

Internationale de l'Éducation - Education Development Center - Organisation mondiale de la Santé

Apprendre pour la vie:

Activités pour la classe sur l'éducation au VIH et au SIDA







Internationale de l'Éducation
Education Development Center
Organisation mondiale de la Santé

Apprendre pour la vie:

Activités pour la classe sur l'éducation au VIH et au SIDA

Décember 2009





Remerciements

Ce livre d'activités a été rédigé par Scott Pulizzi et Laurie Rosenblum du Centre pour le développement de l'Éducation, Inc. (EDC), Département de la santé et du développement de programmes globaux (HHD).

Les auteurs ont travaillé en étroite collaboration avec le personnel de l'Unité Solidarité et Développement de l'Internationale de l'Éducation (IE), en charge de la coordination du programme EPT/SIDA de l'IE.

Les auteurs tiennent à souligner la contribution de l'Organisation mondiale de la Santé (OMS).

L'IE, EDC et l'OMS souhaitent également remercier tous les syndicats d'enseignants affiliés à l'IE pour leur contribution au Programme EPT/SIDA et de fait, à ce livre d'activités qui entre dans le cadre des publications EPT/SIDA.

Une part significative du matériel présenté dans cet ouvrage est tirée du Livre d'exercices pour la prévention du VIH à l'usage des enseignants, Série de documents d'information de l'OMS sur l'éducation à la santé, publié en 2004 par l'IE, EDC et l'OMS.

Dans le cadre du programme EPT/SIDA, l'IE, EDC et l'OMS bénéficient du soutien du ministère néerlandais des Affaires étrangères/Coopération au développement international (DGIS).

L'IE souhaite également remercier Mme Véronique Miccolis pour la traduction de ce présent document de l'anglais, langue originale, vers le français.





Table des matières

Remerciements	1		
<hr/>			
Introduction	5		
<hr/>			
1. Méthodes et approches pédagogiques	6	Activité 3: Identifier des comportements à risque et prendre des décisions saines	34
1.1 Approche centrée sur les compétences pour la vie courante	6	Activité 4: Parler de sexualité	39
1.2 Méthodes participatives	7	Activité 5: Mes propres valeurs	42
1.3 des fondements et principes de ce livre d'activités	8	Activité 6: Communiquer avec efficacité	44
2. Mise en œuvre des activités	9	Activité 7: Refuser d'avoir des relations sexuelles	46
2.1 Préparer les activités	9	Activité 8: Gender Roles	49
2.2 Adopter des objectifs d'apprentissage	9	Activité 9: Comprendre la stigmatisation et la discrimination	51
2.3 Construire un environnement d'apprentissage sûr, sain et bienveillant	9	Activité 10: Soutenir les personnes qui vivent avec le VIH et le SIDA	54
2.4 Utiliser un langage approprié	9		
2.5 Organiser des exercices en petits groupes	10	Activités destinées aux 15 ans et +	57
2.6 Organiser des activités participatives avec des groupes de grande taille	10	<hr/>	
2.7 Gérer les situations difficiles en classe	11	Présentation des activités	57
		Activité 1: Examiner des comportements à risque vis-à-vis du VIH	59
Activités destinées aux moins de 10 ans	13	Activité 2: Communiquer et négocier au sujet des relations sexuelles	62
<hr/>			
Présentation des activités	13	Activité 3: Tout savoir sur les préservatifs	65
Activité 1: Définition des termes « santé » et « prise de décisions saines »	14	Activité 4: Dépasser les freins liés à l'utilisation des préservatifs	70
Activité 2: Informations de base sur le VIH et le SIDA	15	Activité 5: Conseil et dépistage volontaire	72
Activité 3: Que faire lorsque j'éprouve...	17	Activité 6: S'informer sur les services relatifs au VIH et au SIDA	75
Activité 4: Les gestes décents et indécents	19	Activité 7: Gestion positive du stress et des émotions	79
Activité 5: Parler à notre famille ou à nos amis	21	Activité 8: Conséquences des inégalités liées au genre et moyens pour y remédier	82
Activité 6: Comprendre les différences de traitement entre filles et garçons	23	Activité 8: Lutter contre la stigmatisation et la discrimination	84
Activité 7: Chacun est différent !	25		
		Références	88
Activités destinées aux 10-14 ans	27	<hr/>	
<hr/>			
Présentation des activités	27	Fiches de travail à photocopier	89
Activité 1: S'informer et communiquer au sujet du VIH et du SIDA	29	<hr/>	
Activité 2: Les choix que nous faisons	32		





Introduction

Les jeunes de nombreux pays sont touchés par le VIH et le SIDA au sein de leur famille, leur école et leur communauté. Il est donc capital qu'ils acquièrent les compétences nécessaires en vue de prévenir l'infection par le virus et d'affronter les multiples facettes du VIH et du SIDA. Les enseignants jouent un rôle crucial en matière de transmission de connaissances et de compétences aux élèves. C'est la raison pour laquelle, l'Internationale de l'Éducation (IE), le Centre pour le développement de l'Éducation (EDC) et l'Organisation mondiale de la Santé (OMS) ont développé ce livre d'activités, que les enseignants pourront mettre à profit en classe avec leurs élèves. Les activités proposées dans cet ouvrage ont pour objectif d'aider les élèves à éviter de nouvelles infections par le VIH et à acquérir des compétences qui les aideront à faire face à tous les aspects du VIH et du SIDA. L'acquisition de ces connaissances et aptitudes peut encourager les élèves à adopter un mode de vie sain, à mener à terme leur éducation de base et à optimiser ainsi leur potentiel, en vue de réaliser leurs objectifs personnels.

Ce livre d'activités s'appuie tant sur l'expérience que sur le matériel précédemment publié dans le cadre du Programme de formation des enseignants pour la prévention du VIH de l'IE, grâce auquel près de 200,000 enseignants ont été formés dans plus de 17 pays. Ce livre aborde tous les aspects de l'éducation au VIH et au SIDA. Ainsi, outre des informations de base sur le VIH et le SIDA et la présentation de stratégies de prévention, il couvre également les questions relatives au conseil, au dépistage, au traitement, aux soins, à l'égalité de genre, à la stigmatisation et à la discrimination ainsi qu'à la participation des personnes vivant avec ou affectées par le VIH et le SIDA.

Cet ouvrage contient des leçons conçues pour des élèves appartenant aux trois tranches d'âge suivantes : moins de 10 ans, entre 10 et 14 ans et âgés de 15 ans et plus. Cette classification tient compte du stade de développement cognitif et psychosocial des enfants et des adolescents ainsi que de leur niveau de maturité sexuelle, en corrélation avec leur âge.

Les enseignants familiarisés avec le Livre d'exercices pour la prévention du VIH de l'IE publié précédemment, remarqueront qu'en plus d'une organisation structurée et facile d'utilisation, ce nouvel ouvrage continue de mettre l'accent sur l'acquisition de compétences nécessaires pour la vie courante ('Life-skills') ainsi que sur des méthodes d'apprentissage participatif. Toutefois, de nouveaux éléments y ont aussi été intégrés, notamment une approche pédagogique plus engageante et une présentation du VIH et du SIDA en corrélation avec d'autres problématiques. Le livre souligne combien il est capital d'apprendre aux jeunes à adopter un mode de vie sain, en vue de dépasser le simple objectif de prévention de la maladie. Il s'agit en effet, d'amener les jeunes à appréhender le VIH et le SIDA dans un contexte global de compréhension de ce qu'est la sexualité et de les aider à prendre des décisions consensuelles en matière de pratiques sexuelles.

Vous trouverez dans ce livre davantage d'activités adaptées aux enfants de moins de 10 ans, que dans le précédent Livre d'exercices. Les jeunes sont en effet plus enclins à adopter des pratiques sexuelles sûres si leur apprentissage en matière de sexualité, de VIH et de SIDA est amorcé avant même qu'ils ne commencent à être sexuellement actifs.¹ Il est également essentiel qu'ils disposent dès leur plus jeune âge, de bases solides sur lesquelles s'appuyer pour bâtir une bonne estime de soi, développer des valeurs et des comportements sains et pour renforcer leur capacité à rester en bonne santé et à éviter le VIH, le SIDA et autres IST au moment de démarrer une activité sexuelle.

Cet ouvrage s'adresse aux enseignants qui, dans le cadre du programme EPT/SIDA ont été formés à la problématique du VIH et du SIDA, aux compétences pour la vie courante et aux méthodes d'apprentissage participatif. Le programme EPT/SIDA mis en œuvre par l'IE et ses organisations membres à travers le monde, traite simultanément l'Éducation pour Tous, le VIH et le SIDA. En sensibilisant les élèves et en renforçant leurs compétences, les activités proposées peuvent contribuer à prévenir de nouvelles infections et à atténuer l'impact du VIH et du SIDA sur la réalisation des objectifs de l'EPT.

L'IE et ses partenaires ont également publié un manuel pour la formation des enseignants, intitulé : « Prendre l'initiative sur le VIH et le SIDA : Manuel pratique à l'usage des syndicats d'enseignants pour la promotion de la santé et l'amélioration de l'éducation ». Cet ouvrage constitue un outil idéal pour préparer les enseignants à l'utilisation du présent livre en classe avec leurs élèves.

Bien que les activités mises en exergue ici s'appuient sur des études récentes et avérées, les enseignants doivent être convenablement formés afin d'être capables de les adapter et de les utiliser de manière adéquate et pertinente.

Le VIH et le SIDA représentent une menace significative pour la santé de millions de personnes à travers le monde. En l'absence de remède ou de vaccin, l'éducation est la solution la plus efficace pour ralentir et potentiellement mettre un terme à l'épidémie de VIH et de SIDA. Votre position d'enseignant vous permet de toucher un grand nombre d'enfants et d'adolescents; d'avoir un impact considérable sur les élèves, leur santé, leur avenir ainsi que sur leurs familles et leurs communautés. Vous pouvez leur servir de modèle et les aider à prévenir l'infection par le VIH; vous pouvez acquérir les compétences nécessaires afin d'aider les personnes qui vivent avec et qui sont affectées par le VIH et le SIDA; vous pouvez lutter contre les inégalités liées au genre, contre la stigmatisation et la discrimination. La Résolution de l'IE en faveur de la promotion de la santé et de l'éducation à la santé à l'école soutient cette approche.



1. Méthodes et approches pédagogiques

Cette section de l'Introduction s'intéresse à des approches holistiques centrées sur l'acquisition de compétences pour la vie courante et sur l'utilisation de méthodes participatives en matière d'éducation à la santé. Les théories qui servent de fondement aux activités utilisées y sont brièvement évoquées. Par ailleurs, cette section souligne les limites des diverses approches et méthodes employées et insiste sur l'importance d'adapter l'enseignement aux spécificités du public ciblé.

Cet ouvrage est centré sur une approche holistique de la promotion de la santé et du bien-être, qui vise à considérer l'être humain dans sa globalité – corps, âme et esprit- et qui tient compte de l'environnement dans lequel il évolue. L'objectif est d'aider les élèves et les enseignants à se maintenir en bonne santé afin d'optimiser leur capacité de travail et d'apprentissage.

Dans le cadre d'une approche holistique de la santé, la problématique du VIH et du SIDA est envisagée à la fois dans un contexte de santé reproductive et sexuelle et en corrélation avec d'autres aspects relatifs à la santé. Les élèves et les enseignants prennent ainsi conscience de l'intérêt de traiter la santé et le bien-être comme un tout indissociable. Ils se rendent compte des répercussions négatives que peuvent engendrer les comportements sexuels à risque et une mauvaise santé, sur la réalisation de leurs objectifs personnels et sur leur communauté.

Dans un contexte qui reflète leur situation actuelle, leurs valeurs et la projection d'eux-mêmes qu'ils envisagent pour l'avenir, les élèves découvrent combien leur santé, l'apprentissage académique et leur vie en général sont importants. Au final, une telle approche dépasse le simple cadre de la santé et motive une philosophie d'apprentissage qui vient soutenir les objectifs de l'EPT, stimuler une société productive et encourager le développement global de chaque individu.

Une approche holistique suppose également de tenir compte des effets de la stigmatisation et de la discrimination sur les questions de santé. En effet, lorsque des individus sont victimes de stigmatisation et de discrimination, leur bien-être s'en trouve affecté de manière critique, en particulier sur le plan émotionnel.

1.1 Approche centrée sur les compétences pour la vie courante

Les élèves doivent acquérir des compétences utiles pour la vie courante afin de faire face avec succès aux défis et aux exigences du quotidien, y compris en matière de santé. Ces aptitudes favorisent aussi leur épanouissement personnel dans tous les aspects de leur vie et les aident à réaliser leur plein potentiel. Afin de gérer efficacement les défis qui se posent à eux, les élèves peuvent avoir besoin de se doter de connaissances et de compétences en vue d'adopter des comportements positifs et d'envisager des solutions pour répondre aux exigences de la vie. Il leur faut donc s'exercer à mettre en pratique des aptitudes et des comportements qui leur permettent de prendre en charge leur santé et d'en améliorer tous les aspects.

Dans le cadre de la promotion de la santé, les compétences nécessaires pour la vie courante sont généralement divisées en trois catégories² Celles-ci concernent différents thèmes et domaines d'intervention et sont présentées dans le tableau 1 ci-dessous.

Pour être pleinement efficaces, ces compétences doivent être enseignées en liaison avec une ou plusieurs autres disciplines ou contenus spécifiques, ainsi que dans un contexte de renforcement des connaissances et de développement des comportements. L'apprentissage de la prise de décision sera ainsi plus effectif s'il est placé dans un contexte spécifique, tel que par exemple l'activité sexuelle ou la consommation abusive d'alcool et de drogues.

Ces différentes catégories de compétences se complètent et se renforcent mutuellement. Dans une majorité de programmes, les aptitudes décrites font d'ailleurs généralement partie intégrante des leçons. Ainsi, un programme centré sur la prévention du VIH traitera des mesures à prendre pour se protéger contre le virus et abordera les questions relatives à la prise de décision. Il aidera notamment les élèves à comprendre la pression exercée par les pairs et l'importance d'y résister (compétences cognitives) ; à identifier des moyens pour communiquer au sujet de leurs réflexions, sentiments et décisions et pour négocier avec un(e) partenaire lorsque cela est nécessaire (compétences sociales) ; et les encouragera à considérer des moyens de gérer les émotions qui surviennent tout au long de ce processus (compétences en matière d'adaptation sur le plan affectif).

L'un des aspects fondamentaux de l'enseignement de compétences utiles dans la vie courante, concerne le processus d'ap-

Tableau 1: Exemples de compétences pour la vie courante

Compétences sociales	Compétences cognitives	Compétences d'adaptation sur le plan affectif
<ul style="list-style-type: none"> • Compétences en matière de communication • Compétences en matière de négociation/refus • Compétences en matière d'affirmation de soi • Compétences interpersonnelles (en vue de développer des relations saines) • Compétences en matière de coopération 	<ul style="list-style-type: none"> • Compétences en matière de prise de décision/solution des problèmes o Comprendre les conséquences de ses actes o Déterminer des solutions alternatives aux problèmes • Compétences liées à la réflexion critique 	<ul style="list-style-type: none"> • Gestion du stress • Gestion des sentiments, notamment la colère • Compétences en vue de renforcer le locus de contrôle interne (auto-gestion, auto-contrôle)



prentissage qui y est associé, et qui requiert lui-même des compétences cognitives sur le plan de la réflexion critique. Les élèves reçoivent des informations sur les questions qu'ils étudient et diverses perspectives leurs sont proposées. Ils sont ainsi encouragés à mettre à profit leurs compétences en matière d'analyse critique afin d'envisager différents points de vue, de poser des questions et d'aboutir à leurs propres décisions - celles qu'ils jugent les plus adéquates pour eux-mêmes, leur famille et leur communauté. Afin de rendre possible ce type d'apprentissage, le processus ne doit pas être moralisateur et aucun jugement de valeur ne doit être porté. L'objectif de chaque activité est de contribuer au développement d'un avenir sain.

