutien peut aller du soutien pratique ou émotionnel à l'aide aux activités.



## RÉFLÉCHIR

### CONSEILS DE FACILITATION

#### ACTIVITÉ : Cercle de réflexion

1. En utilisant les questions ci-dessous comme guide, engagez les participants dans une discussion sur ce qu'ils ont appris et comment cela les soutiendra dans leurs rôles d'ambassadeurs de la prévention du VIH.

#### QUESTIONS DE RÉFLEXION SUGGÉRÉES

- Avez-vous bon espoir de pouvoir contribuer à l'objectif ?
- À quels défis vous attendez-vous à faire face ?
- Comment pouvez-vous rester motivé ?

Comme il s'agit de la dernière des séances de PrEP orale, vous voudrez peut-être demander aux participants de réfléchir à la formation sur la PrEP orale.



## Ressources utiles

### Informations et outils sur la PrEP orale

- 1 QuickRes - global online reservation and case management app**  
FHI 360  
2020  
<https://quickres.org>

Un outil Web simple que les gens peuvent utiliser pour évaluer leurs besoins en matière de services de lutte contre le VIH et trouver et réserver des services locaux de lutte contre le VIH et les services connexes, actuellement disponibles dans plusieurs pays des Caraïbes, d'Afrique et d'Asie.
- 2 HIV Prevention Ambassador Training for AGYW: Digital Sessions on Oral PrEP**  
Wits RHI  
2020  
<https://myprep.co.za/ambassador>

Une version en ligne des modules oraux de PrEP trouvés dans la formation des ambassadeurs de la prévention du VIH pour les AGYW.
- 3 WHO Implementation Tool for Pre-Exposure Prophylaxis (PrEP) of HIV Infection. Module 11: PrEP Users**  
WHO  
2017  
[www.who.int](http://www.who.int)

Un module de formation destiné aux personnes qui décident de commencer ou non à utiliser la PrEP orale. Ce module aborde les questions courantes que les gens se posent lors de la prise de cette décision et d'autres considérations qui surviennent lors de l'utilisation de la PrEP orale, comme prendre la PrEP orale pendant la grossesse et parler aux autres de l'utilisation de la PrEP orale.
- 4 PrEP Introduction to Young People**  
OPTIONS Consortium; Wits RHI; She Conquers  
2018  
[ambassadortraining@PrEPNetwork.org](mailto:ambassadortraining@PrEPNetwork.org) (PowerPoint)  
[www.youtube.com](http://www.youtube.com) (Get PrEPared What African women need to know! [Video])  
<https://myprep.co.za> (PrEP Road map)

Une présentation PowerPoint contenant une feuille de route pour la PrEP orale sur la décision d'utiliser la PrEP orale, une vidéo montrant le fonctionnement de la PrEP orale et d'autres ressources pour les jeunes sur la PrEP orale.
- 5 Preventing HIV During Pregnancy and Breastfeeding in the Context of PrEP**  
WHO  
2017  
[www.who.int](http://www.who.int)

Une note technique résumant les données existantes et décrivant la justification et les considérations de l'utilisation de la PrEP orale chez les PBFW, ainsi que les femmes qui conçoivent pendant qu'elles prennent la PrEP.
- 6 What's the 2+1+1? Event-Driven Oral Pre-Exposure Prophylaxis to Prevent HIV for Men Who have Sex With Men: Update to WHO's Recommendation on Oral PrEP**  
WHO  
2019  
[www.who.int](http://www.who.int)

Une note technique mettant à jour les directives de l'OMS sur le dosage de la PrEP pour les HSH. Résume les preuves actuelles sur la PrEP événementielle (ou « sur demande ») et la justification et les considérations pour offrir une PrEP événementielle aux HSH.

- 
- |                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>7 Oral PrEP eLearning Resource Package</b><br/>WHO and Jhpiego<br/><a href="http://www.hivoralprep.org">www.hivoralprep.org</a></p> | <p>Une boîte de ressources en ligne destinée aux prestataires de soins de santé pour leur présenter la PrEP orale. Comprend des cours e-learning pour les cliniciens et une application accompagnant l'outil de mise en œuvre de la PrEP orale.</p> |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
- 
- |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>8 South Africa PrEP Information, Education, and Communication Materials and Job Aids</b><br/>OPTIONS Consortium; Wits RHI<br/>2018<br/><a href="https://myprep.co.za">https://myprep.co.za</a> (website)<br/><a href="http://www.prepwatch.org">www.prepwatch.org</a> (PrEP Posters)<br/><a href="http://www.prepwatch.org">www.prepwatch.org</a> (Oral Pre-Exposure Prophylaxis [PrEP] Counselling Guidelines)</p> | <p>Matériel d'information, d'éducation et de communication sur la PrEP orale pour les étudiants universitaires.</p> <p>Des outils de travail pour soutenir les agents de santé, les éducateurs pairs et les conseillers sur les sites de déploiement de la PrEP orale.</p> |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
- 
- |                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>9 PrEP 4 Youth Public Service Announcements</b><br/>OPTIONS Consortium; Wits RHI<br/>2019<br/><a href="http://www.prepwatch.org">www.prepwatch.org</a></p> | <p>Une série de cinq vidéos courtes et puissantes mettant en vedette des acteurs de MTV Shuga Down South parlant de tout ce qui concerne la PrEP orale. Les vidéos couvrent le dépistage du VIH, la prévention combinée, la prise quotidienne de PrEP, les effets secondaires et la stigmatisation.</p> |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
- 
- |                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>10 Young Women Lead, Evidence, Advocate, Research, Network (LEARN)</b><br/>ATHENA Network<br/>2018<br/><a href="http://athenanetwork.org">http://athenanetwork.org</a></p> | <p>Un projet de deux ans DREAMS Innovation Challenge qui a soutenu le déploiement et l'adoption efficaces de la PrEP orale chez les adolescentes et les jeunes femmes au Kenya et en Ouganda. Le projet comprenait des activités de mobilisation des pairs par le biais des ambassadeurs LEARN et des pairs mobilisateurs.</p> |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
- 
- |                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                          |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>11 MyPrEP Tool</b><br/>Bedsider<br/>2018<br/><a href="https://mypreptool.org">https://mypreptool.org</a></p> | <p>Un outil en ligne interactif que les AGYW peuvent utiliser pour évaluer leurs choix en matière de planification familiale et de prévention du VIH, y compris la prise en compte de la PrEP orale.</p> |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
- 
- |                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>12 Jipende JiPrEP</b><br/>Kenya National STI &amp; AIDS Control Programme<br/>2019<br/><a href="https://prep.nascop.org">https://prep.nascop.org</a></p> | <p>Un outil en ligne interactif que les AGYW peuvent utiliser pour en savoir plus sur la PrEP orale et trouver des endroits où elles peuvent y accéder au Kenya.</p> |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
- 
- |                                                                                                                   |                                                                                                                                                  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>13 Multipurpose Prevention Technologies</b><br/>AVAC<br/><a href="http://www.avac.org">www.avac.org</a></p> | <p>Ressources sur les technologies de prévention polyvalentes, y compris un résumé des essais cliniques achevés et en cours testant les MPT.</p> |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
- 
- |                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>14 Rectal Microbicides Fact Sheet</b><br/>Microbicide Trials Network<br/>2020<br/><a href="https://mtnstopshiv.org">https://mtnstopshiv.org</a></p> | <p>Une fiche d'information décrivant les microbicides rectaux et résumant les essais cliniques terminés et en cours testant les microbicides rectaux.</p> |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
-

## Éducation par les pairs

- 1 Peer Education and Leadership for Adolescents: Facilitator Manual**  
 LVCT Training Institute  
 2014  
[ambassadortraining@PrEPNetwork.org](mailto:ambassadortraining@PrEPNetwork.org)

Un manuel de formation pour guider les éducateurs pairs adolescents facilitateurs afin qu'ils dispensent une éducation par les pairs et des interventions basées sur le leadership aux adolescents âgés de 10 à 19 ans. Les sessions couvrent l'éducation par les pairs, les compétences de vie et les compétences de facilitation.
- 2 PZAT PrEP Literacy Sessions Guide**  
 Pangaea Zimbabwe AIDS Trust  
 2018  
[ambassadortraining@PrEPNetwork.org](mailto:ambassadortraining@PrEPNetwork.org)

Un manuel pour les éducateurs pairs qui comprend des fiches d'information sur la transmission et le dépistage du VIH, la prophylaxie post-exposition (PPE), les questions fréquemment posées sur le VIH et les messages clés sur la PrEP orale.
- 3 Launching V**  
 CONRAD; USAID  
 2018  
[www.prepwatch.org](http://www.prepwatch.org)

Une boîte à outils centrée sur l'autonomisation comprenant des suggestions de messages et d'activités que les ambassadeurs de la PrEP orale peuvent utiliser pour augmenter la demande de PrEP orale avec leurs pairs, y compris la sensibilisation des médias sociaux.

## Adhérence

- 1 Interventions to Improve Antiretroviral Therapy Adherence Among Adolescents in Low- and Middle-Income Countries: A Systematic Review of the Literature**  
 FHI 360  
 2018  
[ambassadortraining@PrEPNetwork.org](mailto:ambassadortraining@PrEPNetwork.org)

Une revue de la littérature menée pour éclairer les stratégies et interventions efficaces pour accroître l'observance des soins et du traitement du VIH chez les adolescents, principalement en Afrique subsaharienne.

## Sensibilisation

- 1 WHO Implementation Tool for Pre-Exposure Prophylaxis (PrEP) of HIV Infection. Module 2: Community Educators and Advocates**  
 WHO  
 2017  
[www.who.int](http://www.who.int)

Un module éducatif contenant des informations sur la PrEP orale à prendre en compte dans les activités menées par la communauté. Le module vise à accroître les connaissances sur la PrEP orale et à augmenter la demande et l'accès.
- 2 Training for Community Mobilization for VMMC: Trainer's Slide Deck**  
 AIDSFree  
 2019  
<https://www.malecircumcision.org/>

Formation pour accroître les connaissances sur la circoncision médicale masculine volontaire (CMMV) pour la prévention du VIH et renforcer les compétences et la confiance dans la promotion de la CMMV dans les communautés et la mobilisation des hommes pour les services.

### 3 Voluntary Medical Male Circumcision Demand Creation Toolkit

Population Services International  
2014

[www.psi.org](http://www.psi.org)

Une boîte à outils contenant des conseils et des outils pour mener des activités de communication et de sensibilisation afin de stimuler la demande de CMMV.

## Plaidoyer

### 1 U-Report

UNICEF  
2011

<https://ureport.in/>

Un outil de collecte de données et de messagerie sociale pour favoriser l'action citoyenne, informer les dirigeants et créer un changement positif.

### 2 Key Population PrEP Activist Toolkit

International Treatment Preparedness Coalition  
2018

<http://itpcglobal.org>

Un guide qui donne aux militants communautaires les connaissances et les compétences dont ils ont besoin pour exiger la PrEP orale. Le guide est disponible en anglais, français et espagnol.

### 3 Advocating for Change for Adolescents! A Practical Toolkit for Young People to Advocate for Improved Adolescent Health and Well-being

The Partnership for Maternal, Newborn, & Child Health; Women Deliver  
2018

<https://womendeliver.org>

Une boîte à outils élaborée par des jeunes pour être utilisée par des réseaux d'organisations dirigées par des jeunes et au service des jeunes pour améliorer la santé et le bien-être des adolescents dans le monde.

### 4 Respecting, Protecting, and Fulfilling Our Sexual and Reproductive Health and Rights: A Toolkit for Young Leaders

C Exchange Youth Initiative; Women Deliver  
2015

<http://womendeliver.org>

Une boîte à outils pour guider les jeunes leaders à devenir des leaders percutants et experts en santé et droits sexuels.

## Plan d'action

### 1 SASA! Action Training Module

Raising Voices  
2013

<http://raisingvoices.org>

Un manuel de formation pour explorer les moyens pratiques d'utiliser le pouvoir pour prendre des mesures pour prévenir la violence contre les femmes et le VIH. Comprend des sessions sur l'activisme efficace, la pratique de l'activisme et le soutien des efforts d'activisme.

### 2 A Systematic Review of Positive Youth Development in Low- and Middle-Income Countries

YouthPower Learning  
2017

[www.youthpower.org](http://www.youthpower.org)

Une analyse des preuves du développement positif existant des jeunes, documentant l'efficacité de ces approches appliquées dans les pays à revenu faible ou intermédiaire.

## Réseaux sociaux et engagement numérique

### 1 A Vision for Going Online to Accelerate the Impact of HIV Programs

FHI 360, LINKAGES Project

2019

[www.fhi360.org](http://www.fhi360.org)

Un cadre expliquant comment les programmes de lutte contre le VIH peuvent utiliser des plateformes en ligne et mobiles pour atteindre leurs objectifs en matière d'éducation, de prévention, de dépistage et de traitement du VIH.

### 2 SMART Connections Program Guide

FHI 360

2010

[www.youthpower.org](http://www.youthpower.org)

Un guide de programme pour un programme de groupe de soutien structuré en ligne offert par des groupes Facebook « secrets » par des animateurs qualifiés.

## Ressources pour prestataires de services

### 1 The CHARISMA Toolkit: Empowerment Counseling to Improve Women's Ability to Use PrEP Safely and Effectively

RTI International; Wits RHI; FHI 360

2020

[info@charismaproject.org](mailto:info@charismaproject.org)

Une panoplie complète d'outils pour soutenir l'intégration de l'intervention CHARISMA – abordant la dynamique des relations, y compris la violence du partenaire intime – dans les programmes de PrEP.

### 2 OPTIONS Provider Training Package: Effective Oral PrEP Delivery for AGYW

OPTIONS Consortium

2019

[www.prepwatch.org](http://www.prepwatch.org)

Une trousse de formation avec des diapositives et des documents destinés aux prestataires de services qui travailleront pour offrir la PrEP orale aux adolescentes et aux jeunes femmes

### 3 WHO Implementation Tool for Pre-Exposure Prophylaxis (PrEP) of HIV Infection. Module 12: Adolescents and Young People

WHO

2017

[www.who.int](http://www.who.int)

Un module de formation destiné aux prestataires de services de PrEP orale intéressés à travailler avec des adolescents plus âgés et de jeunes adultes à risque de contracter le VIH. Le module aborde les principales considérations relatives à la prestation de services de prévention et de soins du VIH à cette population.

# MATÉRIEL DE SESSION

OUTIL 6

## Tester et prévenir

Chacun a la responsabilité de contribuer à la prévention du VIH dans notre communauté !

13

### TESTER

**Testez pour le VIH et les IST - et faites-le régulièrement !**

La plupart des transmissions du VIH proviennent de personnes qui ne savent pas qu'elles sont séropositives.

Lorsque vous faites un test de dépistage du VIH, vous pouvez également rechercher d'autres IST. La plupart des IST peuvent être traitées, mais si elles ne sont pas traitées, elles peuvent entraîner de graves problèmes de santé. Les IST vous rendent également vulnérables au VIH - donc le dépistage régulier et le traitement des IST aident à prévenir le VIH.



### PRÉVENIR

**Protégez-vous de la transmission du VIH chaque fois que vous avez des relations sexuelles !**



**Préservatifs masculins et préservatifs féminins**

Les préservatifs masculins et féminins constituent une barrière entre la peau la plus délicate et les fluides corporels susceptibles de contenir le VIH et d'autres IST. L'utilisation d'un lubrifiant (à base d'eau ou de silicone) aidera à empêcher les préservatifs de se déchirer.



**PrEP orale (prophylaxie préexposition)**

La PrEP orale est un médicament qu'une personne séronégative peut prendre pour se protéger du VIH. Elle crée un bouclier autour des cellules sanguines d'une personne pour la protéger du VIH. Lorsqu'une personne prend de la PrEP orale tous les jours et qu'elle est exposée au VIH, elle ne peut pas infecter ses cellules sanguines. Le virus mourra et la personne ne contractera pas le VIH. La PrEP orale ne vous protège pas contre les IST, il est donc préférable de toujours utiliser un préservatif.

L'abstinence sexuelle, la réduction du nombre de partenaires sexuels et la circoncision médicale masculine volontaire peuvent aussi aider à prévenir le VIH.

### RÉPONDRE

**Si vous avez été exposé au VIH, agissez vite !**

Si vous craignez d'avoir été exposé au VIH, vous pouvez prendre des médicaments d'urgence pour réduire le risque de contracter le VIH.



**PPE (prophylaxie post-exposition)**

Si le VIH pénètre dans le corps, la PPE peut empêcher de se propager à d'autres cellules. Lorsque le VIH ne peut pas se propager, il meurt. Cela peut empêcher une personne de devenir séropositive. La PPE doit être commencée dans les 72 heures suivant l'exposition et prise tous les jours pendant 4 semaines.

### TRAITER

**Si vous avez reçu un diagnostic de VIH, commencez le traitement dès que possible pour rester en bonne santé et prévenir la transmission.**

Si vous découvrez que vous êtes séropositif, il est important de commencer le traitement immédiatement. Cela ne guérit pas le VIH, mais cela peut empêcher le virus de se propager et de se transformer en SIDA, ce qui signifie que vous pouvez vivre une vie longue et saine. Le traitement anti-VIH réduit également le risque que vous transmettiez le VIH à d'autres.



**TAR (traitement antirétroviral)**

Le TAR est une combinaison de médicaments qui agissent ensemble pour réduire la quantité de VIH dans l'organisme d'une personne et renforcer son système immunitaire. Si le traitement est commencé tôt et pris chaque jour, la quantité de VIH dans le sang d'une personne peut devenir si faible qu'il n'y a pas assez de virus pour être transmis à d'autres. C'est ce qu'on appelle une charge virale indétectable.



## OUIL 2

TRANSMISSION  
DU VIH

Le VIH peut être transmis d'une personne à une autre par le sang, le sperme, le liquide vaginal, le liquide rectal et le lait maternel. Cela peut se produire pendant :

- Sexe vaginal
- Sexe anal
- Sexe oral

- Grossesse
- Accouchement
- Allaitement maternel

- Injection de drogues avec une aiguille partagée
- Contact direct avec le sang

## PREVENTION DU VIH

-

**PrEP orale**

Si vous n'avez pas le VIH, vous pouvez vous protéger en prenant un médicament anti-VIH appelé PrEP orale

-

**PPE**

Si vous avez été exposé au VIH vous pouvez prévenir l'infection en prenant des médicaments anti-VIH appelés PPE dans les 72 heures suivant l'exposition

+

**TAR**

Si vous êtes séropositif vous pouvez éviter la transmission à d'autres en prenant des médicaments anti-VIH

Les méthodes supplémentaires que vous pouvez utiliser pour réduire le risque de transmission du VIH pendant les rapports sexuels sont :



Utilisation de préservatifs masculins ou féminins chaque fois que vous avez des relations sexuelles - y compris les relations sexuelles vaginales, anales et orales.



