

MODULE 3: PREVENIR LE VIH

Leçon 1 : Imaginer votre avenir

But :

Ces leçons amusantes et imaginatives engagent les participants dans une expérience réelle et physique où ils se protègent eux-mêmes contre le VIH. Les participants commencent à réfléchir à leur avenir et aux différentes manières dont ils peuvent se mettre en garde contre le VIH.

Objectifs :

- ❖ Les participants voient de manière positive leur avenir ;
- ❖ Les participants comprennent et personnalisent les risques des rapports sexuels non protégés ;
- ❖ Les participants sont davantage motivés à éviter l'infection.

Durée : 2 heures

THEME	DUREE	METHODE	MATERIEL
VIH/SIDA : Les crues qui ne cessent de monter	45 minutes	Traverser les ponts	Tissu bleu, longs bâtons, animaux en papier
Résolution de problèmes	15 minutes	Se concentrer sur le résultat ou sur le problème ?	Grande fiche ou tableau (utiles)
Se protéger contre l'infection	1 heure	Discussion de groupe : La flotte de l'espoir	Modèles de bateaux et de personnages

MODULE 3: PREVENIR LE VIH

Leçon 1 : Imaginer votre avenir

Message clé : On peut réduire de trois manières le risque de contracter le VIH par le biais de rapports sexuels.

Compétence/aptitude clé : Remettre à plus tard les rapports sexuels, avoir moins de partenaires et/ou utiliser des condoms : autant de moyens de réduire le risque de contracter l'infection.

La grande majorité des infections à VIH proviennent de rapports sexuels non protégés avec un partenaire infecté.

Le fait de s'abstenir des rapports sexuels est la seule manière à 100% sûre qui permet d'éviter l'infection par le VIH, les IST et la grossesse non souhaitée. Il existe d'autres avantages si l'on s'abstient des relations sexuelles. Cette abstinence vous confère une bonne estime de vous-même : on se sent bien avec soi-même. Elle vous aide à développer d'autres manières les relations. L'abstinence ne coûte rien et peut être décidée à n'importe quel moment. Mais même avec tous ces avantages, l'abstinence, ce n'est pas pour tout le monde.

La fidélité (une relation mutuellement fidèle avec une personne) est une autre manière de réduire le risque de contracter l'infection à VIH. D'abord, les deux partenaires doivent s'assurer qu'ils ne sont pas infectés. Pour cela, ils doivent passer le test de dépistage du VIH. Cette méthode n'est sûre que si les deux partenaires n'ont des relations sexuelles qu'entre eux. En effet, si un partenaire a des relations sexuelles avec quelqu'un d'autre, les deux partenaires sont exposés au risque de contracter l'infection à VIH.

A moins que les partenaires n'aient des relations sexuelles qu'entre eux, qu'ils aient passé le test de dépistage pour le

VIH et qu'ils sachent qu'ils ne sont pas infectés, ils devraient se protéger en utilisant des condoms.

« Relations sexuelles sans risques » cela signifie avoir des rapports sexuels sans que le pénis n'entre dans le corps s'il n'est pas recouvert d'un condom. Le condom recueille le sperme qui ne peut plus rentrer dans le corps de la femme et qui évite que les liquides vaginaux de la femme n'entrent dans le pénis de l'homme. Les condoms sont une barrière évitant le contact entre les parties génitales du couple et les protégeant ainsi contre les infections sexuellement transmissibles (IST).

Les condoms sont très efficaces pour prévenir les IST, le VIH et la grossesse. Ils sont faciles à utiliser, peu chers et discrets. Pour utiliser le condom, il faut que les deux personnes parlent ensemble des relations sexuelles moins risquées. Parfois, ces discussions ne sont pas faciles à démarrer et parfois, c'est chose impensable pour les femmes.

Avoir moins de partenaires sexuels signifie également avoir moins de risques d'être exposé au VIH. Par contre, toute personne sexuellement active peut être infectée—pas simplement les gens qui ont un grand nombre de partenaires sexuels. Une personne peut être infectée, même après un seul rapport sexuel sans condom.

ACTIVITE ET DISCUSSION : TRAVERSER LES PONTS

But : Les participants apprendront trois manières de se protéger eux-mêmes contre l'infection à VIH et pour rester en bonne santé.

Groupe d'âge : Tous les âges.

Matériel : Un morceau de tissu bleu d'environ 2 mètres de large ; des découpages en forme de crocodile ; un bâton de 1 mètre (2,5x2,5 cm), moitié blanc, moitié bleu ; un bâton de 1 mètre peint en jaune.

Durée : 45 minutes.

Explications :

Les participants essayent de traverser un « pont » étroit (long bâton étroit posé par terre) pour éviter les eaux infestées de crocodiles. Pour ceux qui tombent, un second pont est ajouté par la suite, ce qui leur permet de traverser en toute sécurité. Cet exercice rapide et amusant nous donne une expérience physique réelle nous montrant comment nous pouvons nous protéger contre le VIH. Tout le monde participe et les gens commencent à réfléchir aux différentes possibilités de rester en bonne santé.

PARTIE 1 : TRAVERSER DES EAUX DANGEREUSES

Réalisation :

1. Mettez le tissu par terre. (Si c'est trop sale par terre, vous pouvez vous passer du tissu.) Posez le bâton tout le long du tissu et mettez les crocodiles des deux côtés du bâton.

2. Introduisez cela comme une activité amusante à laquelle tout le monde participe. Décrivez la situation de la manière suivante :

Imaginez que ce tissu, c'est une grande rivière remplie de crocodiles affamés et d'autres bêtes dangereuses. Votre avenir vous attend de l'autre côté. Vous devez traverser la rivière en empruntant ce pont. Mettez un pied devant l'autre pour que le talon du pied de devant touche le gros orteil du pied de derrière. (Montrez comment on peut traverser la rivière en commençant du côté blanc du bâton.) Il est dangereux de traverser cette rivière. Aussi, vous encouragez vos amis lorsqu'ils s'aventurent. Quand quelqu'un a réussi à traverser sans tomber, on applaudit pour le féliciter.

3. Invitez les participants à essayer de traverser le pont, talon à orteil, tout le long du bout blanc jusqu'au bout bleu. Lorsque quelqu'un a réussi, on le félicite et on l'applaudit.
4. Lorsque tous ceux qui le souhaitent ont essayé, félicitez ceux qui sont passés sans problème de l'autre côté. Pour ceux qui sont tombés, dites-leur qu'on va ajouter un autre pont pour qu'ils puissent traverser sans danger cette fois-ci.

MODULE 3: PREVENIR LE VIH

Leçon 1 : Imaginer votre avenir

5. Mettez le bâton jaune par terre à 25 cm du bâton blanc et bleu. Expliquez qu'une fois en place ce pont jaune, les participants peuvent essayer de traverser à nouveau le pont blanc et bleu. S'ils en ont besoin, ils peuvent utiliser également le pont jaune pour passer sans danger de l'autre côté. Faites la démonstration vous-même.
6. A présent, invitez tout le monde à passer en utilisant le second pont. Ils devraient tous y arriver maintenant. Si quelqu'un tombe à nouveau, dites-lui qu'il peut encore une fois essayer. Quand tout le monde est passé sans problème, on se félicite.

PARTIE 2 : DISCUSSION

Réalisation :

Utilisez les questions suivantes pour mener une **discussion** après cet exercice. Laissez les participants répondre dans la mesure du possible. Il est mieux qu'ils réfléchissent aux réponses eux-mêmes que de les entendre de la part du facilitateur.

1. **Sentiments** : Qu'avez-vous éprouvé en faisant cet exercice ?
 - Que ressent-on lorsqu'on se trouve sur le pont ?
 - Que ressent-on lorsqu'on a réussi à passer et que tout le monde vous a applaudi ?
 - Et quand on tombe ?
2. **Symboles** : Que représentent les crocodiles et les autres créatures cachées ?

La réponse, c'est le VIH/SIDA. Ils représentent également d'autres infections sexuellement

transmissibles (IST), comme la gonorrhée et la syphilis. Les crocodiles sont les dangers que vous voyez. Le VIH, c'est comme un de ces monstres tapis dans l'eau. Vous ne pouvez pas le voir et il peut vous mordre sans même que vous vous en rendiez compte.

3. Que représentent les ponts ?

Les ponts représentent les manières d'éviter le VIH et de traverser la vie en toute sécurité, sans danger.
4. Que représente le bâton blanc et bleu ?