L'apprentissage centré sur l'acquisition de compétences met également l'accent sur l'utilisation d'activités qui sont à la fois pertinentes d'un point de vue culturel et sensibles aux questions de genre. Les activités offrent de multiples opportunités aux élèves d'apporter leur contribution personnelle, au moyen notamment de sessions de « brainstorming » qui permettent de dégager des scénarios réalistes, en prise directe avec leur vie quotidienne. Une telle implication personnelle des élèves favorise la mise en application en dehors de l'école et dans tous les aspects de leur vie, des différents éléments abordés en classe.

L'apprentissage par l'acquisition de compétences peut être exploité dans tous les aspects de la santé, y compris en matière de VIH et de SIDA, de santé sexuelle et reproductive, de nutrition, d'activité physique, de santé mentale et affective, dans le cadre des relations sociales, de la consommation d'alcool, de tabac ou d'autres drogues, de la prévention de la violence et de l'utilisation des ceintures de sécurité. C'est la raison pour laquelle une approche holistique qui vise à dispenser un enseignement articulé autour d'un ensemble de disciplines en lien avec la santé, est plus efficace qu'une démarche exclusivement axée sur l'enseignement d'un sujet unique. Veuillez vous référer aux deux diagrammes explicatifs ci-dessous.

L'acquisition de compétences nécessaires pour la vie courante et l'intégration de contenus relatifs au VIH et au SIDA s'effec-

tuent de manière plus globale, lorsque ces éléments sont enseignés en corrélation avec d'autres disciplines ou associés à des thèmes connexes. L'éducation à la santé, l'éducation relative à la vie de famille et à l'orientation personnelle sont les thèmes les plus apparentés au VIH, au SIDA et à la question de la prise de décisions saines. Ces thèmes pourraient être abordés avec les élèves dans le cadre d'un enseignement centré sur les différences entre les personnes, la stigmatisation, la discrimination et la problématique du genre, au moyen d'un exercice pratique portant sur le développement de compétences interpersonnelles saines et/ou sur les études sociales. Par ailleurs, une classe d'activités langagières pourrait favoriser la lecture d'anecdotes se rapportant à des personnes qui vivent avec le VIH et le SIDA, en vue d'encourager les élèves à discuter de ces sujets et à s'exprimer par écrit sur d'autres questions en lien avec le VIH et le SIDA. Plus les élèves sont exposés à ces problématiques, plus il y a de chances qu'ils intègrent l'information reçue et qu'ils altèrent leurs comportements.

Afin d'être pleinement efficace, l'acquisition de compétences pour la vie courante en matière de santé, devrait intervenir au sein des écoles dans le cadre d'une approche globale qui dépasse la simple acquisition de connaissances et d'aptitudes. Or, une approche globale de promotion de la santé à l'école requiert diverses composantes.^{3,4} Ce livre d'activités traite de l'une d'entre elles, à savoir : l'éducation à la santé par l'acquisition de compétences. Les autres composantes concernent les services de santé et de nutrition à l'école et leur lien avec les questions de traitement, de soins, de services de soutien à disposition au sein de la communauté; les politiques de santé scolaire; la construction d'un environnement physique et psychosocial positif, sain et sûr. La mise en œuvre d'une approche globale nécessite l'engagement de tous - officiels de la santé et de l'éducation, enseignants, syndicats d'enseignants, élèves, parents, personnels de santé et responsables de communauté- et suppose l'établissement de partenariats en faveur de la construction d'un environnement scolaire sûr et sain.

Tableau 2: Approche de l'éducation à la santé centrée sur l'enseignement d'un sujet unique

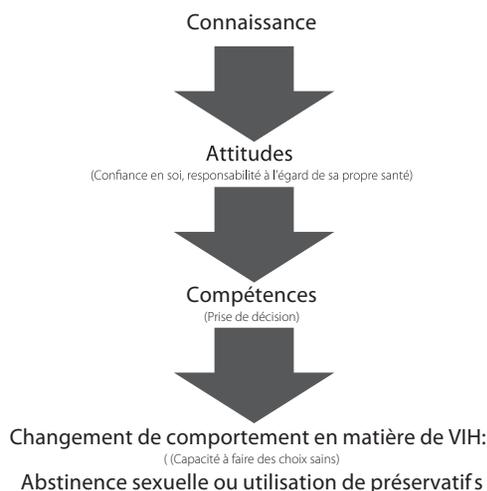
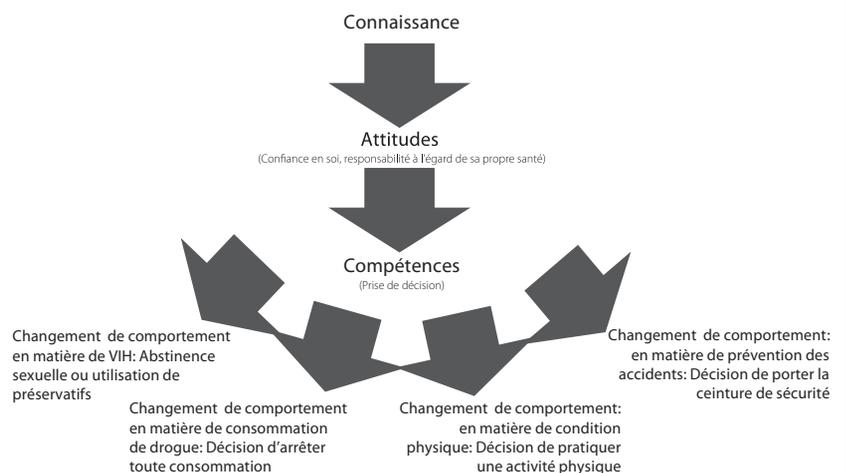


Tableau 3: Approche holistique de l'éducation à la santé





1.2 Méthodes participatives

En vue de faciliter l'apprentissage - dans le cadre d'une approche holistique de l'éducation fondée sur l'acquisition de compétences nécessaires à la vie courante - les méthodes participatives se révèlent très efficaces. Elles sont interactives et reproduisent le processus naturel d'acquisition des comportements propre aux enfants. Celui-ci comprend notamment l'observation, les interactions sociales, l'imitation des modèles et l'adoption des comportements. Des études font ressortir que lorsque les jeunes ont la possibilité de mettre en œuvre en toute sécurité des compétences au sein la classe, ils sont davantage susceptibles d'utiliser par la suite ces mêmes aptitudes dans d'autres situations, à l'école comme à l'extérieur.⁵ Par ailleurs, l'apprentissage réalisé en coopération avec des pairs, favorise le développement de comportements pro-sociaux et concourt à altérer l'environnement normatif des pairs, au profit de comportements constructifs et sains.⁶

L'apprentissage participatif s'appuie sur l'expérience, les opinions et les connaissances des élèves. Les élèves apprennent les uns des autres et sont sensibles aux différences comme aux similitudes qui les caractérisent. Des études ont montré que les méthodes participatives constituent les approches les plus efficaces pour acquérir à la fois des connaissances, des compétences et susciter des changements d'attitudes qui permettent aux élèves de faire des choix sains^{7,8} et d'influer positivement sur leur santé.⁹

Voici quelques-uns des avantages associés aux méthodes d'apprentissage et d'enseignement participatifs et au travail en groupes:

- Renforcer la perception des élèves vis à vis d'eux-mêmes et des autres.
- Encourager la coopération plutôt que la compétition.
- Fournir aux membres d'un groupe et à leurs enseignants, des opportunités de reconnaître et valoriser les compétences individuelles et d'accroître l'estime de soi.
- Permettre aux élèves de mieux se connaître et de renforcer des liens entre eux.
- Favoriser l'écoute et la communication.
- Permettre d'aborder plus aisément les sujets sensibles.
- Valoriser la tolérance et la compréhension à l'égard des individus et de leurs besoins.
- Encourager l'innovation et la créativité^{10,11}

Les méthodes d'enseignement participatif qui visent à renforcer les compétences et à influencer sur les attitudes, comprennent les activités suivantes :

- Discussions au sein de la classe.
- Sessions de brainstorming.
- Démonstrations pratiques et dirigées.
- Jeux de rôles.
- Travail en petits groupes.
- Jeux ludiques et simulations.
- Études de cas.
- Contes & narrations.
- Débats, panels de discussions.
- Mise en pratique de compétences pour la vie courante avec d'autres participants, dans un contexte spécifique.
- Activités audiovisuelles.

- Chant, danse, théâtre.
- Processus de prise de décisions ou arbre à problèmes.
- Études, interviews.

1.3 des fondements et principes de ce livre d'activités

L'approche holistique centrée sur l'acquisition de compétences pour la vie courante et les activités présentées dans ce livre, s'appuie sur plusieurs théories relatives à la façon dont les individus acquièrent et altèrent leur comportement. Parmi les principales théories de référence, figurent : la *Théorie cognitive sociale* développée par Albert Bandura et initialement appelée *Théorie de l'apprentissage social*^{12,13}; le *Modèle des croyances relatives à la santé* de M. H. Becker;¹⁴ et la *Théorie de l'Action raisonnée* de Martin Fishbein et Icek Ajzen,¹⁵ qui fut ensuite étendue à la *Théorie du comportement planifié* d'Ajzen.¹⁶ Le modèle CAP : Connaissances, Attitudes et Pratique, sert à mesurer les progrès en matière d'acquisition de connaissances, de changement d'attitudes et de pratiques (comportement). Il est également utilisé pour évaluer les programmes mis en œuvre et son utilisation remonte aux débuts de l'éducation à la santé.¹⁷

Ce livre d'activités s'appuie également sur les travaux de recherche appliquée réalisés par Douglas Kirby¹⁸ on the impact of sexual and reproductive health and HIV and AIDS education programmes on the sexual behaviours of youth. Interventions based on the theories listed above have been applied and evaluated with promising results.

Il est toutefois nécessaire d'apporter certaines précisions. Les théories d'apprentissage susmentionnées tout comme les recherches appliquées dont il est question, ont généralement été mises en œuvre dans des contextes favorisés, qui s'intéressent à la manière dont les individus acquièrent des connaissances et des compétences et modifient leur comportement. Seul un nombre limité d'études a mis ces théories en application dans des contextes de santé reproductive et sexuelle propres aux pays en développement.¹⁹ En conséquence, l'application de ces théories et l'utilisation du matériel de ce livre dans des pays moins favorisés, supposent obligatoirement de prendre en compte les différences d'ordre physique, organisationnel, culturel et structurel liés au contexte et aux circonstances. Il conviendra donc d'adapter le matériel à la culture locale et aux groupes d'élèves auxquels il s'adresse.²⁰ Le collectivisme reste une valeur essentielle dans bon nombre de pays où le programme EPT/SIDA est mis en œuvre. En revanche, on note un recul plus significatif de cette valeur dans les pays où les théories d'apprentissage précitées ont fait leurs preuves.

L'approche fondée sur l'acquisition de compétences pour la vie courante suppose que le choix individuel est possible. Ainsi, même si ces aptitudes peuvent être mises à profit en classe, leur application par chaque individu au-delà de l'environnement scolaire dépendra d'une multitude d'autres facteurs externes. Ces facteurs varient d'une culture à une autre et comprennent notamment: les attitudes culturelles, les croyances, les rôles et les attentes en termes de comportement, les pressions sociales en particulier celles exercées par les pairs, la stigmatisation et la discrimination, les inégalités de pouvoir et entre les sexes, la pauvreté, la criminalité, la violence ainsi que l'accès aux ressources et aux services. Ces facteurs ont une influence directe



sur la manière dont les individus perçoivent la santé et abordent la maladie. Ils peuvent également faire obstacle à la communication et à la négociation entre hommes et femmes. L'éducation doit sensibiliser de manière accrue à ces questions et aux inégalités, ainsi qu'à la façon dont ces problématiques affectent tant les relations intimes entre les personnes que les changements de comportement pour soi et les autres.

Par ailleurs, lorsque des enseignants ne se sentent pas à l'aise pour aborder des contenus sensibles en lien avec l'éducation à la santé sexuelle, le VIH et le SIDA²¹ ou pour appliquer des méthodes d'enseignement participatif, c'est l'apprentissage même qui est menacé. Ce type de situation survient généralement lorsque les enseignants n'ont pas été convenablement formés ou qu'ils refusent d'aborder certaines problématiques pour des raisons morales ou religieuses. Il leur arrive alors parfois de passer sous silence des leçons entières, de soutenir parfois exagérément une approche scientifique, de ne pas faire ouvertement référence au sexe ou aux relations sexuelles, et/ou de ne se reposer que sur des messages prônant l'abstinence comme unique moyen de prévention du VIH. Les enseignants doivent être correctement formés en vue de parvenir à surmonter ces obstacles et à utiliser efficacement des méthodes participatives, qui seront bénéfiques pour la santé et le développement de leurs élèves. L'amélioration de la formation initiale et en cours de service, de la supervision ainsi que de l'accompagnement et de l'apprentissage par les pairs peuvent aider les enseignants à se sentir plus à l'aise avec les contenus à enseigner et les méthodes à appliquer. Les enseignants doivent également œuvrer en collaboration avec les parents et autres acteurs au sein de la communauté, afin de favoriser une prise de conscience commune sur la valeur d'un enseignement dédié à l'éducation à la santé reproductive et sexuelle, au VIH et au SIDA. Ils peuvent également plaider auprès du gouvernement en faveur d'opportunités de formation plus nombreuses et de meilleure qualité.

Afin de transcender les limites d'une approche centrée sur l'acquisition de compétences utiles dans la vie courante, les enseignants doivent adapter leur enseignement au contexte local et aborder les spécificités en lien avec la culture, les attitudes, les croyances ou les pratiques locales.

Ce livre d'activités peut être adapté en fonction des besoins locaux. Des modifications peuvent y être apportées en termes de contenu, de format, d'échéance, d'ordre chronologique ou de choix des activités à mettre en œuvre. Vous pouvez également l'enrichir de photos ou de symboles évocateurs pour l'environnement local. Nous vous encourageons à solliciter des contributions d'enseignants, de personnels d'éducation et de parents de la communauté. Les contributions émanant de personnes vivant avec le VIH et le SIDA sont particulièrement pertinentes, du fait de leur appréciation personnelle de ces questions et de leur discernement concernant les approches les plus convaincantes à mettre en œuvre. Cependant, afin d'être pleinement efficaces, il est essentiel que les adaptations soutiennent l'objectif de renforcement de compétences visé par les activités.

2. Mise en œuvre des activités

Cette section aborde un certain nombre de questions clés, dont il est essentiel de tenir compte en matière d'éducation à la santé reproductive et sexuelle, au VIH, au SIDA, ainsi que dans le cadre de la promotion de la santé en milieu scolaire.

2.1 Préparer les activités

Voici quelques-unes des étapes fondamentales à suivre, en vue de mettre en œuvre les activités décrites dans ce livre :

- Évaluez l'efficacité et la pertinence de l'activité pour vos élèves.
- Assurez-vous que le vocabulaire et le langage employés lors de l'activité sont adaptés à votre auditoire.
- Vérifiez que les objectifs d'apprentissage, les méthodes, les compétences et les connaissances enseignés au cours de l'activité peuvent être appliqués par les élèves dans leur vie quotidienne.
- Si nécessaire, adaptez les activités en fonction de vos élèves.
- Explorez les meilleures manières de répartir les participants en petits groupes durant les activités.
- Rassemblez et photocopiez tout le matériel à distribuer et préparez les transparents de présentation.