Utilisation d'un lubrifiant à base d'eau ou à base de silicone pour empêcher les préservatifs de se casser et de sécher les relations sexuelles



Dépistage régulier des IST et traitement immédiat



S'abstenir, réduire le nombre de partenaires sexuels et connaître le statut de votre partenaire

Les mères séropositives peuvent réduire le risque de transmission du VIH à leur bébé en :



Pendant des médicaments anti-VIH pendant la grossesse, l'accouchement et l'allaitement



Tratent leur bébé avec des médicaments anti-VIH



Les personnes séropositives qui ne souhaitent pas devenir enceintes peuvent utiliser la planification familiale pour éviter une grossesse non désirée



Si vous êtes séropositif et que vous pensez avoir un bébé, parlez à un médecin de la meilleure façon de réduire le risque de VIH

Vous pouvez réduire le risque de transmission du VIH par le sang en :



Éviter tout contact avec le sang d'autrui



Ne jamais utiliser une aiguille qui a été utilisée par quelqu'un d'autre

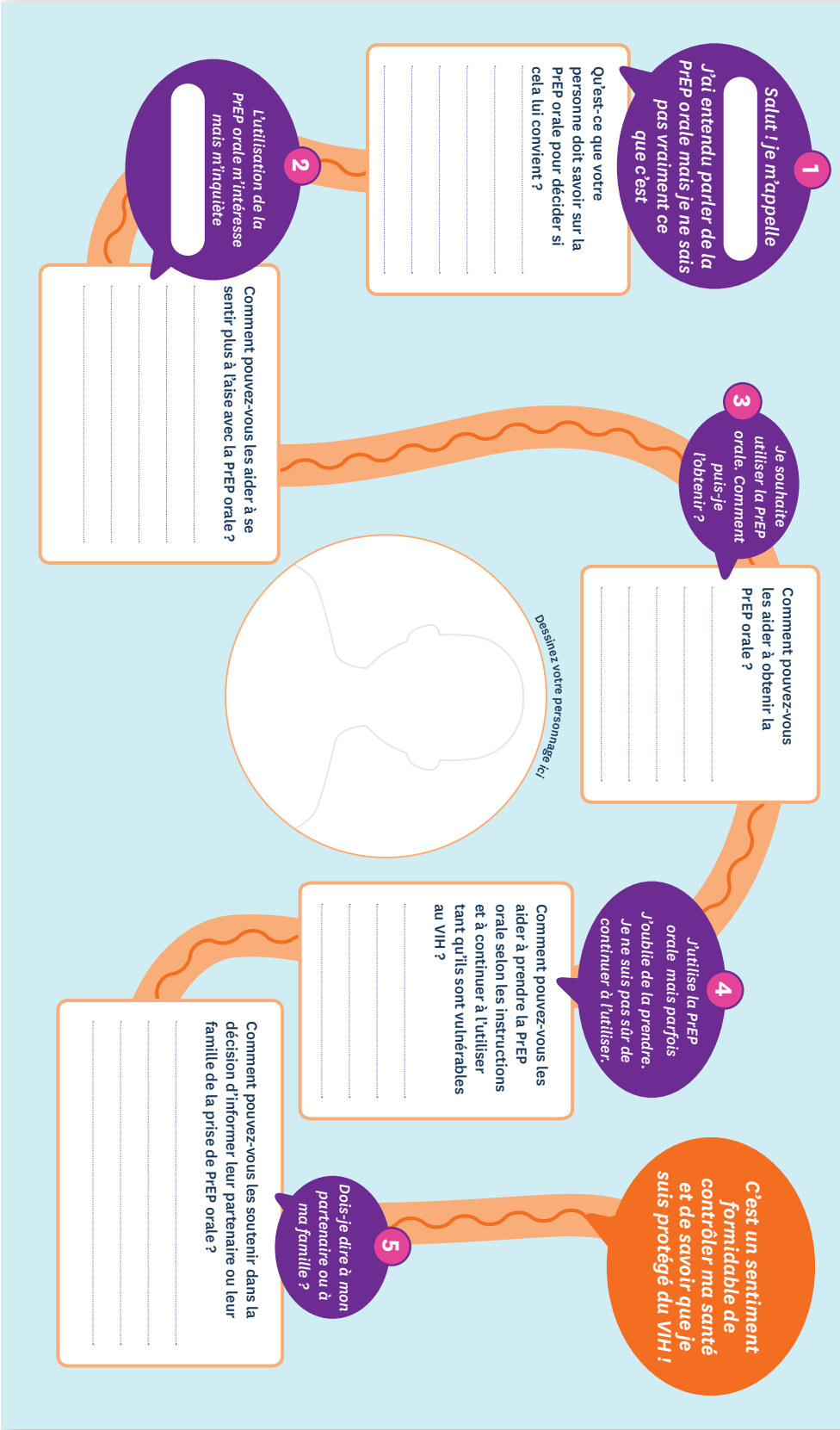


Le VIH peut être transmis lors de transfusions sanguines, mais la plupart des hôpitaux testent maintenant le sang pour le VIH avant de l'utiliser dans une transfusion. Si vous êtes inquiet, demandez à votre médecin !

VOUS NE POUVEZ PAS CONTRACTER LE VIH EN TOUCHANT, EN EMBRASSANT OU EN PARTAGEANT

DE LA NOURRITURE ET DES BOISSONS AVEC QUELQU'UN SÉROPOSITIF

# Carte du parcours de la PrEP orale



# Profil de personnage

Nom

Qui est-elle ?

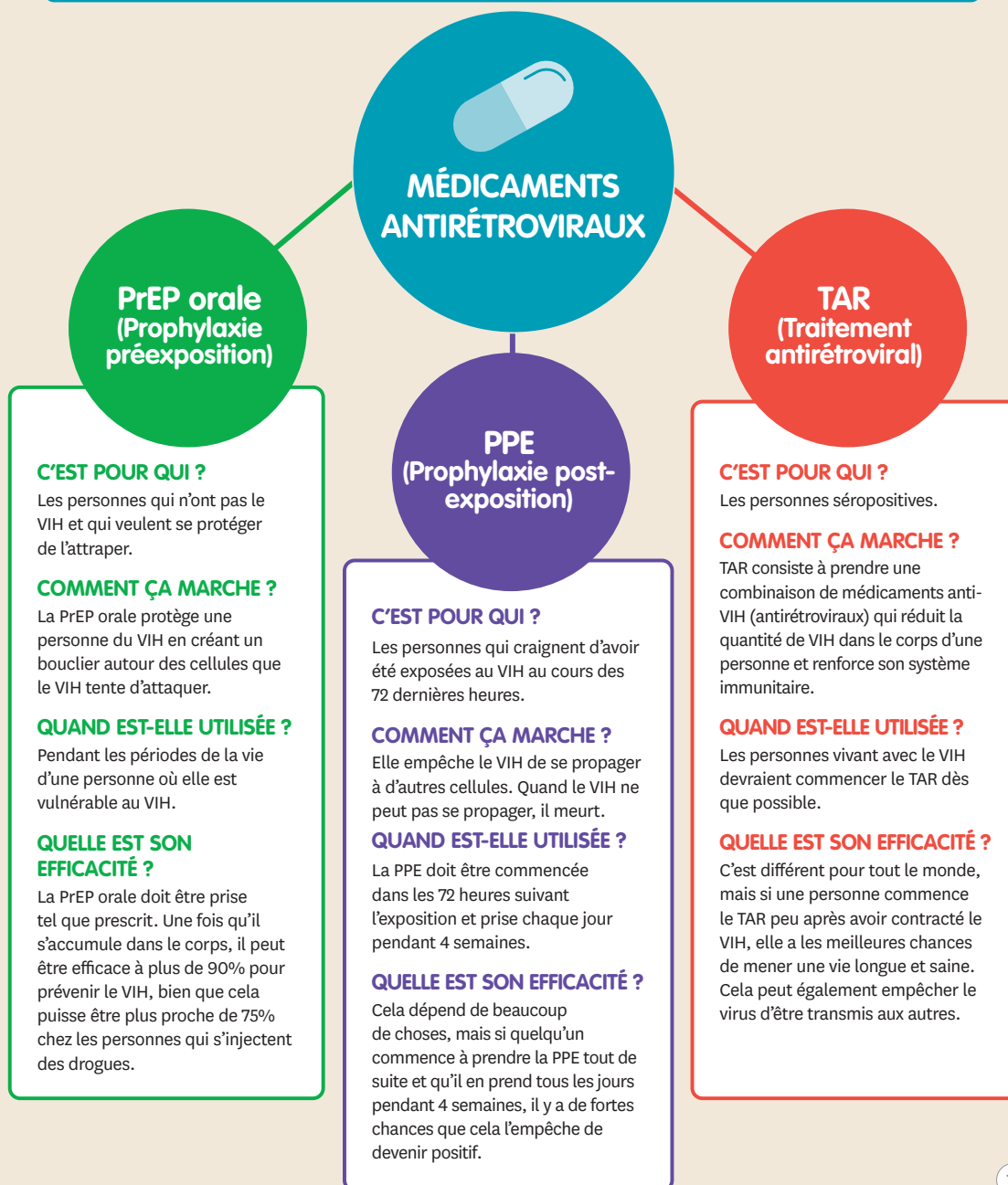
Est-elle vulnérable au VIH?  
Comment peut-elle se protéger?

Que sait-elle,  
pense-t-elle et  
ressent-elle du VIH ?

Que sait-elle,  
pense-t-elle et  
pense-t-elle de la  
PrEP orale?

# PrEP orale, PPE et TAR

**Les antirétroviraux** sont un type de médicament qui empêche le VIH d'attaquer les cellules du corps d'une personne et de se propager à d'autres cellules. La PrEP, la PPE et le TAR par voie orale utilisent différentes combinaisons d'antirétroviraux qui agissent de différentes manières pour combattre le virus à différents stades. La PrEP orale, la PPE et le TAR ne peuvent pas être échangés - ils ne fonctionnent que lorsqu'ils sont utilisés conformément aux prescriptions.



PrEP

# PrEP quotidienne

La PrEP quotidienne est destinée à toute personne vulnérable au VIH. Il est important que toute personne prescrite la PrEP quotidienne en prenne tous les jours. Si elle n'est pas prise tous les jours, les niveaux de médicament ne seront pas assez élevés pour les protéger du VIH, et elles resteront vulnérables au VIH.

## C'EST POUR QUI ?

Toute personne vulnérable au VIH peut prendre quotidiennement la PrEP.

## COMMENT SE PREND-ELLE ?



**Chaque jour** tant qu'une personne est vulnérable au VIH.

## COMBIEN DE TEMPS FAUT-IL LA PRENDRE AVANT QU'ELLE SOIT EFFICACE

Hommes qui ont des relations sexuelles avec des hommes :

Tous les autres :



**2 à 24 heures avant le rapport sexuel** **Chaque jour pendant 7 jours**

## COMBIEN DE TEMPS FAUT-IL LA PRENDRE APRÈS LA DERNIÈRE EXPOSITION POTENTIELLE AU VIH ?

Hommes qui ont des relations sexuelles avec des hommes :

Tous les autres :



**Chaque jour pendant 2 jours**

**Chaque jour pendant 28 jours**

« Les hommes qui ont des relations sexuelles avec des hommes » font référence aux homosexuels, bisexuels et autres hommes ayant des relations sexuelles avec des hommes.

« Tout le monde » désigne les hommes qui ont des relations sexuelles vaginales ou anales avec des femmes ; femmes cisgenres et transgenres et hommes transgenres ayant des relations sexuelles vaginales / frontales.

## PrEP pour les hommes ayant des rapports sexuels avec des hommes

Les hommes gays, bisexuels et autres qui ont des rapports sexuels avec des hommes peuvent prendre la PrEP orale de deux manières : à la demande (2 + 1 + 1) et quotidiennement. La PrEP à la demande est destinée aux hommes gays, bisexuels et autres qui ont des rapports sexuels avec des hommes qui répondent à certains critères, tandis que la PrEP quotidienne est destinée à toute personne vulnérable au VIH. Il est important que quiconque commence à prendre la PrEP orale, parle à son prestataire de soins de santé du type d'utilisation de PrEP qui leur convient et ils l'utilisent comme prescrit. S'il n'est pas pris tel que prescrit les niveaux de médicament ne seront pas assez élevés pour les protéger du VIH, et ils resteront vulnérables au VIH.

Utilisation à la demande (2+1+1) \*

PrEP

Usage quotidien

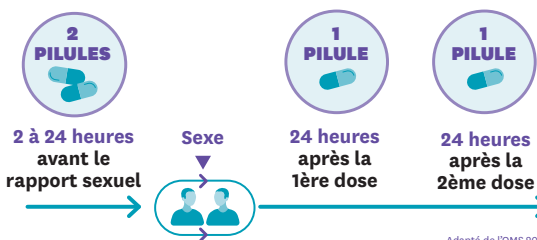
### C'EST POUR QUI ?

Les hommes ayant des relations sexuelles avec des hommes vulnérables au VIH et :

1. Qui ont des relations sexuelles non fréquentes (un jour par semaine ou moins en moyenne)
2. Peuvent prédire quand les rapports sexuels auront lieu (au moins 2 heures à l'avance ou peuvent retarder les rapports sexuels d'au moins 2 heures)
3. Ne souffrent pas d'hépatite B chronique

L'utilisation à la demande n'est pas appropriée pour les femmes transgenres ou les hommes transgenres qui ont des relations sexuelles vaginales / frontales.

### COMMENT ÇA SE PREND ?



S'il a de nouveau des relations sexuelles dans les prochains jours, il devrait prendre une pilule chaque jour que le sexe continue. Après le dernier acte sexuel, il devrait prendre un seul comprimé par jour pendant deux jours.

\*Vérifiez les directives nationales pour voir si elles incluent la PrEP à la demande.

### C'EST POUR QUI ?

Toute personne vulnérable au VIH – y compris les hommes gays, bisexuels et autres hommes ayant des relations sexuelles avec des hommes – peut prendre la PrEP quotidienne.

#### COMMENT ÇA SE PREND ?



Chaque jour tant qu'une personne est vulnérable au VIH

#### COMBIEN DE TEMPS FAUT-IL PRENDRE AVANT QUE CE SOIT EFFICACE ?



2 à 24 heures avant le rapport sexuel

#### COMBIEN DE TEMPS FAUT-IL PRENDRE APRÈS LA DERNIÈRE EXPOSITION POTENTIELLE AU VIH ?



Chaque jour pendant 2 jours

OUTIL 10

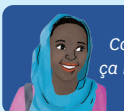
# PrEP orale - Répondre à vos questions

Salut ! Je suis un ambassadeur de la prévention du VIH.  
Avez-vous des questions sur la PrEP orale ?



Qu'est-ce  
que la  
PrEP orale

C'est un médicament qu'une personne séronégative peut prendre pour se protéger du VIH. Le mot **PrEP** signifie **Pré** (avant) **Exposition** (entrée en contact avec le virus) **Prophylaxie** (médicament pour empêcher une infection de se produire).



Comment  
ça marche ?

La PrEP orale crée un bouclier autour de vos cellules sanguines pour les protéger du VIH. Parce que le VIH ne peut pas infecter ces cellules sanguines, le virus meurt.



Quelle  
est son  
efficacité ?

Si vous la prenez tel que prescrit, elle s'accumulera dans votre système et deviendra efficace à plus de 90% pour prévenir le VIH, bien que cela puisse être plus proche de 75% chez les personnes qui s'injectent des drogues. Parlez à votre prestataire de soins de santé pour savoir combien de temps vous devez la prendre avant qu'elle ne vous protège du VIH. La PrEP orale ne vous protège du VIH que pendant que vous la prenez. Si vous l'avez prise dans le passé mais que vous ne la prenez pas maintenant, vous n'êtes pas protégée.



La PrEP orale  
me convient-  
elle ?

C'est votre décision. C'est votre corps, c'est donc votre choix ! Vous pourriez envisager la PrEP orale si vous avez des relations sexuelles et que vous voulez une méthode supplémentaire pour vous protéger du VIH. La PrEP orale ne doit être prise que pendant les périodes de votre vie où vous êtes vulnérable au VIH.



Est-ce qu'il y  
a des effets  
secondaires ?

La PrEP orale est comme tout autre médicament. Un petit nombre de personnes éprouvent des effets secondaires mineurs comme des maux de tête, une perte de poids, des nausées, des vomissements ou des douleurs abdominales, mais ceux-ci disparaîtront probablement dans quelques semaines.



La PrEP orale me  
protègera-t-elle  
des autres IST et  
de la grossesse ?

Non ! La PrEP orale n'empêchera pas d'autres IST ni la grossesse. Il est préférable d'utiliser des préservatifs (et lubrifiant) et une contraception avec la PrEP orale.



Puis-je prendre  
une PrEP orale si  
je suis enceinte  
ou si j'allaité ?

A : Oui ! C'est sûr de prendre la PrEP orale pendant la grossesse, l'allaitement ou en essayant de tomber enceinte.



Comment  
prendre  
la PrEP  
orale ?

La PrEP orale peut être prise avec ou sans nourriture, et la prendre à la même heure chaque jour peut aider quelqu'un à se souvenir de la prendre. Si elle n'est pas prise exactement à la même heure chaque jour, ce n'est pas grave.



Puis-je prendre une PrEP orale si  
je prends d'autres médicaments, y  
compris une hormonothérapie ?

Oui. La PrEP orale n'interagit pas avec la plupart des autres médicaments, y compris l'hormonothérapie. Mais informez votre prestataire de soins de santé de tous les médicaments que vous prenez.



Si je prends la PrEP orale, cela  
signifie-t-il que je ne peux ni boire  
ni prendre de drogues ?

L'alcool et les autres drogues n'affectent pas la PrEP orale. Mais assurez-vous d'être en sécurité lorsque vous buvez ou consommez de la drogue. Si vous avez des relations sexuelles, assurez-vous d'utiliser des préservatifs pour vous protéger des autres IST et de la grossesse.

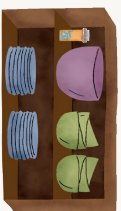
17



# 10 Conseils pour l'utilisation de la PrEP orale

## 1 Conservez vos pilules dans un endroit facile à trouver

Assurez-vous de choisir un endroit sûr, loin des jeunes enfants et dans un endroit sec.