Le blanc représente l'abstinence, pas de rapports sexuels ou alors des rapports sexuels remis à plus tard. Le bleu représente la fidélité, avoir des rapports sexuels uniquement avec un partenaire lui aussi fidèle, qui n'est pas infecté par le VIH. Nous avons commencé par l'abstinence et ensuite, nous sommes passés à la fidélité au fil d'une relation durable ou chacun est engagé.
5. Que représente le pont jaune ?

Le pont jaune représente l'utilisation de condoms. Pas tout le monde arrive à se maintenir tout le temps sur le pont de l'abstinence ou de la fidélité. Les condoms aident les gens à ne pas tomber dans l'eau quand ils sont déjà tombés du premier pont. Le pont jaune peut également représenter le soutien des camarades, des parents, de la religion, etc.
6. Qu'est-ce qui vous a aidé à traverser en toute sécurité ? Comment peut-on le rapprocher de la vie réelle ?

C'est l'encouragement et le soutien des autres. Par exemple, cela nous

MODULE 3: PREVENIR LE VIH

Leçon 1 : Imaginer votre avenir

aide beaucoup si quelqu'un nous tient la main alors que nous traversons un pont.

Il est également utile de se concentrer sur la traversée du pont et de voir où nous voulons arriver. Si nous nous concentrons sur les problèmes de la vie, par exemple, l'eau et les crocodiles, nous risquons davantage de tomber.

Le fait d'avoir 2 ponts nous aide grandement à traverser sans problème. Si vous pouvez utiliser différents choix, vous avez plus de chance de rester au sec et de ne pas tomber dans l'eau.

7. Pourquoi est-il important d'avoir le choix de deux ponts ?

Nombreux sont ceux qui vous diront qu'il faut juste utiliser le pont de l'abstinence et de la fidélité. Certaines personnes arrivent effectivement à rester sur ce pont toute leur vie. C'est une chose magnifique et nous devons les applaudir. Par contre, dans la réalité, il existe également un grand nombre de personnes qui trouvent qu'il est trop difficile de rester tout le temps sur le même pont. Si c'est le seul pont qu'ils peuvent traverser, alors un grand nombre de gens tomberont dans l'eau. Mais s'ils peuvent également utiliser ce second pont, ils pourront traverser sans danger.

Que devrions-nous dire aux gens qui trouvent qu'il leur est trop difficile de rester tout le temps sur le pont

de l'abstinence et de la fidélité ? Devrions-nous dire : « Vous ne devez pas utiliser le pont du condom ? » Si vous tombez du pont de l'abstinence et de la fidélité, c'est dur, vous devez nager et vous courez le risque de rencontrer les crocodiles. Ou alors, devrions-nous faire preuve de compassion et d'amour pour l'autre en lui disant : « Essaye de rester sur le pont de l'abstinence et de la fidélité, mais si tu n'y arrives pas, alors utilise le pont du condom pour que tu sois protégé et que tu aides également à protéger les autres. »

8. Qu'avez-vous appris de cet exercice ? Si les participants n'ont pas mentionné tous ces points, ajoutez-les à la fin :
- Si vous vous souciez véritablement des autres personnes et que vous souhaitez qu'elles restent en bonne santé, à l'abri du VIH, vous devez leur donner toute l'information disponible sur toutes les possibilités de protection qui se présentent à eux.
 - Il est important d'encourager l'abstinence et la fidélité, mais il faut également vérifier que les gens sont au courant des condoms.
 - Il est bon de se concentrer sur ce que l'on veut et sur le but et la destination qu'on se donne dans la vie.

Adapté de *Journey of Hope, Ghana Users' Guide*, Gouvernement du Ghana, JHU/CCP, Potential Unlimited International, USAID, ONUSIDA, 2001

MODULE 3: PREVENIR LE VIH

Leçon 1 : Imaginer votre avenir

ACTIVITE ET DISCUSSION

SE CONCENTRER SUR LE RESULTAT OU SUR LE PROBLEME ?

Réalisation :

1. Dans le grand groupe, expliquez :
Lorsque nous faisons face à une question difficile, les gens vont souvent poser des questions qui en fait « se concentrent sur le problème » :

- ❖ Quel est le problème ?
- ❖ Qu'est-ce qui l'a causé ?
- ❖ D'où est-il venu ?
- ❖ Pourquoi est-ce que j'ai ce problème ?
- ❖ Qu'est-ce qui va de travers dans ma vie à cause de ce problème ?
- ❖ Comment est-ce que je peux me débarrasser de ce problème ?

Certes, ces questions peuvent dégager une information utile, mais souvent elle ne vous guide pas vers la bonne solution. Elles se concentrent sur le problème et sur ceux que l'on blâme pour ce problème. Les questions axées sur les problèmes font que les gens tournent en rond autour du problème et ne savent pas quoi faire à ce propos. Il existe une approche bien plus utile, celle qui consiste à poser des questions qui « se concentrent sur le résultat » :

- ❖ Qu'est-ce que je veux ?
- ❖ Quels sont les différents chemins pour que j'y arrive ?
- ❖ Qu'est-ce que je vais avoir en plus une fois que je serai arrivé à cette destination ?
- ❖ Quel est le soutien dont j'ai besoin ?
- ❖ Quelle est la première chose que je dois faire maintenant ?

Cette approche donne aux gens un sentiment bien plus positif et les remplit d'enthousiasme pour faire quelque chose à propos de cette question.

2. Demandez au groupe de faire le rapprochement entre l'exercice des Ponts et la « Priorité au problème » et la « Priorité au résultat. » A votre avis, pourquoi les Ponts ont-ils utilisé cette approche ?
3. Certes, il est important de comprendre les problèmes et les difficultés entourant le VIH et le SIDA, mais si nous nous concentrons uniquement sur les problèmes, nous allons devenir très vite déprimés et nous ne pourrons plus rien faire. Par contre, si nous nous concentrons sur les résultats positifs que nous voulons voir, nous serons davantage motivés.

MODULE 3: PREVENIR LE VIH

Leçon 1 : Imaginer votre avenir

4. Voici deux manières différentes dont nous pouvons introduire la formation. Nous pouvons dire :

- Ce programme cherche à voir comment on peut éviter de mourir du SIDA, ou
- Ce programme, c'est pour apprendre à profiter de votre vie et de vos relations, pour votre mettre en garde et vous garder en bonne santé.

Quelle est l'approche qui vous motivera davantage, celle qui vous remontera le plus ? Pourquoi ?

5. Expliquez que nous allons appliquer ces deux approches à certains problèmes que vous pouvez rencontrer dans votre vie aujourd'hui. Demandez des exemples. Faites une liste sur le tableau ou sur une grande fiche.

6. Une fois que les participants ont nommé plusieurs problèmes différents, demandez-leur de se répartir en groupes de trois. Chaque groupe choisit un problème. Donnez-leur quelques minutes pour qu'ils parlent de l'utilisation des questions qui se concentrent sur le

problème. (Lisez les questions à voix haute ou inscrivez-les sur le tableau.)

7. Interrompez la **discussion** et demandez aux groupes de discuter du problème en utilisant les questions qui se concentrent sur le résultat. Là aussi, lisez les questions à voix haute ou inscrivez-les sur une grande fiche ou sur le tableau.

8. Après quelques minutes, arrêtez la discussion et posez les questions suivantes :

- ❖ Qu'avez-vous ressenti après la discussion sur les problèmes ? Et après la discussion sur les résultats ?
- ❖ Dans quelle mesure les réponses que vous avez trouvées étaient-elles différentes ?
- ❖ Quelle est l'approche qui vous donne le plus confiance à propos de vos capacités à résoudre le problème ?
- ❖ Autres observations ?

Adapté de *Journey of Hope, Ghana Users' Guide*, Gouvernement du Ghana, JHU/CCP, Potential Unlimited International, USAID, ONUSIDA, 2001

MODULE 3: PREVENIR LE VIH

Leçon 1 : Imaginer votre avenir

ACTIVITE

LA FLOTTE DE L'ESPOIR

But : Les participants savent comment ils peuvent utiliser l'abstinence, la fidélité et/ou les condoms pour se protéger contre l'infection à VIH.

Groupe d'âge : Tous les âges.

Matériel : Dessins ressemblant à des gens de la communauté (voir Annexe) ; morceau de tissu bleu de 2 mètres ; découpages en forme de bateau, environ 25 cm ; étiquettes Abstinence, Fidélité, Utilisation de condoms pour les bateaux ; et des découpages en forme de crocodile.

Durée : 1 heure et demie.