2.2 Adopter des objectifs d'apprentissage

Les objectifs d'apprentissage définis dans ce livre d'activités s'appuient sur des pratiques pédagogiques actuelles. Vous trouverez dans l'encart présenté au début de chaque activité, des informations qui vous aideront à préparer votre leçon.

Les objectifs d'apprentissage sont souvent définis en fonction de trois éléments : le comportement, les conditions et les critères. Les comportements figurant dans la partie « Objectifs d'apprentissage » s'appuient sur la taxonomie de Bloom, un modèle de classification des apprentissages par niveaux de complexité croissante. Cette taxonomie identifie les verbes d'action qui caractérisent précisément les tâches que l'élève sera en mesure de réaliser après avoir suivi une activité. Les conditions (moyens mis en œuvre pour aboutir aux comportements visés) sont abordées dans la liste de « Méthodes ». Les critères (indice de satisfaction relatif à la mise en pratique des comportements étudiés) sont brièvement évoqués dans les « Objectifs d'apprentissage » et « Méthodes », puis détaillés dans les « Procédures » (par ex. : instructions pour un jeu de rôles).

2.3 Construire un environnement d'apprentissage sûr, sain et bienveillant

Il est important d'instaurer un environnement sûr, sain et bienveillant afin d'optimiser les échanges et l'apprentissage, en particulier lorsque les élèves doivent s'exprimer sur des thèmes sensibles ou sujets à controverse. Les enseignants autant que les élèves, doivent écouter et respecter les contributions faites par chacun, même en cas de désaccord. Il est primordial d'encourager les élèves à partager leurs expériences, opinions et inquiétudes et de leur fournir en retour, un bilan positif et constructif.

Une méthode particulièrement pertinente en ce sens, consiste à définir des Règles fondamentales ou Règles de classe avec les



élèves en début d'année scolaire ou au commencement d'une nouvelle classe. Ces règles aident les élèves à comprendre dès le départ, quel comportement est attendu d'eux. Encouragez les élèves à définir leurs propres règles et à se les approprier. Affichez ensuite ces règles dans un endroit bien visible de sorte qu'il soit possible de s'y référer en cas de besoin.

Exemples de Règles fondamentales :

- Nous apprécions et respectons les questions et l'opinion de chacun.
- Nous nous conduisons de manière positive les uns envers les autres et nous accordons de l'importance aux sentiments de chacun.
- Nous ne discutons pas des questions personnelles examinées en classe avec des personnes extérieures; autrement dit, nous respectons la confidentialité des propos de chacun.
- Nous n'interrompons pas celui qui s'exprime.
- Nous ne rabrouons ni ne critiquons les autres élèves en classe.
- Nous avons le droit de ne pas répondre à certaines questions si nous ne le souhaitons pas.
- Nous pouvons choisir de ne pas participer à une activité si nous ne sentons pas à l'aise avec celle-ci.
- Si nous ne souhaitons pas poser une question devant tout le monde, nous pouvons nous adresser à l'enseignant dans l'anonymat (par ex. en ayant recours à une boîte aux lettres).

Au moment de lancer une activité, définissez clairement les objectifs visés, les compétences que l'activité permettra d'acquérir et de mettre en pratique ainsi que les méthodes qui seront utilisées. Cela favorisera l'apprentissage et contribuera à instaurer un sentiment de sécurité parmi les participants. En outre, les élèves se sentiront davantage impliqués si vous leur demandez de réfléchir aux manières d'adapter les activités afin qu'elles reflètent au mieux leur vie quotidienne. Ils pourront par exemple suggérer de nouveaux exemples de mythes, de faits et de comportements à risque ou proposer d'autres idées à intégrer dans les jeux de rôles.

2.4 Utiliser un langage approprié

Le langage peut façonner les croyances, les attitudes et les comportements dans tous les aspects de la vie d'un individu. Il peut influencer sur les stéréotypes ou contribuer à l'exclusion de certains groupes de personnes, au regard notamment du genre, de la culture, de la religion ou de la classe sociale. Si par exemple, des enseignants emploient régulièrement le pronom personnel « il » pour faire référence aux filles et aux garçons ou qu'ils utilisent le terme « homme » pour qualifier l'ensemble des êtres humains, les femmes et les filles finissent par être exclues et deviennent invisibles. Il est donc essentiel que les enseignants montrent l'exemple et que les élèves s'exercent à utiliser un vocabulaire varié et approprié en classe.

Une réponse efficace à l'épidémie de VIH et de SIDA passe par une utilisation adéquate de la langue. Les échanges avec les personnes infectées ou affectées par le VIH et le SIDA seront d'autant plus probants, si le langage employé est constructif, qu'il ne contribue pas à alimenter les stéréotypes, qu'il respecte et est sensible à leurs besoins.

Exemples spécifiques :

- Il est plus valorisant de faire référence à une personne « vivant avec le VIH » qu'à une personne « qui a le VIH ». Le VIH n'est en effet qu'une des multiples facettes qui caractérisent une personne vivant avec le virus (ou n'importe quelle autre maladie).
- L'utilisation de termes tels que « victime » ou « personne souffrant du SIDA » évoquent l'image d'une personne impuissante, incapable d'exercer un quelconque contrôle sur sa vie, de jouer un rôle en matière de traitement ou d'apporter une contribution personnelle.

Pour obtenir davantage d'informations sur l'utilisation appropriée de la terminologie, consultez les Lignes directrices de l'UNESCO sur la langue et le contenu en matière de VIH et de SIDA à l'adresse : <http://unesdoc.unesco.org/images/0014/001447/144725f.pdf>

Afin de garantir une mise en œuvre efficace des activités relatives au VIH et au SIDA, il est important d'examiner le vocabulaire et le langage communément employé au sein de la communauté locale pour faire référence à ces problématiques. L'emploi de termes analogues lors d'activités de formation, permettra de susciter l'adhésion des participants à l'égard de ces questions et encouragera leur collaboration. S'il est d'usage dans la langue locale d'employer des termes dérogatoires qui tendent à alimenter la stigmatisation et la discrimination, il vous faudra engager une discussion avec les élèves afin qu'ils saisissent toute l'importance d'éliminer ces termes de leur vocabulaire courant.

2.5 Organiser des exercices en petits groupes

Vous trouverez ci dessous les étapes à suivre avant d'amorcer un exercice en petit groupe :

- Expliquez aux élèves que chaque petit groupe sera invité à faire part au groupe élargi de ses réactions, conclusions et recommandations concernant l'activité. Par exemple: quels sont les éléments soulevés lors de l'apprentissage qui pourraient avoir un impact sur les autres élèves ou bien comment pourrait-on envisager d'utiliser les compétences et connaissances acquises?
- Déterminez les rôles que les participants pourraient être amenés à assumer au sein des petits groupes: animateur, secrétaire, rapporteur, etc.
- Définissez un temps limite pour chaque activité.
- Demandez aux participants s'ils souhaitent poser des questions au sujet des consignes énoncées.

Pendant l'activité, circulez dans la salle, écoutez et observez le travail des différents groupes. Restez disponible pour répondre aux éventuelles questions.

2.6 Organiser des activités participatives avec des groupes de grande taille

Chaque activité de ce livre permet aux élèves de renforcer leurs compétences, en encourageant leur participation active en classe. Pour certains enseignants dont les classes sont en sur-effectif, en particulier lorsqu'elles comptent plus de 50 ou 60 élèves, la réalisation des activités d'apprentissage participatif décrites ici, peut être une véritable gageure. Il pourrait s'avérer



difficile d'obtenir une participation totale et égale des élèves; de couvrir un large éventail de capacités, de besoins et de points de vue et de gérer la discipline. Voici quelques suggestions pour organiser, diriger et évaluer votre classe. Certaines de ces suggestions valent pour toutes les tailles de classe même si, elles sont encore plus pertinentes au regard d'une classe de grande taille.

2.6.1 Organisation: donner le sentiment aux grandes classes qu'elles sont petites

Avec des groupes de grande taille, une première étape consiste à leur donner le sentiment qu'ils font partie d'une petite classe. L'un des moyens pour parvenir à cet objectif est de scinder le groupe élargi en plusieurs petits groupes, afin de multiplier les occasions de participer. Certaines activités nécessitent obligatoirement d'être organisées ainsi. En revanche, avec une classe de grande taille, il se peut que vous décidiez d'avoir recours à cette méthode même si cela n'est pas implicitement requis. Il n'y a pas de chiffre idéal pour définir la taille d'un petit groupe, mais se limiter à 10 élèves maximums est une bonne règle. Au départ, la répartition des élèves peut s'avérer quelque peu laborieuse. C'est la raison pour laquelle il est souhaitable que la classe s'entraîne au processus de formation de groupes. Une fois le système établi, l'attention se focalisera sur la nouvelle activité plutôt que sur la constitution des groupes.

Pour certaines activités, vous pourrez décider de regrouper des élèves qui ont des capacités différentes alors que pour d'autres activités, vos groupes pourront inclure des élèves dotés de capacités similaires. Votre choix s'établira en fonction de la tâche à accomplir. Il est néanmoins important que chaque groupe compte une personne responsable qui jouera le rôle de leader ou d'animateur. Cette personne peut vous aider à garder les groupes concentrés sur leur tâche et vous fournir des renseignements précieux sur les progrès réalisés par chaque petit groupe.

En plus du leader/animateur, il peut être pertinent de désigner un rapporteur. Celui-ci peut être chargé de consigner les activités, les défis et les enseignements tirés de chaque activité. Cette fonction vous aidera à avoir une idée claire de ce qui se passe au sein de chaque groupe et favorisera l'implication des élèves dans le processus de rédaction. Cette procédure sera également utile si vous souhaitez que le travail soit exposé devant la classe. Les leaders/animateurs et le rapporteur peuvent être élus ou désignés, fixes ou alternés.

2.6.2 Processus: maintenir les groupes concentrés et productifs

Avec un grand nombre d'étudiants, il pourrait s'avérer difficile de garder la classe concentrée et productive. Pour vous aider en ce sens, veillez à ne présenter qu'un seul concept à la fois pour chaque activité, en répétant souvent les points essentiels et en vérifiant que la classe les a bien compris. Si possible, demandez aux élèves de noter les objectifs, les procédures et les règles essentielles de l'activité. Avant de scinder la classe en groupes, il pourrait être pertinent que les élèves réfléchissent en silence à ce qu'ils attendent de l'activité.

Une fois la classe répartie en groupes, veillez à passer dans chaque groupe. Cela vous permettra d'observer la manière dont

les élèves respectent les règles établies, s'acquittent des tâches requises - notamment l'animation et la consignation des informations - et de vérifier dans quelle mesure l'objectif d'apprentissage est effectivement réalisé.

En raison du nombre de groupes engagés à travailler de manière indépendante et active, la classe pourrait devenir bruyante. Lorsqu'un groupe devient trop bruyant ou commence à chahuter, vous pouvez faire passer un message non verbal en vous approchant du groupe ou en restant près de celui-ci afin de décourager ce comportement. Vous pouvez également prononcer le nom d'un groupe ou d'un élève d'une voix calme afin d'apaiser le groupe.

Il est possible de créer un environnement d'apprentissage diversifié lorsque les groupes commencent à interagir les uns avec les autres. La technique du « fishbowl » (bocal à poissons), selon laquelle un des groupes réalise une activité devant l'ensemble de la classe, en est un exemple manifeste. Les groupes qui observent, participent également à l'activité en prodiguant leurs conseils, en défiant ou en questionnant le groupe en action. Cette technique permet de garder l'ensemble de la classe concentrée alors que seul un ou deux groupes présentent une activité.

2.6.3 Évaluation: examiner la situation

Les classes de grande taille n'offrent pas la possibilité d'évaluer les élèves individuellement après chaque leçon. Dès lors, il peut être utile d'ouvrir autant de voies que possibles dans le but de recueillir les réactions de vos élèves. Ces voies peuvent consister à collecter des comptes-rendus écrits et des carnets de notes, à comparer des notes sur une réflexion individuelle avant et après une activité, à formuler des remarques en classe tout en observant des élèves qui montrent une compétence, à fournir une évaluation écrite pour mesurer les connaissances et les attitudes, et à promouvoir l'auto-évaluation dans chaque groupe.

Le VIH, le SIDA et la sexualité étant des sujets très sensibles, vous envisagerez peut-être de multiplier les occasions qui permettront aux élèves d'exposer leurs points de vue et sentiments sur le sujet. Cela passera par exemple par l'instauration d'un temps de rencontre après les cours et d'une boîte anonyme de questions-réponses.

Sources utilisées pour la section sur L'apprentissage participatif avec des groupes de grande taille :

- La Pédagogie Des Grands Groupes Au Burkina Faso, Fichier Pratique; Conombo, Ernest Tiri; Ouattara, Seydou; Tapsoba, Kortimi; Pottiez, Lionel (document non publié).
- Teaching large classes. Teachers in Action, BBC World Service / OLSET, http://www.teachingenglish.org.uk/think/methodology/large_classes.shtml (dernière visite 6/5/08).
- Organisation mondiale de la Santé, Internationale de l'Éducation, & Centre pour le développement de l'Éducation (EDC). (2004). Livre d'exercices pour la prévention du VIH à l'usage des enseignants Genève: Organisation mondiale de la Santé.

2.7 Gérer les situations difficiles en classe

L'enseignement relatif au VIH et au SIDA touche des questions sensibles. Les élèves sont donc susceptibles de réagir à ces sujets de différentes manières. Certains pourront se sentir gênés, d'autres raconteront des blagues afin d'essayer de faire baisser la tension.



Il est important d'être préparé à faire face à ces situations potentiellement difficiles en classe. Les pages qui suivent apportent quelques suggestions pour réagir efficacement à ces situations.

Situations difficiles envisageables • *Réaction de l'enseignant(e)*

- Les enseignants ne se sentent pas prêts à répondre à des questions spécifiques parce qu'ils ne sont pas eux-mêmes suffisamment informés.
 - *Ce n'est pas grave de ne pas connaître la réponse. Vous pourrez dire par exemple : « Je ne connais pas la réponse à cette question mais je vais tâcher de la trouver et je vous en informerai » OU encore: « Tâchons de voir si nous ne pouvons pas trouver ensemble la réponse. »*
- Les enseignants ne se sentent pas à l'aise pour parler de certaines questions sensibles dans des classes mixtes.
 - *Ce n'est pas grave de se sentir gêné ou mal à l'aise. N'essayez pas de prétendre que vous êtes à l'aise quand vous ne l'êtes pas. Vous direz par exemple : « Il n'est pas facile pour moi de donner une réponse à cette question, mais je m'efforcerai de le faire » OU encore : « Il m'est difficile de m'exprimer à ce sujet, mais ce serait trop grave de ne pas en parler. »*
- Les élèves racontent des blagues au sujet d'autres élèves et/ou de leur enseignant(e).
 - *Commencez votre cours en disant : « Il est souvent délicat de traiter de ces questions, et lorsqu'on se sent mal à l'aise, il peut arriver de rire ou de raconter des blagues pour masquer sa nervosité. »*
 - *Vous pouvez tout aussi bien choisir d'ignorer cette situation en disant simplement « C'est bien, nous continuons », et de poursuivre la discussion.*
- Un élève annonce à l'enseignant(e) qu'il a entendu dire que celui-ci/celle-ci est séropositif/ve au VIH.
 - *Soyez catégorique dans votre réponse lorsqu'il s'agit d'une infraction aux règles définies par le groupe. Vous pouvez répondre à l'élève que vous ne souhaitez pas discuter en classe d'une question qui touche à votre vie personnelle, et que personne ne doit se sentir obligé d'aborder des sujets dont il/elle ne souhaite pas discuter.*
- Les élèves essaient de choquer ou d'amuser leurs camarades ou l'enseignant(e) en donnant une description explicite de comportements sexuels.
 - *Rappelez aux étudiants qu'ils doivent avoir des égards pour les autres personnes présentes et respecter leurs sentiments. Il pourrait être pertinent de séparer les garçons des filles pour certains exercices.*
 - *Ne soyez pas trop critique par rapport aux observations de certains élèves, même si elles vous semblent inopportunes. Une telle attitude pourrait dissuader les autres élèves d'adopter une attitude d'ouverture et d'honnêteté.*

Adapté partiellement de « Healthy foundations », Center for Family Life Education. (1993). Dover, NJ:Planned Parenthood of Greater Northern NJ.