## 2 Utilisez une boîte à pilules quotidienne

Cela peut vous aider à suivre la pilule que vous devez prendre chaque jour.



## 3 Gardez une réserve avec vous

Mettez quelques pilules dans un porte-pilule, une trousse de maquillage ou un sac à main et gardez-les dans votre sac à dos ou votre sac à main. De cette façon, vous les aurez avec vous si vous devez en prendre un au travail, à l'école ou si vous voyagez. Assurez-vous de les garder au sec et en toute sécurité !



## 4 Prenez la pilule dans le cadre de votre routine quotidienne

Essayez de prendre la pilule à la même heure chaque jour, comme lorsque vous vous brossez les dents ou au coucher.



## 5 Essayez différentes façons d'avaler la pilule

Essayez de le placer sur votre langue, prenez une gorgée d'eau et penchez la tête en avant avant d'avaler.



## 6 Réglez une alarme sur votre téléphone ou utilisez une application de rappel de pilule

Réglez une alarme à répétition sur votre téléphone ou téléchargez une application de pilule gratuite pour vous rappeler de prendre vos pilules et d'obtenir vos recharges. Vous pouvez également utiliser l'application pour garder des notes sur les choses que vous voulez dire à votre prestataire de soins de santé.



N'oubliez pas votre pilule aujourd'hui!

## 7 Demandez à quelqu'un de vous le rappeler

Demandez à un partenaire, à un membre de votre famille ou à un ami de vous rappeler de prendre votre pilule.



## 8 Rejoignez ou démarrez un groupe de soutien sur la PrEP orale avec des amis

Vous n'êtes pas le seul à utiliser la PrEP orale. Connectez-vous avec d'autres personnes prenant la PrEP afin de pouvoir vous soutenir mutuellement. Certains groupes de soutien se rencontrent en personne, d'autres utilisent les médias sociaux ou WhatsApp.



Prendre votre pilule tel que prescrit vous protégera du VIH



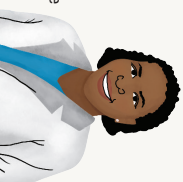
## 9 Essayez de ne pas manquer de pilules

Planifiez à l'avance et renouvelez vos pilules avant de manquer.



## 10 Prestataire de soins de santé

Si vous ressentez des effets secondaires, parlez à votre prestataire de soins de santé pour savoir comment les réduire ou les gérer. Votre prestataire peut également vous aider si vous avez de la difficulté à prendre la pilule tous les jours.





# Dire aux autres Jeu de rôle 1 : Décider



*Dois-je dire à mon partenaire si je souhaite utiliser la PrEP orale ?*

Vous n'avez à le dire à personne. Votre corps vous appartient et vous avez le droit de prendre vos propres décisions concernant votre santé.

Certaines personnes utilisent la PrEP orale à l'insu de leur partenaire et d'autres choisissent d'en parler à leur partenaire. C'est votre décision. Il peut être utile de réfléchir aux raisons pour lesquelles vous aimeriez en parler à votre partenaire et aux raisons pour lesquelles vous ne le souhaitez pas.



*Eh bien, ce serait bien d'avoir le soutien de mon partenaire.*

De nombreuses personnes qui utilisent la PrEP orale disent qu'il est vraiment utile d'avoir le soutien de leur partenaire. Cela les rend également plus à l'aise de le prendre.

*Si je ne le dis pas à mon partenaire, je pourrais me sentir coupable ou avoir peur qu'il découvre.*

Je comprends pourquoi vous pourriez vous inquiéter à ce sujet. Il est normal de se sentir coupable de garder quelque chose de secret. On nous dit en grandissant que garder des secrets est une mauvaise chose. Je veux que vous sachiez que c'est votre choix si vous voulez en parler à votre partenaire. Vous n'avez pas besoin de vous sentir coupable de prendre une décision pour protéger votre santé. Si vous choisissez de ne pas le dire à votre partenaire, je peux vous aider à le garder privé.

Y a-t-il des raisons pour lesquelles vous ne voulez pas en parler à votre partenaire ?

*Je ne suis pas sûr que mon partenaire me soutienne ! Et si mon partenaire pense que je le trompe ou que je ne lui fais pas confiance ? Et si mon partenaire ne veut pas que je l'utilise ?*

Ce sont des préoccupations très courantes. Vous pouvez essayer de parler à votre partenaire de la PrEP orale sans lui dire que vous envisagez de l'utiliser. Par exemple, vous pourriez expliquer que d'autres personnes de votre âge l'utilisent. Cela pourrait vous donner une idée de ce que votre partenaire pense de la PrEP orale et s'il est susceptible d'être favorable. Si vous décidez d'en parler à votre partenaire, nous pouvons nous entraîner à répondre à ses préoccupations.

N'oubliez pas que si vous dites à votre partenaire et qu'il ne vous soutient pas, vous pouvez toujours décider si vous souhaitez l'utiliser.

# Dire aux autres Jeux de rôle 2 : Dire à votre partenaire

OUTIL 13



*J'ai décidé de parler à mon partenaire de la PrEP orale. Avez-vous des conseils sur la manière de procéder ?*

*D'accord, super je vais essayer ça. Quand je suis prêt à dire à mon partenaire, que dois-je dire ?*

La première décision que vous devrez prendre est de savoir si vous allez dire que vous envisagez d'utiliser la PrEP orale ou si vous utilisez la PrEP orale.

*Je ne pense pas.*

Il peut être utile de parler à votre partenaire de la PrEP orale avant de lui dire que vous l'utilisez. Essayez de le mentionner quelques fois avec désinvolture pour démarrer une conversation afin de pouvoir leur fournir des informations précises. Ces conversations peuvent également vous aider à comprendre ce que votre partenaire pense de la PrEP orale.

*Et si je décide d'en parler à mon partenaire après avoir commencé à l'utiliser ?*

Vous pouvez penser à dire :

- L'utilisation de la PrEP orale équivaut à l'utilisation de tout autre médicament qui protège votre santé - ce n'est pas grave.
- Il m'a été recommandé par un prestataire de soins de santé. J'ai pris la décision de mon propre chef, car il s'agit de ma santé et cela n'aura aucun impact sur vous.
- Je le prends parce que de nombreuses personnes de mon âge contractent le VIH et je veux savoir que je suis protégé quoi qu'il arrive.

Ce ne sont là que quelques options. Vous connaissez mieux votre partenaire, il est donc important que vous décidiez de ce que vous voulez dire.

N'oubliez pas que la PrEP orale est votre droit. Vous prenez une décision responsable pour protéger votre santé.

Je suis heureux d'apprendre que vous êtes intéressé à parler à votre partenaire. De nombreuses personnes disent qu'il est utile d'avoir le soutien de leur partenaire.

Les partenaires sont plus susceptibles d'être favorables s'ils disposent d'informations exactes sur la PrEP orale. Sans cela, ils peuvent croire certains des mythes, ce qui pourrait les rendre moins favorables.

Savez-vous si votre partenaire connaît la PrEP orale ?

*Je ne suis pas encore sûr.*

Si vous décidez de dire à votre partenaire que vous envisagez d'utiliser la PrEP orale, vous pourriez penser à dire :

- Saviez-vous que les taux de VIH dans notre communauté sont très élevés ?
- J'ai pensé à utiliser la PrEP orale uniquement pour m'assurer que je suis protégé contre le VIH.
- Il est recommandé d'aider à prévenir le VIH.
- J'en ai beaucoup entendu parler. Il est totalement sûr et n'aura aucun impact sur vous.
- Ce sera comme prendre d'autres médicaments pour éviter de tomber malade.
- J'aimerais vraiment votre soutien. La PrEP orale m'aidera à me sentir protégé du VIH. De nombreuses personnes de mon âge sont infectées par le VIH, je veux donc être aussi protégé que possible.

*Et si mon partenaire pense que je le trompe ou que je ne lui fais pas confiance ?*

Vous pourriez essayer d'expliquer que l'utilisation de la PrEP orale ne concerne pas votre relation - c'est une décision concernant votre santé. Vous pouvez également essayer de lui expliquer que vous lui faites confiance en lui demandant son soutien.

*Et si votre partenaire pense que cela signifie que nous n'avons pas besoin d'utiliser de préservatifs ?*

Expliquez que la PrEP orale ne vous protégera que du VIH. Cela ne protégera pas votre partenaire. Cela ne vous protégera pas non plus des IST. Les préservatifs sont toujours la meilleure méthode car ils protègent contre le VIH, les IST et les grossesses non planifiées.

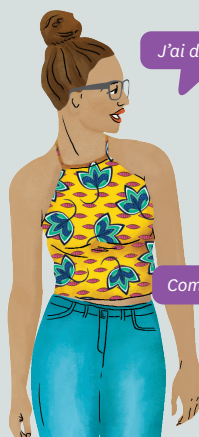
*Avez-vous d'autres conseils ?*

Bien sûr, voici quelques conseils :

- Il est important de choisir votre timing. Essayez de trouver un moment où votre partenaire est de bonne humeur, vous êtes tous les deux sobres et vous avez un peu d'intimité.
- Si vous craignez qu'ils ne se fâchent ou soient violents, essayez de trouver un endroit où vous pouvez facilement partir ou obtenir de l'aide si vous en avez besoin.
- Essayez de mettre en pratique ce que vous allez dire. Je suis heureux de le faire avec vous, ou vous pouvez demander à un ami.
- Si vous avez des amis qui utilisent la PrEP orale et qui en ont parlé à leurs partenaires, vous pouvez leur demander conseil.

20

## Dire Aux Autres Jeux De Rôle 3 : Garder votre utilisation de la PrEP orale privée



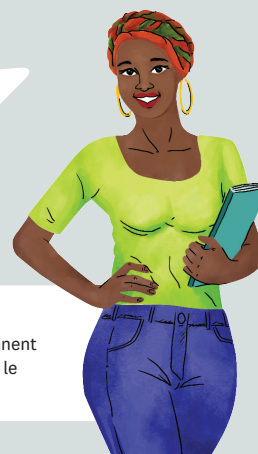
*J'ai décidé de ne pas le dire à mon partenaire*

C'est formidable que vous ayez pris la décision qui vous convient le mieux. De nombreuses personnes prennent la même décision et utilisent avec succès la PrEP orale sans en parler à leurs partenaires.

Avez-vous des questions sur la confidentialité de votre utilisation de la PrEP orale ?

*Comment m'assurer que mon partenaire ne le découvre pas ?*

Si vous voulez en parler à d'autres personnes dans votre vie, comme votre famille ou vos amis, assurez-vous qu'ils comprennent que vous avez choisi de ne pas le dire à votre partenaire. Et ne le dites qu'aux personnes en qui vous avez confiance.



*Comment cacher mes pilules de PrEP orale ?*

Il existe de nombreuses façons de cacher vos pilules. Vous pourriez essayer :

- Les conserver avec d'autres médicaments dans un contenant différent
- Les garder dans votre sac ou sac à dos dans une petite pochette
- (Femmes) Les garder avec vos tampons ou serviettes

Les personnes qui craignent vraiment que leur partenaire trouve leurs pilules peuvent les garder ailleurs, comme chez un ami, mais cela peut rendre difficile de se souvenir de les prendre comme prescrit.

D'autres personnes ne cachent pas les pilules et prétendent plutôt qu'elles sont autre chose, comme des pilules pour les menstruations, la contraception ou les maux de tête.

*Et si mon partenaire le découvre ?*

Bien que de nombreuses personnes utilisent la PrEP orale sans que leur partenaire ne le sache, c'est une bonne idée de planifier ce que vous direz si elles le font.

Vous pouvez penser à dire :

- L'utilisation de la PrEP orale équivaut à l'utilisation de tout autre médicament qui protège votre santé – ce n'est pas un problème.
- Il m'a été recommandé par un fournisseur de soins de santé. J'ai pris la décision de mon propre chef car il s'agit de ma santé et cela n'aura aucun impact sur vous.
- Je le prends parce que de nombreuses personnes de mon âge contractent le VIH et je veux savoir que je suis protégé quoi qu'il arrive.

Vous pourriez également dire que vous essayiez juste et que vous alliez leur faire savoir si vous décidez de la prendre.

Ce ne sont là que quelques options. Vous connaissez mieux votre partenaire, il est donc important que vous décidiez de ce que vous voulez dire. Il peut être utile de mettre en pratique ce que vous allez dire. Je suis heureux de le faire avec vous, ou vous pouvez demander à un ami.

*Y a-t-il autre chose que je devrais considérer ?*

N'oubliez pas que la PrEP orale est votre droit. Votre corps vous appartient et vous avez le droit de prendre vos propres décisions concernant votre santé. Vous n'êtes pas seul. De nombreuses personnes choisissent d'utiliser la PrEP orale sans le dire à personne.

Si vous avez d'autres questions ou préoccupations, vous pouvez toujours me parler. Et si vous décidez de le dire à votre partenaire ultérieurement, je peux vous aider à le faire aussi.

# Jeu de rôle de sensibilisation

**Salut ! Je suis un ambassadeur de la prévention du VIH. Avez-vous des questions sur la PrEP orale ?**

**Oui ! Qu'est-ce que la PrEP orale ?**

C'est un médicament qu'une personne séronégative peut prendre pour se protéger du VIH.

La PrEP orale crée un bouclier autour des cellules sanguines d'une personne pour la protéger du VIH. Si une personne prend la PrEP orale tous les jours et qu'ils sont exposés au VIH, elle ne pourra pas infecter leurs cellules sanguines. Le virus mourra et la personne ne contractera pas le VIH. La PrEP orale ne protège pas contre les autres IST. Il est important de prendre la PrEP orale selon les instructions, et elle ne vous protège du VIH que pendant que vous l'utilisez. Vous n'êtes pas protégé si vous avez utilisé la PrEP dans le passé mais que vous ne l'utilisez pas maintenant.

**La PrEP orale n'est-elle pas réservée aux professionnel (le) s du sexe et aux personnes qui ne sont pas discrètes ?**

La PrEP orale est destinée à toute personne vulnérable au VIH. Les taux d'infection à VIH dans ce pays sont très élevés. La PrEP orale peut aider à changer cela ! Si nous faisons tous notre part pour prévenir le VIH, nous pouvons aider à mettre fin au VIH dans notre pays.

**Si quelqu'un utilise la PrEP orale et devient séropositif, le TAR fonctionnera-t-il toujours pour lui ?**

TAR devrait toujours fonctionner pour eux. Le risque de développer une résistance aux médicaments anti-VIH est très faible (<0,1%), en particulier si les clients prennent la PrEP orale selon les instructions et se font tester régulièrement pour le VIH.

**Ma belle-fille allaite. Si elle prend la PrEP, cela nuira-t-il au bébé ?**

C'est un mythe très courant, mais ce n'est pas vrai. La PrEP peut être utilisée sans danger pendant la grossesse, l'accouchement et l'allaitement, et elle n'affecte pas la fertilité future.

**Il n'y a pas besoin de PrEP orale. Tout le monde devrait pratiquer l'abstinence jusqu'au mariage.**

L'abstinence est un moyen pour les gens de se protéger du VIH, mais l'abstinence ne fonctionne pas pour tout le monde. Le VIH augmente, il est donc préférable d'avoir différentes options pour que chacun puisse choisir ce qui lui convient le mieux. Vous n'avez pas à vous inquiéter du fait que la PrEP orale encouragera les gens à avoir des relations sexuelles plus fréquentes ou plus risquées ; il y a eu beaucoup d'études et elles montrent toutes que ce n'est pas vrai.

**Puisque la PrEP contient des ARV, cela signifie-t-il que c'est pour les personnes séropositives ?**

Il est vrai que la PrEP contient des ARV, mais la PrEP est réservée aux personnes séronégatives, et toute personne qui prend la PrEP doit se faire tester régulièrement pour s'assurer qu'elle est toujours séronégative. Si vous voyez quelqu'un avec une bouteille d'ARV, ne présumez pas qu'il est séropositif.

**Si mon partenaire souhaite utiliser la PrEP orale, cela signifie-t-il qu'il ne me fait pas confiance ou qu'il a une liaison ?**

Utiliser la PrEP orale ne signifie pas que votre partenaire ne vous fait pas confiance ou qu'il a une liaison. Cela signifie simplement qu'ils veulent être en contrôle de leur santé.

La PrEP orale est comme tout autre médicament que les gens prennent pour protéger leur santé. De nombreuses personnes en couple prennent la

PrEP orale. De plus, le fait que votre partenaire utilise la PrEP orale ne signifie pas que vous êtes protégé contre le VIH. Discutez avec un professionnel de la santé de la façon de vous protéger et envisagez de prendre la PrEP.

**Que pouvons-nous faire pour prévenir le VIH dans notre communauté ?**

Aider les gens à utiliser la PrEP orale est un moyen important de prévenir le VIH. Si les gens utilisent la PrEP orale, les taux de VIH dans cette communauté diminueront.

Il est également important de réduire le risque de transmission du VIH dans votre propre vie. Vous pouvez le faire en faisant un test de dépistage du VIH afin de savoir si vous êtes séropositif. La plupart des transmissions du VIH proviennent de personnes qui ne savent pas qu'elles sont séropositives. Si vous êtes séropositif, il existe des médicaments qui peuvent vous garder en bonne santé et vous empêcher de les transmettre à d'autres.



FEUILLE DE  
TRAVAIL 6

# Supprimer les obstacles à la PrEP orale

29

Qu'est-ce qui faciliterait l'utilisation de la PrEP orale pour vos pairs ?

---

---

---

---

---

---

---

---

Qu'est-ce qui permettrait à vos pairs de découvrir plus facilement la PrEP orale ?

---

---

---

---

---

---

---

---



Qu'est-ce qui permettrait à vos pairs d'obtenir plus facilement la PrEP orale ?

---

---

---

---

---

---

---

---

Qu'est-ce qui permettrait à vos pairs de prendre plus facilement la PrEP orale telle que prescrite et de continuer à la prendre ?

---

---

---

---

---

---

---

---

Qu'est-ce qui permettrait à vos pairs d'informer plus facilement leurs partenaires et leur famille de l'utilisation de la PrEP orale ?

---

---

---

---

---

---

---

---

# Planification du plaidoyer

Quel est le problème  
que vous souhaitez  
résoudre ?

Que voulez-vous réaliser  
(votre objectif) ?

Qui a le pouvoir de  
faire ça ?

Quelles opportunités  
existe-t-il pour  
les influencer ?