Préparation :

Revoyez cette analogie : la propagation du VIH/SIDA ressemble à une crue qui monte. Toutes les personnes sexuellement actives doivent prendre les mesures nécessaires pour éviter d'être attaquées par les créatures dangereuses et souvent invisibles que l'on trouve dans l'eau. Il existe trois bateaux vers la sécurité : « Abstinence, » « Fidélité » et « Utilisation de condoms. » En étant dans ces bateaux, vous êtes à l'abri du danger.

PARTIE 1 : PREPARER LA SCENE

Réalisation :

Le facilitateur prépare la scène en racontant l'histoire suivante :

C'est l'histoire d'une crue très grave et ce qui aidé les gens d'une communauté à faire face à ce danger. Je vais commencer l'histoire et après, vous allez continuer à la raconter vous-même.

Les eaux de cette crue montent et montent depuis plusieurs années, inondant maisons, villages et pays entiers.

Mettez le tissu avec les bateaux par terre ou accrochés devant le groupe :

C'est une terrible inondation et, dans ces eaux, nagent des créatures dangereuses.

Mettez le crocodile sur le tissu.

Vous pouvez voir certains dangers, mais d'autres sont cachés. Il s'agit notamment du VIH et d'autres infections sexuellement transmissibles (IST) comme la gonorrhée.

D'abord, la plupart des gens ne voient pas les eaux venir et ils ne voient pas quelle en est la cause. Certains grimpent sur le toit de la maison ou d'autres vont se réfugier sur des hauteurs. Mais les eaux ne cessent de monter.

Comment pouvez-vous échapper à une inondation ? Il faut se mettre dans un bateau. Il y a trois bateaux différents que peuvent emprunter les gens pour échapper à cette terrible crue. Ils s'appellent 'Abstinence' 'Fidélité' et 'Utilisation de condoms'.

MODULE 3: PREVENIR LE VIH

Leçon 1 : Imaginer votre avenir

Faites participer les jeunes à la discussion pour mettre au clair ce que l'on veut dire par ces termes. Utilisez des termes locaux pour abstinence (ou remettre à plus tard les rapports sexuels), fidélité et condoms, des termes que les participants connaissent bien et utilisent facilement. Ensuite, demandez aux participants de choisir un nom pour cette communauté. Appelez la communauté par son nom à partir de maintenant.

Chaque personne dans _____ peut choisir le bateau dans lequel elle veut se mettre, suivant sa culture, sa religion, son caractère, son âge et style de vie. Différentes personnes viennent donc s'embarquer dans ces bateaux. Les trois bateaux restent proches les uns des autres pour que les gens puissent changer de bateau et venir dans un autre bateau s'ils le souhaitent.

Tous ceux qui ne trouvent pas dans un bateau nagent aux alentours dans ces eaux où ils courent constamment le risque d'être attaqués par l'une des créatures de ces eaux.

Certaines personnes dans _____ n'ont pas vu venir l'inondation jusqu'au moment où il était trop tard. D'autres ont vu les eaux venir, mais il leur était trop difficile de changer leur style de vie et de vivre autrement et ainsi, elles ont été attrapées par les eaux.

PARTIE 2 : QUI EST DANS L'EAU ?

QUI EST DANS UN BATEAU ?

Réalisation :

Remettez une carte de personnage à chaque participant. Donnez-leur un personnage qui NE leur ressemble PAS.

Par exemple, donnez des personnages masculins aux femmes et des personnages féminins aux hommes. Donnez des personnages jeunes aux personnes plus âgées. Demandez aux participants, un après l'autre, de parler de leur personnage.

Présentez votre personnage. Donnez-lui un nom. Parlez de ce personnage comme si c'était quelqu'un que vous connaissiez bien. Dites-nous qui vous êtes, ce que vous aimez et ce que vous faites aujourd'hui. Ensuite, mettez-le dans le bateau ou dans l'eau suivant que ce personnage est un personnage du bateau ou un personnage de l'eau. **Mettez-le là où vous pensez qu'il se trouve maintenant et non pas là où vous pensez qu'il doit être.**

Demandez aux participants pourquoi ils ont choisi ce bateau en particulier. Animez une discussion sur les raisons faisant que ce personnage reste dans le bateau ou les raisons expliquant pourquoi il se met dans un autre bateau. Demandez au groupe le soutien qu'il peut apporter à ce personnage pour qu'il puisse venir à bout des problèmes qu'il rencontre.

Indiquez que les gens changent souvent de bateau. Donnez-en un exemple avec la carte du personnage qui ressemble à tel homme d'affaires. Voici son histoire :

Ce commerçant a une relation fidèle avec sa femme la plupart du temps. Puis ensuite, il s'en va pour un voyage d'affaires. D'abord, il entre dans le bateau 'Abstinence,' mais une semaine après, il rencontre une jolie femme. S'il décide d'avoir des relations sexuelles avec elle, il doit rentrer dans le bateau 'Condoms,' sinon il plonge

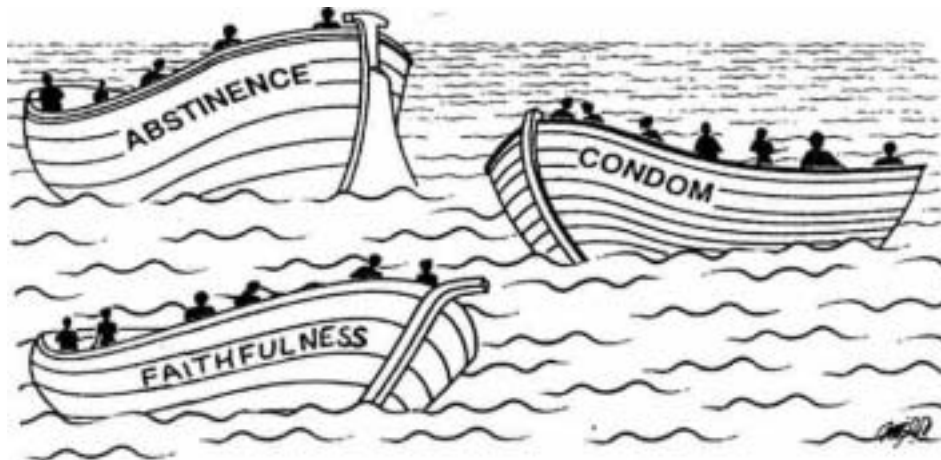
MODULE 3: PREVENIR LE VIH

Leçon 1 : Imaginer votre avenir

dans l'eau. Souvent, les gens se déplacent d'un bateau à l'autre lorsqu'ils se marient. Si vous ne pouvez pas rester dans le bateau dans lequel vous vous trouvez, alors changez de bateau mais restez en dehors de l'eau.

Encouragez les participants à créer des relations entre les différents personnages. La discussion peut aller dans de nombreuses directions, faisant ressortir tel ou tel aspect ou tel ou tel problème par l'intermédiaire de leurs personnages.

Adapté de *Journey of Hope, Ghana Users' Guide*, Gouvernement du Ghana, JHU/CCP, Potential Unlimited International, USAID, ONUSIDA, 2001



CE QUE CELA SIGNIFIE D'ÊTRE DANS UN BATEAU SUR L'EAU

ABSTINENCE - PAS DE RELATIONS SEXUELLES - REMETTRE A PLUS TARD LES RELATIONS SEXUELLES

C'est le bateau le plus sûr dans lequel vous pouvez vous trouver. L'abstinence est en effet la seule manière dont vous pouvez être sûr à 100% de ne pas contracter le VIH/SIDA ou des IST suite à des rapports sexuels.

Nombreux sont les gens qui se trouvent dans ce bateau, jeunes hommes et jeunes femmes, personnes avec des croyances religieuses particulières et tous ceux qui choisissent de ne pas avoir de relations sexuelles. La plupart des personnes traversent des périodes d'abstinence pendant leur vie, même si c'est pendant un temps très court.

Pour certaines personnes, l'abstinence signifie qu'elles n'ont pas de petite amie, de petit ami ou de partenaire. Ce bateau est un lieu fantastique pour les jeunes qui souhaitent simplement être ensemble.

Vous pouvez avoir un petit ami, une petite amie ou un partenaire et quand même être à l'aise et profiter du bateau Abstinence. Il existe de nombreuses choses agréables et amusantes que vous pouvez faire tout en restant en toute sécurité sur ce bateau. Vous pouvez vous embrasser, vous caresser ou donner un massage sensuel à votre partenaire. Toutes ces choses ne comportent aucun risque du moment que le sperme ou le liquide vaginal n'entre pas dans le corps du partenaire.