Activités destinées aux moins de 10 ans

Présentation des activités

Les sept activités destinées aux élèves de moins de 10 ans, visent à fournir des informations élémentaires sur de multiples sujets, dans le but de développer une base de connaissances et une compréhension de ces thèmes, d'établir des fondements solides sur lesquels construire une estime de soi valorisante, des valeurs et des attitudes saines, et de commencer à acquérir des compétences.

Dans la *première activité*, les élèves étudient le sens des termes « santé » et « comportements sains », et mettent en pratique des comportements sûrs et sains. Ils réfléchissent ensuite à une action que chacun d'entre eux pourrait engager en vue de se maintenir en bonne santé. Par le biais d'un questionnaire, la seconde activité fournit aux élèves des informations de base sur le VIH et le SIDA, y compris sur la prévention et la transmission du virus. Dans la *troisième activité* les élèves sont amenés à reconnaître différents types d'émotions et à comprendre ce qu'est le stress. Ils renforcent leurs compétences en matière de gestion positive du stress et des émotions en s'appuyant sur le récit d'une anecdote donnée à titre d'exemple. Le renforcement de ces compétences permet d'établir une base sur laquelle s'appuyer pour affronter plus tard, des situations plus stressantes en rapport notamment avec la sexualité, le VIH et le SIDA.

Il est essentiel que les élèves de moins de 10 ans commencent à explorer des questions élémentaires en lien avec la sexualité, afin de se préparer à affronter les situations qui se poseront à eux en grandissant. Dans la *quatrième activité*, les élèves débattent de ce qu'est la sexualité et évoquent les différences entre des attouchements considérés comme « décents » ou « indécents ». Ils s'exercent ensuite dire « non » à des gestes indécents perpétrés à leur rencontre et qui les mettent mal à l'aise.

C'est au moyen d'une lecture et d'une discussion que dans la cinquième activité, les élèves sont amenés à saisir l'importance d'une communication positive avec la famille et les amis, y compris sur les questions de sexualité ou en lien avec le VIH et le SIDA. Ils découvrent dans quelle mesure leurs propos peuvent affecter les sentiments ou les réactions d'autrui. Enfin, ils acquièrent des compétences en matière de réflexion critique et de prise de décision, en vue d'instaurer une communication positive entre les personnes.

Les *activités six et sept* mettent l'accent sur les questions sociales. Dans la sixième activité, les élèves se familiarisent avec les différences de comportements attendus des filles et des garçons. Ils engagent un débat sur ces différences et envisagent des alternatives aux conduites traditionnellement escomptées. Dans la septième activité, ils explorent les différences qui peuvent exister entre les individus. Une anecdote leur sert de levier pour amorcer une discussion sur la manière de faire preuve de respect et de considération, à l'égard des personnes qui vivent avec le VIH et le SIDA. Cette activité pose les fondements d'un apprentissage centré sur la stigmatisation et la discrimination, qui sera abordé au moment de la pré-adolescence.



Activité 1

Définition des termes : « santé » et « prise de décisions saines »

But: Développer des compétences dans le but de prendre des décisions saines et d'adopter des comportements sûrs vis-à-vis du VIH et du SIDA

Objectifs d'apprentissage:

- Définir ce qu'est la santé
- Mettre en lumière des moyens de se maintenir en bonne santé

Méthodes: Apprentissage guidé, session de «brainstorming», démonstration de pratiques saines

Matériel: Tableau noir et craies ou tableau à feuilles mobiles et marqueurs

Durée: 30–35 minutes

En bref: Les élèves se lancent dans une session de «brainstorming» sur la signification du terme « santé ». L'enseignant(e) explique ce que l'on entend par « santé » et demande aux élèves de décrire les actions qu'ils pourraient personnellement mettre en œuvre, pour rester en bonne santé. Des volontaires sont invités à présenter à la classe chacune des pratiques mentionnées. L'enseignant(e) demande alors aux élèves de réfléchir à d'autres mesures qu'ils pourraient prendre, en vue de se maintenir en bonne santé. (par ex.: quelque chose qu'ils n'ont pas encore pris l'habitude de faire régulièrement). Quelques volontaires sont ensuite invités à exposer à la classe, les changements qu'ils opéreraient.

Procédures:

1. Décrivez les objectifs de l'activité à la classe.
2. Les élèves engagent une session de «brainstorming» sur la question suivante: « Que signifie le mot « santé »?
3. Expliquez à la classe que le mot « santé » signifie à la fois, ne pas être malade et se sentir en bonne forme physique et mentale pour pouvoir accomplir certaines tâches telles que: se rendre à l'école, faire du sport, rencontrer des amis.
4. Demandez aux élèves d'exposer les initiatives qu'ils peuvent mettre en œuvre au quotidien, en vue de se maintenir en bonne santé. Inscrivez-les sur un tableau noir ou à feuilles mobiles. Parmi les exemples, citez les points suivants :
 - Hygiène: nettoyage des mains et brossage des dents.
 - Nutrition: manger des fruits et des légumes.
 - Exercice physique: pratiquer une activité physique.
 - Sécurité: regarder des deux cotés de la route avant de traverser.
 - Protection: porter des gants en cas de risque de contact avec du sang.
 - Repos: dormir suffisamment chaque nuit.
 - Gestion des émotions : se confier à des adultes en cas de contrariété.
5. Demandez à des volontaires de faire la démonstration de chacune des pratiques saines mentionnées.
6. Invitez les élèves à réfléchir à d'autres mesures qu'ils pourraient prendre en vue de se maintenir en bonne santé. (par ex.: quelque chose qu'ils n'ont pas encore eu l'habitude de faire régulièrement)
7. Demandez à des volontaires de communiquer aux autres les changements qu'ils opéreraient.
8. Pour clôturer l'activité, vous pourriez dire: « Nous pouvons prendre des mesures toutes simples au quotidien qui nous aident à nous maintenir en bonne santé. Vous avez désormais connaissance de certaines de ces mesures et je vous encourage à en choisir une que vous essaieriez de mettre en application quotidiennement. »

Sources:

- Mnthali, N., Pulizzi, S., Seeletso, L., Sinkamba, G., & Tau, N. S. (2006). Chapter XIII: Healthy living. In Living: Botswana's window of hope: Skills for life. Primary school 1–4, Teacher's guide. Gaborone, Botswana: Government of Botswana, Ministry of Education., pp. 213–226.
- Pulizzi, S., & Rosenblum, L. (2008). Grades 8–9, Activity one: Basic health information. In HIV and AIDS activities 1–8 (Year 1) for youth in KwaZulu Natal, South Africa [Project document]. KwaZulu Natal, South Africa: Mpilonhle Mobile Health and Education Project.



Activité 2

Informations de base sur le VIH et le SIDA

But: Procurer aux élèves une base de connaissances sur le VIH et le SIDA dans le but de développer des compétences pour se protéger contre l'infection

Objectifs d'apprentissage:

- Identifier des informations de base sur le VIH et le SIDA, y compris sur les modes de transmission et sur la prévention du virus
- Expliquer comment prévenir l'infection par le VIH

Méthodes: Apprentissage guidé, discussion en groupe élargi.

Matériel: Questionnaire: Vrai ou Faux ?

Durée: 30–40 minutes

En bref: Les élèves partagent leurs connaissances sur le VIH et le SIDA. L'enseignant(e) leur fournit des informations complémentaires et correctes. En groupe élargi, ils répondent au questionnaire et examinent leurs réponses.

Procédures:

1. Décrivez les objectifs de l'activité à la classe.
2. Demandez aux élèves de discuter de ce qu'ils savent sur le VIH et le SIDA. Encouragez-les à s'exprimer ouvertement mais intervenez immédiatement pour corriger toute référence à des mythes ou conceptions erronées. Veillez à ce que les points suivants soient abordés :
 - Le VIH et le SIDA ne sont pas la même chose. Le VIH est un virus, le SIDA est une maladie.
 - Le VIH est un virus qui diminue la résistance de l'organisme à toutes sortes de maladies et qui cause le SIDA.
 - Le SIDA est une maladie qui se développe chez les personnes infectées par le VIH et dont le système immunitaire est tant affaibli, qu'il devient difficile pour elles de combattre les maladies ou infections sans l'aide de médicaments.
 - Le VIH et le SIDA sont incurables.
 - Il est impossible de reconnaître une personne infectée par le VIH uniquement en la regardant.
3. Expliquez comment se transmet le VIH:
 - Lors de relations sexuelles non protégées (sans préservatif).
 - Par contact avec du sang lors de l'utilisation d'objets tranchants souillés ou non stérilisés pouvant servir à entailler la peau, tels que des aiguilles ou des lames de rasoirs.
 - Lors de la transmission de la mère à l'enfant pendant la grossesse, à la naissance ou durant l'allaitement.
4. Expliquez comment le VIH ne se transmet pas:
 - Par le fait d'embrasser une personne sur la joue, de la toucher, la cajoler, d'échanger une poignée de main avec elle.
 - Par l'échange de nourriture ou de boisson, de vêtements ou en partageant les mêmes toilettes.
 - Par les moustiques ou autres insectes.
 - Par les éternuements ou la toux.
 - Par les larmes ou la sueur.
5. Engagez une discussion sur les moyens de prévenir l'infection par le VIH :
 - En matière de sexualité, le meilleur choix pour les jeunes est de ne pas avoir de relations sexuelles.



Activité 3

Que faire lorsque j'éprouve...

But: Développer des compétences en vue de gérer positivement le stress et les émotions

Objectifs d'apprentissage:

- Identifier différents types de sentiments
- Développer des compétences sur le plan de la prise de décision, de la gestion du stress et des émotions, afin de mieux faire face à des situations de stress, y compris celles en lien avec la sexualité, le VIH et le SIDA

Méthodes: Apprentissage guidé, lecture d'une histoire, discussion en groupe élargi

Matériel: Tableau noir et craies ou tableau à feuilles mobiles et marqueurs

Durée: 30–35 minutes

En bref: Les élèves dressent une liste des situations qui déclenchent en eux un sentiment de colère, de tristesse ou de joie. Ils écoutent ensuite l'histoire d'une fillette et considèrent la manière dont elle a réagi face à la tristesse et à la colère qu'elle éprouve, au regard de la maladie de sa mère. Les élèves réfléchissent alors à ce qu'ils peuvent faire pour se sentir mieux lorsqu'ils sont malheureux.

Procédures:

1. Décrivez les objectifs de l'activité à la classe.
2. Pour démarrer l'activité, dites par exemple: « Nous éprouvons tous des sentiments différents à différents moments. Ainsi, il peut nous arriver de nous sentir heureux, affable, fâché, triste ou effrayé. Il est important de s'initier à comprendre les sentiments que nous éprouvons, d'en parler et d'être en mesure de les gérer de manière constructive. Les émotions peuvent favoriser une meilleure compréhension de soi et des autres, nous aider à prendre soin de nous-mêmes et d'autrui, et faciliter la prise de décisions. »
3. Demandez aux élèves de répondre aux questions suivantes et inscrivez leurs réponses sur un tableau noir ou à feuilles mobiles.
 - Quelles sont les choses qui vous énervent ?
 - Quelles sont les choses qui vous rendent triste ?
 - Quelles sont les choses qui vous rendent heureux ?
4. Poursuivez comme suit: « Lorsque nous sommes tristes ou fâchés, nous réagissons parfois d'une manière qui nous fait sentir encore plus mal. Cela arrive parce que nous ne savons pas toujours ce que nous pouvons faire pour nous sentir mieux. Je vais vous lire une courte histoire sur Aminata. Elle a vécu une journée où elle s'est sentie à la fois bien et mal. Voyons ce qu'elle a fait. »

L'histoire d'Aminata

Aminata avait sept ans. Elle vivait avec sa mère, son père, et trois frères et sœurs. C'était l'anniversaire de sa sœur, et sa mère s'apprêtait à préparer un repas de fête pour la famille. Aminata était heureuse. Cependant, plus tard dans la journée, sa mère annonça à la famille qu'elle ne sentait pas bien. Elle devait se reposer et ne pourrait donc pas préparer le dîner. Aminata et ses frères et sœurs se sentirent tristes et un peu fâchés. Sa sœur Hawa pleurait derrière la maison et refusait de parler à qui que ce soit. Son frère Saïdou s'écria, «Tu es toujours malade! Ce n'est pas juste ! » et il partit en courant de la maison.



Activité 3: Que faire lorsque j'éprouve...

Aminata et son autre frère Kumb décidèrent d'agir afin que tout le monde se sente mieux. Ils fabriquèrent deux cartes: une carte pour souhaiter un bon rétablissement à leur mère et une carte d'anniversaire pour Hawa. Lorsqu'ils eurent fini et qu'ils remirent les cartes à leur mère et à Hawa, Aminata, Saïdou, et Kumb se sentirent beaucoup mieux. Hawa aussi avait l'air plus heureuse, et leur mère leur promit de cuisiner un magnifique repas dès qu'elle aurait repris des forces.

5. Posez les questions suivantes aux élèves:

- Quels étaient les sentiments d'Aminata vis-à-vis du repas d'anniversaire que sa mère avait promis de préparer?
- Quels étaient ses sentiments lorsqu'elle apprit que sa mère ne pourrait pas préparer le repas parce qu'elle était malade ?
- Qu'ont ressenti ses frères et sœurs ?
- Qu'a fait sa sœur Hawa ?
- Qu'a fait son frère Saïdou ?
- Que firent Aminata et son frère Kumb ?
- Comment se sentaient-ils après?
- À votre avis, qu'est-ce qu'Aminata aurait pu faire d'autre pour qu'elle-même et les autres membres de sa famille se sentent mieux ?

6. Vous pourrez poursuivre comme suit: « Examinons maintenant certaines des situations évoquées qui vous font sentir mal. Réfléchissons ensemble à ce que vous pouvez faire seul, avec des amis ou des membres de votre famille pour vous sentir mieux, lorsque de tels événements surviennent. »

Invitez des volontaires à suggérer à la classe des initiatives qu'ils pourraient prendre.

7. Pour clôturer l'activité, dites par exemple: « Il nous arrive à tous, à certains moments, de nous sentir mal et de ne pas savoir comment réagir. Parfois, les initiatives que nous prenons augmentent même notre malaise. Vous venez à l'instant de suggérer plusieurs idées remarquables sur ce qu'il est possible de faire pour se sentir mieux, sans heurter qui que ce soit. Parler à quelqu'un peut vous aider à comprendre qu'il y a des personnes autour de vous qui pourraient vous apporter soutien et réconfort. »

Activité adaptée à partir de:

- Organisation mondiale de la Santé, Internationale de l'Éducation, & Centre pour le développement de l'Éducation (EDC). (2004). Activité 3.2: Que faire lorsque j'éprouve... - Livre d'exercices pour la prévention du VIH à l'usage des enseignants (p 125-128). Genève: Organisation mondiale de la Santé.
- International HIV/AIDS Alliance. (2007). Section 4.1, Coping with our feelings. In Our future: Sexuality and life skills education for young people: Grades 4-5 (p. 53-55). Brighton, UK: International HIV/AIDS Alliance.