Qui sont vos alliés  
avec lesquels vous  
pouvez travailler  
pour renforcer  
votre influence ?

De quel soutien ou de  
quelles ressources  
disposez-vous, et de  
quoi aurez-vous besoin ?

# Mon plan d'action personnel

## Notre objectif

Qu'est-ce que vous êtes le plus passionné de faire en tant qu'ambassadeur ?

---

---

---

---

Quelles sont vos forces qui vous aideront dans votre rôle d'ambassadeur ?

---

---

---

---

Quels types d'activités vous intéressent le plus pour contribuer à l'objectif ?

---

---

---

---

Où avez-vous le plus d'influence ?

---

---

---

---

Quelle est une chose que vous pouvez réaliser qui contribuera à l'atteinte du but (votre objectif) ?

---

---

---

---

De quel soutien ou de quelles ressources disposez-vous et de quoi aurez-vous besoin pour y parvenir ?

---

---

---

---





# Compétences d'ambassadeur

## 1

# Compétences de soutien par les pairs

## CONNAISSANCES ESSENTIELLES

### Qu'est-ce que le soutien par les pairs ?

Le soutien par les pairs fait référence aux ambassadeurs qui fournissent des informations, un soutien émotionnel et une aide pratique à leurs pairs. En tant que pairs, ce n'est pas le rôle des ambassadeurs de fournir des conseils. Sans formation professionnelle, fournir des conseils peut causer plus de tort que de bien.

Le rôle d'un ambassadeur est de fournir un espace sûr pour que ses pairs puissent parler de leurs expériences, exprimer leurs sentiments et leurs besoins, et explorer ce qu'ils aimeraient faire ensuite. Étant donné que les ambassadeurs et les pairs peuvent avoir des expériences similaires, les pairs sont plus susceptibles de se sentir à l'aise de parler avec des ambassadeurs qu'avec des conseillers professionnels. De nombreux pairs n'ont personne à qui parler de leurs problèmes et défis personnels, alors les ambassadeurs les aident simplement en les écoutant. Lorsque les pairs ont besoin de plus de soutien, il est également important que les ambassadeurs aient des informations sur les services de conseil et de soutien locaux et sans stigmatisation qu'ils peuvent transmettre.

Cette session utilise la réponse de CARE (présentée dans son intégralité ci-dessous) pour guider les participants tout au long du processus de soutien par les pairs. Cette approche guide les participants vers :

- **Créer un espace sûr**
- **Activement écouter leurs pairs**
- **Rassurer qu'ils ne sont pas seuls, que tous les sentiments sont valables et qu'ils ne se sentiront pas toujours ainsi**
- **Employer les moyens et les soutenir pour identifier leurs besoins et accéder à plus de soutien**

### Confidentialité

Les ambassadeurs ne peuvent faire leur travail que s'ils ont la confiance de leurs pairs. Si les pairs d'un ambassadeur ne peuvent pas croire que leur confidentialité sera protégée, il est peu probable qu'ils discutent de problèmes personnels avec un ambassadeur, y compris la prévention du VIH et la PrEP orale. La protection de la confidentialité de leurs pairs est donc l'un des aspects les plus importants de leur rôle d'ambassadeurs.

Protéger la confidentialité d'une personne n'est pas aussi simple que cela puisse paraître. Cela peut être particulièrement difficile pour les ambassadeurs parce qu'ils travaillent dans les mêmes communautés que leurs pairs et sont susceptibles d'avoir des relations existantes avec les personnes qu'ils soutiennent. Dans ces environnements, les ambassadeurs peuvent briser la confidentialité de leurs pairs sans le vouloir. Par exemple :

- Un ambassadeur se sent accablé par quelque chose qu'un pair lui a dit, alors ils débriefent avec un ami. Ils n'utilisent pas le nom du pair, mais ils révèlent accidentellement des détails qui les identifient.
- Un pair dit à un ambassadeur qu'il souhaite utiliser la PrEP orale, mais il craint que son partenaire ne le découvre. L'Ambassadeur les rassure en partageant l'expérience d'un autre pair.
- Un ambassadeur voit un pair avec qui il souhaite faire un suivi. L'ambassadeur les aborde et fait référence à une conversation personnelle sans se rendre compte qu'il y a quelqu'un à proximité qui peut entendre.

La violation de la confidentialité d'un pair peut causer de graves dommages, notamment :

- Les exposer à la stigmatisation et à la discrimination
- Les mettre en danger de violence
- Provoquer une détresse émotionnelle
- Réduire la probabilité qu'ils demandent de l'aide à l'avenir

Cela peut également réduire le niveau de confiance des autres personnes envers l'ambassadeur.

Les stratégies suivantes peuvent être utilisées pour éviter le risque de violation involontaire de la confidentialité :

- Si vous ne savez pas si les informations qui vous ont été communiquées sont confidentielles, demandez.
- Demandez toujours la permission de votre pair si vous souhaitez partager ses informations avec d'autres, par exemple avec des prestataires de services.
- Assurez-vous toujours que vous êtes dans un endroit privé avant de discuter d'un problème personnel avec vos pairs.
- Évitez de prendre des notes. Si vous devez prendre des notes, n'utilisez pas de noms ou d'autres informations d'identification.
- Il est normal de faire un compte rendu de votre travail avec des personnes clés, comme d'autres ambassadeurs ou une personne de soutien, comme un conseiller. Vous pouvez le faire sans briser la confidentialité de vos pairs en vous concentrant sur les problèmes et vos expériences et en ne divulguant aucune information permettant d'identifier l'individu.
- Soyez clair si ou quand vous devez rompre la confidentialité et communiquez-le à vos pairs (ceci est discuté ci-dessous).

Le message clé pour les ambassadeurs est que chaque personne a le droit de décider avec qui elle partage leurs informations personnelles. Il est de la responsabilité fondamentale des ambassadeurs de prendre toutes les mesures nécessaires pour protéger ce droit.

## Confidentialité et prévention des dommages

Les conseillers professionnels et les prestataires de soins de santé peuvent être légalement tenus de briser la confidentialité d'une personne si elle-même ou une autre personne court un risque immédiat de préjudice grave ou de mort. Ces lois varient dans chaque pays. Bien qu'il soit peu probable que ces lois s'appliquent aux pairs ambassadeurs volontaires, il est toujours important que les ambassadeurs soient conscients de leurs obligations légales.

Même si les ambassadeurs n'ont pas l'obligation légale de signaler quelque chose, ils doivent être encouragés à comprendre quand il peut être approprié et nécessaire de rompre la confidentialité pour éviter tout préjudice. Il s'agit d'une décision très difficile et ne devrait pas relever de la responsabilité d'un ambassadeur en particulier. Si un ambassadeur est inquiet pour la sécurité d'un pair, encouragez-le à avoir une conversation avec une personne en qui il a confiance sans dire qui est le pair. Voici quelques exemples de cas où il peut être approprié pour les ambassadeurs de demander des conseils sur la violation de la confidentialité :

- Croire qu'un pair envisage de se suicider
- En savoir plus sur un enfant victime de violence
- Craignez qu'un pair soit tué par un partenaire violent

Les ambassadeurs doivent recevoir des directives et des procédures claires sur le moment où ils doivent rompre la confidentialité et ce qu'ils doivent faire s'ils pensent que quelqu'un court un risque immédiat de blessure grave ou de mort (voir **Préparation à la formation** au début de ce module de formation).

## Utilisation de la réponse CARE

# Réponse CARE – Soutien par les pairs

| ÉTAPE                                      | Comment puis-je faire cela ?                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | À quoi cela ressemble-t-il en pratique ?                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|--------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Créer un espace sûr</b>                 | Un espace sûr est à la fois physiquement et émotionnellement sûr. Soyez sûr que vous êtes dans un endroit privé, où ils se sentent physiquement en sécurité. Expliquez que vous êtes juste là pour écouter - vous ne les jugerez pas ou dites-leur quoi faire. Faites-leur savoir qu'ils peuvent vous faire confiance pour protéger leur confidentialité. | <p>« Voudriez-vous parler » ?</p> <p>« Ici ou y a-t-il un autre endroit où vous vous sentiriez plus à l'aise » ?</p> <p>« Tout ce que vous me direz restera entre nous ».</p> <p>« Prenez votre temps, il n'y a pas de pression ».</p> <p>« Si vous n'êtes pas prêt à parler, nous pouvons rester ensemble pendant un moment ».</p>                                                                                                       |
| <b>Activement écouter</b>                  | Montrez-lui que vous écoutez profondément et avec empathie. Utilisez ton langage corporel pour communiquer que vous faites attention. Donnez-lui de l'espace pour parler, et la reconnaître et la valider sentiments.                                                                                                                                     | <p>Écouter profondément et concentrer toute votre attention sur elle, pas sur ce que vous pensez.</p> <p>Montrez votre écoute en hochant la tête et en donnant de petits remerciements comme « mm hm ».</p> <p>Lui donnant un espace pour parler et autorisant les silences.</p> <p>Communiquer votre empathie : « Je suis désolé que cela vous soit arrivé ».</p>                                                                        |
| <b>Rassurer</b>                            | Rassurez-les en les laissant savoir qu'ils ne sont pas seuls, vous êtes là pour eux et leurs sentiments sont valides. S'ils ont partagé une expérience de la violence dites-leur que vous les croyez et ce n'est pas leur faute.                                                                                                                          | <p>« Vous n'êtes pas seul ».</p> <p>« Je suis là pour toi ».</p> <p>« Je suis content que tu me parles de cette expérience, nous nous en sortons ensemble ».</p> <p>« Il n'y a pas de bonne ou de mauvaise façon de ressentir. Ce sont vos sentiments et ils sont valables ».</p>                                                                                                                                                         |
| <b>Employer les moyens et les soutenir</b> | Faites-lui savoir qu'elle contrôle ce qui se passe ensuite. Aidez-la à identifier ses besoins et à considérer ses options. Soyez prêt à lui fournir des informations sur les services de soutien auxquels elle a accès.                                                                                                                                   | <p>« Avez-vous l'impression d'avoir le soutien dont vous avez besoin » ?</p> <p>« Souhaitez-vous explorer certaines options pour obtenir plus d'assistance » ?</p> <p>« Y a-t-il quelque chose qui vous inquiète » ?</p> <p>« C'est votre choix - vous vous connaissez mieux que quiconque ! Si vous décidez que vous souhaitez obtenir de l'aide à l'avenir, faites-le moi savoir et je pourrai vous donner quelques informations ».</p> |



## APERÇU DE LA SESSION

Les participants apprendront des compétences pour soutenir leurs pairs en leur offrant un espace sûr pour parler de leurs expériences, exprimer leurs sentiments et leurs besoins et explorer ce qu'ils aimeraient faire ensuite. Ils apprendront également et pratiqueront l'utilisation de la réponse CARE (Créer un espace sûr, écouter Activement, Rassurer et Employer les moyens sr) pour soutenir leurs pairs. Les participants exploreront ensuite l'importance de la confidentialité dans leurs rôles d'ambassadeurs.

À la fin de cette session, les participants devraient :

- Savoir soutenir leurs pairs en utilisant la réponse CARE
- Comprendre l'importance de protéger la confidentialité de ses pairs

**!** Cette session apprend aux participants à utiliser la réponse CARE pour aider leurs pairs à traiter une gamme de sujets personnels. L'outil Réponse CARE a également été utilisé dans la session **Répondre aux divulgations de violence**. Il est important de terminer cette session **Compétences de soutien par les pairs**, même si vous avez déjà complété **Répondre aux divulgations de violence**. Si vous avez déjà couvert la réponse CARE, les conseils de facilitation du plan de session vous guideront pour adapter les activités.

Si vous n'avez pas lu **Répondre aux divulgations de violence**, nous vous recommandons de lire la session avant de faire celle-ci. De nombreux membres des populations prioritaires sont victimes de violence, il est donc probable que cette question soit soulevée au cours de cette session. Si cela se produit, vous devez être prêt à réagir. Il est très important d'écouter avec empathie, de valider leurs émotions et de leur donner les moyens de déterminer le soutien qu'ils aimeraient de vous. Soyez prêt à fournir des informations et des références vers des services locaux sans stigmatisation, y compris des services de santé, sociaux et juridiques, si les participants en font la demande.

Si les participants souhaitent soutenir leurs pairs qui ont subi des violences, nous recommandons soit d'intégrer des parties de **Répondre aux divulgations de violence** soit de mener la session complète après celle-ci.

### MESSAGES CLÉS

- Les ambassadeurs peuvent soutenir leurs pairs en leur offrant un espace sûr pour parler de leurs expériences, exprimer leurs sentiments et leurs besoins et explorer ce qu'ils aimeraient faire ensuite.
- Les ambassadeurs ne sont pas des conseillers. Sans formation professionnelle, fournir des conseils peut causer plus de tort que de bien.
- Chacun a le droit de décider avec qui il partage ses informations personnelles. Il est de la responsabilité fondamentale des ambassadeurs de prendre toutes les mesures nécessaires pour protéger ce droit.
- La violation de la confidentialité d'un pair peut causer un préjudice grave.

## MATÉRIAUX

Les feuilles de travail et les outils utilisés dans cette session se trouvent dans la boîte à outils des ambassadeurs de la prévention du VIH. Ils sont également inclus à la fin de la session pour votre référence.

## OUTIL 5

Réponse CARE

BOÎTE À OUTILS PAGE 12

## FEUILLE DE TRAVAIL 9

Réponse CARE – Soutien par les pairs

BOÎTE À OUTILS PAGE 32

Certificat Ambassadeur (voir Préparation à la formation page 19 de ce manuel)

## INSTRUCTIONS POUR LA SESSION



## EXPLORER

## CONSEILS DE FACILITATION

## INTRODUCTION

1. Présentez la session en vous référant à la session **Aperçu de la session**.
2. Expliquez aux participants que leurs pairs peuvent se tourner vers eux pour obtenir de l'aide sur des questions autres que celles liées à la PrEP orale.
3. Demandez aux participants de suggérer certaines des questions que leurs pairs pourraient discuter avec eux et écrivez-les sur une feuille de tableau à feuilles mobiles ou un tableau blanc.
4. Expliquez que dans cette activité, ils apprendront à utiliser la réponse CARE pour écouter et répondre aux pairs qui recherchent un soutien émotionnel.
5. Insistez sur le fait que les participants ne sont pas censés fournir des conseils à leurs pairs. Sans formation professionnelle, fournir des conseils peut causer plus de mal que de bien. En tant qu'ambassadeurs, leur rôle est de fournir un espace sûr pour que leurs pairs puissent parler de leurs expériences, exprimer leurs sentiments et leurs besoins et explorer ce qu'ils aimeraient faire ensuite.

## ACTIVITÉ : Réponse CARE

1. Divisez le groupe en paires et dirigez-les vers la feuille de travail **Réponse CARE – Soutien par les pairs**, en passant par chaque étape.
2. Demandez à chaque paire de sélectionner l'un des problèmes qu'ils ont identifiés et que leurs pairs peuvent discuter avec eux.
3. Expliquez-leur qu'ils identifieront comment ils peuvent utiliser l'approche CARE pour accompagner leurs pairs face à cette problématique.

Si vous avez déjà fait la feuille de travail **Réponse CARE – Divulgations de violence**, rappelez aux participants la réponse CARE et demandez-leur de réfléchir à la façon dont ils peuvent l'appliquer à d'autres problèmes dont leurs pairs pourraient leur parler. Vous pouvez ensuite passer à l'activité facultative dans EXPLORER ou passer directement à APPLIQUER.

Aider les participants à identifier les caractéristiques suivantes d'un espace sûr :

- Physiquement à l'abri des menaces possibles
- Privé
- Sans jugement
- Non discriminatoire (sachant qu'ils seront traités de manière égale et équitable quels que soient leur âge, leur sexe, leur race, leur orientation sexuelle, leur religion, leur statut VIH ou toute autre caractéristique)
- Confidentiel
- Respectueux
- Sachant qu'ils contrôlent





### ÉTAPE 1 : Créer un espace sûr

1. Écrivez « Espace sûr » sur une feuille de tableau à feuilles mobiles ou un tableau blanc.
2. Demandez aux participants ce que cela signifie pour un espace d'être sûr.
3. Dirigez une séance de brainstorming avec les participants sur les besoins de leurs pairs en matière d'espace sûr pour qu'ils se sentent en sécurité pour parler de problèmes personnels ou de problèmes qu'ils vivent.
4. Demandez-leur d'écrire leurs idées sur des notes collantes et de les mettre sur la feuille de tableau à feuilles mobiles ou le tableau blanc.
5. Demandez aux participants de travailler par paires pour identifier comment ils créeraient et démontreraient un espace sûr pour un pair qui voudrait leur parler d'un problème personnel.
6. Demandez aux participants d'écrire leurs réponses sur leurs feuilles de travail, sous la colonne intitulée « À quoi cela ressemble-t-il en pratique » ?
7. Faites savoir aux participants qu'ils ont cinq minutes pour le faire.
8. Une fois que les participants ont terminé, rassemblez-les. Demandez à chaque paire de partager une chose qu'elle pourrait faire pour créer ou démontrer un espace sûr pour ses pairs.

### ÉTAPE 2 : Activement écouter

1. Demandez aux participants s'ils savent ce que signifie « écoute active », et en particulier, s'ils peuvent expliquer la différence entre l'écoute et l'écoute active.
2. Expliquez que les gens utilisent souvent le mot écouter pour désigner l'audition. Cependant, entendre n'est pas quelque chose que quelqu'un doit faire délibérément ou activement. L'écoute active en revanche est intentionnelle. Les objectifs de l'écoute active sont de :
  - Connecter avec l'autre personne
  - Comprendre ce qu'ils disent et ressentent
  - Démontrer que vous écoutez
3. Expliquez que nous pouvons atteindre ces objectifs en :
  - Écouter profondément. Nous faisons cela en restant concentrés sur ce que dit l'autre personne et comment elle le dit plutôt que sur nos propres pensées.
  - Essayant de comprendre comment ils se sentent. Nous faisons cela en prêtant attention à la façon dont ils communiquent, y compris leur langage corporel.
  - Démontrer que nous écoutons en hochant la tête, reflétant leurs émotions dans nos expressions faciales et notre ton et en offrant de petits remerciements verbaux tels que « hmm ».

Faites savoir aux participants qu'il n'est pas nécessaire de se souvenir d'une expérience qui a été traumatisante ou de quelque chose qu'ils trouvent encore bouleversant. Encouragez-les à penser à des expériences communes à beaucoup d'entre nous, comme avoir une dispute avec quelqu'un que nous aimons, se sentir blessé par quelque chose que quelqu'un a fait ou se sentir inquiet ou stressé par quelque chose dans nos vies. Faites-leur savoir qu'ils n'ont pas besoin de partager cette expérience avec qui que ce soit.