FIDELITE - RESTER AVEC UN PARTENAIRE NON INFECTE QUI N'A AUCUN AUTRE PARTENAIRE SEXUEL

La fidélité repose sur un engagement durable et ferme entre les partenaires qui restent ensemble et qui n'ont aucun autre partenaire sexuel. Les gens promettent d'être fidèles l'un à l'autre lorsqu'ils se marient, mais ils ne gardent pas toujours cette promesse. Les couples qui sont véritablement engagés à s'aimer mutuellement et à rester fidèles dans une relation durable vont dans ce bateau. Parfois, des mariages polygames existent dans le bateau Fidélité, mais il faut que TOUS les partenaires soient fidèles et qu'aucun ne soit infecté par le VIH.

Si vous souhaitez monter sur le bateau Fidélité et avoir des relations sexuelles sans condom, il est important de vérifier que ni vous ni votre partenaire n'êtes infecté par le VIH. En effet, si l'un de vous a déjà eu des rapports sexuels non protégés ou une transfusion de sang, il est possible qu'il ou elle soit infecté par le VIH. Pour en être sûr, vous devez vous rendre dans un service de conseils et dépistage volontaires avant

MODULE 3: PREVENIR LE VIH

Information contextuelle

de commencer à avoir des rapports sexuels non protégés. Si vous aller ensemble pour passer le test, vous pouvez décider avec votre partenaire que vous allez partager vos résultats entre vous et que vous ne direz à personne d'autre le résultat du test de votre partenaire.

UTILISATION REGULIERE DE CONDOMS UTILISER CORRECTEMENT UN NOUVEAU CONDOM CHAQUE FOIS QUE VOUS AVEZ DES RELATIONS SEXUELLES

Les condoms sont comme un fin gant en caoutchouc qui est mis sur le pénis de l'homme pendant les rapports sexuels. Il recueille le sperme qui, ainsi, ne peut pas rentrer dans le corps du partenaire. Le condom fait fonction de peau empêchant sperme et VIH de traverser. Si vous utilisez correctement les condoms chaque fois que vous avez des relations sexuelles, ils permettent de prévenir l'infection du VIH. Ils vous protègent également contre d'autres IST et contre une grossesse.

DANS L'EAU - RAPPORTS SEXUELS RISQUES AVEC QUELQU'UN QUI N'EST PAS VOTRE PARTENAIRE FIDELE ET NON INFECTE

Les gens dans l'eau courent le risque de contracter l'infection à VIH. Bien des raisons expliquent pourquoi ils se trouvent dans ces eaux. Certains ne sont pas au courant du VIH ou d'autre disposent d'une fausse information. Certaines personnes sont au courant du VIH, mais ne jugent pas qu'elles courent un risque personnellement. Certains ont trop bu ou ont pris des drogues et ne pensent plus à ce protéger avant d'avoir des relations sexuelles. D'autres encore ont confiance dans une relation durable. Ils sont fidèles—mais leur partenaire ne l'est pas. Certaines femmes ont des rapports sexuels pour obtenir de l'argent des hommes. Parfois un homme refuse d'utiliser un condom. Les femmes sont également exposées au risque de contracter le VIH si un homme les force à avoir des relations sexuelles.

Lorsque quelqu'un est dans l'eau, il risque d'attraper d'autres infections sexuellement transmissibles (IST) comme la gonorrhée. Lorsqu'on a une IST, il est bien plus facile de devenir infecté par le VIH. Les IST ne partent pas sans traitement médical. Les symptômes gênants peuvent disparaître, mais l'IST reste à l'intérieur du corps. Certaines IST rendent les gens stériles et ils ne peuvent plus avoir d'enfants. Pour toutes ces raisons, il est extrêmement important d'aller dans un centre de santé et de faire traiter correctement les IST.

Certaines personnes qui ont des rapports sexuels à risques partent du principe qu'elles ont déjà le VIH. Certes, il est possible d'être infecté la première fois que vous avez des relations sexuelles et pourtant il existe certaines personnes qui ont des rapports sexuels risqués de nombreuses fois sans toutefois être infecté. Ce n'est qu'en se rendant dans un service de conseils et dépistage volontaires qu'ils pourront vous dire si vous avez ou non le VIH.

CONDOMS

QUE SONT LES CONDOMS ?

Un condom est un tube fait d'un matériel souple et fin. Il est fermé à un bout. Les condoms ont été utilisés depuis des centaines d'années pour éviter une grossesse puisqu'ils empêchent que le sperme de l'homme n'entre dans le vagin d'une femme. Les condoms aident également à prévenir des maladies qui sont répandues par sperme ou par contact avec des plaies infectées dans la zone génitale, y compris le VIH. Les condoms sont mis sur le pénis de l'homme. Il existe également un nouveau type de condom qui est mis dans le vagin d'une femme. Le condom « féminin » peut également être utilisé pour protéger le rectum.

EN QUOI SONT-ILS FAIT ?

C'est le latex qui est le matériel le plus courant pour les condoms. **Les virus ne peuvent pas traverser ce matériel.** Le latex est peu cher et disponible dans des styles différents.

MYTHES A PROPOS DU CONDOM

Les condoms ne sont pas efficaces : Les condoms sont un excellent moyen de prévention de la transmission du VIH lorsqu'ils sont utilisés correctement chaque fois qu'on a des rapports sexuels. Les condoms sont l'une des seules méthodes dont les gens sexuellement actifs peuvent se protéger contre le VIH et d'autres infections sexuellement transmissibles.

Les condoms se déchirent souvent : Moins de 2% des condoms se déchirent lorsqu'ils sont utilisés correctement : pas d'huiles avec les condoms en latex, pas de double condoms et pas de vieux condoms.

Le VIH peut traverser les condoms : Le VIH ne peut pas traverser les condoms en latex ou polyuréthane.

COMMENT LES CONDOMS SONT-ILS UTILISES ?

Les condoms protègent lors du contact entre le pénis, la bouche, le vagin ou le rectum. Les condoms ne peuvent pas protéger contre le VIH ou autres infections s'ils ne sont pas utilisés correctement.

- Mettez les condoms à l'abri d'une chaleur excessive, d'un froid excessif ou d'une friction. Ne les gardez pas dans un portefeuille ou la boîte à gants d'une voiture.
- Vérifiez la date de péremption. N'utilisez pas de condoms périmés.
- N'ouvrez pas l'emballage du condom avec vos dents. Faites attention que vos ongles ou vos bijoux ne déchirent pas le condom.

MODULE 3: PREVENIR LE VIH

Information contextuelle

- Utilisez un nouveau condom à chaque fois que vous avez des rapports sexuels, ou lorsque le pénis se déplace du rectum au vagin.
- Vérifiez le condom pendant les rapports sexuels, surtout si vous ressentez une sensation bizarre, pour vérifier qu'il est toujours en place et qu'il n'est pas déchiré.
- N'utilisez pas un condom masculin et un condom féminin en même temps.
- Utilisez des lubrifiants à **base d'eau** avec les condoms en latex, **pas à base d'huile**. Les huiles contenues dans la Vaseline ou les gels vont détruire le latex.
- Jeter les condoms dans les latrines ou dans un endroit où les enfants ne peuvent pas les trouver.

Utiliser un condom masculin :

- Enfilez le condom lorsque le pénis est en érection—mais avant qu'il ne touche la bouche, le vagin ou le rectum de votre partenaire. **Un grand nombre de couples utilisent un condom trop tard, après une certaine pénétration.** Le contact génital direct peu transmettre certaines maladies. Le liquide qui sort du pénis avant l'orgasme contient du VIH.
- Si vous n'êtes pas circoncis, repoussez le prépuce vers l'arrière avant d'enfiler le condom. Cela permet au prépuce de bouger sans déchirer le condom.
- Faites sortir l'air du bout du condom pour laisser de la place pour le sperme et déroulez le reste du condom vers le bas sur le pénis.
- N'utilisez pas deux condoms. La friction entre les condoms augmente les risques de déchirure.
- Après l'orgasme, tenez la base du condom et retirez-le avant que votre pénis ne se ramollisse.
- Faites attention de ne pas répandre de sperme sur votre partenaire lorsque vous jetez le condom.

Utiliser un condom féminin :

Le condom féminin est une manche ou une poche avec un bout fermé et un grand bout ouvert. Il y a des anneaux flexibles à chaque bout du condom Reality, et un cadre flexible en forme de V dans le condom V-amour.

- Placez le condom avant que le pénis de votre partenaire ne touche votre vagin ou votre rectum.