Notes



Activité 4

Les gestes décents et indécents

But: Renforcer les compétences des élèves à communiquer avec les adultes au cas où des gestes indécents seraient perpétrés à leur endroit, de sorte qu'ils puissent se protéger eux-mêmes et obtenir tout le soutien dont ils ont besoin

Objectifs d'apprentissage:

- Décrire les différences entre des gestes décents et indécents
- Acquérir les compétences nécessaires pour pouvoir communiquer, en cas d'attouchements inappropriés

Méthodes: Apprentissage guidé, discussion en groupe élargi, travail en binôme

Matériel: Affiche ou dessin grand format d'une fille et d'un garçon

Durée: 30–35 minutes

En bref: L'enseignant(e) décrit brièvement la différence entre des attouchements décents et indécents et demande aux élèves de fournir des exemples. Dans le cadre d'une discussion, les élèves évoquent ce qu'ils devraient faire si des gestes inappropriés étaient perpétrés à leur endroit, notamment la manière de s'y opposer et vers qui se tourner pour en parler. En binômes, les élèves s'exercent à dire « non » à ce type d'attouchements.

Procédures:

1. Présentez les objectifs de l'activité à la classe.
2. Pour démarrer l'activité, dites par exemple: « La plupart des gens aiment être serrés dans les bras d'une personne qu'ils connaissent et en qui ils ont confiance. Il peut parfois nous arriver d'apprécier d'autres formes de contact, comme par exemple celui d'une main posée sur notre épaule ou de quelqu'un qui prend notre main dans la sienne. Il arrive cependant que la manière dont une personne nous touche, voire la personne elle-même, provoque en nous un sentiment de malaise. »

Vous pouvez poursuivre comme suit : « Les gestes décents sont ceux qui nous donnent le sentiment d'être aimés et considérés. Ils ne nous mettent pas mal à l'aise. »

Demandez aux élèves de vous donner des exemples de cette forme de contact.

Puis expliquez: « Les gestes indécents sont ceux qui nous mettent mal à l'aise ». Demandez aux élèves de vous donner des exemples de cette forme de contact.
3. Invitez les élèves à montrer sur l'affiche ou le dessin placé devant la classe, les parties de leur corps qu'ils ne souhaitent pas qu'une personne touche.
4. Demandez-leur d'expliquer quelle serait leur réaction si quelqu'un venait à toucher telle ou telle autre partie de leur corps alors qu'ils ne le souhaitent pas ou d'une manière qui les mettrait mal à l'aise. S'ils ne les fournissent pas eux-mêmes, partagez les réponses suivantes avec les élèves :
 - Dire quelque chose pour que la personne cesse.
 - Parler à un adulte en qui vous avez confiance, un parent, une tante, un oncle ou un/e enseignant (e).
 - Partir en courant.

Détaillez les raisons pour lesquelles il est essentiel de ne pas se sentir coupable vis-à-vis du malaise que provoquent de tels gestes. Il est pertinent de s'exercer à répondre à une personne qui aurait à votre égard des gestes qui vous mettent mal à l'aise. Il est également important de parler à un adulte en qui vous avez confiance, de tout attouchement indécent dont vous avez fait l'objet.



Activité 4: Les gestes décents et indécents

5. Demandez aux élèves d'indiquer à qui ils se confieraient si les individus suivants se livraient sur eux à des attouchements indécents:
 - Père
 - Mère
 - Oncle ou tante
 - Sœur ou frère
 - Enseignant (e)
6. Invitez les élèves à partager avec les autres ce qu'ils pourraient dire à quelqu'un qui se livrerait à des gestes indécents sur leur personne. Voici quelques exemples :
 - « Je n'aime pas que l'on me touche ainsi. »
 - « Arrête de me toucher. » ou « Ne me touche pas. »
 - « Mon corps m'appartient. Tu n'as pas le droit de le toucher ainsi. »
 - « Si tu me touches (encore) comme ça, je le dirai à mon père, ma mère, mon frère, mon enseignant(e)... »
7. Montrez aux élèves comment énoncer ces phrases avec force et conviction. Dans un premier temps, dites quelques-unes des déclarations d'une voix douce et timide. Puis, énoncez-les d'une voix forte, distincte et assurée. Demandez aux élèves de pointer les différences entre les deux exemples.
8. Répartissez la classe en plusieurs groupes de deux. Vous pourrez choisir de former des binômes mixtes ou qui regroupent deux élèves du même sexe.
9. Demandez à un des élèves de chaque binôme de s'exercer à dire «non» à l'autre, comme si ce dernier avait eu des gestes inappropriés à son égard. Après une ou deux minutes, invitez les élèves à changer de rôle de manière à ce que chacun puisse s'exercer à dire « non ». Demandez ensuite aux élèves de décrire ce qu'ils ont ressenti au moment de s'opposer à leur partenaire de groupe.
10. En groupe élargi, invitez les élèves à partager avec la classe, leur ressenti au moment de dire « non ». Si pour certains, cette tâche s'est avérée délicate, engagez une discussion afin de savoir pourquoi et discutez de la manière dont il serait possible de rendre cet exercice moins difficile pour eux.
11. Pour clôturer l'activité, dites par exemple: «Nous comprenons mieux désormais ce que sont les gestes décents et indécents et nous savons comment réagir en cas de gestes déplacés à notre rencontre. Si quelqu'un vous touche d'une manière qui vous déplaît ou qui vous met mal à l'aise, vous pouvez utiliser certains des éléments mis en pratique pendant l'exercice et vous confier à l'une des personnes mentionnées dans l'activité. »

Activité adaptée à partir des documents suivants :

- Mnthali, N., Pulizzi, S., Seeletso, L., Sinkamba, G., & Tau, N. S. (2006). Activités 7.3–7.5. Dans Living: Botswana's window of hope: Skills for life. Primary school 1–4, Teacher's guide (pp. 126–134). Gaborone, Botswana: Government of Botswana, Ministry of Education.
- International HIV/AIDS Alliance. (2007). Activity 2.4, Good touch, bad touch. In Our future: Sexuality and life skills education for young people: Grades 4–5 (p.29–32). Brighton, UK: International HIV/AIDS Alliance.

Notes



Activité 5

Parler à notre famille ou à nos amis

But: Renforcer les compétences des élèves en matière de réflexion critique, de prise de décision et de communication positive avec la famille et les amis, afin qu'ils puissent se protéger eux-mêmes et faire preuve de bienveillance à l'égard d'autrui, notamment à propos des questions en lien avec le genre, la sexualité, le VIH et le SIDA.

Objectifs d'apprentissage:

- Expliquer l'importance d'une communication positive avec la famille et les amis
- Décrire dans quelle mesure la manière dont une personne s'exprime peut influencer sur les réactions ou les sentiments des autres
- Mettre en pratique des compétences sur le plan de la réflexion critique et de la prise de décision, en vue de favoriser la mise en place d'une communication positive avec la famille et les amis

Méthodes: Lecture d'une histoire, discussion en groupe

Durée: 30–35 minutes

En bref: L'enseignant(e) souligne brièvement l'importance d'une communication positive avec la famille et les amis. Trois situations différentes sont présentées aux élèves. Ces derniers engagent une discussion afin de déterminer ce que les personnes devraient dire ou faire, dans chacune de ces situations, et pourquoi.

Procédures:

1. Présentez les objectifs de l'activité à la classe.
2. Pour démarrer l'activité, dites par exemple: « Nous allons vous lire trois histoires très courtes. Elles concernent des garçons et des filles qui se trouvent dans différentes situations. En écoutant ces récits, réfléchissez aux sentiments et aux pensées que ces garçons et ces filles pourraient avoir. »
3. Lisez la première histoire puis engagez les élèves dans une discussion, à l'aide des questions d'orientation se rapportant à l'histoire. Procédez de même pour la deuxième et la troisième histoire.

Tâchez d'aider les élèves à comprendre qu'il est important pour eux de réfléchir avant de s'exprimer. En effet, ce qu'ils disent peut avoir pour conséquence que la personne à qui ils s'adressent se sentira mieux ou au contraire moins bien. En outre, faites comprendre aux élèves que si quelqu'un ou quelque chose les effraie, les rend nerveux ou les ennuie, ils devraient en parler à un membre de leur famille ou à un adulte qui s'occupe d'eux.

Première histoire

Babcar se promène avec son ami Kaba lorsqu'ils aperçoivent Salif, un autre garçon de leur classe, qui s'avance dans leur direction. Ils savent que la mère de Salif vit avec le SIDA. Comme il s'approche d'eux, Salif dit: «Salut, Kaba et Babacar», mais avant qu'il ait le temps de terminer, Kaba dit à haute voix de façon à ce que Salif puisse l'entendre, «Je pense que nous ne devrions pas nous approcher de lui. Sa mère a le SIDA, et nous pourrions l'attraper. Vite, Babacar, éloignons-nous avant qu'il ne soit trop près de nous.»

Posez les questions suivantes aux élèves:

- À votre avis, qu'a ressenti Salif lorsqu'il a entendu les propos de Kaba? Pour quelles raisons?
- À votre avis que pourrait dire ou faire Babacar pour que Salif se sente mieux?
- À votre avis que pourrait dire ou faire Babacar qui rende Salif encore plus mal à l'aise ?
- Que pensez-vous que Babacar devrait dire à Kaba pour éviter qu'il ne tienne des propos similaires ultérieurement?



Activité 5: Parler à notre famille ou à nos amis

Deuxième histoire

Louise est en compagnie de son ami Jean. Ils se trouvent hors de l'école lorsqu'ils rencontrent deux garçons qui demandent à Jean s'il veut jouer au football avec eux. Jean répond par l'affirmative et jette un coup d'œil à Louise. Celle-ci dit : «Moi aussi je veux jouer, mon frère m'a appris !» Mais un des garçons se met à rire et dit: «Toi, mais tu n'es qu'une fille ! Tu ne pourras jamais rien faire aussi bien que nous, les garçons !»

Posez les questions suivantes aux élèves:

- À votre avis qu'a ressenti Louise lorsque le garçon lui a lancé qu'en tant que fille, elle ne pouvait rien faire aussi bien que les garçons ?
- Pensez-vous que ce qu'il a dit au sujet des filles est vrai ? Pourquoi est-ce vrai ou est-ce faux ?
- À votre avis que pourrait faire ou dire Jean au garçon, pour que Louise se sente mieux ?
- Que pourrait dire Louise au garçon ?

Troisième histoire

Nassoumi attend que sa tante vienne la chercher à l'école. Un homme qu'elle ne connaît pas se dirige vers elle. Il a l'âge de son père. Il lui demande qui elle attend et elle répond qu'elle attend sa tante. «Oh, je connais ta tante, nous sommes de bons amis. Pourquoi ne viendrais-tu pas avec moi et nous pourrions la retrouver au marché ?» L'homme est souriant et à l'air aimable.

Posez les questions suivantes aux élèves:

- À votre avis que doit faire Nassoumi? Pour quelles raisons? (Expliquez l'importance de ne jamais suivre des inconnus.)
- Que peut-elle répondre à cet homme?
- Quand elle verra sa tante, pensez-vous qu'elle devrait lui raconter sa rencontre avec cet homme ? À votre avis que peut-elle dire?
- À votre avis, à qui d'autre devrait-elle parler de cet homme?

4. Pour clôturer l'activité, dites par exemple : « Avant de s'exprimer, il est important de réfléchir à ce que nous allons dire et de songer à la manière dont nous allons le faire. Il arrive parfois que nous nous exprimions avec spontanéité sans réfléchir aux conséquences que nos propos pourraient avoir sur autrui. Il est possible que les personnes se sentent gênées ou fâchées, même si cela n'était pas notre intention. Il est donc essentiel d'être attentif à la manière dont nous nous exprimons. »

[Travail facultatif à réaliser à la maison: Encouragez les élèves à parler de ces anecdotes avec leurs parents et tuteurs. Lors du prochain cours, discutez avec les élèves de leurs expériences personnelles.]

Activité adaptée à partir de:

- Organisation mondiale de la Santé, Internationale de l'Éducation, & Centre pour le développement de l'Éducation (EDC). (2004). Activité 3.1: Notre famille et nos amis -Livre d'exercices pour la prévention du VIH à l'usage des enseignants (p. 121-124). Genève: Organisation mondiale de la Santé.

Notes



Activité 6

Comprendre les différences de traitement entre filles et garçons

But: Comprendre quelles sont les différences - voire les inégalités - de traitement entre les filles et les garçons, afin que les élèves puissent concevoir, par la suite, le lien qui existe entre le genre et la vulnérabilité vis-à-vis du VIH.

Objectifs d'apprentissage:

- Aborder la question du traitement réservé aux filles et aux garçons, y compris les différences qui existent entre les deux sexes
- Envisager des conduites alternatives et équitables envers les filles et les garçons

Méthodes: Exercice en groupe élargi et discussion

Matériel: Ruban adhésif, trois pancartes (l'une indiquant : «D'accord, » l'autre : «Pas d'accord », et la dernière : « Indécis »). Facultatif: photos d'hommes, de garçons, de femmes et de jeunes filles présentés dans les rôles qui leur sont traditionnellement assignés ainsi que dans des situations sortant du cadre traditionnel.

Durée: 30–35 minutes

En bref: L'enseignant(e) évoque brièvement la manière dont les filles et les garçons apprennent à adopter des comportements différents et pas toujours équitables. En groupe, les élèves se livrent à un exercice au cours duquel l'enseignant(e) énonce des affirmations au sujet des filles et des garçons. En fonction de leur point de vue sur l'affirmation énoncée, les élèves se dirigent vers le coin de la pièce où est affichée la pancarte correspondant à leur choix: d'accord, pas d'accord ou indécis. Un débat est alors ouvert afin d'encourager les élèves à justifier leurs choix et à suggérer des alternatives plus justes et équitables à ces affirmations.

Procédures:

1. Présentez les objectifs de l'activité à la classe.
2. Pour démarrer l'activité, dites par exemple: «Nous apprenons tous à nous comporter en garçon ou en fille, notamment que les garçons sont doués en mathématiques mais ne savent pas cuisiner et que les filles sont certes de bonnes cuisinières mais de piètres dirigeantes. Certains des comportements que nous acquerrons ne sont pourtant pas équitables. Les différences entre garçons et filles sont déterminées par la culture et non par la nature. Il est donc tout à fait possible de les altérer. Dans cette activité nous étudierons les comportements traditionnellement assignés aux filles et aux garçons et nous envisagerons des conduites alternatives plus équitables pour chacun. »
3. Si vous disposez d'images représentant des garçons, des hommes, des jeunes filles ou des femmes dans des rôles traditionnels ainsi que d'autres visuels où ils apparaissent dans des rôles différents, il sera opportun, à ce stade, de les montrer aux élèves.
4. Pour le prochain exercice, placez les pancartes «D'accord», «Pas d'accord» et «Indécis» à chaque coin de la pièce.
5. Demandez aux élèves de se placer au centre de la classe. Expliquez-leur que vous allez énoncer une affirmation se rapportant aux filles et aux garçons. En fonction de leur opinion sur cette affirmation, les élèves devront se diriger vers l'une des trois pancartes : «D'accord», «Pas d'accord», et «Indécis», réparties dans chaque coin de la classe. Utilisez la liste d'affirmations ci-dessous.

Affirmations suggérées :

- Seuls les garçons sont doués en mathématiques.
- Seules les filles devraient cuisiner.
- Seuls les garçons peuvent occuper des postes de dirigeants.
- Seules les mères devraient s'occuper des enfants.



Activité 7

Chacun est différent !

But: Développer des compétences en vue de traiter avec respect et considération les personnes différentes de nous, en particulier celles qui vivent avec le VIH et le SIDA.