4. Nous savons tous instinctivement ce qui fait un bon auditeur parce que nous savons ce que l'on ressent quand on est vraiment écouté.
5. Demandez aux participants de réfléchir à un moment où ils se débattaient avec quelque chose dans leur vie et ils voulaient parler à quelqu'un de ce qu'ils ressentaient.
6. Demandez aux participants de se rappeler s'ils ont pu parler à quelqu'un de cette expérience.
7. Nous savons tous ce dont nous avons besoin de quelqu'un pour que nous nous sentions en sécurité et à l'aise de lui parler de quelque chose qui nous dérange. Parfois, nous avons une personne qui est en mesure de fournir cela, et à d'autres moments, nous n'avons personne avec qui nous nous sentons à l'aise de parler. Nous choisissons souvent de ne parler à personne si nous ne pouvons pas identifier la bonne personne à qui parler.
8. Expliquez au groupe que vous aimeriez qu'il réfléchisse aux qualités que nous recherchons lors du choix de quelqu'un à qui parler.
9. Tracez une ligne au milieu d'une feuille de tableau à feuilles mobiles ou d'un tableau blanc. Sur le côté gauche, écrivez « Les qualités que vous recherchez », et sur le côté droit, écrivez « Ce que vous craignez qu'ils fassent ou disent ».
10. Demandez aux participants d'écrire leurs idées sur des notes collantes et de les mettre sur une feuille de tableau à feuilles mobiles ou sur un tableau blanc.
11. Lorsque les participants sont à court d'idées, lisez les notes et résumez-les.
12. Demandez aux participants de travailler par paires pour identifier comment ils feraient preuve d'écoute active d'un pair qui voulait leur parler d'un problème personnel.
13. Demandez aux participants d'écrire leurs réponses sur leurs feuilles de travail.
14. Faites savoir aux participants qu'ils ont cinq minutes pour le faire.
15. Une fois que les participants ont terminé, rassemblez-les. Demandez à chaque équipe de partager une chose qu'elle pourrait faire pour créer ou démontrer une écoute active.

### ÉTAPE 3 : Rassurer

1. Demandez aux participants de travailler par paires pour identifier comment ils pourraient rassurer un pair. L'objectif est de rassurer leurs pairs pour qu'ils se sentent pleins d'espoir et moins seuls et sachent qu'ils seront soutenus.
2. Demandez aux participants d'écrire leurs réponses sur leurs feuilles de travail.
3. Faites savoir aux participants qu'ils ont cinq minutes pour le faire.
4. Une fois que les participants ont terminé, rassemblez-les. Demandez à chaque paire de partager une chose qu'elle pourrait faire pour rassurer ses pairs.



## ÉTAPE 4 : Employer les moyens et les soutenir

1. Expliquez que la dernière étape, Employer les moyens et les soutenir, consiste à encourager leurs pairs à identifier ce dont ils ont besoin (le cas échéant) et à les aider à se connecter avec plus de soutien ou de services disponibles si c'est ce qu'ils souhaitent.
2. Demandez aux participants de travailler par paires pour identifier comment ils pourraient habilitier et soutenir un pair et écrire leurs réponses sur leurs feuilles de travail.
3. Faites savoir aux participants qu'ils ont cinq minutes pour le faire.
4. Une fois que les participants ont terminé, rassemblez-les. Demandez à chaque binôme de partager une chose qu'il pourrait faire pour responsabiliser et aider ses pairs à identifier ce dont ils pourraient avoir besoin et comment ils pourraient chercher un soutien.
5. Si vous avez le temps, vous aimeriez peut-être inclure un court jeu de rôle à la fin de cette activité. Cela donnera aux participants l'occasion de pratiquer la réponse CARE. Les instructions sont ci-dessous. Si vous manquez de temps, passez à l'activité APPLIQUER.
6. Dirigez les participants vers l'outil d'ambassadeur de **Réponse CARE**, qu'ils peuvent utiliser comme référence et pour se préparer à ces types de conversations.

Faites savoir aux participants que le jeu de rôle n'a pas besoin d'être long - une minute environ, c'est bien.

### ACTIVITÉ OPTIONNELLE : Jeu de rôle

1. Demandez à deux volontaires de venir au front et de participer à un court jeu de rôle pour montrer comment la réponse CARE fonctionnerait dans la pratique.
2. Demandez à une personne de jouer le rôle d'un pair et d'approcher l'ambassadeur d'un problème dont il aimerait discuter.
3. Répétez le jeu de rôle autant de fois que vous le pouvez dans la session pour aborder différents problèmes.
4. Lorsque vous terminez l'activité, assurez-vous de reconnaître à quel point cet exercice est difficile. Soulignez que ces compétences se développent au fil du temps, que personne n'est parfait et que nous faisons tous des erreurs. Rassurez-les qu'en étant simplement ouverts et disposés à écouter et à offrir du soutien, ils feront une grande différence dans la vie de leurs pairs.



## APPLIQUER

### INTRODUCTION

1. Demandez aux participants s'ils comprennent le sens du mot « confidentialité ».

### CONSEILS DE FACILITATION

La confidentialité consiste à protéger les informations privées de quelqu'un en les gardant secrètes.



2. Tirez parti de leurs réponses pour développer une compréhension commune du terme.
3. Expliquez que leurs pairs peuvent leur faire confiance avec des informations qu'ils ne diraient à personne d'autre.
4. Demandez aux participants de donner des exemples d'informations que les pairs peuvent partager avec eux et qu'ils devront garder confidentiels. Écrivez leurs réponses sur une feuille de tableau à feuilles mobiles ou un tableau blanc.
5. Expliquez que vous allez faire une activité rapide pour les aider à se mettre à la place de quelqu'un qui partage quelque chose de très personnel.

### ACTIVITÉ : Votre secret, ma responsabilité

1. Donnez à chaque participant une feuille de papier.
2. Demandez aux participants de penser à quelque chose sur eux-mêmes qu'ils ne voudraient pas que quelqu'un d'autre sache et de l'écrire.
3. Lorsque les participants ont terminé, demandez-leur à tous de plier leurs morceaux de papier (pour masquer les informations).
4. Expliquez que vous aimeriez que chaque personne passe sa feuille de papier à la personne à sa gauche. Rassurez-les qu'ils récupéreront la note et qu'elle ne sera pas lue.
5. Soulignez que chacun a le droit de choisir avec qui partager ses informations, alors ils peuvent choisir de ne pas transmettre leur note.
6. Une fois que les participants ont passé leurs notes, demandez à chaque personne qui a partagé sa note ce qu'elle ressent en sachant que quelqu'un d'autre possède ses informations personnelles.
7. Demandez aux participants de remettre la note au propriétaire. Faites-leur savoir qu'ils peuvent tous détruire leurs notes.
8. Si des participants choisissent de ne pas partager leur note, demandez-leur d'expliquer leur choix. Demandez-leur ensuite d'imaginer qu'ils n'ont pas pu accéder aux services de santé dont ils avaient besoin sans partager ces informations. Demandez-leur de décider s'ils choisiraient maintenant de partager leurs informations.
9. Menez une discussion sur la confidentialité en demandant :
  - Quelqu'un a-t-il déjà partagé des informations confidentielles sur vous avec d'autres ? Qu'avez-vous ressenti ?
  - Avez-vous déjà partagé des informations sur quelqu'un, qui étaient censées être confidentielles ? Pourquoi avez-vous fait ça ? Comment cela a-t-il affecté l'autre personne ?

Rassurez les participants que personne ne le lira.



## ACTIVITÉ : Confidentialité en pratique

1. À l'aide des questions ci-dessous, demandez aux participants de travailler par paires pour créer un scénario dans lequel un pair partage des informations personnelles avec un ambassadeur et l'ambassadeur brise la confidentialité de ce pair.
  - Comment l'ambassadeur devrait (ou aurait-il dû) savoir que les informations étaient confidentielles ?
  - Comment l'ambassadeur a-t-il rompu la confidentialité ? Était-ce exprès ou un accident ?
  - Quelles informations l'ambassadeur a-t-il partagées et avec qui les ont-elles partagées ?
  - Comment cela a-t-il affecté leurs pairs ?
  - Comment cela a-t-il affecté l'ambassadeur ?
2. Accordez 10 minutes aux paires, puis rassemblez le groupe. Demandez à chaque paire de présenter son scénario au groupe.
3. Lorsque toutes les paires se sont présentées, demandez aux participants s'il existe des situations où la confidentialité ne s'applique pas. Menez une discussion avec les participants pour explorer cette question.
4. Une fois l'activité terminée, amenez les participants dans un cercle de réflexion.

Écrivez ces questions-là où tout le monde peut les voir.

Utilisez les **Connaissances essentielles** pour guider les participants dans leur réflexion sur des scénarios où la confidentialité pourrait être brisée involontairement.



## RÉFLÉCHIR

### CONSEILS DE FACILITATION

### ACTIVITÉ : Cercle de réflexion

1. En utilisant les questions ci-dessous comme guide, engagez les participants dans une discussion sur ce qu'ils ont appris et comment cela les soutiendra dans leurs rôles d'ambassadeurs de la prévention du VIH.

### QUESTIONS DE RÉFLEXION SUGGÉRÉES

- **Que pensez-vous de votre responsabilité de protéger la vie privée et la confidentialité de vos pairs ?**
- **Ce qui peut être difficile pour garder les informations des gens confidentielles ?**

Essayez de relier cette activité à leur discussion sur la confidentialité lorsqu'ils ont identifié leurs besoins et leurs responsabilités lors de la première séance.



## Ressources utiles

- 1 YouthPower AGYW Mentoring Program Toolkit**  
FHI 360  
2018  
[www.youthpower.org](http://www.youthpower.org)

Une trousse à outils pour une intervention à plusieurs composantes, y compris le mentorat en groupe, la formation et les liens vers des services pour les adolescentes et les jeunes femmes. Un outil de cette trousse à outils, le manuel du formateur, renforce les compétences des mentors pour soutenir les adolescentes et les jeunes femmes.
- 2 Girl Consultation Research Toolkit**  
The Girl Effect; Nike Foundation; 2CV  
2013  
<https://youthrex.com/toolkit/the-girl-consultation-toolkit-for-girls-in-poverty/>

Un guide pour travailler directement avec les filles qui vivent dans la pauvreté. Le guide est destiné à travailler avec les filles pour identifier les problèmes, les défis, les forces et les opinions qui sont importants pour elles.
- 3 Enhanced Peer Outreach Approach (EPOA) Training Curriculum for Peer Outreach Workers**  
FHI 360  
2017  
[www.fhi360.org](http://www.fhi360.org)

Un programme détaillé pour la formation des agents de sensibilisation par les pairs à mettre en œuvre l'approche améliorée de sensibilisation par les pairs pour augmenter le rendement du dépistage du VIH, relier les membres de la population clé séropositive (PC) au traitement et aux soins, et mettre en relation les membres des PC séronégatifs avec les services qui les aideront à rester séronégatif.
- 4 Peer navigation training core modules**  
FHI 360  
2017  
[www.fhi360.org](http://www.fhi360.org)

Une trousse à outils pour former les pairs séropositifs à impliquer et à retenir les personnes vivant avec le VIH (PVVIH) dans le système de soins de santé.
- 5 South-to-South Mentoring Toolkit for Key Populations**  
FHI 360  
2016  
[www.fhi360.org](http://www.fhi360.org)

Une trousse à outils pour soutenir et guider les mentors existants des organisations dirigées par les PC (OPC) dans le Sud global afin d'améliorer la qualité du soutien de mentorat disponible pour d'autres OPC dans le Sud global.
- 6 Caring for Women Subjected to Violence: a WHO Curriculum for Training Health-Care Providers**  
WHO  
2019  
[www.who.int](http://www.who.int)

Un programme pour aider les prestataires de soins de santé à utiliser le modèle LIVES pour offrir un soutien de première ligne aux femmes qui ont été victimes de violence.
- 7 Health Care for Women Subjected to Intimate Partner Violence or Sexual Violence: A Clinical Handbook**  
WHO  
2014  
[www.who.int](http://www.who.int)

Un manuel clinique pour aider les prestataires de soins de santé à utiliser le modèle LIVES pour offrir un soutien de première ligne aux femmes qui ont été victimes de violence.

## MATÉRIEL DE SESSION

OUTIL 5

# Réponse CARE

### Créer un espace sûr

Un espace sûr est à la fois physiquement et émotionnellement sûr. Assurez-vous que vous êtes dans un endroit privé, où ils se sentent physiquement en sécurité.

Expliquez que vous êtes juste là pour écouter - vous ne les jugerez pas et ne leur direz pas quoi faire. Faites-leur savoir qu'ils peuvent vous faire confiance pour protéger leur confidentialité.

### Activement écouter

Montrez-leur que vous écoutez attentivement et avec empathie. Utilisez votre langage corporel pour indiquer que vous êtes attentif. Donnez-leur un espace pour parler, reconnaissez et validez leurs sentiments.

### Rassurer

Rassurez-les en leur faisant savoir qu'ils ne sont pas seuls, que vous êtes là pour eux et que leurs sentiments sont valables. S'ils ont partagé une expérience de violence, dites-leur que vous les croyez et que ce n'est pas de leur faute.

### Employer les moyens et les soutenir

Faites-leur savoir qu'ils contrôlent ce qui se passe ensuite. Aidez-les à identifier leurs besoins et à considérer leurs options. Soyez prêt à leur fournir des informations sur les services d'assistance auxquels ils peuvent accéder.

12

# Réponse CARE – Soutien par les pairs

| ÉTAPE                                      | Comment puis-je faire cela ?                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | À quoi cela ressemble-t-il en pratique ?           |
|--------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|
| <b>Créer un espace sûr</b>                 | Un espace sûr est à la fois physiquement et émotionnellement sûr. Être sûr que vous êtes dans un endroit privé, où ils se sentent physiquement en sécurité. Expliquez que vous êtes juste là pour écouter vous ne les jugerez ni ne leur direz que faire. Laissez la savoir elle peut te faire confiance pour la protéger confidentialité. | .....<br>.....<br>.....<br>.....<br>.....<br>..... |
| <b>Activement écouter</b>                  | Montrez-leur que vous écoutez profondément et avec empathie. Utilisez votre langage corporel pour communiquer que vous êtes attentif. Donnez-leur de l'espace pour parler, reconnaître et valider leurs sentiments.                                                                                                                        | .....<br>.....<br>.....<br>.....<br>.....<br>..... |
| <b>Rassurer</b>                            | Rassurez-les en leur faisant savoir qu'ils ne sont pas seuls, vous êtes là pour eux et leurs sentiments sont valides. S'ils ont partagé une expérience de violence, laissez-ils savoir que vous les croyez et que ce n'est pas leur faute.                                                                                                 | .....<br>.....<br>.....<br>.....<br>.....<br>..... |
| <b>Employer les moyens et les soutenir</b> | Faites-leur savoir qu'ils contrôlent ce qui se passe ensuite. Aidez-les à identifier leurs besoins et considérer leurs options. Être prêt pour leur fournir des informations sur les services de soutien auxquels ils peuvent accéder.                                                                                                     | .....<br>.....<br>.....<br>.....<br>.....<br>..... |



## 2

# Définition des limites et soins personnels

## CONNAISSANCES ESSENTIELLES

### Que sont la fatigue de compassion et le traumatisme par procuration ?

Écouter les expériences douloureuses et traumatisantes des personnes, telles que la violence, le diagnostic du VIH ou la stigmatisation et la discrimination, peut avoir un impact important sur notre bien-être et entraîner une fatigue de compassion et un traumatisme par procuration.

**La fatigue de compassion** fait référence à l'expérience de se sentir épuisé émotionnellement et physiquement en aidant les autres et en étant exposé à leur douleur. Ces sentiments s'accumulent au fil du temps, et nous pouvons ne pas en être conscients tant que nous ne nous sentons pas complètement dépassés. La fatigue de compassion est vécue différemment par différentes personnes. Quelqu'un qui éprouve de la fatigue de compassion peut :

- Se sentir fatigué, stressé et dépassé
- Se sentir irritable et colérique
- Avoir du mal à trouver la joie et le bonheur dans la vie
- Se sentir émotif, déprimé

**Le traumatisme par procuration** (ou traumatisme secondaire) fait référence au fait de ressentir des symptômes de traumatisme en raison d'être personnellement affecté par le traumatisme d'autrui. Si nous sommes exposés à trop d'expériences traumatisantes, nous pouvons commencer à avoir une vision déséquilibrée et déprimante du monde. Cela peut nous amener à ressentir des symptômes similaires à ceux d'une personne qui a directement vécu un événement traumatique.

Ce sentiment est le plus susceptible de s'accumuler au fil du temps plutôt que de se produire à la suite d'une exposition au traumatisme d'une seule personne. Une personne qui subit un traumatisme par procuration peut :

- Expérimenter des pensées récurrentes sur les expériences des autres
- Vivre dans leur esprit des images indésirables des expériences traumatisantes d'autres personnes
- Ressentir une colère ou une tristesse profonde face à l'injustice du monde

- Se sentir engourdi par la douleur du monde
- Se sentir impuissant ou désespéré
- Voir les gens différemment – ils pourraient perdre leur confiance ou penser que tout le monde leur fera du mal
- Voir le monde différemment – ils pourraient perdre de vue les choses positives dans le monde et ne voir que le négatif

Les ambassadeurs peuvent être exposés à un risque élevé de fatigue de compassion et de traumatisme par procuration. En effet, ils seront régulièrement exposés aux expériences traumatiques de leurs pairs et peuvent avoir vécu des expériences similaires. Le fait qu'ils partageront probablement les mêmes antécédents et la même communauté que leurs pairs pourrait également rendre plus difficile pour eux de se séparer de ce qu'ils entendent. De plus, les ambassadeurs peuvent avoir des systèmes de soutien moins structurés en place que les personnes occupant des rôles de soutien formels, de sorte qu'ils peuvent ne pas avoir autant de personnes vers qui se tourner lorsqu'ils rencontrent des difficultés.