MODULE 3: PREVENIR LE VIH

Information contextuelle

- Pour une utilisation dans le vagin, insérez le bout étroit du condom, comme en insérant un diaphragme. Le bout plus large passe par-dessus l'ouverture du vagin pour protéger les organes sexuels extérieurs de l'infection.
- Guidez le pénis vers le bout plus large pour éviter un contact non protégé entre le pénis et le rectum ou le vagin de la partenaire.
- Certaines personnes ont utilisé le condom Reality dans le rectum après avoir retiré l'anneau le plus petit. Mettez le condom sur le pénis en érection de votre partenaire. Le condom sera inséré dans le rectum avec le pénis.
- Après les rapports sexuels, retirez le condom avant de vous lever. Tournez le grand bout pour garder le sperme à l'intérieur. Tirez doucement sur le condom et jetez-le.

CONCLUSION

S'ils sont utilisés correctement, les condoms représentent la meilleure manière de prévenir la propagation du VIH lors de l'activité sexuelle. Les condoms peuvent protéger le pénis des liquides vaginaux infectés par le VIH et du sang dans la bouche, le vagin ou le rectum. Ils diminuent également le risque de répandre d'autres maladies sexuellement transmissibles.

Les condoms doivent être gardés, utilisés et jetés avec les mesures correctes. Les condoms masculins sont utilisés sur le pénis. Les condoms féminins peuvent être utilisés dans le vagin ou dans le rectum.

Pour de plus amples informations, voir Condomania's World of Safer Sex à <http://www.condomania.com/>

MODULE 3: PREVENIR LE VIH

Leçon 2 : Eviter l'infection

But :

Grâce à l'analogie des bateaux qui flottent sur les eaux dangereuses, les participants prennent confiance dans leur capacité à rester à l'écart du danger.

Objectifs :

- ❖ Les participants peuvent donner trois manières dont ils peuvent se protéger contre le VIH ;
- ❖ Les participants savent que différents choix conviennent à différentes personnes ;
- ❖ Les participants sont d'accord pour dire qu'il est très important d'être à l'abri plutôt que d'être livré aux dangers de contracter l'infection.

Durée : 2 heures

THEME	DUREE	METHODE	MATERIEL
Etiquette du VIH	15 minutes	Jeu	Aucun
Options de prévention	45 minutes	Travail en groupes : Dans un bateau ou dans l'eau	Aucun
Répondre à des attitudes risquées	30 minutes	Travail en groupes / Jeu de rôle	Liste des attitudes risquées pour chaque équipe
Course risquée	15 minutes	Jeu	Aucun

MODULE 3: PREVENIR LE VIH

Leçon 2 : Eviter l'infection

JEU

ETIQUETTE DU VIH

But : Renforcer les messages de prévention.

Groupe d'âge : Enfants âgés de 7 à 10 ans.

Matériel : Aucun.

Durée : 10-20 minutes.

Préparation : Ce jeu « jouer au chat » doit être précédé par une discussion générale des manières dont le VIH peut se transmettre et des manières dont il ne peut pas se transmettre.

Réalisation :

1. Commencez le jeu avec un participant qui « est le chat. »
2. Lorsqu'un autre participant est touché, il ou elle doit donner à voix haute une manière de se protéger contre l'infection du VIH.
3. S'il/elle ne peut pas songer à une manière de se protéger ou s'il/elle utilise une manière qui a déjà été utilisée, il devient « le chat. » (Le jeu devient plus intéressant si on ajoute une balle ou de nombreuses

balles : tout joueur qui tient une balle ne peut pas être touché.)

Autre version :

1. Les participants trouvent un partenaire et se donnent le bras.
2. Le facilitateur rompt une des paires. Une personne devient « le chat » et l'autre s'échappe.
3. Le participant qui s'est échappé peut à nouveau donner le bras à un joueur de l'une des paires. L'autre joueur de la paire s'échappe et sera poursuivi par le participant qui est « le chat. »
4. « Le chat » poursuit la personne qui s'est échappée. Si elle est touchée, elle doit nommer une manière de se protéger du VIH.
5. Si elle ne peut pas ou si elle donne une manière qui a déjà été nommée, cette personne devient « le chat. »

ACTIVITE

DANS UN BATEAU OU DANS L'EAU ?

But : Encourager la réflexion sur chaque méthode de prévention.

Groupe d'âge : Tous les âges.

Matériel : Stylo et papier (utiles)

Durée : 45 minutes.

Réalisation :

1. Divisez les participants en 4 groupes. Séparez chaque groupe des autres.
2. Trois groupes deviendront les trois bateaux et un groupe les gens dans l'eau.
3. Expliquez qu'à présent, nous allons voir quel groupe peut gagner en persuadant certaines personnes indécises à venir se joindre à lui.
4. Donnez aux groupes 5 minutes pour trouver toutes les bonnes raisons faisant que quelqu'un devrait choisir leur bateau. Ceux qui sont dans l'eau devraient invoquer des raisons pour lesquelles il ne faut pas aller dans le bateau et des arguments pour jouer dans l'eau. Ils devraient mettre par écrit leurs idées.
5. Terminez la discussion et demandez aux gens des trois bateaux de se mettre ensemble. Ceux qui sont dans l'eau se mettent entre les bateaux.
6. Choisissez une personne et présentez-la au groupe en décrivant sa situation. Par exemple, « C'est Mariam. Elle termine le lycée et a un petit ami régulier. Elle n'est pas sûre de ce qu'elle veut faire. »
7. Demandez à Mariam de s'approcher de chaque bateau. Alors qu'elle se rapproche, les gens dans ce bateau devraient l'encourager à venir se joindre à eux dans le bateau, lui racontant toutes les bonnes choses qu'elle peut trouver dans leur bateau. En même temps, les gens dans l'eau essaient de la convaincre de sauter dans l'eau. Après s'être rendu dans chaque bateau, Mariam va là où les gens ont le plus réussi à la convaincre.
8. Rejouez la situation avec un personnage différent, peut-être un homme jeune, un camionneur ou une professionnelle du sexe, chacun dans sa propre situation.
9. Après que chaque personne a décidé, demandez-lui quels étaient les arguments les plus convaincants.
10. Terminez par une discussion sur les avantages et les inconvénients de chaque bateau. Parlez franchement des inconvénients. Rappelez au groupe que les choix sont différents selon les personnes. Insistez sur le fait que la chose la plus importante, c'est de se trouver dans un bateau, n'importe quel bateau, mais pas dans l'eau.

Adapté de *Journey of Hope, Ghana Users' Guide*, Gouvernement du Ghana, JHU/CCP, Potential Unlimited International, USAID, ONUSIDA, 2001

MODULE 3: PREVENIR LE VIH

Leçon 2 : Eviter l'infection

ACTIVITE

REPONDRE A DES ATTITUDES RISQUEES

But : Parler des attitudes qui rendent les jeunes vulnérables à l'infection par le VIH.

Groupe d'âge : Enfants âgés de 11 ans et plus.

Matériel : Liste de d'attitudes risquées pour chaque groupe.

Durée : 30-60 minutes.

Réalisation :

1. Demandez au groupe ce que signifie une « attitude. » Expliquez qu'une « attitude » représente ce que nous ressentons à propos de telle ou telle chose. Les attitudes sont des émotions et nous relient nos émotions à nos croyances. « Seules les mauvaises personnes attrapent le VIH » relève d'une attitude.
2. Expliquez que les attitudes sont importantes car elles influencent notre décision de pratiquer des comportements sans risques.
3. Demandez au groupe ce que signifie « refus de voir la réalité » Expliquez que le « refus de voir la réalité » est une attitude qui nous dit « ça ne m'arrivera pas à moi. » C'est un sentiment courant chez les jeunes et c'est une position dangereuse dans laquelle ils se mettent ne voyant pas ainsi qu'il existe un risque réel de contracter le VIH.
4. Lorsqu'on est adolescent, on se sent invincible. Mais ce sentiment mène à faire bien des erreurs. Tous ceux qui ont des rapports sexuels non protégés courent un risque réel de contracter le VIH.

5. Divisez les participants en petits groupes. Distribuez les listes de ces attitudes risquées à chaque groupe.

Attitudes risquées

- Je n'ai eu de rapports sexuels qu'avec une ou deux personnes.
- Le SIDA, c'est pas vraiment un problème par ici.
- Je ne sors qu'avec des gens en bonne santé.
- Je ne peux pas attraper le SIDA.
- Aucune d'entre nous n'a de relations sexuelles avec quelqu'un d'autre.
- Je prends de bons médicaments.
- Ma petite amie m'a dit qu'elle était vierge.
- J'avais un test négatif du VIH la semaine dernière.