Objectifs d'apprentissage:

- Identifier divers critères de différenciation entre les individus
- Décrire ce que l'on ressent lorsqu'on est la cible de moqueries
- Expliquer comment adopter une attitude positive à l'égard d'une personne vivant avec le VIH et le SIDA

Méthodes: Session de « brainstorming », lecture, discussion en groupe élargi

Durée: 30–35 minutes

En bref: Dans le cadre d'une session de « brainstorming », les élèves font ressortir les différences qui peuvent exister entre les individus et évoquent les sentiments qu'éprouve une personne qui est victime des moqueries. L'enseignant(e) lit une courte histoire traitant d'une fillette chahutée par d'autres, en raison de son infection au VIH à la naissance. Les élèves débattent ensemble de ce que ressent la fillette face aux moqueries dont elle fait l'objet. Ils envisagent également des moyens de traiter tous les individus avec équité et considération, y compris les personnes vivant avec le VIH.

Procédures:

1. Présentez les objectifs de l'activité à la classe.
2. Demandez aux élèves d'engager une séance de « brainstorming » sur les différences qui existent entre eux et les autres, par exemple en termes de poids, de taille.
3. Posez les questions suivantes aux élèves et invitez-les à discuter de leurs réponses :
 - Avez-vous déjà fait l'objet de moqueries parce que vous étiez considéré différent des autres ?
 - Qu'avez-vous ressenti lorsque l'on s'est moqué de vous ?
 - Comment auriez-vous aimé que l'on vous traite ?
4. Lisez l'histoire ci-dessous à la classe.

L'histoire de Sali

Sali est une fillette âgée de 12 ans, née avec le virus du VIH. L'une de ses camarades de classe a appris qu'elle vivait avec le VIH et l'a fait savoir à tous les autres. Maintenant, ses camarades l'embêtent et se moquent d'elle et plus personne ne veut déjeuner avec elle. Elles rapportent des histoires déplaisantes au sujet de sa mère. Pendant le sport, aucune équipe ne veut d'elle et elle s'assoit toujours seule à une table.

5. Invitez la classe à discuter des questions suivantes en lien avec l'histoire :
 - Imaginez que vous êtes Sali.
 - o Que ressentiriez-vous? Comment réagiriez-vous ?
 - o Qu'auriez-vous aimé qu'il arrive ?
 - Imaginez que Sali est dans votre classe.
 - o Pourquoi évitons-nous Sali et pourquoi nous moquons-nous d'elle ?
 - o Que ferions-nous si Sali était notre amie?
 - o De quelle manière pourrions-nous mieux nous comporter à son égard ?



Activités destinées aux 10-14 ans

Présentation des activités

Avec les jeunes âgés de 10 à 14 ans, le principal objectif est de mettre à profit - dans le cadre de situations pratiques - des connaissances, des valeurs et des aptitudes déjà acquises, en vue de soutenir le développement de compétences additionnelles. Les mises en situations proposées ici sont centrées sur l'activité sexuelle et les relations interpersonnelles, la santé individuelle, l'interaction avec les autres, les rôles de genres, la stigmatisation et la discrimination. Les élèves sont amenés à reconnaître les risques associés au VIH, aux autres IST et aux grossesses non désirées. Ils saisissent ainsi combien il est capital d'éviter de démarrer une activité sexuelle. Les élèves mettent également en pratique des aptitudes qui les aideront à se protéger et à grandir sainement en vue d'optimiser pleinement leur potentiel individuel.

Les *trois premières activités*, fournissent aux élèves des informations de base sur le VIH et le SIDA. Elles développent aussi des compétences fondamentales en matière de communication d'informations, de réflexion critique, de prise de décision et de capacité à résoudre des problèmes. Les activités passent en revue plusieurs types de conduites à risque, les raisons qui poussent certaines personnes à adopter de tels comportements ainsi que les moyens envisageables pour éviter d'y être exposé. Parmi les méthodes utilisées, on trouve le « brainstorming », les discussions, un questionnaire, des questions et affirmations appelant une réponse, des lectures, un travail de rédaction ainsi qu'un exercice de mise en relation de plusieurs comportements à risque avec les conséquences qui en découlent.

Dans les *quatre activités suivantes*, les élèves mettent à profit les compétences acquises au cours d'ateliers précédents dans les domaines de la communication, de la prise de décision et de la résolution de problèmes. Ces aptitudes sont alors mises en application dans le cadre de situations pratiques centrées sur l'activité sexuelle et sur le refus d'avoir des relations sexuelles. Les élèves développent également des compétences qui leur permettront d'exprimer leurs sentiments de manière constructive, de définir leur propre système de valeurs et de le défendre, en dépit des pressions exercées par leurs pairs. Ces activités sont mises en œuvre par le biais des méthodes suivantes : sessions de « brainstorming », discussions, lecture narrative et jeux de rôles.

Dans les *trois dernières activités*, les élèves mettent l'accent sur les questions sociales telles que les rôles et stéréotypes liés au genre ou la stigmatisation et la discrimination, le tout, en corrélation avec le VIH et le SIDA. En abordant ces problématiques, les élèves examinent dans un premier temps des comportements traditionnels, inéquitables et préjudiciables. Ils réfléchissent ensuite à des alternatives plus positives et exploitent certaines compétences déjà acquises lors d'activités antérieures. Les méthodes suivantes : « brainstorming », discussions, jeux de rôles et exercices en groupe élargi, servent de levier pour examiner de manière approfondie les stéréotypes liés au genre et les sentiments qu'éprouvent les personnes victimes de discrimination et de stigmatisation.





Activité 1

S'informer et communiquer au sujet du VIH et du SIDA

But: Procurer une base de connaissances sur le VIH et le SIDA dans le but de développer les compétences des élèves à se protéger et à transmettre l'information acquise aux autres.

Objectifs d'apprentissage:

- Examiner des informations de base sur le VIH et le SIDA, y compris sur ses modes de transmission et sur les moyens de prévenir l'infection
- Développer les compétences des élèves à diffuser des informations relatives à la prévention du VIH et du SIDA

Matériel: Pour chaque groupe, un exemplaire de la Fiche de travail « Questions/Affirmations : ce que vous entendrez peut-être au sujet du VIH »

Méthodes: Session de «brainstorming», discussion en groupe élargi, réponses aux questions et affirmations

Durée: 50–60 minutes

En bref: Les élèves partagent leurs connaissances sur le VIH et le SIDA, puis l'enseignant(e) fournit des données correctes et complémentaires à ce sujet. Par groupes de deux, les élèves s'exercent à répondre aux questions et affirmations qu'ils pourraient entendre, s'ils évoquent le VIH et le SIDA avec des membres de leur famille ou avec leurs amis. En groupe élargi, les élèves réfléchissent à la manière de communiquer leurs réponses avec efficacité à d'autres.

Procédures:

1ère partie : 20–30 minutes

1. Présentez les objectifs de l'activité à la classe.
2. Demandez aux élèves de discuter de ce qu'ils savent à propos du VIH et du SIDA. Encouragez-les à s'exprimer ouvertement mais apportez des corrections (poliment) en vue de dissiper tous mythes ou conceptions erronées qui seraient énoncés au sujet du VIH et du SIDA. Veillez à ce que les points suivants soient abordés:
 - Le VIH est un virus qui diminue la résistance de l'organisme aux maladies et qui provoque le SIDA.
 - Le SIDA est une maladie qui affecte le système immunitaire d'une personne infectée par le VIH, et qui provoque un tel degré d'affaiblissement, qu'il devient difficile à la personne de combattre les infections ou les maladies sans recourir à un traitement médical.
 - Le VIH et le SIDA sont incurables.
 - Des personnes séropositives peuvent vivre avec le virus pendant plusieurs années, si elles prennent soin de leur santé.
 - N'importe qui peut être contaminé par le VIH. Il est impossible de savoir si une personne est infectée ou non par le VIH rien qu'en la regardant.
 - La tranche d'âge des 15–24 ans compte le plus grand nombre de nouvelles infections dans le monde.
 - Les modes de transmission du VIH sont les suivants:
 - o Lors de rapports sexuels non protégés (sans préservatifs).
 - o Par contact avec du sang lors de l'utilisation d'objets tranchants tels que du matériel d'injection ou des lames de rasoir.
 - o De la mère à l'enfant pendant la grossesse, à l'accouchement, ou par l'allaitement.
 - Le VIH ne se transmet pas par:
 - o Le fait d'embrasser une personne sur la joue, de la toucher, la cajoler ou d'échanger une poignée de main avec elle.
 - o L'échange de nourriture ou de boisson, de vêtements ou en partageant les même toilettes.
 - o Les moustiques ou autres insectes.
 - o Les éternuements ou la toux.
 - o Les larmes ou la sueur.



Activité 1: S'informer et communiquer au sujet du VIH et du SIDA

- Comment se protéger contre l'infection par le VIH :
 - o En matière de sexualité, la meilleure option pour les jeunes est de refuser d'avoir des relations sexuelles. Ceux qui ont des rapports sexuels doivent utiliser un préservatif.
 - o Ne pas utiliser d'aiguilles ou de lames de rasoirs souillées.
 - o Porter des gants pour venir en aide à une personne qui saigne.

2ème partie : 30 minutes

3. Scindez la classe en plusieurs binômes.
4. Donnez à chaque groupe un exemplaire de la Fiche de travail : « Questions/Affirmations : Ce que vous entendrez peut-être au sujet du VIH ». Demandez à un élève de lire la question ou l'affirmation, et à un autre d'y répondre. Puis à tour de rôle, chaque élève pose une question ou y répond.

Questions/Affirmations : Ce que vous entendrez peut-être au sujet du VIH - Fiche de travail

- a. Qu'est-ce que le VIH ?
- b. Qu'est-ce que le SIDA ?
- c. Comment peut-on contracter le VIH ?
- d. Qui peut devenir séropositif ?
- e. Comment puis-je savoir si je suis infecté(e) par le VIH ?
- f. Je suis trop jeune pour avoir le SIDA.
- g. Je ne pense pas que je devrais la voir trop souvent, j'ai entendu dire qu'elle était séropositive.
- h. J'ai entendu dire qu'il existe un remède contre le VIH.
- i. Je ne pense pas qu'il ait le SIDA, il a l'air en trop bonne santé pour cela.
- j. Je suis mal à l'aise lorsque je dois passer aux toilettes après elle parce que je crains qu'elle soit séropositive.

Questions/Affirmations : Ce que vous entendrez peut-être au sujet du VIH - Fiche de travail

Si les élèves éprouvent des difficultés à répondre aux questions, utilisez les réponses ci-après pour encourager leur participation.

1. Qu'est-ce que le VIH ?
Le VIH, Virus d'Immunodéficience Humaine, est le virus qui provoque le SIDA. Lentement, il rend la personne infectée de plus en plus malade. Le VIH attaque le système immunitaire et la personne affectée est alors davantage exposée à toutes sortes de maladies notamment la grippe, la diarrhée, la tuberculose et certaines formes de cancer.
2. Qu'est ce que le SIDA ?
L'acronyme SIDA désigne le Syndrome d'Immunodéficience Acquise. Il s'agit d'une maladie qui frappe une personne infectée par le VIH et dont le système immunitaire est tant affaibli, que l'apparition d'autres maladies et infections est favorisée.
3. Comment peut-on contracter le VIH ?
Le VIH peut se transmettre lorsque le sang, le sperme, les sécrétions vaginales ou le lait maternel d'une personne infectée pénètre dans le corps d'une personne non infectée lors de rapports sexuels, par l'échange d'aiguilles ou de lames de rasoirs ou encore au cours de l'allaitement.
4. Qui peut devenir séropositif ?
Tout le monde peut être infecté par le VIH. Peu importe qu'il s'agisse d'une personne jeune ou vieille, riche ou pauvre, petite ou grande, d'un homme ou d'une femme.
5. Comment savoir si je suis infecté(e) par le VIH ?
Souvent, aucun symptôme ne se manifeste pendant des années. Vous n'êtes donc pas en mesure de savoir si vous êtes infecté (e) ou non par le VIH. Généralement, les premiers symptômes qui apparaissent ressemblent à ceux de beaucoup d'autres maladies, par exemple : gonflement des ganglions, fatigue, perte de poids, fièvre ou diarrhée. Les symptômes varient d'une personne à l'autre.



Activité 1: S'informer et communiquer au sujet du VIH et du SIDA

Le seul moyen de savoir avec certitude si vous êtes séropositif est de procéder à un test sanguin.

6. Je suis trop jeune pour avoir le SIDA.

Le SIDA ne connaît pas de limite d'âge. Quiconque adopte des comportements à risque s'expose à une contamination par le VIH. Les jeunes filles qui ont des rapports sexuels non protégés sont davantage susceptibles de contracter le virus que des femmes plus âgées. Les jeunes filles sont plus exposées à des déchirures vaginales lors des rapports sexuels.

7. Je ne pense pas que je devrais la voir trop souvent, j'ai entendu dire qu'elle était séropositive.

Le VIH ne se contracte pas suite à un contact fortuit avec une personne qui vit avec la maladie. Le VIH se transmet uniquement par les liquides organiques tels que le sperme, le sang, les sécrétions vaginales et le lait maternel. Il n'y a aucun danger à fréquenter une personne séropositive tant qu'il n'y a pas d'échange de liquides avec elle.

8. J'ai entendu dire qu'il existe un remède contre le VIH.

Le SIDA est INCURABLE et il n'existe aucun vaccin contre le VIH ou le SIDA. Certains médicaments atténuent les effets de la maladie ou prolongent la vie de la personne infectée par le virus. Cependant, ces médicaments NE PERMETTENT PAS la guérison.

9. Je ne pense pas qu'il ait le SIDA, il a l'air en trop bonne santé pour cela.

Il vous sera souvent impossible de déterminer si une personne est infectée ou non par le VIH, uniquement en la regardant. Des années peuvent s'écouler avant que les symptômes ne se manifestent, et ainsi de nombreuses personnes qui vivent avec la maladie ont l'air parfaitement saines, peuvent pratiquer une activité physique, travailler normalement et se sentir bien.

10. Je suis mal à l'aise lorsque je dois aller aux toilettes après elle parce que je crains qu'elle soit séropositive.

Le VIH ne peut être transmis que par les liquides organiques (sang, sperme, sécrétions vaginales et lait maternel). Il n'est pas possible de contracter le VIH en utilisant les mêmes toilettes qu'une personne infectée par le virus.

- Après 15-20 minutes, rassemblez la classe et demandez à des volontaires de décrire comment ils ont procédé pour répondre aux questions et affirmations.
- Invitez ensuite les élèves à discuter des moyens qu'ils pourraient mettre en œuvre, pour communiquer leurs réponses avec efficacité à d'autres, y compris aux membres de leur famille et à leurs amis.
- Pour clôturer l'activité dites par exemple : « Le VIH et le SIDA sont des sujets importants auxquels il convient d'être sensibilisé. Maintenant que vous disposez de davantage de connaissances sur ces problématiques, vous pouvez contribuer à diffuser des informations correctes à votre famille et à vos amis. »

Sources:

- Organisation mondiale de la Santé, Internationale de l'Éducation, & Centre pour le développement de l'Éducation (EDC). (2004). Activité 4.1 : Diffuser des informations correctes - Livre d'exercices pour la prévention du VIH à l'usage des enseignants (p129-132.). Genève: Organisation mondiale de la Santé.

Notes



Activité 2

Les choix que nous faisons

But: Développer les compétences des élèves sur le plan de la réflexion critique afin de leur permettre de prendre des décisions saines, eu égard notamment aux relations sexuelles, au VIH et au SIDA.

Objectifs d'apprentissage:

- Justifier les choix que nous faisons et les conséquences qui en découlent
- Mettre en évidence des compétences liées à la réflexion critique lors de la prise de décision

Méthodes: Lecture narrative, discussion en groupe élargi, discussions en petits groupes sur la manière de gérer des situations difficiles

Matériel: Un exemplaire par groupe de la Fiche de travail «Que pouvez-vous faire?»