Il est très important que les ambassadeurs soient soutenus pour protéger leur santé et leur bien-être. Certaines façons dont les ambassadeurs peuvent se protéger comprennent :

- Établir des distances pour limiter l'impact personnel de leur travail
- Écouter leur corps, leurs pensées et leurs sentiments afin qu'ils puissent répondre à leurs besoins
- Pratiquer les soins personnels

## Que sont les limites et pourquoi sont-elles importantes ?

Les limites sont les compréhensions formelles et informelles de la manière dont les gens interagissent les uns avec les autres. Ce sont des lignes directrices qui définissent ce qui est et ce qui ne va pas dans une relation, même si nous ne pensons pas ou n'en parlons pas nécessairement. Au fil du temps, nous apprenons quel niveau d'affection physique et d'intimité émotionnelle est autorisé dans chaque relation. Par exemple, une personne peut se présenter chez son ami tard dans la nuit s'ils sont bouleversés et ont besoin de soutien, sachant que cela fait partie des limites de leur relation. Ce même comportement peut être complètement inapproprié dans d'autres relations.

Il est nécessaire que les professionnels occupant des rôles bienveillants, comme les conseillers et les prestataires de soins de santé, aient des limites strictes. Ceci est dû au fait que :

- Il existe un déséquilibre de pouvoir entre le professionnel et son client, de sorte que les limites aident à protéger le client des relations inappropriées.
- Les professionnels sont aussi des personnes. Ils ont besoin de temps personnel pour pouvoir se concentrer sur leurs propres besoins.

Il est plus difficile de fixer des limites dans le contexte du soutien par les pairs car les ambassadeurs de la prévention du VIH peuvent avoir des relations personnelles avec les personnes qu'ils soutiennent. S'il peut être plus difficile d'établir des limites dans ce contexte, il est vraiment important de le faire. Si les ambassadeurs ne fixent pas de limites, ils courent un risque important de développer une fatigue de compassion et un traumatisme par procuration. Les ambassadeurs peuvent utiliser une gamme de stratégies pour établir et communiquer leurs limites à leurs pairs. Ceux-ci incluent :

- Communiquer quand ils travaillent en tant qu'ambassadeurs et quand ils ne le sont pas. Cela peut inclure le port d'un badge ou la limitation de leur rôle à certains endroits ou à certaines heures.
- Utiliser une autre carte SIM ou un autre compte de réseau social pour leur travail en tant qu'ambassadeurs.
- Être clair avec ses pairs sur ce qu'est ou n'est pas son rôle.

## Qu'est-ce que les soins personnels ?

Prendre soin de soi consiste simplement à prendre soin de soi et à prioriser ses propres besoins. Pratiquer les soins personnels, c'est être à l'écoute de notre corps, de nos pensées et de nos sentiments, ce qui nous permet d'identifier nos besoins. Plus tôt nous identifions et répondons à nos besoins, plus il est facile de prévenir les mauvaises pensées, les traumatismes par procuration et la fatigue de compassion. En fait, utiliser les soins personnels pour prévenir et gérer les traumatismes par procuration et la fatigue de compassion peut conduire à un plus grand sentiment d'espoir, de but et de sens de la vie.

Il n'y a pas de bonne ou de mauvaise façon de pratiquer les soins personnels. Différentes personnes ont des besoins différents, il est donc important d'encourager les gens à choisir ce qui leur convient. Voici une liste des stratégies qui ont été montrées pour prévenir ou réduire l'impact de la fatigue de compassion et les traumatismes par procuration.

- **Être gentil et compatissant envers nous-mêmes.** Cela implique de reconnaître et de valider nos sentiments, de nous pardonner nos erreurs et nos faiblesses et de nous concentrer sur nos forces. Cela peut inclure l'utilisation d'affirmations personnelles, c'est-à-dire lorsque nous nous disons des choses positives comme « Je suis fort ».
- **Prendre soin de nos besoins physiques.** Notre santé physique et mentale est interdépendante. S'assurer que nous nous reposons suffisamment, que nous mangeons bien et que nous faisons de l'exercice peut faire une grande différence pour notre bien-être émotionnel.
- **Faire quelque chose qui nous plaît.** Cela semble simple, mais faire quelque chose que nous aimons peut jouer sur notre bien-être mental et émotionnel. Toutes les formes de loisirs, d'activité sociale et d'expression créative peuvent être des moyens efficaces de se calmer, de se détresser et de renouer avec le monde d'une manière positive. Par exemple, nous pourrions voir des amis ou faire quelque chose qui est agréable, comme l'art, le jardinage ou la cuisine.
- **Prendre un moment pour nous-mêmes.** Lorsque nous nous sentons dépassés, prendre un moment pour respirer profondément et se détendre peut tout changer. C'est encore mieux si nous pouvons le faire tout en faisant quelque chose d'apaisant comme se promener, écouter de la musique ou s'asseoir au soleil.
- **Se connecter avec notre spiritualité ou nos systèmes de valeurs.** Certaines personnes vont à l'église ou prient, et d'autres peuvent méditer ou réfléchir.
- **Partager ce que nous ressentons.** Certaines personnes ont intérêt à parler de leurs sentiments, tandis que d'autres préfèrent écrire dans un journal.
- **Trouver un moyen de « désactiver ».** Cela aide à protéger notre vie personnelle et notre bien-être mental. Cela nous permet de fixer des limites qui séparent notre travail de notre vie personnelle. La désactivation est un processus conscient qui consiste à fermer les parties de notre vie ou à notre esprit qui doivent être protégées lorsque nous sommes au travail, puis à les rallumer dans notre vie personnelle. Cela peut également signifier mettre consciemment notre travail de côté ou hors de notre esprit lorsque nous profitons de notre temps personnel.



Vos remarques

Area with horizontal dotted lines for notes.

## APERÇU DE LA SESSION

Les participants exploreront l'impact que le travail de soutien par les pairs peut avoir sur la santé mentale et le bien-être d'un pair travailleur. Ils en apprendront davantage sur la fatigue de compassion et les traumatismes par procuration pour les aider à identifier les signes avant-coureurs. Ils apprendront également comment fixer des limites pour éviter la fatigue de compassion et les traumatismes par procuration, et ils identifieront des stratégies pour les soins personnels et le soutien mutuel.

À la fin de cette session, les participants devraient :

- Comprendre le risque de fatigue de compassion et de traumatisme par procuration lors du travail de soins
- Savoir définir des limites pour éviter la fatigue de compassion et les traumatismes par procuration
- Apprendre des stratégies de soins personnels pour favoriser leur santé et leur bien-être

### MESSAGES CLÉS

- Les limites sont des lignes directrices formelles et informelles sur la manière dont les gens interagissent les uns avec les autres. Des frontières existent dans toutes les relations, même si nous ne pensons pas ou n'en parlons pas toujours.
- Il peut sembler peu aimable de fixer des limites quant à la manière et au moment où vous apporterez votre soutien à vos pairs, mais c'est très important pour développer la confiance. En définissant et en communiquant clairement les limites, vous dites à vos pairs ce qu'ils peuvent attendre de vous.
- Les soins personnels sont une partie essentielle du travail de soutien par les pairs, car ils vous protègent contre les traumatismes par procuration et la fatigue de compassion. Pour vous protéger, il est important de prendre régulièrement soin de vous.
- Réfléchir à vos propres sentiments et à votre travail vous permet de rester conscient de tout changement dans votre vision du monde ou votre humeur qui pourrait signaler le besoin de prendre davantage soin de vous.
- Il n'est pas égocentrique de prendre le temps de prendre soin de soi ou de fixer des limites dans les relations. Ce sont des activités importantes qui vous permettent de maintenir votre capacité à faire du travail de soutien par les pairs.
- N'oubliez pas que les limites et les stratégies d'autogestion sont personnelles – vous n'avez pas besoin d'être guidé par ce que les autres choisissent de faire. Fixez des limites avec lesquelles vous êtes à l'aise et choisissez les méthodes de soins personnels qui vous conviennent le mieux.
- Vous ne pouvez pas aider les autres si vous ne prenez pas soin de vous. Fixer des limites est le meilleur moyen de vous assurer de pouvoir continuer à apporter un soutien.

# INSTRUCTIONS POUR LA SESSION

Écrivez « Ça me va », « Ça ne va jamais » et « Ça pourrait être bien si... » sur des morceaux de papier séparés (de n'importe quelle taille) et placez-les sur le sol ou collez-les sur le mur. Laissez suffisamment d'espace entre les morceaux de papier pour que les participants puissent se tenir autour d'eux.

PRÉPARATION



## EXPLORER

### CONSEILS DE FACILITATION

### INTRODUCTION

1. Présentez la session en vous référant à **Aperçu de la session**.
2. À l'aide des **Connaissances essentielles** et **Messages clés**, expliquez la fatigue de compassion et les traumatismes par procuration, en soulignant que :
  - Apporter un soutien émotionnel à leurs pairs peut avoir un impact sur leur santé mentale et leur bien-être.
  - Il est important d'apprendre comment minimiser cet impact pour éviter la fatigue de compassion et les traumatismes par procuration.
3. Expliquez aux participants qu'au cours de cette séance, ils apprendront trois façons de se protéger de la fatigue de compassion et des traumatismes par procuration. Ceux-ci sont :
  - Établir des limites pour limiter l'impact personnel de leur travail
  - Écouter leur corps, leurs pensées et leurs sentiments afin qu'ils puissent répondre à leurs besoins
  - Pratiquer les soins personnels

Lorsque vous parlez de fatigue de compassion et de traumatisme par procuration, assurez-vous de souligner que ce ne sont pas des signes de faiblesse. La plupart des personnes occupant des rôles de soins et de soutien éprouveront certains symptômes de fatigue de compassion et de traumatisme par procuration. Ce n'est pas parce que nous sommes mauvais dans nos rôles, mais parce que nous nous soucions profondément.

### ACTIVITÉ D'ÉCHAUFFEMENT : Mes limites

1. Expliquez aux participants qu'ils vont faire un exercice rapide pour explorer les limites.
2. Demandez à la moitié de la pièce de se tenir en ligne d'un côté de la pièce et à l'autre moitié de se tenir en ligne face à eux.
3. Expliquez l'exercice en notant :
  - Il existe de nombreux types de limites, y compris les limites physiques, les limites émotionnelles et les limites professionnelles.
  - Des frontières existent dans toutes nos relations, mais ce n'est pas quelque chose dont nous parlons habituellement. Nous ne savons souvent pas que nous avons une limite en place jusqu'à ce que nous sentions que quelqu'un l'a franchie.
  - Les limites physiques sont les plus évidentes, et dans cet exercice, les participants exploreront leurs limites physiques.

L'écart entre les participants doit être d'au moins trois mètres, mais si vous avez plus d'espace, il peut atteindre cinq mètres. Plus l'écart est grand, plus le jeu prendra du temps.

Insistez tout au long de cet exercice sur le fait que lorsqu'une personne se sent mal à l'aise, ce n'est pas une insulte. Ce n'est pas personnel. Il s'agit de leurs propres besoins.



- Vous leur demanderez de faire des pas vers la personne de l'autre côté de la pièce jusqu'à ce qu'ils se sentent mal à l'aise de se rapprocher.
  - Cela nous aidera à voir comment différentes personnes ont des limites physiques différentes.
4. Expliquez que lorsque vous dites « pas », vous aimeriez qu'ils fassent un pas l'un vers l'autre. Lorsqu'ils commencent à se sentir mal à l'aise, ils doivent lever la main. Cela signifie que la personne en face d'eux doit s'arrêter et ne pas se rapprocher.
  5. Dites « pas » à voix haute et attendez que les participants fassent un pas en avant. Continuez à faire cela jusqu'à ce que tous les participants aient la main levée ou que les participants soient aussi proches que possible.
  6. Lorsque l'activité est terminée, encouragez le groupe à réfléchir à ses limites avec les questions suivantes :
    - Pour ceux d'entre vous qui ont levé la main, qu'avez-vous ressenti de voir quelqu'un se rapprocher de vos limites ?
    - Pourquoi certaines personnes ont-elles des limites différentes des autres ?
    - Vos limites physiques changent-elles dans différentes situations ?
    - Comment connaissons-nous les limites physiques d'une personne sans qu'elle nous le dise ?
    - Quels sont quelques exemples d'autres limites, telles que les limites émotionnelles ?

### ACTIVITÉ : C'est mon choix !

1. Expliquez que dans cette activité, vous allez explorer ce que vous pensez être approprié pour vos pairs de faire ou de vous demander en tant qu'ambassadeur. Cette activité aidera les participants à identifier leurs limites.
2. Expliquez que vous allez lire certains scénarios à haute voix et que vous aimeriez qu'ils choisissent « Ça me va », « Ça ne va jamais » ou « Ça pourrait être bien si... » et tenez-vous sous le signe correspondant, selon ce qu'ils ressentent.
3. Lisez à voix haute un scénario ci-dessous. Une fois que les participants ont choisi leur position, demandez à des volontaires d'expliquer leur choix. Si les participants ont choisi « Ça pourrait être bien si... », demandez-leur d'expliquer un scénario quand tout ira bien.
4. Continuez l'exercice en lisant les scénarios ci-dessous.
5. Une fois que vous avez lu quelques scénarios, demandez si quelqu'un souhaite ajouter un autre scénario.
6. Une fois l'activité terminée, menez une discussion avec les participants en posant les questions suivantes :
  - Pourquoi avons-nous besoin des limites ?
  - Quelles stratégies pouvez-vous employer pour créer des limites ?

Adaptez ces questions pour répondre aux résultats de cette activité.

Vous aurez besoin des panneaux que vous avez préparés plus tôt pour cette activité (voir **Préparation** (ci-dessus)).

Insistez auprès des participants tout au long de cette activité sur le fait qu'il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses. Cet exercice concerne leurs limites personnelles.

Si les participants sont répartis entre les trois options, c'est une bonne occasion de souligner que chacun a, et fixe des limites différentes. Il s'agit de fixer les limites dont ils ont besoin pour protéger leur propre santé et leur bien-être.

## SCÉNARIOS

- Un pair dit vouloir prendre la PrEP orale mais n'a pas les moyens de prendre le bus pour se rendre à la clinique. Ils demandent d'emprunter de l'argent.
- Un pair subit de la violence et demande s'il peut rester chez vous.
- Un pair est expulsé de chez lui après que ses parents ont appris qu'il utilisait la PrEP orale. Il dit que c'est votre faute et veut que vous parliez à ses parents à sa place.
- Un pair craint d'être séropositif et vient chez vous tard le soir pour vous parler.
- Un pair veut utiliser la PrEP orale mais s'inquiète de la garder chez lui. Il demande s'il peut la garder chez vous.
- Un pair veut utiliser la PrEP orale et vous demande de parler à son partenaire à sa place.

C'est à vous de décider du nombre de scénarios que vous souhaitez utiliser et de choisir ceux qui sont les plus pertinents pour votre groupe. Vous pouvez également créer le vôtre.



## APPLIQUER

## ACTIVITÉ : Réflexion et enregistrement des soins personnels

1. En utilisant les **Connaissances essentielles** et **Messages clés**, expliquez les soins personnels aux participants.
2. Expliquez que même s'ils n'ont jamais envisagé de prendre soin d'eux-mêmes auparavant, nous avons tous des stratégies pour prendre soin de notre santé et de notre bien-être. Certaines stratégies nous aident à nous sentir moins stressés et sont également bonnes pour notre santé émotionnelle et physique, comme parler à un ami ou faire de l'exercice. D'autres stratégies nous font nous sentir moins stressés sur le moment, mais peuvent ne pas être la stratégie la plus utile au fil du temps, comme boire de l'alcool ou manger des sucreries.
3. Demandez aux participants de partager ce qu'ils font lorsqu'ils se sentent stressés, tristes ou épuisés.
4. Expliquez que dans cette activité, ils utiliseront l'art comme un outil pour explorer ce qu'ils ressentent par rapport à leur rôle d'ambassadeurs.
5. Faites-leur savoir qu'ils ont 30 minutes pour créer leur œuvre. Expliquez que leurs œuvres peuvent être tout ce qui leur plaît. S'ils ont besoin d'idées, vous pouvez suggérer :
  - Dessiner une image
  - Découpez différentes couleurs de papier et collez-les ensemble
  - Créer une carte mentale ou un nuage de mots

## CONSEILS DE FACILITATION

L'art peut être un excellent moyen d'explorer et de communiquer des sentiments, car cela peut être plus facile que de parler directement des sentiments.

Si les participants ont un accès facile à un jardin, ils peuvent également collecter des matériaux tels que des feuilles ou des fleurs et les utiliser dans leurs œuvres d'art.

Il est préférable de ne pas faire de réflexions ou de suggestions sur l'art des gens – c'est leur propre création et interprétation de leur état interne.

Faites savoir aux participants qu'ils n'ont pas besoin de partager leurs œuvres s'ils préfèrent ne pas le faire.



6. Insistez sur le fait que cette activité consiste à communiquer leurs sentiments, afin qu'ils puissent le faire comme bon leur semble. Il n'y a pas de bonne ou de mauvaise façon de faire cet exercice. Il doit être relaxant et soutenir la réflexion.
7. Promenez-vous et parlez à toute personne qui a des problèmes. Expliquez qu'il est parfois difficile de commencer une nouvelle activité comme celle-ci parce que nous y pensons trop. Demandez-leur de se concentrer sur les sentiments qu'ils ont à propos de la formation et de leur rôle en tant qu'ambassadeurs, prenez du matériel et commencez simplement à créer quelque chose.
8. Gardez une trace du temps et informez régulièrement les participants afin qu'ils aient suffisamment de temps pour terminer leur travail.
9. Lorsque le groupe a terminé, rassemblez tout le monde dans un cercle et invitez-les à présenter leur œuvre au groupe.
10. Lorsque le groupe a terminé, rassemblez tout le monde dans un cercle et invitez-les à présenter leur œuvre au groupe.
11. Une fois l'activité terminée, amenez les participants dans un cercle de réflexion.



## RÉFLÉCHIR

### CONSEILS DE FACILITATION

### ACTIVITÉ : Cercle de réflexion

1. En utilisant les questions ci-dessous comme guide, engagez les participants dans une discussion sur ce qu'ils ont appris et comment cela les soutiendra dans leurs rôles d'ambassadeurs de la prévention du VIH.

### QUESTIONS DE RÉFLEXION SUGGÉRÉES

- **Que pensez-vous de la mise en place de limites ?**
- **Que pouvez-vous faire pour vous rappeler de pratiquer les soins personnels ?**
- **Comment pouvez-vous vous soutenir les uns les autres ?**

Essayez de ne pas vous précipiter dans cette séance de réflexion. Certains participants peuvent avoir besoin de temps pour réfléchir avant de répondre à ces questions.