6. Demandez aux groupes de faire un jeu de rôle avec une personne sur la phrase « Je n'ai pas à me préoccuper du VIH/SIDA parce que (attitude risquée), » et une autre personne qui répond à cette déclaration.
7. Dans le grand groupe, demandez ce que les jeux de rôle ont fait ressortir. Invitez les groupes à jouer un jeu de rôle qui est particulièrement utile.
8. Reconnaissez combien il est difficile parfois de répondre à certaines de ces attitudes. Demandez aux participants de donner des idées pour éviter les attitudes risquées.

JEU

COURSE RISQUEE

But : Renforcer la manière dont est transmis le VIH.

Groupe d'âge : Enfants âgés de 7 à 10 ans.

Matériel : Aucun.

Durée : 20 minutes.

Réalisation :

1. Faites des zones opposées dans la pièce en « zones sans risques. » Demandez à tout le monde de se mettre dans une zone sans risques.
2. Un participant devient « VIH. » Demandez à la personne de se mettre au milieu.
3. Donnez à chaque participant une des trois étiquettes : 1) Rapports sexuels non protégés ; 2) En espérant que nous sommes tous les deux fidèles ; 3) Utilise parfois des condoms.
4. Le leader appelle une de ces étiquettes. Les enfants avec cette étiquette doivent courir de la zone

sans risques à la zone opposée sans être touché par « VIH. » Si « VIH » les touche avant qu'ils n'arrivent dans la zone sans risques, ils sont infectés et à présent, se trouvent au milieu.

5. Si le facilitateur dit « Course risquée ! » tous les participants doivent courir dans la zone sans risques.
6. Jouez plusieurs fois à ce jeu. Au fur et à mesure que s'agrandit le nombre de joueurs infectés par le VIH, il devient de plus en plus difficile pour les autres de traverser l'aire de jeu.
7. Rassemblez à nouveau les participants et demandez-leur ce que ce jeu a en commun avec le VIH. Demandez ce qui s'est passé une fois que plusieurs personnes ont été infectées. Concluez en revoyant comment les gens peuvent rester à l'écart du danger.

MODULE 3: PREVENIR LE VIH

Leçon 3 :Remettre à plus tard les rapports sexuels

But :

Les participants réfléchissent et voient comment le fait de remettre à plus tard les rapports sexuels est une bonne solution pour eux.

Objectifs :

- ❖ Les participants peuvent donner 3 avantages lorsqu'on remet à plus tard les rapports sexuels ;
- ❖ Les participants peuvent nommer 3 manières d'éviter les rapports sexuels ;
- ❖ Les participants sont motivés à remettre à plus tard les rapports sexuels.

Durée : 2 heures

THEME	DUREE	METHODE	MATERIEL
Pourquoi remettre à plus tard les rapports sexuels ?	45 minutes	Discussion	Grande fiche ou tableau (utiles)
Soutien pour remettre à plus tard les rapports sexuels	30 minutes	Travail en groupe	Situation pour chaque groupe
Publicités sur l'abstinence	45 minutes	Travail en groupe	Aucun

MODULE 3: PREVENIR LE VIH

Leçon 3 : Remettre à plus tard les rapports sexuels

JEU DE ROLE ET DISCUSSION

RAISONS ET SOUTIEN POUR REMETTRE A PLUS TARD LES RAPPORTS SEXUELS

But : Les participants réfléchissent aux avantages si on remet à plus tard les rapports sexuels.

Groupe d'âge : Enfants âgés de 11 ans et plus.

Matériel : Descriptions des jeux de rôle.

Durée : 45 minutes.

Préparation : Choisissez un volontaire, garçon et fille, à l'avance. Demandez-leur de s'exercer à jouer le jeu de rôle suivant :

Salim a 17 ans et aide son oncle dans le magasin de celui-ci. Ses parents sont des gens traditionnels. Pour eux, les jeunes devraient attendre jusqu'à mariage pour avoir des rapports sexuels. Salim est très timide et aimerait pourtant avoir des relations sexuelles car ses amis lui ont dit que c'était super.

Halima a 14 ans mais elle a l'air plus âgée. Sa sœur est tombée enceinte quand elle avait 15 ans et ses parents étaient bouleversés. Halima ne connaît pas Salim depuis longtemps. Elle est au courant du VIH mais elle a peur de le perdre si elle refuse d'avoir des relations sexuelles avec lui.

Halima et Salim sont seuls et Salim essaye de la convaincre pour qu'elle ait des relations sexuelles avec lui.

PARTIE 1 : RAISONS DE REMETTRE A PLUS TARD LES RAPPORTS SEXUELS

Réalisation :

1. Réintroduisez l'idée de l'abstinence ou d'attendre jusqu'au mariage pour avoir des relations sexuelles ou encore jusqu'à ce qu'une personne soit plus âgée ou plus responsable.
2. Expliquez que vous allez voir une situation courante entre deux jeunes. Observez le jeu de rôle et songez aux raisons pour lesquelles ils devraient attendre pour avoir des relations sexuelles.
3. Les volontaires exécutent le jeu de rôle.
4. Par la suite, faites deux listes :
« Raisons pour dire oui » et
« Raisons pour dire non. »
Demandez au groupe les raisons pour lesquelles Halima ou Salim pourraient décider d'avoir des relations sexuelles dans cette situation.
5. Ensuite, demandez les raisons pour lesquelles Halima ou Salim devraient attendre pour avoir des relations sexuelles.
6. Votre liste de raisons pourrait être la suivante :

MODULE 3: PREVENIR LE VIH

Leçon 3 : Remettre à plus tard les rapports sexuels

Raisons pour dire oui

- Ils veulent se prouver qu'ils s'aiment
- Leur relation pourrait se terminer sinon
- Ils sont curieux à propos des relations sexuelles
- « Tout le monde a des relations sexuelles »
- « C'est la chose à faire »
- Un partenaire assure à l'autre qu'il n'y aura pas de problèmes
- Les deux sont à l'aise avec la décision

Raisons pour dire non

- Crainte de grossesse
- Crainte de contracter une IST
- La famille attend d'eux qu'ils n'ont pas de relations sexuelles
- Attendre que leur amitié s'affermisse
- D'autres formes d'affection sont possibles
- Valeurs religieuses (les rapports sexuels ne sont pas acceptés avant le mariage)
- Ils ne sont pas prêts, ils sont trop jeunes
- Ce n'est pas avec la bonne personne

7. Revoir les « Raisons pour dire oui. »
Quelles sont les bonnes raisons ?
Quelles sont celles qui ne sont pas bonnes ?
Quelles pourraient être les conséquences de chaque situation ?

Quelles sont les raisons qui sont les plus solides probablement pour Salim et Halima ?

8. A présent, tournez-vous vers les « Raisons pour dire non » et réfléchissez davantage à ces raisons avec le groupe. Faites une liste des nouvelles idées que propose le groupe.

Votre liste pourrait être la suivante :

- Risque de grossesse—« Pas de rapports sexuels » est la seule manière efficace à 100% de prévenir une grossesse.
- Risque de contracter des IST ou le VIH/SIDA—Le VIH et d'autres IST sont transmis par les rapports sexuels.
- Attentes de la famille—Les parents souhaitent qu'ils restent vierges jusqu'au mariage.
- Risque de violence—Dans des situations sexuelles, on risque d'être forcé d'avoir des rapports.
- Amitié—Il faut du temps pour qu'une amitié se développe.
- Boissons—L'alcool peut mener à des décisions risquées, par exemple, avoir des relations sexuelles ou ne pas utiliser de condoms.
- Valeurs religieuses—La virginité avant le mariage est d'une grande valeur.
- Pas prêt—Vous ne vous sentez pas prêt.

MODULE 3: PREVENIR LE VIH

Leçon 3 :Remettre à plus tard les rapports sexuels

- Attendre la bonne personne—
Vous souhaitez attendre la personne que vous allez véritablement aimer avant d’avoir des relations sexuelles.
- Attendre jusqu’au mariage—
Vous voulez être sûr à propos de la relation.