Durée: 45–50 minutes

En bref: Les élèves lisent une histoire. Ils répondent ensuite à des questions sur les initiatives que le personnage principal devrait, selon eux, mettre en œuvre. Ils sont encouragés à contempler un éventail d'actions possibles et examinent les conséquences associées à chacune des actions évoquées. Ils sont ensuite répartis en petits groupes et doivent répondre à d'autres questions analogues, concernant une autre histoire. S'ensuit une discussion impliquant toute la classe.

Procédures:

1ère partie : 15 minutes

1. Présentez les objectifs de l'activité à la classe.
2. Lisez l'anecdote suivante aux élèves :

Joséphine rentre chez elle accompagnée de son amie Aimée pour étudier en vue d'un contrôle. Les parents de Joséphine sont absents. Elles sont en train de discuter et de rigoler lorsque Blaise, un garçon que Joséphine aime bien, s'arrête pour converser avec elles. Il leur demande où elles vont et Joséphine lui répond qu'elles se rendent chez elle pour étudier. Il leur dit : « Pourquoi étudier maintenant alors que tes parents ne sont pas à la maison ? Allons nous amuser ! » Joséphine est toute excitée à l'idée que Blaise fasse attention à elle, mais elle a déjà promis à Aimée d'étudier avec elle.

3. Posez les questions suivantes aux élèves:

- À votre avis, que va-t-il arriver si Joséphine renonce à étudier avec Aimée pour aller s'amuser avec Blaise?
- Que pourrait dire Joséphine à Blaise ? Avec votre groupe, dressez une liste des différentes choses que Joséphine pourrait évoquer.
- À votre avis, que se passera-t-il si elle dit chacune des choses précédemment énoncées? (Que dira Blaise? Que dira Aimée?)

2ème partie : 30–35 minutes

4. Formez à présent des groupes de trois ou quatre élèves et invitez les participants à lire à haute voix avec leur groupe, l'anecdote présentée sur la Fiche de travail «Que pouvez-vous faire? ».
5. Une fois la lecture terminée, demandez aux élèves d'inscrire leurs réponses sur la Fiche de travail.
6. Lorsque les élèves ont noté toutes leurs réponses, demandez à des volontaires de lire la liste d'actions que le personnage principal pourrait mettre en œuvre, et d'indiquer quelles seraient les conséquences associées à chacune des initiatives énoncées.



Activité 2: Les choix que nous faisons

7. Pour clôturer l'activité, dites par exemple : « Chaque jour, nous faisons des choix qui nous affectent personnellement ou les personnes qui nous entourent. Si avant d'agir, nous réfléchissons aux différentes options qui s'offrent à nous, nous nous assurons que des conséquences plus positives découleront de nos actes ou de nos paroles. »

Activité adaptée à partir de:

- Organisation mondiale de la Santé, Internationale de l'Éducation, & Centre pour le développement de l'Éducation (EDC). (2004). Activité 4.5 : Les choix que nous faisons - Livre d'exercices pour la prévention du VIH à l'usage des enseignants (p.147-149). Genève: Organisation mondiale de la Santé.

Fiche de travail:

Vous rentrez de l'école quand sur le chemin, vous voyez un ami de la famille qui discute avec d'autres adultes dans la rue. Il vous demande où vous allez et vous lui répondez que vous rentrez chez vous. Il vous dit : « Attend, je vais t'accompagner » Bien que vous préféreriez marcher seul(e), vous acceptez. Lorsque vous arrivez à hauteur d'un terrain vague, l'homme vous prend la main. Vous ne vous sentez pas à l'aise. Vous ne ressentez pas le besoin qu'on vous tienne la main. Soudain, l'homme vous serre dans ses bras vous dit : « Pourquoi ne resterions-nous pas quelques instants ici pour nous reposer ? » Vous ne savez pas exactement pourquoi mais vous commencez à avoir peur.

Ou

Vous discutez avec une amie et elle vous propose d'essayer de vous procurer de la bière. Elle dit: « Allez, viens, ce sera amusant d'être ivre ». Vous êtes mal à l'aise mais votre amie continue de vous encourager à faire ce qu'elle propose. Lorsque vous affichez votre résistance, les encouragements se transforment en menaces.

Questions:

- De quoi pourriez-vous avoir peur?
- Que pourriez-vous faire ou dire à l'ami de la famille ? Dans le tableau ci dessous, dressez une liste des différentes choses que vous pourriez dire ou faire.
- Que pourrait-il arriver en réponse aux différentes choses énoncées? Dressez une liste.

Que pourriez-vous dire ou faire?	Que pourrait-il arriver ?

Notes



Activité 3

Identifier des comportements à risque et prendre des décisions saines

But: Développer des compétences permettant d'évaluer les risques encourus, afin de favoriser la prise de décisions saines eu égard aux comportements sexuels, au VIH et au SIDA.

Objectifs d'apprentissage:

- Définir les concepts de «risque», «situation à risque» et «prise de décisions saines»
- Examiner les conséquences négatives associées à divers comportements à risque
- Mettre en application des compétences relatives à la résolution de problèmes, en vue de prendre des décisions saines au sujet des relations sexuelles

Méthodes: Exercice de mise en relation de plusieurs situations et des conséquences qui en découlent; discussion en groupe élargi; travail en petits groupes pour rédiger deux fins d'histoire, l'une positive, l'autre négative

Matériel: Tableau noir et craies ou tableau à feuilles mobiles et marqueurs, un exemplaire par élève de la fiche de travail Exercice sur les comportements à risque et Histoire à compléter

Durée: 55–60 minutes

En bref: L'enseignante(e) définit le mot «risque». Les élèves relient des situations à risque aux conséquences auxquelles ils les associent. Une discussion est engagée sur les raisons qui poussent certaines personnes à prendre des risques, ainsi que sur ce qui pourrait aider ces personnes, à se conduire différemment. En binômes, les élèves lisent le début d'une histoire traitant de relations sexuelles. Ils rédigent eux-mêmes deux issues à l'histoire : l'une positive, l'autre négative. Les binômes présentent au groupe élargi les fins d'histoire qu'ils ont préparée. Une discussion s'ensuit.

Procédures:

1ère partie : 35–40 minutes

1. Présentez les objectifs de l'activité à la classe.
2. Définition du mot « risque »: s'exposer à un danger, une maladie ou une perte.
3. Présentez l'exercice portant sur les comportements à risque, en disant par exemple: « Au cours de notre vie, nous sommes tous exposés à un certain nombre de risques. Avec cette activité nous examinerons les conséquences négatives que peuvent engendrer certains comportements à risque».
4. Répartissez les élèves en petits groupes de trois ou quatre personnes. Distribuez à chacun d'entre eux un exemplaire de la Fiche de travail : Exercice sur les comportements à risque.
5. Demandez aux élèves de relier chaque comportement à risque situé dans la colonne de gauche, à une conséquence négative qui en découle, et dont la liste est fournie dans la colonne de droite.

Notes



Activité 3: Identifier des comportements à risque et prendre des décisions saines

Exercice sur les comportements à risque

Fiche de travail

Instructions: Reliez d'un trait les comportements à risque de la colonne de gauche à une conséquence négative figurant sur la colonne de droite, que ce comportement est susceptible d'occasionner.

<i>Types de comportements à risque</i>	<i>Conséquences négatives possibles</i>
Avoir des relations sexuelles précoces	Fatigue et difficulté à étudier convenablement
Avoir des rapports sexuels sans préservatif	Contracter le VIH et d'autres IST - Grossesse non désirée
Ne pas se laver régulièrement les mains et le corps	Contracter le VIH et d'autres maladies
Conduire sans ceinture de sécurité	Contracter le VIH et d'autres IST - Grossesse non désirée
Toucher une plaie ouverte d'une personne infectée par le VIH	Avoir un accident de voiture
Ne pas dormir suffisamment	Contracter le VIH et d'autres IST - Grossesse non désirée
Avoir une alimentation riche en graisse, sucre et sel et ne pas faire suffisamment d'exercice	S'exposer à des dommages plus graves en cas d'accident
Conduire sous l'emprise de l'alcool ou de drogues	Être davantage stressé face à l'aggravation des problèmes
Ne pas faire ses devoirs dans les temps	Prise de poids et baisse de l'énergie - Risque de contracter une maladie cardiaque ou le diabète
Avoir des rapports sexuels sous l'emprise d'alcool ou de drogues	Contracter le VIH et d'autres maladies
Partager des lames de rasoirs	Obtenir de mauvais résultats scolaires
Ne pas être soutenu en cas de problèmes	Rencontrer des problèmes de santé tels que: diarrhée, gale, poux



Activité 3: Identifier des comportements à risque et prendre des décisions saines

Exercice sur les comportements à risque

Fiche de travail avec réponses

Instructions: Reliez d'un trait les comportements à risque de la colonne de gauche à une conséquence négative figurant sur la colonne de droite, que ce comportement est susceptible d'occasionner.

Types de comportements à risque	Conséquences négatives possibles
Avoir des relations sexuelles précoces	Fatigue et difficulté à étudier convenablement
Avoir des rapports sexuels sans préservatif	Contracter le VIH et d'autres IST - Grossesse non désirée
Ne pas se laver régulièrement les mains et le corps	Contracter le VIH et d'autres maladies
Conduire sans ceinture de sécurité	Contracter le VIH et d'autres IST - Grossesse non désirée
Toucher une plaie ouverte d'une personne infectée par le VIH	Avoir un accident de voiture
Ne pas dormir suffisamment	Contracter le VIH et d'autres IST - Grossesse non désirée
Avoir une alimentation riche en graisse, sucre et sel et ne pas faire suffisamment d'exercice	S'exposer à des dommages plus graves en cas d'accident
Conduire sous l'emprise de l'alcool ou de drogues	Être davantage stressé face à l'aggravation des problèmes
Ne pas faire ses devoirs dans les temps	Prise de poids et baisse de l'énergie - Risque de contracter une maladie cardiaque ou le diabète
Avoir des rapports sexuels sous l'emprise d'alcool ou de drogues	Contracter le VIH et d'autres maladies
Partager des lames de rasoirs	Obtenir de mauvais résultats scolaires
Ne pas être soutenu en cas de problèmes	Rencontrer des problèmes de santé tels que: diarrhée, gale, poux



Activité 3: Identifier des comportements à risque et prendre des décisions saines

6. Reformez le groupe complet et engagez une discussion sur l'exercice réalisé en petits groupes. Affichez au tableau une copie grand format de l'exercice sur les comportements à risque, de façon à relier les comportements aux conséquences, au fur et à mesure que les élèves fournissent leurs réponses.
7. Demandez aux élèves de réfléchir ensemble à la manière dont ils pourraient éviter chacun des risques mentionnés et les conséquences négatives qui en découlent.
8. Invitez les élèves à discuter des raisons qui poussent certaines personnes à adopter des conduites à risque. Parmi les exemples, citez :
 - La pression exercée par les pairs.
 - S'amuser et se sentir bien.
 - Par curiosité.
 - Par manque de connaissance sur les conséquences éventuelles.
 - Pour défier l'autorité.
9. Invitez les élèves à ouvrir une discussion sur les éléments susceptibles de faciliter un changement de comportement et de prévenir ainsi la prise de risque. Parmi les exemples, citez :
 - Apprendre à résister à la pression exercée par les pairs.
 - Prendre conscience des conséquences qui découlent des comportements à risque et comprendre que leur impact est bien plus déterminant que le simple fait de chercher à satisfaire notre curiosité, nous amuser ou défier l'autorité.

2ème partie : 20 minutes

10. Formez plusieurs binômes. Distribuez à chaque groupe un exemplaire de la Fiche de travail : Histoire à compléter, présentée sur la page suivante.
11. Demandez aux élèves de lire l'histoire concernant le fait d'accepter ou de refuser d'avoir des rapports sexuels. Invitez ensuite les élèves à rédiger deux fins à cette histoire. La première issue mettra en lumière des décisions prises par le personnage, qui auront un impact négatif sur sa santé. Pour la seconde issue, les décisions prises auront des répercussions positives sur la santé du personnage.
12. En groupe élargi, demandez à plusieurs binômes de partager avec la classe leurs fins d'histoire.
13. Les élèves débattent alors des différentes issues - positives et négatives - suggérées.
14. Pour clôturer l'activité, dites par exemple : « Vous avez eu l'occasion de découvrir un éventail de comportements à risque et les conséquences négatives qui peuvent en découler. Il est essentiel que vous réfléchissiez soigneusement à l'impact considérable - tant positif que négatif - que les décisions que vous prenez peuvent avoir sur votre vie et sur celle des autres.»

Activité adaptée à partir de:

- World Health Organization, Education International, & Education Development Center. (2004). Activité 4.6: Healthy decisions. In Teachers' exercise book for HIV prevention (pp. 139-141). Geneva: World Health Organization.
- Pulizzi, S., & Rosenblum, L. (2008). Grades 8-9, Activité two: Examining risky behaviours. In HIV and AIDS activities 1-8 (Year 1) for youth in KwaZulu Natal, South Africa [Project document]. KwaZulu Natal, South Africa: Mpilonhle Mobile Health and Education Project.

Notes



Activité 3: Identifier des comportements à risque et prendre des décisions saines

Histoire à compléter

Fiche de travail

Kassi et Assiba sont âgés de 13 ans. Ils commencent à éprouver des sentiments l'un pour l'autre. Un jour après l'école, ils se rendent chez Kassi alors que personne ne se trouve à la maison. Ils commencent à s'enlacer et à s'embrasser. Assiba dit à Kassi qu'elle l'aime. Il est heureux de l'entendre mais quand elle lui dit qu'elle veut faire l'amour avec lui, il ne sait que répondre. Il se souvient d'un de ses amis qui lui a raconté que tout le monde avait des relations sexuelles.

Instructions:

1. Rédigez une fin à cette histoire de sorte que Kassi et Assiba prennent une décision qui pourrait avoir des conséquences négatives sur leur santé.

2. Rédigez à présent une fin à cette histoire de sorte que Kassi et Assiba prennent une décision qui pourrait avoir des conséquences positives sur leur santé.

Notes



Activité 4

Parler de sexualité

But: Renforcer les compétences des élèves à communiquer au sujet de la sexualité et des comportements sexuels, en vue des les aider à prendre des décisions saines, y compris en matière de VIH et de SIDA.

Objectifs d'apprentissage:

- Discuter de ce qu'est la sexualité
- Mettre en pratique des compétences sur le plan de la communication, pour parler de sexualité et des comportements sexuels

Méthodes: Discussion en groupe élargi, jeu de rôles scénarisé

Matériel: Tableau noir et craies ou tableau à feuilles mobiles et marqueurs, un exemplaire du jeu de rôles scénarisé par élève

Durée : 50–60 minutes

En bref: L'enseignante(e) lit une histoire au sujet d'une relation fille-garçon, qui prend de l'ampleur. Les élèves débattent de ce qu'est la sexualité. Par groupes de deux, ils mettent en scène un jeu de rôles déjà scénarisé. S'il reste suffisamment de temps, deux volontaires interprètent leur jeu de rôles devant la classe. Puis, les élèves discutent du jeu de rôles et des questions soulevées par l'exercice.

Procédures:

1ère partie : 25–30 minutes

1. Présentez les objectifs de l'activité à la classe.
2. Pour démarrer l'activité, dites par exemple : « Je vais vous lire l'histoire succincte d'une relation grandissante entre une fille et un garçon, puis nous en parlerons ensemble. »

Eugénie et Alexis sont dans la même classe depuis presque un an. Ils discutent beaucoup, ils rient et s'amuse ensemble, ils s'apprécient et se plaisent mutuellement. Ils se sont même pris la main à plusieurs reprises. Ils envisagent désormais de réviser ensemble pour leurs examens.