## Ressources utiles

### 1 Understanding & Addressing Vicarious Trauma Online Training Module

The Headington Institute  
2018

<https://headington-institute.org>

Un module de formation pour accroître la compréhension du processus de traumatisme par procuration, ainsi que pour reconnaître les signes et traiter le traumatisme par procuration.

### 2 Self and Collective Care Toolbox

Just Associates; Furia Zine; Raising Voices  
2019

<http://preventgbvafrica.org>

Une boîte à outils pour soutenir la réflexion, l'apprentissage et les tactiques sur les soins personnels et collectifs au sein des mouvements sociaux.

# Clôture

# Diplôme d'ambassadeur

## APERÇU DE LA SESSION

Les participants identifieront comment ils utiliseront les connaissances et les compétences qu'ils ont développées au cours de cette formation dans leur rôle d'ambassadeurs. Ils développeront également des principes fondamentaux pour guider leur travail. La session se terminera par une cérémonie de reconnaissance de la fin de la formation.

À la fin de cette session, les participants devraient :

- Être capable de réfléchir aux connaissances, compétences et attitudes qu'ils ont développées à la suite de cette formation
- Être en mesure d'identifier et de s'engager à respecter les principes clés qui guideront leur travail en tant qu'ambassadeurs de la prévention du VIH

### MATÉRIAUX

Vous aurez besoin d'un certificat de fin d'études pour chaque participant (voir [Préparation à la formation](#) à la page 16)

## INSTRUCTIONS POUR LA SESSION

### PRÉPARATION

Écrivez ce qui suit sur des feuilles de tableau à feuilles séparées et accrochez-les ensemble :

- Connaissances
- Compétences
- Attitudes



### EXPLORER

#### INTRODUCTION

1. Accueillez les participants à la session et reconnaissez le chemin qu'ils ont parcouru à travers cette formation.

### CONSEILS DE FACILITATION

2. Faites le tour du cercle et demandez aux participants de terminer la phrase « Je ressens... ».

### ACTIVITÉ : Résultats d'apprentissage

1. Demandez aux participants de réfléchir à ce qu'ils ont appris pendant la formation.
2. Demandez-leur d'écrire sur une note collante ce qu'ils ont appris au cours de cette formation. Faites le tour du cercle et demandez aux participants de partager leurs réponses avec le groupe. Après que chaque personne a partagé, demandez-leur de mettre la note collante sur le morceau de papier du tableau à feuilles mobiles avec le titre « Connaissances ».
3. Une fois que tous les participants ont terminé, résumez leurs réponses et identifiez des thèmes communs. Demandez au groupe s'il souhaite mettre en évidence autre chose qu'il a appris et qui n'a pas été mentionnée.
4. Répétez cet exercice en demandant aux participants d'écrire et de partager :
  - Une compétence qu'ils ont développée pendant la formation
  - Un changement dans leurs attitudes, sentiments, valeurs ou façon de penser
5. Lorsque vous avez terminé l'exercice, demandez aux participants si quelqu'un aimerait partager ses pensées ou ses sentiments sur la façon dont la formation a eu un impact sur eux.

Si possible, prévoyez qu'un membre senior de votre organisation ou un invité spécial puisse remettre les certificats à la fin de cette session.

En fonction de la taille de votre groupe et du moment choisi, vous pouvez inviter les participants à inclure plus d'une réponse à ces questions.



## APPLIQUER

### CONSEILS DE FACILITATION

### ACTIVITÉ : Accord d'ambassadeur et remise de diplômes

1. Expliquez aux participants qu'il s'agit du dernier exercice de la formation et que dans cette activité, ils travailleront ensemble pour identifier les principes fondamentaux qui guideront leur travail en tant qu'ambassadeurs.
2. Demandez aux participants s'ils savent ce que « principes » signifie dans ce contexte.
3. Expliquez que les principes sont un ensemble d'idées qui peuvent être utilisées pour guider le comportement. Les principes sont basés sur les valeurs, l'éthique et une compréhension partagée des attitudes et des comportements qui profiteront le plus aux personnes avec lesquelles nous travaillons.
4. Présentez l'activité en notant :
  - Vous aimeriez que chaque personne vienne devant la salle et suggère un principe qui devrait les guider dans leur rôle d'ambassadeurs.
  - Ils doivent développer les principes ensemble afin que chacun puisse s'y engager pleinement à la fin de l'activité.

Si les participants font déjà partie d'un programme par les pairs, vous devrez peut-être adapter cette activité pour la rendre plus pertinente.

#### Exemples de principes

- Autonomisation
- Non jugement
- Fiabilité
- Confidentialité
- Égalité
- Respect



- Les participants devront animer une discussion sur leur principe proposé pour parvenir à un accord au sein du groupe.
- 5. Encouragez les participants à réfléchir à ce qu'ils ont appris tout au long de la formation. Les principes peuvent inclure la manière dont ils se comportent envers les autres, ainsi que la façon dont ils doivent se traiter.
- 6. Demandez à un volontaire de venir au premier plan et de suggérer un principe au groupe.
- 7. Continuez cet exercice jusqu'à ce que les membres du groupe soient convaincus qu'ils ont couvert les principes fondamentaux.
- 8. Expliquez au groupe que vous allez maintenant écrire ces principes dans un accord. Cela signifie transformer les principes en engagements qu'ils peuvent accepter. Par exemple, « *autonomisation* » deviendrait : « *J'aiderai mes pairs à prendre leurs propres décisions* ».
- 9. Écrivez ce qui suit sur une feuille de tableau à feuilles mobiles : « **J'accepte la responsabilité de devenir ambassadeur de la prévention du VIH. Je m'engage à...** »
- 10. Demandez à chaque personne qui a suggéré un principe de faciliter une discussion sur la façon de le formuler comme un engagement. Demandez-leur de l'écrire sur l'accord.
- 11. Continuez cet exercice jusqu'à ce que tout le monde dans le groupe soit satisfait de l'accord.
- 12. Concluez cette partie de l'activité.
- 13. Expliquez que vous leur demanderez de signer l'accord. Après cela, vous leur remettrez un certificat pour avoir terminé la formation.
- 14. Lisez le nom de chaque participant un par un.
- 15. Demandez-leur d'accepter les principes de l'ambassadeur et de signer l'accord.
- 16. Remettez-leur leur certificat et reconnaissez leur réussite.



## RÉFLÉCHIR

### ACTIVITÉ : Cercle de réflexion

1. Donnez aux participants l'occasion de discuter de ce qu'ils ressentent à propos de la formation et de leur rôle en tant qu'ambassadeurs de la prévention du VIH.

### QUESTIONS DE RÉFLEXION SUGGÉRÉES

- **Que pensez-vous de votre diplôme d'ambassadeurs de la prévention du VIH ?**
- **Comment pouvez-vous vous soutenir mutuellement dans vos rôles ?**
- **Quelles sont vos prochaines étapes ?**

### Exemples d'engagements Je vais...

- Être un modèle de comportement positif
- Préserver la confidentialité
- Prendre soin de moi et prioriser mes besoins
- Traiter tout le monde de manière égale et équitable
- Demander de l'aide quand j'en ai besoin
- Aider mes pairs à prendre leurs propres décisions concernant l'utilisation de la PrEP orale
- Respecter les droits de mes pairs
- Apporter un soutien sans jugement à mes pairs
- Écouter mes pairs pour connaître leurs besoins
- Respecter mes propres limites et les limites de mes pairs

### CONSEILS DE FACILITATION

Faites savoir aux participants quand le groupe se réunira à nouveau et assurez-vous de terminer sur une note positive.

# Étapes suivantes

Cette formation fournit une base solide aux ambassadeurs de la prévention du VIH pour commencer à soutenir leurs pairs dans leur cheminement de prévention du VIH, mais ce n'est que la première étape. Les ambassadeurs auront besoin d'un soutien continu pour remplir leur rôle et surmonter les défis.

Parce que le rôle d'ambassadeur sera unique à chaque contexte, il vous appartiendra de décider de la meilleure façon d'accompagner les ambassadeurs dans leur progression. Cela devrait être fait en consultation avec les participants, qui peuvent être habilités à identifier leurs besoins de soutien et la meilleure façon de communiquer avec eux. Une option consiste à former des groupes WhatsApp d'ambassadeurs formés ensemble ou vivant dans la même zone géographique afin de pouvoir partager des informations et se soutenir mutuellement. La formation d'un groupe Facebook privé en tant que plate-forme pour les ambassadeurs formés pour partager des informations, des mises à jour et des défis peut également être bénéfique. Pour les groupes WhatsApp et Facebook, un ambassadeur formé doit animer le groupe et être en mesure de répondre aux questions et de fournir un soutien si nécessaire. Les types de soutien qui peuvent aider les ambassadeurs comprennent :

**Rester en contact régulièrement avec les ambassadeurs.** Il est important que les ambassadeurs sachent qu'ils peuvent vous contacter s'ils ont besoin de conseils ou de soutien. Vous pourriez également souhaiter désigner une autre personne comme point de contact. Idéalement, les ambassadeurs auront une personne en particulier avec qui ils pourront discuter régulièrement de leurs rôles.

**Offrir aux ambassadeurs des informations** sur les services locaux et sans stigmatisation qu'ils peuvent partager avec leurs pairs en toute discrétion ou qu'ils peuvent utiliser eux-mêmes, y compris les services de santé, sociaux et juridiques.

**Offrir un soutien continu pour traiter les aspects émotionnellement difficiles de leurs rôles,** comme être exposé à la stigmatisation, soutenir un pair à travers un diagnostic de VIH ou fournir un soutien à un pair victime de violence. Pour offrir ce soutien, vous pouvez les mettre en contact avec quelqu'un à qui ils peuvent parler ou suggérer des ateliers auxquels ils peuvent participer pour accéder à du soutien et parler de leurs expériences.



**Aider les ambassadeurs à développer leur propre réseau de soutien.** Les ambassadeurs bénéficieront grandement du sentiment de faire partie d'une équipe et d'avoir accès à leur propre réseau de soutien par les pairs. Cela peut prendre la forme d'ateliers de réflexion et de soutien ou de rassemblements informels qui renforcent leur soutien mutuel. Des programmes similaires ont montré que les groupes Facebook et WhatsApp sont efficaces pour connecter les pairs travailleurs.

**Faciliter les activités d'engagement communautaire avec les dirigeants communautaires, les prestataires de soins de santé, la famille et les partenaires pour jeter les bases des activités des ambassadeurs.** Si l'organisation est capable de maintenir une présence visible dans la communauté et de travailler avec les ambassadeurs, cela peut renforcer leur crédibilité et leur influence dans la communauté en démontrant que leur travail fait partie d'un programme plus large.

**Former les ambassadeurs aux procédures pour répondre aux incidents critiques dans la communauté et gérer les risques pour leur sécurité,** y compris :

- S'ils croient qu'un pair ou un enfant court un risque immédiat de préjudice grave
- S'ils craignent que leur propre sécurité ne soit menacée

Il est important de demander à chaque ambassadeur s'il a des inquiétudes quant à l'impact de ses responsabilités sur sa sécurité et de s'assurer qu'il dispose du soutien nécessaire pour gérer ces risques. Cela pourrait inclure des discussions informelles pour évaluer les risques de sécurité et identifier les mesures de sécurité, ou des évaluations de sécurité, des plans et des formations plus formels. Des procédures pour répondre aux incidents critiques peuvent devoir être élaborées s'il n'en existe pas.

**Reconnaître et récompenser leur travail.** Les ambassadeurs sont plus susceptibles de poursuivre le programme s'ils estiment que leur travail est reconnu et valorisé. Cela ne signifie pas que vous devez fournir des incitations financières. Il existe de nombreuses façons de reconnaître leur travail, y compris la reconnaissance formelle de leurs rôles, comme fournir un insigne nominatif ou un t-shirt, imprimer des certificats de réussite à distribuer ou les reconnaître publiquement pour leur bon travail.

**Offrir aux ambassadeurs plus d'opportunités de développement professionnel.**

De nouveaux programmes qui offrent aux ambassadeurs la possibilité d'ajouter à leurs connaissances et compétences ou des opportunités de développement professionnel peuvent aider les ambassadeurs de la prévention du VIH à devenir des leaders communautaires.



# Annexes

# Modèle de répertoire de référence local

|                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                       |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <div>SERVICES DE SANTÉ</div> <div>(comme le dépistage du VIH, la PrEP, la PEP, la planification familiale, la contraception d'urgence, le dépistage et le traitement des IST et le dépistage de la santé mentale)</div> | <div>SERVICES SOCIAUX</div> <div>(comme les groupes de conseil et de soutien en cas de crise, l'aide financière, les organisations communautaires qui peuvent fournir un accompagnement)</div> | <div>SERVICES JURIDIQUES</div> <div>(telles que les informations juridiques et les coordonnées des agents chargés de l'application de la loi lorsqu'ils peuvent être engagés en toute sécurité)</div> |
| <div>[Nom de l'organisation / Établissement]</div> <div></div>                                                                                                                                                          | <div>[Nom de l'organisation / Établissement]</div> <div></div>                                                                                                                                 | <div>[Nom de l'organisation / Établissement]</div> <div></div>                                                                                                                                        |
| <div>Horaires : </div> <div>Lieu : </div> <div></div> <div>Point focal : </div> <div></div> <div>Téléphone : </div> <div>Email: </div> <div>Services disponibles : </div> <div></div>                                   | <div>Horaires : </div> <div>Lieu : </div> <div></div> <div>Point focal : </div> <div></div> <div>Téléphone : </div> <div>Email: </div> <div>Services disponibles : </div> <div></div>          | <div>Horaires : </div> <div>Lieu : </div> <div></div> <div>Point focal : </div> <div></div> <div>Téléphone : </div> <div>Email : </div> <div>Services disponibles : </div> <div></div>                |
| <div>[Nom de l'organisation / Établissement]</div> <div></div>                                                                                                                                                          | <div>[Nom de l'organisation / Établissement]</div> <div></div>                                                                                                                                 | <div>[Nom de l'organisation / Établissement]</div> <div></div>                                                                                                                                        |
| <div>Horaires : </div> <div>Lieu : </div> <div></div> <div>Point focal : </div> <div></div> <div>Téléphone : </div> <div>Email: </div> <div>Services disponibles : </div> <div></div>                                   | <div>Horaires : </div> <div>Lieu : </div> <div></div> <div>Point focal : </div> <div></div> <div>Téléphone : </div> <div>Email: </div> <div>Services disponibles : </div> <div></div>          | <div>Horaires : </div> <div>Lieu : </div> <div></div> <div>Point focal : </div> <div></div> <div>Téléphone : </div> <div>Email : </div> <div>Services disponibles : </div> <div></div>                |
| <div>[Nom de l'organisation / Établissement]</div> <div></div>                                                                                                                                                          | <div>[Nom de l'organisation / Établissement]</div> <div></div>                                                                                                                                 | <div>[Nom de l'organisation / Établissement]</div> <div></div>                                                                                                                                        |
| <div>Horaires : </div> <div>Lieu : </div> <div></div> <div>Point focal : </div> <div></div> <div>Téléphone : </div> <div>Email: </div> <div>Services disponibles : </div> <div></div>                                   | <div>Horaires : </div> <div>Lieu : </div> <div></div> <div>Point focal : </div> <div></div> <div>Téléphone : </div> <div>Email: </div> <div>Services disponibles : </div> <div></div>          | <div>Horaires : </div> <div>Lieu : </div> <div></div> <div>Point focal : </div> <div></div> <div>Téléphone : </div> <div>Email : </div> <div>Services disponibles : </div> <div></div>                |

# Mots clés

## A

### Antirétroviraux (ARV)

Médicament qui empêche le VIH d'entrer dans une cellule et de se multiplier

## C

### Charge virale

Une mesure de la quantité de VIH dans le corps

### Charge virale indétectable

Lorsque les taux de VIH dans le sang d'une personne séropositive sont si bas qu'ils ne peuvent pas être détectés ; si une personne a une charge virale indétectable, elle ne peut pas transmettre le VIH

### Cellules CD4

Un type de globule blanc qui aide le corps à combattre les infections

### Combinaison de prévention

Peut faire référence aux deux :

- Une approche de la prévention du VIH qui comprend différents types d'interventions visant à réduire la transmission du VIH au sein d'une communauté ou d'un groupe de personnes
- L'utilisation de plusieurs méthodes de prévention telles que les préservatifs, le dépistage et le traitement des IST et la PrEP orale pour maximiser la protection d'une personne contre le VIH et d'autres effets indésirables sur la santé sexuelle

### Continuation

Le fait de continuer à prendre la PrEP orale alors qu'une personne est vulnérable au VIH

### Couple serodiscordant (CSC)

Deux personnes dans une relation sexuelle dans laquelle un partenaire est séropositif et l'autre séronégatif

## D

### Droits de l'homme

Protections et privilèges de base auxquels tout être humain a droit

### Droits à la santé sexuelle et reproductive

Terme utilisé pour souligner que le droit à la santé comprend la santé sexuelle et reproductive, ainsi que d'autres droits dont une personne a besoin pour jouir d'une bonne santé sexuelle et reproductive

## E

### Engagement numérique

L'utilisation d'outils numériques tels que les médias sociaux, les blogs ou les sites Web pour impliquer la population dans des conversations en ligne

### Expression de genre

Comment on choisit d'exprimer son sentiment d'être masculin, féminin, non binaire ou d'un autre genre à travers son apparence et son comportement social

## F

### Fatigue de compassion

Épuisement émotionnel et physique qui peut survenir du fait de prendre soin des autres Féminin

### Féminin

Idées sociales sur les caractéristiques qui sont idéales ou acceptables pour les femmes

## G

### Genre

Idées sociales sur les traits et les comportements acceptables pour les personnes nées avec des caractéristiques biologiques féminines ou masculines

**H****Homophobie**

Stigmatisation dirigée contre les personnes en raison de leur orientation sexuelle réelle ou perçue

**I****Identité de genre**

Le sens de soi comme étant masculin, féminin, non binaire ou d'un autre sexe, qui peut ou non correspondre au sexe assigné à la naissance

**Inégalité de genre**

Le traitement inégal d'une personne en raison de son sexe et la répartition inégale du pouvoir et des ressources entre les femmes et les hommes

**Infections sexuellement transmissibles (IST)**

Infections transmises lors de rapports sexuels, y compris le VIH, la gonorrhée, la syphilis, l'herpès et la chlamydia

**Intersexe**

Une personne née avec des caractéristiques biologiques qui ne correspondent pas aux caractéristiques typiques du corps masculin ou féminin