PARTIE 2 : SOUTIEN POUR REMETTRE A PLUS TARD LES RELATIONS SEXUELLES

Réalisation :

1. Une fois que le groupe a trouvé de bonnes raisons de remettre à plus tard les relations sexuelles, discutez des raisons faisant qu’il est parfois difficile d’attendre pour avoir des relations sexuelles, surtout si les deux partenaires s’aiment et veulent vraiment être intimes et physiques. Demandez au groupe d’indiquer certaines des manières dont on peut rendre plus facile le fait d’attendre des relations sexuelles.
2. Répartissez les participants en groupes de cinq.
3. Donnez à chaque groupe une carte de situation différente. Demandez à chaque groupe de lire la situation puis de donner des idées pour aider les deux personnes à remettre à plus tard les relations sexuelles. Comment peuvent-ils éviter ces situations sexuelles ? Qu’est-ce qui les aide à attendre pour avoir des relations sexuelles ?

Situation 1

Jeline et Majo sortent ensemble depuis six mois. Ils n’ont pas eu de relations sexuelles mais trouvent qu’il est de plus en plus difficile de contrôler leur attirance sexuelle. Jeline s’est promis à elle-même d’attendre d’être plus âgée pour avoir des relations sexuelles. Jusqu’à présent, Majo respecte ses souhaits. Jeline songe à combien elle aime Majo. Un de leurs amis qui vit tout seul organise une fête. Majo indique qu’il va apporter de la bière et peut-être qu’ils resteront toute la nuit. Jeline songe à sa promesse mais pense également combien il serait fantastique d’être seule avec Majo.

Situation 2

Issa et Bintu sont très sérieux à propos de leur relation et aimeraient se marier dans quelques années. Bintu a invité Issa dans sa maison pour y passer l’après-midi. Il sait que ses parents ne reviendront pas avant le soir. Ce serait un bon moment pour avoir des relations sexuelles pour la première fois. Issa est au courant des risques de grossesse et d’IST et ne sait pas vraiment si elle veut avoir des relations sexuelles pour le moment. Elle pense que Bintu aimerait bien avoir des relations sexuelles et va la taquiner ou le dire à ses amies s’ils n’ont pas de rapports.

Situation 3

Nadino rencontre un jeune homme, Sergo, à l’école. Elle a été attirée car il est beau et c’est un athlète. Il lui a dit bonjour après l’école et lui a offert un petit présent—pour l’amitié dit-il. Il l’a invitée à venir se promener pour voir la lune. Nadino se sent attirée vers lui, mais elle n’est pas à l’aise à propos de la situation. Elle doit lui donner une réponse ce soir.

MODULE 3: PREVENIR LE VIH

Leçon 3 : Remettre à plus tard les rapports sexuels

Soutien pour remettre à plus tard les relations sexuelles

- Allez à des fêtes avec des amis.
- Décidez jusqu'où vous voulez aller sur le plan sexuel avant de vous trouver dans une situation sous pression.
- Décidez de limiter votre consommation d'alcool ou de drogues avant qu'une situation de ne se présente ou ne pas utiliser d'alcool ou de drogues du tout.
- Evitez de céder à des mots ou arguments romantiques.
- Montrez bien clairement vos limites. Ne donnez pas de signes conflictuels ou n'ayez pas l'air sexy si vous ne voulez pas avoir de relations sexuelles.
- Faites attention à vos sentiments. Si vous n'êtes pas à l'aise dans une situation, partez.
- Participez à des activités comme des sports, des loisirs, des clubs ou des réunions d'église.
- Evitez de sortir avec des gens qui vous poussent à avoir des relations sexuelles.
- Soyez honnête dès le début en indiquant que vous ne voulez pas avoir de relations sexuelles.
- Evitez de sortir avec des gens auxquels vous ne faites pas confiance.
- Evitez des endroits retirés où vous risquez de ne pas pouvoir appeler à l'aide.
- N'acceptez pas de monter dans la voiture de gens que vous ne connaissez pas ou auxquels vous ne faites pas confiance.
- N'acceptez pas de cadeaux et d'argent de la part de gens auxquels vous ne faites pas confiance.
- Evitez d'aller dans la pièce de quelqu'un quand il n'y a personne d'autre dans la maison.
- Trouvez d'autres manières de montrer votre affection que les rapports sexuels.

4. Après 10 minutes, demandez à chaque groupe de présenter au groupe plus grand son scénario et ses idées pour remettre à plus tard les rapports sexuels.
5. Compilez une liste d'idées pour remettre à plus tard les relations sexuelles, tel que proposé par le groupe. Votre liste pourrait comprendre les idées suivantes :
6. Ces suggestions vont probablement susciter pas mal d'intérêt.
7. Si le groupe souhaite parler des différentes manières de montrer de l'affection, autrement que par les rapports sexuels, explorez ces options avec le groupe.
8. Créez une liste d'idées. Cela pourrait encourager une discussion sur les différentes options autres que les rapports sexuels, ainsi que les différents niveaux de risque.

Adapté de *School Health Education to Prevent AIDS and STD*, OMS/UNESCO, Organisation mondiale de la Santé, 1994

MODULE 3: PREVENIR LE VIH

Leçon 3 :Remettre à plus tard les rapports sexuels

JEU

PUBLICITES SUR L'ABSTINENCE

But : Utiliser la formule dramatique pour traiter des avantages de l'abstinence.

Groupe d'âge : Tous les âges.

Matériel : Grande fiche avec les directives.

Durée : 30 minutes.

Réalisation :

1. Divisez les participants en groupes de 7 ou moins.
2. Expliquez que chaque groupe a été recruté par le gouvernement pour créer une publicité à la radio encourageant l'abstinence pour les jeunes de leur âge.
3. Ils doivent concevoir une publicité radiophonique d'une minute pour encourager les jeunes à remettre à plus tard les rapports sexuels.
4. Chaque publicité doit répondre aux directives suivantes :
 - Elle doit indiquer pourquoi l'abstinence est aussi importante ;
 - Elle doit donner 2 **bénéfices ou avantages** de l'abstinence pour les jeunes ;
 - Elle doit dire au public ce qu'il doit faire maintenant.
5. Après 20 minutes, chaque groupe présente sa publicité.
6. Applaudissez chaque présentation. Posez les questions suivantes :
 - ❖ Quelle est la publicité que vous avez préférée ? Pourquoi ?
 - ❖ Est-ce que vous avez songé à des avantages de votre méthode en faisant la publicité auxquels vous n'aviez pas songé auparavant ?
 - ❖ Après ces publicités, est-ce que vous songez différemment à l'abstinence ?
 - ❖ A votre avis, comment les gens décident-ils s'ils veulent devenir sexuellement actifs ?

MODULE 3: PREVENIR LE VIH

Leçon 4 : Utiliser les condoms

But :

En faisant des jeux et en s'exerçant à mettre des condoms sur un modèle, les participants se mettent à l'aise pour parler des condoms et pour les manipuler.

Objectifs :

- ❖ Les participants sont davantage à l'aise pour parler des condoms ;
- ❖ Les participants peuvent démontrer comment utiliser correctement un condom ;
- ❖ Les participants savent où obtenir des condoms et combien ils coûtent.

Durée : 3 heures

THEME	DUREE	METHODE	MATERIEL
Pourquoi les condoms ?	10 minutes	Discussion	Aucun
Se familiariser avec les condoms	30 minutes	Jeux de « Condomania »	Condoms
Etiquette des condoms	15 minutes	Jeu	Condoms
Utiliser correctement les condoms	1 heure	Travail en groupe	Condoms, modèles de pénis
Où obtenir des condoms ?	20 minutes	Travail en groupe	Aucun

MODULE 3: PREVENIR LE VIH

Leçon 4 : Utiliser les condoms

JEU

POURQUOI LES CONDOMS ?

But : Souligner les avantages des condoms.

Groupe d'âge : Enfants âgés de 11ans et plus.

Matériel : Condoms ; modèles de pénis.

Vous pouvez emprunter des modèles de pénis auprès d'autres organisations qui interviennent au niveau de la prévention du VIH. Pour éviter toute confusion, on recommande vivement d'utiliser ces modèles avec des condoms plutôt que des bananes, des bâtons ou autres objets.

Durée : 45 minutes.

Réalisation :

1. Expliquez que les condoms sont une invention remarquable. Les savants essayent depuis plus de 20 ans de trouver un vaccin contre le VIH/SIDA, mais ils n'y sont pas encore arrivé. En attendant, le condom reste la meilleure protection contre le VIH pour des gens sexuellement actifs.
2. Demandez aux participants de partager leurs idées sur les bonnes

choses à propos des condoms. Marquez-les sur le tableau. La liste pourrait ressembler à celle qui suit :

- ❖ Ils protègent contre les IST
 - ❖ Ils protègent contre la grossesse
 - ❖ Ils sont peu chers
 - ❖ Ils sont petits et faciles à emporter
 - ❖ Ils sont souples et solides
3. Ensuite, demandez ce qu'ils ont entendu à propos des condoms—par exemple, qu'ils ont des trous ou qu'ils peuvent transmettre le VIH. (Tout cela est faux.) Ces questions vous donneront l'occasion de répondre aux préoccupations ou conceptions erronées.
 4. Introduisez l'activité suivante en expliquant que même si on n'a pas l'intention d'utiliser un condom, c'est utile de voir à quoi ça ressemble pour savoir ce dont on parle.