**L****Limites**

Les limites qui guident ce qui est et n'est pas approprié dans une relation

**M****Masculin**

Idées sociales sur les caractéristiques idéales ou acceptables pour les hommes

**Médias sociaux**

Formes de communication électronique (comme les sites Web et les applications mobiles) par lesquelles les utilisateurs créent des communautés en ligne pour partager des informations, des idées, des messages personnels et d'autres contenus

**Membranes muqueuses**

Doublure fine et délicate à l'intérieur du vagin et de l'anus qui est vulnérable aux déchirures ; Le VIH peut traverser les muqueuses plus facilement que la peau

**N****Normes de genre**

Idées et attitudes sociales sur l'apparence et le comportement des personnes nées avec des caractéristiques biologiques masculines

**Normes sociales**

Attentes partagées sur la manière dont les membres d'une communauté devraient agir ou penser

**O****Observance (de la PrEP orale)**

Prendre la PrEP orale tous les jours

**Orientation sexuelle**

Une attirance émotionnelle, romantique ou sexuelle durable pour des personnes d'un autre genre ou sexe, du même genre ou du même sexe, ou de plus d'un genre ou sexe

**P****Pair**

Une personne qui appartient au même groupe social qu'une autre personne ; ce groupe social peut être basé sur l'âge, le sexe, la classe ou d'autres éléments de l'identité ou des expériences de vie d'une personne

**Personnes transgenres**

Décrit les personnes dont le sexe est différent du sexe qui leur a été attribué à la naissance

**Prophylaxie post-exposition (PEP)**

Un type de médicament antirétroviral qui empêche le VIH de se propager à d'autres cellules

**Prophylaxie pré-exposition (PrEP)**

Un type de médicament antirétroviral pris par les personnes séronégatives pour se protéger du VIH ; il fonctionne en créant un bouclier autour de leurs cellules CD4cells

**R****Relations sexuelles transactionnelles**

Relations sexuelles basées sur le besoin ou le désir d'un soutien matériel ou financier

## S

### Sexe biologique

Caractéristiques biologiques avec lesquelles une personne est née et qui sont utilisées pour classer les gens comme hommes, femmes ou intersexués

### Sexe oral

Activités sexuelles impliquant une personne utilise sa bouche sur les organes génitaux d'une autre personne

### Sexualité

Toutes les parties de l'expérience sexuelle des gens, leurs désirs et la façon dont ils s'identifient en fonction du sexe des personnes qui les attirent

### Syndrome d'immunodéficience acquise (SIDA)

Lorsque le VIH a gravement endommagé le système immunitaire alors que le corps ne peut plus combattre les infections

### Système immunitaire

Le système du corps qui combat les infections et les maladies ; il comprend les globules blancs et les anticorps

## T

### Thérapie antirétrovirale (TAR)

Médicament qui essaie le VIH d'entrer dans une cellule et de se multiplier

### Transformateur en matière de genre

Quelque chose qui remet en question les normes de genre ou les rôles de genre

### Transphobie

Stigmatisation dirigée contre les personnes en raison de leur identité de genre réelle ou perçue ou de leur expression de genre

### Traumatismes par procuration

Une personne subit le traumatisme d'une autre personne dans la mesure où elle présente des

## V

### VIH non transmissible

Le VIH ne peut pas être transmis par des actes sexuels lorsque la charge virale est inférieure à 200 copies / ml

### Violence basée sur le genre (VBG)

La violence utilisée pour maintenir et renforcer les différences de pouvoir fondées sur le sexe

### Virus de l'immunodéficience humaine (VIH)

Un virus qui attaque le système immunitaire en pénétrant dans les cellules CD4 et en les utilisant pour se répliquer

# Ressources

*A Systematic Review of Positive Youth Development in Low- and Middle-Income Countries.* YouthPower Learning, 2017.

[www.youthpower.org](http://www.youthpower.org)

*A Time to Lead: A Roadmap for Progress on Sexual and Reproductive Health and Rights Worldwide.* Guttmacher Institute, 2018.

[www.guttmacher.org](http://www.guttmacher.org)

*A Vision for Going Online to Accelerate the Impact of HIV Programs.* FHI 360, LINKAGES Project, 2019.

[www.fhi360.org](http://www.fhi360.org)

*Advocating for Change for Adolescents! A Practical Toolkit for Young People to Advocate for Improved Adolescent Health and Well-being.* The Partnership for Maternal, Newborn, & Child Health; Women Deliver, 2018.

<https://womendeliver.org>

*African Transformation: Malawi Facilitators Workshop Guide.* National AIDS Council, no date.

[www.k4health.org](http://www.k4health.org)

*AMA'RIGHTS: Understanding, Supporting and Accessing Human Rights for Transgender and Gender Diverse Persons in South Africa.* Gender Dynamix, 2016.

[www.genderdynamix.org.za](http://www.genderdynamix.org.za)

*The CHARISMA Toolkit: Empowerment Counseling to Improve Women's Ability to Use PrEP Safely and Effectively.* RTI International; Wits RHI; FHI 360, 2020.

[info@charismaproject.org](mailto:info@charismaproject.org)

*Compendium of Key Documents Relating to Human Rights and HIV in Eastern and Southern Africa.* United Nations Development Program, 2008.

[www.undp.org](http://www.undp.org)

*Creating Safe Space for GLBTQ Youth: A Toolkit.* Girl's Best Friend Foundation; Advocates for Youth, 2005.

<https://advocatesforyouth.org>

*Launching V CONRAD;* USAID, 2018.

[www.prepwatch.org](http://www.prepwatch.org)

*Enhanced Peer Outreach Approach (EPOA) Training Curriculum for Peer Outreach Workers.* FHI 360, 2017.

[www.fhi360.org](http://www.fhi360.org)

*Facts About Sex Workers and the Myths that Help Spread HIV.* The Lancet, 2014.

[www.thelancet.com/infographics/HIV-and-sex-workers](http://www.thelancet.com/infographics/HIV-and-sex-workers)

*Get PrEPared What African women need to know!* Wits RHI, 2018.

<https://youtu.be/rHkQq--anmo>

*Girl-Centered Program Design: A Toolkit to Develop, Strengthen and Expand Adolescent Girls Programs.* Population Council, 2010.

[www.popcouncil.org](http://www.popcouncil.org)

*Girl Consultation Research Toolkit.* The Girl Effect; Nike Foundation; 2CV, 2013.

<https://youthrex.com/toolkit/the-girl-consultation-toolkit-for-girls-in-poverty/>

*Guidance on Couples HIV Testing and Counselling Including Antiretroviral Therapy for Treatment and Prevention in Serodiscordant Couples.* WHO, 2012.

[www.who.int](http://www.who.int)

*Health Care for Women Subjected to Intimate Partner Violence or Sexual Violence: A Clinical Handbook.* WHO, 2014.

[www.who.int](http://www.who.int)

*HIV Prevention Ambassador Training: Interactive virtual oral PrEP sessions;* Wits RHI, 2020.

<https://myprep.co.za/ambassador>

*HIV Risk Reduction Tool.* Centers for Disease Control and Prevention, no date.

[hivrisk.cdc.gov](http://hivrisk.cdc.gov)

*Implementing Comprehensive HIV and HCV Programmes with People Who Inject Drugs: Practical Guidance for Collaborative Interventions (the "IDUIT").* United Nations Office on Drugs and Crime et al., 2017.

[www.unodc.org](http://www.unodc.org)

*Implementing Comprehensive HIV and STI Programmes with Men Who Have Sex with Men: Practical Guidance for Collaborative Interventions (the "MSMIT").* United Nations Population Fund et al., 2015.

[www.unfpa.org](http://www.unfpa.org)

*Implementing Comprehensive HIV and STI Programmes with Transgender People: Practical Guidance for Collaborative Interventions (the "TRANSIT").* United Nations Development Programme et al., 2016.

[www.undp.org](http://www.undp.org)

*Implementing Comprehensive HIV/STI Programmes with Sex Workers: Practical Approaches from Collaborative Interventions (the "SWIT").* World Health Organization et al., 2013.

[www.who.int](http://www.who.int)

*Interagency Gender Working Group Training Facilitators User's Guide.* Interagency Gender Working Group, 2017.

[www.igwg.org](http://www.igwg.org)

*Interventions to Improve Antiretroviral Therapy Adherence Among Adolescents in Low- and Middle-Income Countries: A Systematic Review of the Literature.* FHI 360, 2018.  
[ambassadortraining@PrEPNetwork.org](mailto:ambassadortraining@PrEPNetwork.org)

*It's About More than Just Sex: Curricula and Educational Materials to Help Young People Achieve Better Sexual and Reproductive Health.* FHI 360, 2014.  
[www.fhi360.org/resource](http://www.fhi360.org/resource)

*It's All One Curriculum: Volume 1 - Guidelines for a Unified Approach to Sexuality, Gender, HIV, and Human Rights Education.* International Sexuality and HIV Curriculum Working Group, 2011.  
[www.itsallone.org](http://www.itsallone.org)

*It's All One Curriculum: Volume 2 - Activities for a Unified Approach to Sexuality, Gender, HIV, and Human Rights Education.* International Sexuality and HIV Curriculum Working Group, 2011.  
[www.itsallone.org](http://www.itsallone.org)

*Jipende JiPrEP.* Kenya National STI & AIDS Control Programme, 2019.  
<https://prep.nascop.org>

*Key Population PrEP Activist Toolkit.* International Treatment Preparedness Coalition, 2018.  
<http://itpcglobal.org>

*LINKAGES Peer Educator Training: Preventing and Responding to Violence against Key Populations.* FHI 360, 2019.  
<https://www.fhi360.org/resource/linkages-violence-programming>

*Living with HIV & Breastfeeding Fact Sheet.* Avert HIV, 2018.  
[www.avert.org](http://www.avert.org)

*Mentoring Interventions and the Impact of Protective Assets on the Reproductive Health of Adolescent Girls and Young Women.* FHI 360, 2017.  
[ambassadortraining@PrEPNetwork.org](mailto:ambassadortraining@PrEPNetwork.org)

*MTV Shuga.* Unitaid, 2017.  
[www.mtvshuga.com](http://www.mtvshuga.com)

*Multipurpose Prevention Technologies.* AVAC.  
[www.avac.org](http://www.avac.org)

*My Dreams My Choice! A Facilitator's Guide for Empowering Girls and Young Women in Adopting Positive Behavior.* SSDI – Communication / Johns Hopkins Center for Communication Programs, no date.  
[www.k4health.org](http://www.k4health.org)

*MyPrEP Tool.* Bedsider, 2018.  
<https://mypreptool.org>

*Option B!: Lifelong ART for All Pregnant and Breastfeeding Women with HIV.* Avert HIV, 2017.  
[www.avert.org](http://www.avert.org)

*OPTIONS Provider Training Package: Effective Oral PrEP Delivery for AGYW.* OPTIONS Consortium, 2019.  
[www.prepwatch.org](http://www.prepwatch.org)

*Oral PrEP eLearning Resource.* WHO and Jhpiego.  
[www.hivoralprep.org](http://www.hivoralprep.org)

*Oral Pre-Exposure Prophylaxis (PrEP Counselling Guidelines).* Department: Health Republic of South Africa, no date.  
[www.prepwatch.org](http://www.prepwatch.org)

*Partners & Allies: Toolkit for Meaningful Adolescent Girl Engagement.* The Coalition for Adolescent Girls, 2015.  
<http://coalitionforadolescentgirls.org>

*Peer Education and Leadership for Adolescents: Facilitator Manual.* LVCT Training Institute, 2014.  
[ambassadortraining@PrEPNetwork.org](mailto:ambassadortraining@PrEPNetwork.org)

*Peer Educators Information Booklet.* LVCT Health, 2019.  
<https://lvcthealth.org>

*Peer Navigation Training Core Modules.* FHI 360, 2017  
[www.fhi360.org](http://www.fhi360.org)

*Positive Connections: Leading Information and Support Groups for Adolescents Living with HIV.* FHI 360, 2013.  
[www.fhi360.org/resource](http://www.fhi360.org/resource)

*PrEP 4 Youth Public Service Announcements.* OPTIONS Consortium; Wits RHI. 2019.  
[www.prepwatch.org](http://www.prepwatch.org)

*PrEP Introduction to Young People.* OPTIONS Consortium; Wits RHI; She Conquers, 2018.  
[ambassadortraining@PrEPNetwork.org](mailto:ambassadortraining@PrEPNetwork.org)

*PrEP Posters.* Department: Health Republic of South Africa; She Conquers, no date.  
[www.prepwatch.org](http://www.prepwatch.org)

*PrEP Roadmap.* Department of Health, Republic of South Africa. 2018.  
<https://myprep.co.za/gamification>

*Preventing HIV During Pregnancy and Breastfeeding in the Context of PrEP.* WHO, 2017.  
[www.who.int](http://www.who.int)

*PZAT PrEP Literacy Sessions Guide.* Pangaea Zimbabwe AIDS Trust, 2018.  
[ambassadortraining@PrEPNetwork.org](mailto:ambassadortraining@PrEPNetwork.org)

*Rectal Microbicides Fact Sheet.* Microbicide Trials Network, 2020.  
<https://mtnstopshiv.org>

*Respecting, Protecting, and Fulfilling Our Sexual and Reproductive Health and Rights: A Toolkit for Young Leaders.* C Exchange Youth Initiative; Women Deliver, 2015.  
<http://womendeliver.org>

*RESPECT Women: Preventing Violence against Women.* World Health Organization (WHO), 2019.  
[www.who.int](http://www.who.int)

*Responding to Children and Adolescents Who Have Been Sexually Abused: WHO Clinical Guidelines.* WHO, 2017.  
[www.who.int](http://www.who.int)

*Rights-Evidence-ACTION (REAct) User Guide.* Frontline AIDS, 2019.  
<https://frontlineaids.org>

*Safety and Security Toolkit: Strengthening the Implementation of HIV Programs for and with Key Populations.* FHI 360, International HIV/AIDS Alliance, 2018.  
[www.fhi360.org](http://www.fhi360.org)

*SASA! Action Training Module.* Raising Voices, 2013.  
<http://raisingvoices.org>

*SASA! Awareness Training Module.* Raising Voices, 2013.  
<http://raisingvoices.org>

*SASA! Start Training Module.* Raising Voices, 2013.  
<http://raisingvoices.org>

*SASA! Support Training Module.* Raising Voices, 2013.  
<http://raisingvoices.org>

*Self and Collective Care Toolbox.* Just Associates; Furia Zine; Raising Voices, 2019.  
<http://preventgbvafrica.org>

*Sexual, Reproductive and Maternal Health: Community Workshop Series Facilitator's Manual.* Care International in Papua New Guinea, 2016.  
[ambassadortraining@PrEPNetwork.org](mailto:ambassadortraining@PrEPNetwork.org)

*Sex Workers' Rights Are Human Rights: A Training Manual.* Leitner Center for International Law and Justice, Kenyan Sex Workers Alliance, 2013.  
[www.leitnercenter.org](http://www.leitnercenter.org)

*SHAZ! Life Skills: A Facilitator's Guide for Discussion Groups.* Pangaea Zimbabwe AIDS Trust (PZAT), 2009.  
[ambassadortraining@PrEPNetwork.org](mailto:ambassadortraining@PrEPNetwork.org)

*SMART Connections Program Guide.* FHI 360, 2020.  
[www.youthpower.org](http://www.youthpower.org)

*Social Media to Improve ART Retention and Treatment Outcomes Among Youth Living with HIV in Nigeria – SMART Connections.* FHI 360, 2018.  
[ambassadortraining@PrEPNetwork.org](mailto:ambassadortraining@PrEPNetwork.org)

*South Africa PrEP Information, Education, and Communication Materials and Job Aids.* OPTIONS Consortium; Wits RHI, 2018.  
<https://myprep.co.za>

*South-to-South Mentoring Toolkit for Key Populations.* FHI 360, 2016.  
[www.fhi360.org](http://www.fhi360.org)

*Strength in Strategy and Numbers: A Training Manual on Building the Advocacy Capacity of Key Populations in Kenya.* National AIDS Control Council, Kenya, 2014.  
<https://hivpreventioncoalition.unaids.org>

*Training for Community Mobilization for VMMC: Trainer's Slide Deck.* AIDSFree, 2019.  
<https://www.malecircumcision.org/>

*Tuko Pamoja: Adolescent Reproductive Health and Life Skills Curriculum.* Program for Appropriate Technology in Health, 2006.  
[www.path.org](http://www.path.org)

*U-Report.* UNICEF, 2011.  
<https://ureport.in/>

*Understanding & Addressing Vicarious Trauma Online Training Module.* The Headington Institute, 2018.  
<https://headington-institute.org>

*Undetectable = Untransmittable Factsheet.* FHI 360, 2018.  
[www.fhi360.org/resource](http://www.fhi360.org/resource)

*Voluntary Medical Male Circumcision Demand Creation Toolkit.* Population Services International, 2014.  
[www.psi.org](http://www.psi.org)

*What Are LGBTQ Rights?* Gay and Lesbian Coalition of Kenya.  
[www.galck.org](http://www.galck.org)

*What's the 2+1+1? Event-Driven Oral Pre-Exposure Prophylaxis to Prevent HIV for Men Who have Sex with Men: Update to WHO's Recommendation on Oral PrEP.* WHO, 2019.  
[www.who.int](http://www.who.int)

*WHO Implementation Tool for Pre-Exposure Prophylaxis (PrEP) of HIV Infection. Module 11: PrEP Users.* WHO, 2017.  
[www.who.int](http://www.who.int)

*WHO Implementation Tool for Pre-Exposure Prophylaxis (PrEP) of HIV Infection. Module 12: Adolescents and Young People.* WHO, 2017.  
[www.who.int](http://www.who.int)

*WHO Implementation Tool for Pre-Exposure Prophylaxis (PrEP) of HIV Infection. Module 2: Community Educators and Advocates.* WHO, 2017.  
[www.who.int](http://www.who.int)

*Young Women Lead, Evidence, Advocate, Research, Network (LEARN).* ATHENA Network, 2018.  
<http://athenanetwork.org>

*Youth Changing the River's Flow: A Facilitator's Guide.* SAfAIDS; Sonke Gender Justice, 2016.  
<https://genderjustice.org.za/publication>

*YouthPower AGYW Mentoring Program Toolkit.* FHI 360, 2018.  
[www.youthpower.org](http://www.youthpower.org)

*Zvandiri: Peer Counseling to Improve Adolescent Adherence to Treatment and Psychosocial Well-being in Zimbabwe.* Africaid, 2018.  
[www.pepfarsolutions.org](http://www.pepfarsolutions.org)





# Module de formation des ambassadeurs de la prévention du VIH