JEU

CONDOMANIA !

But : Se familiariser avec les condoms. Etre à l'aise pour en parler et les toucher.

Groupe d'âge : Enfants âgés de 11 ans et plus.

Matériel : Condoms ; modèles de pénis.

Durée : 45 minutes.

Réalisation :

1. Expliquez que les condoms permettent de prévenir les maladies sexuellement transmissibles, telles que la gonorrhée, la syphilis et le VIH.
Seulement, les gens souvent ne savent pas comment utiliser correctement le condom. De plus, un grand nombre de personnes sont embarrassées pour parler de l'utilisation des condoms.
Cette activité vous aide à surmonter votre embarras ou cette gêne et ainsi, cela vous aidera à parler plus librement des condoms et à les utiliser.
2. Note : Peut-être faut-il réutiliser un condom pour les démonstrations ou les jeux. Rappelez bien aux participants que les condoms ne doivent JAMAIS être réutilisés pour les rapports sexuels. Faites passer le condom. Encouragez les participants à l'ouvrir, à le regarder et à le toucher.

BALLONS DE CONDOM

Organisez un concours pour voir qui peut gonfler le plus grand condom-ballon. Celui qui peut gonfler le plus grand sans le faire éclater a gagné. Cela vous montre combien ils sont solides.

FOURRER LES CONDOMS

Organisez un concours en demandant aux participants de mettre des objets non piquants dans le condom (chaussures, chaussettes, petits ballons, etc.). Celui qui arrive à mettre le plus de choses dans le condom a gagné. Ce concours montre également aux gens combien les condoms sont solides.

ETIRER LES CONDOMS

Commencez par étirer le condom en tirant doucement sur les deux bouts. Demandez aux participants d'étirer le condom sur leur tête, leur bras, leur pied ou leur jambe. Celui qui arrive à l'étirer sur la plus grande superficie sans le rompre a gagné. Cela va convaincre les participants qu'on peut effectivement étirer les condoms pour les mettre même sur les plus grands pénis.

3. Observez les réactions des participants. Comment agissent-ils ? Discutez de ces réactions avec les participants.

MODULE 3: PREVENIR LE VIH

Leçon 4 : Utiliser les condoms

JEU

« CHAT-CONDOM »

But : Souligner à nouveau que les condoms peuvent protéger les gens contre le VIH.

Groupe d'âge : Enfants âgés de 7 à 10 ans.

Matériel : Plusieurs condoms-ballons.

Durée : 20 minutes.

Préparation : Utiliser des condoms qui ont déjà été sortis de l'emballage pour les jeux précédents. Après avoir choisi quelqu'un qui est le « VIH, » donnez le condom-ballon aux autres joueurs.

Réalisation :

1. Expliquez que ce jeu consiste à être la dernière personne touchée.
2. Choisissez un participant pour être « VIH. » Il va essayer de toucher les

autres participants en les touchant n'importe où sur le corps.

3. Faites passer les condoms-ballons aux autres joueurs. Expliquez qu'une personne est protégée et ne peut pas être touchée lorsqu'elle a un condom-ballon. Le condom est sa protection contre « VIH. »
4. Les joueurs doivent constamment se faire passer les ballons. Ils ne peuvent pas les tenir pendant plus de quelques instants.
5. Les joueurs aident la personne qui est poursuivie par « VIH » en lui faisant passer le ballon.
6. Lorsqu'une personne est touchée, elle quitte le jeu. Lorsque tout le monde est touché, un nouveau jeu commence.

Adapté de *Kick AIDS Out (KAO) Trainer's Manual*, 2004

ACTIVITE

METTRE UN CONDOM

But : Les participants montrent comment utiliser un condom correctement.

Groupe d'âge : Enfants âgés de 11 ans et plus.

Matériel : Modèle de pénis, condoms.

Durée : 2 heures.

Préparation : Il faut s'attendre à bien des rires et à beaucoup de gêne pendant cet exercice. Vérifiez que tout

le monde a la chance de s'exercer à toucher un condom.

Réalisation :

1. Expliquez que même si quelqu'un n'a pas l'intention d'utiliser un condom, il est quand même utile de savoir exactement comment l'utiliser correctement. Ainsi, ils peuvent l'utiliser correctement et en toute sécurité lorsqu'ils le souhaitent.

MODULE 3: PREVENIR LE VIH

Leçon 4 : Utiliser les condoms

2. Rappelez aux participants que les condoms permettent de prévenir les maladies sexuellement transmissibles, comme la gonorrhée, la syphilis et le VIH. Ils préviennent également la grossesse.
3. Expliquez qu'un grand nombre de personnes ne savent pas comment utiliser correctement un condom. Un grand nombre de personnes sont également timides et embarrassées à l'idée d'utiliser un condom. Cette activité leur montrera comment utiliser correctement un condom. Elle les aidera également à surmonter leur timidité lorsqu'elles parlent de condoms ou lorsqu'elles les utilisent.
4. Faites passer des condoms. Dites aux participants d'ouvrir les sachets, de les regarder et de les toucher.
5. Montrez comment enfiler correctement un condom en utilisant le modèle de pénis. Prenez un sachet de condom et expliquez...
 - ❖ Retirez un condom du sachet attentivement pour ne pas l'abîmer.
 - ❖ Vérifiez la date de péremption sur le sachet. Les vieux condoms peuvent se déchirer et il vaut donc jeter ceux qui sont expirés.
 - ❖ Mettez le condom sur le modèle de pénis. Pincez le bout du condom pendant qu'on le déroule pour qu'il n'y ait pas d'air qui pénètre dans le bout. L'air emprisonné peut faire des déchirures dans le condom.
- ❖ Montrez comment dérouler le condom
- ❖ Retirez le condom et nouez-le. Expliquez qu'il faut le jeter pour que les enfants ne le trouvent pas.
6. Demandez aux participants de s'exercer. Divisez les participants en petits groupes avec filles ou garçons. Demandez à chaque groupe de s'exercer à enfiler et à retirer le condom en utilisant le modèle en bois.
7. A présent, organisez des « courses » de condoms avec des équipes de 5 personnes maximum. Utilisez une équipe comme « juge » pour voir si les condoms ont été mis correctement.
8. Placez les équipes les unes à côté des autres. La première personne dans la ligne enfle le condom sur le modèle aussi rapidement et correctement que possible. Lorsqu'elle a terminé, elle passe le condom et le modèle à la personne derrière et se met en bout de file. La première équipe qui termine a gagné.
9. Concluez en demandant si cet exercice est utile et pourquoi. Demandez-leur s'ils sont à présent plus à l'aise pour parler et toucher les condoms.

MODULE 3: PREVENIR LE VIH

Leçon 4 : Utiliser les condoms

ACTIVITE

OU OBTENIR LES CONDOMS ?

But : Les participants sauront où ils peuvent obtenir des condoms dans leur communauté.

Groupe d'âge : Enfants âgés de 11 ans et plus.

Matériel : Aucun.

Durée : 20 minutes.

Réalisation :

1. Expliquez qu'il est important de savoir comment utiliser un condom, mais qu'il faut également savoir où on peut les obtenir.
2. Rappelez aux participants l'exercice des Ponts étroits. Lorsque les gens sont au courant des condoms, qu'ils savent où les obtenir et comment les utiliser, ils ont plus de choix et plus de chance de rester protégés contre l'infection par le VIH.
3. Divisez le groupe en 5. Demandez aux participants de répondre aux questions suivantes :
 - *Où est-ce que les gens peuvent obtenir des condoms dans votre communauté ?*
 - *Combien coûtent-ils ?*
 - *Quelles sont les difficultés auxquelles se heurtent les garçons lorsqu'ils veulent obtenir des condoms ? Et les filles ?*
 - *Comment pouvons-nous aider les gens à utiliser des condoms pour se protéger eux-mêmes et protéger les autres ?*
4. Demandez à chaque groupe de présenter ses réponses devant le grand groupe.
5. Concluez par une brève discussion. Demandez ce que les gens ont appris de cette séance et ce qu'ils feraient différemment à présent.