3. Afin d'amorcer la discussion, dites par exemple: « Par le biais de cette histoire, nous avons examiné la nature de la relation entre deux personnes attirées l'une par l'autre. Que signifie le fait d'être attiré par quelqu'un? Comment savoir si l'on est attiré par quelqu'un ?»
4. Écrivez le mot « sexualité » au tableau. Vous pouvez préciser que la sexualité est un terme global dont la signification varie selon les personnes, et qui renvoie à des représentations et des associations d'idées très diverses. Examinez ensemble quelques-unes des considérations qui vous viennent à l'esprit lorsque vous entendez les mots « sexy » et « sexualité.» Au fur et à mesure que les élèves fournissent leurs réponses, créez un tableau ou un diagramme avec les termes qu'ils utilisent. Vous pourriez décider de relier d'un trait les mots qui ont un rapport les uns avec les autres, par exemple tous ceux qui font référence à l'aspect physique ou à l'aspect affectif.

[Note: Si vous pensez que les élèves seront mal à l'aise à l'idée de proposer des mots devant les autres, vous pouvez demander à chaque élève d'écrire trois mots en lien avec la sexualité sur une feuille de papier, et de vous remettre leur liste. Leurs réponses pourront alors être utilisées pour créer le tableau ou diagramme mentionné].



Activité 4: Parler de sexualité

5. Lorsque suffisamment de mots se rapportant à la sexualité sont inscrits au tableau, lancez une discussion sur ce thème et sur ce que représente la sexualité pour les élèves. Vous pourriez poser les questions suivantes:
- Lesquels de ces mots font référence au corps d'une personne ?
 - Lesquels de ces mots font référence aux sentiments ou aux émotions d'une personne?
 - Quelle est la différence entre le sexe et la sexualité ?
 - Pourquoi certains adolescents ont-ils des relations sexuelles ?
 - À votre avis, que signifie « avoir une sexualité saine »?
 - Que signifie « avoir une sexualité saine » par rapport à la manière dont vous traitez votre corps ?
 - Qu'est ce que cela indique sur la nature de vos relations avec votre partenaire ?

2ème partie : 25–30 minutes

6. Demandez aux élèves de former des binômes et de s'exercer aux jeux de rôles suivants :

Parler à un ami

Deux filles qui sont amies depuis longtemps, sont en train de discuter. L'une parle de sa relation avec son petit ami, et l'autre lui pose des questions.

Assiba: Salut Ayaba, je voudrais te parler de quelque chose.

Ayaba: D'accord. De quoi s'agit-il ?

Assiba: Tu connais Emmanuel, le garçon avec lequel je sors depuis quelques mois. Je l'aime vraiment et nous sommes bien ensemble.

Ayaba: Oh, raconte-moi tout.

Assiba: Nous discutons et nous rions beaucoup ensemble, nous partageons des secrets, nous nous prenons par la main et nous nous enlaçons. Nous sommes vraiment bons amis, et je le trouve très séduisant.

Ayaba: Et tu as couché avec lui ?

Assiba: Nous n'avons pas encore eu de rapports sexuels.

Ayaba: Ah bon, pourquoi ?

Assiba: Je préfère prendre mon temps et apprendre à mieux le connaître. En plus, je ne veux surtout pas tomber enceinte ou contracter des maladies comme le VIH.

Ayaba: Il ne te met aucune pression pour t'inciter à avoir des relations sexuelles avec lui ?

Assiba: Non, je l'ai informé de ce que je souhaitais et je lui ai dit que s'il faisait pression sur moi, je ne le verrai plus. Il m'a écouté, il respecte ma décision et il est d'accord avec mon choix.

Ayaba: C'est fantastique! Comment es-tu parvenue à instaurer une telle relation?

8. Lorsque les élèves ont terminé de jouer le scénario, demandez-leur de reformer le groupe complet. Si vous disposez de suffisamment de temps, invitez deux volontaires à interpréter la scène devant l'ensemble de la classe. Attribuez un nom féminin ou masculin aux personnages, en fonction de chaque volontaire.



Activité 5

Mes propres valeurs

But: Aider les jeunes à définir leur propre système de valeurs afin qu'ils puissent prendre des décisions saines et défendre leurs valeurs, indépendamment de toute pression exercée par des pairs.

Objectifs d'apprentissage:

- Expliquer les termes de « valeurs » et « prise de décision »
- Définir ses propres valeurs en matière de relations sexuelles
- Montrer sa capacité à défendre son propre système de valeurs en matière de relations sexuelles, face aux pressions exercées par les pairs

Méthodes: Jeu de rôles scénarisé, discussion en groupe élargi, jeu de rôles en petits groupes

Matériel: Un exemplaire du jeu de rôles scénarisé par élève

Durée: 50-60 minutes

En bref: L'enseignant(e) évoque brièvement le sens du terme « valeurs ». Deux volontaires interprètent le jeu de rôles scénarisé devant la classe. Puis, les élèves engagent une discussion à partir des questions posées par l'enseignant(e), concernant les valeurs mises en avant lors du jeu de rôles et celles que défendent les élèves. En binômes, les élèves rejouent le scénario en y intégrant leurs propres valeurs. S'ensuit une discussion sur le jeu de rôle avec l'ensemble du groupe.

Procédures:

1ère partie : 20 – 25 minutes

1. Présentez les objectifs de l'activité à la classe.
2. Pour démarrer l'activité, dites par exemple : « Chaque culture a un système de valeurs qui donne du sens à la vie et fournit une certaine vision du monde. Ces valeurs se reflètent dans le langage, les symboles ainsi que dans le style de vie que nous adoptons. Les jeunes devraient être capables de mettre en place un système de valeurs qui leur est propre et qui inclut le sens des responsabilités, le respect de soi et des autres, la confiance en soi et des valeurs civiques. Un tel système de valeurs vous aidera à prendre des décisions dans tous les aspects de votre vie, y compris en matière de santé et concernant vos relations avec les autres. »
3. Expliquez qu'il vous faut deux volontaires prêts à interpréter un jeu de rôles devant la classe, à l'aide du script fourni sur la page suivante. Bien que le scénario mette en scène deux garçons, les personnages peuvent tout à fait être remplacés par deux filles.
4. Après le jeu de rôles, encouragez le groupe à en discuter. Vous pouvez poser les questions suivantes :
 - De quelles valeurs Muhammad fait-il preuve dans ce jeu de rôles ?
 - Comment utilise-t-il ces valeurs pour prendre des décisions ?
 - Comment réagit Muhammad face à la pression d'un pair ?
 - Que se passerait-il si Muhammad cédait à la pression de son ami et essayait d'imposer une relation sexuelle à Fatima ?
 - Pourriez-vous citer quelques exemples de valeurs que vous défendez ?
 - Que feriez-vous si l'on vous demandait d'agir à l'encontre de vos valeurs ?

2ème partie : 30–35 minutes

5. Formez des binômes et demandez à chaque groupe de jouer à nouveau la scène en attribuant leurs propres valeurs au personnage de Muhammad. Si nécessaire, remplacez les personnages masculins par des filles.
6. Après le jeu de rôles, demandez aux groupes de discuter des points suivants :
 - Qu'avez-vous ressenti en introduisant vos propres valeurs dans le jeu de rôles ?
 - Cette interprétation était-elle différente de celle réalisée en groupe élargi ? Si oui, en quoi était-elle différente ?
 - Selon vous, quels sont les points qui ont bien fonctionné et ceux qui devraient être améliorés ?



Activité 5: Mes propres valeurs

Mes propres valeurs

Maïssa et Jean sont des camarades de classe. Hier, ils se sont rencontrés pendant l'intercours.

Maïssa: *Tu t'es vu ? Tu as l'air complètement béat !*

Jean: *Je suis heureux. Je crois que je suis en train de tomber amoureux de la fille dont je t'ai parlé.*

Maïssa: *Génial ! Celle qui s'appelle Arame?*

Jean: *Oui... Nous sortons ensemble depuis quelques mois et on se voit à nouveau ce soir.*

Maïssa: *Super... C'est pour cette raison que tu es tout excité. Donc tu as couché avec elle?*

Jean: *Non, ce n'est pas tout à fait cela.*

Maïssa: *Arrête ! Tu as dit que vous étiez amoureux?*

Jean: *C'est vrai... Nous sommes amoureux mais nous avons jugé que nous n'étions pas prêts à avoir des relations sexuelles. Je l'aime et je peux tout à fait lui exprimer mon amour sans pour autant avoir de rapports sexuels avec elle.*

Maïssa: *Ouais, mais ce soir, vous pouvez boire beaucoup de bière et ensuite, vous vous sentirez prêts.*

Jean: *Non, je ne le pense pas.*

Maïssa: *Allons donc, qu'est-ce qui ne va pas ?*

Jean: *Elle me fait confiance et je ne veux pas briser cette confiance en m'imposant.*

Maïssa: *D'accord, j'ai compris.*

7. Si vous disposez de suffisamment de temps, invitez les élèves à rejouer le scénario, mais cette fois-ci en changeant les rôles. Idéalement, chaque membre du groupe doit avoir la possibilité de s'exercer à défendre ses propres valeurs face aux pressions d'un pair.
8. Reformez le groupe complet et discutez brièvement des impressions des élèves au sujet des jeux de rôles mis en scène en petits groupes.
9. Pour clôturer l'activité, dites par exemple : « En définissant votre propre système de valeurs, vous aurez développé une manière de faire face à la pression de vos pairs, de rester loyal dans vos relations et de vous maintenir en bonne santé. »

[Travail facultatif à réaliser à la maison: Encouragez les élèves à discuter avec leurs parents ou tuteurs de la question des valeurs. En quoi les choses sont-elles différentes aujourd'hui par rapport à l'époque où ils avaient votre âge ? Quels conseils peuvent-ils donner aux personnes de votre génération ? Lors du prochain cours, discutez avec les élèves de leurs expériences personnelles.]

Activité adaptée à partir de:

- Organisation mondiale de la Santé, Internationale de l'Éducation, & Centre pour le développement de l'Éducation (EDC). (2004). Activité 4.10 : Mes propres valeurs - Livre d'exercices pour la prévention du VIH à l'usage des enseignants (p. 181-184). Genève: Organisation mondiale de la Santé.



Activité 6

Communiquer avec efficacité

But: Apprendre à communiquer clairement, en vue notamment d'entretenir des relations saines avec les autres.

Objectifs d'apprentissage:

- Examiner la manière dont les mots et le langage corporel peuvent exprimer des choses analogues ou différentes, et déterminer pourquoi il est essentiel qu'il y ait concordance entre ses deux éléments
- Montrer comment les mots et la gestuelle peuvent exprimer des choses analogues ou différentes, en particulier dans des contextes sexuels

Méthodes: Présentation succincte, session de « brainstorming », jeux de rôles

Durée: 50–60 minutes

En bref: L'enseignant(e) met en exergue la corrélation entre le langage verbal et le langage corporel, pour permettre une communication efficace. Les élèves réfléchissent en commun à des situations dans lesquelles il n'y a pas de cohérence entre la parole et les gestes, y compris dans des contextes sexuels. En binômes, ils mettent en scène un jeu de rôles dans lequel leur langage verbal et leurs gestes ne sont pas en adéquation. Ils discutent ensuite du jeu de rôles puis rejouent la même scène, de sorte que le langage verbal soit cette fois-ci en harmonie avec le langage corporel. En groupe élargi, les élèves terminent l'exercice en donnant leurs impressions sur les deux jeux de rôles mis en scène.

Procédures:

1ère partie : 20 minutes

1. Présentez les objectifs de l'activité à la classe.
2. Examinez la relation entre le langage verbal et corporel pour exprimer des sentiments et communiquer efficacement. Vous pourriez dire: « Il est possible de comprendre ce que ressentent les autres et ce qu'ils cherchent à exprimer, en étant attentif aux mots et à la gestuelle qu'ils emploient. Le langage corporel concerne des facteurs tels que l'expression du visage (par ex. : sourire, froncement des sourcils), la posture ou la position des bras et des mains. Le langage corporel tend souvent à refléter notre ressenti de manière plus évidente que les mots. Toutefois, si nous voulons que les autres nous comprennent réellement et nous croient, il est essentiel que nos mots et nos gestes soient en adéquation. Ainsi, si nous affirmons que nous acceptons une décision ou la manière dont untel se comporte, mais que nous prenons un air renfrogné pour le dire, notre interlocuteur pourrait être troublé par notre attitude et douter de nos propos. »
3. Invitez les élèves à réfléchir en commun à des circonstances au cours desquelles leurs propos ne concordent pas avec leur langage corporel, y compris dans des contextes sexuels. Demandez-leur ensuite de montrer comment établir une cohérence entre ces deux aspects. Vous pouvez donner l'exemple d'une personne qui souhaite avoir des relations sexuelles et d'une autre personne qui répond «oui» verbalement mais dont le langage corporel semble plutôt signifier «non». Afin de montrer la corrélation entre le langage verbal et celui du corps, la personne qui s'exprime devra répondre «oui» ou «non» à son interlocuteur, tant par la parole que par les gestes.

2ème partie : 30–40 minutes

4. Répartissez la classe en binômes pour le jeu de rôles. Demandez aux élèves de commencer par un jeu de rôles qui illustre le manque de concordance entre les propos et les gestes d'un des protagonistes. Voici quelques exemples de scénarios envisageables:
 - Une personne demande à une autre d'avoir des relations sexuelles, mais cette dernière ne le souhaite pas.
 - Une personne dit: «Allons étudier», mais l'autre ne veut pas.



Activité 7

Refuser d'avoir des relations sexuelles

But: Développer des compétences en matière de communication afin de permettre aux élèves de dire «non» aux rapports sexuels et de se protéger eux-mêmes et les autres contre l'infection par le VIH, les IST et les risques de grossesse.

Objectifs d'apprentissage:

- Déterminer les raisons de refuser des relations sexuelles
- Mettre en pratique des compétences en matière de communication, en vue de refuser d'avoir des rapports sexuels

Méthodes: Session de « brainstorming », discussion en groupe élargi, jeu de rôles scénarisé

Matériel: Tableau noir et craies ou tableau à feuilles mobiles et marqueurs, un exemplaire du jeu de rôles scénarisé pour chaque petit groupe

Durée: 55–60 minutes

En bref: Les élèves se lancent dans une session de « brainstorming » sur les raisons qui justifient de refuser des relations sexuelles. Puis, ils réfléchissent ensemble aux arguments que pourrait avancer une personne en vue de les convaincre d'avoir des rapports sexuels. Ils étudient également les différentes façons d'exprimer leur refus. En binômes et au moyen du jeu de rôles scénarisé, les élèves s'exercent à dire «non». S'ensuit une discussion sur le jeu de rôles.

Procédures:

1ère partie : 25 minutes

1. Présentez les objectifs de l'activité à la classe.
2. Rappelez que l'activité sexuelle relève d'un désir naturel et qu'elle procure du plaisir, mais qu'elle suppose aussi certaines responsabilités, comme par exemple : de développer un lien affectif avec votre partenaire; d'éviter d'être enceinte jusqu'à ce que vous soyez en âge d'élever un enfant; de gérer le risque d'infection par le VIH et autres IST. Pour agir de manière responsable, les partenaires doivent communiquer et prendre ensemble des décisions concernant leur activité sexuelle.

Puis, mentionnez combien il est important d'être à l'écoute de son partenaire et de respecter ses désirs, ses opinions et ses décisions. Insistez sur le fait que la part de responsabilité des hommes doit être égale à celle des femmes en matière de prise de décision, même si ce sont les femmes qui tombent enceinte et que leur vulnérabilité face au VIH est plus grande.
3. Invitez le groupe à réfléchir en commun aux raisons qui justifient le fait de refuser d'avoir des relations sexuelles. Veillez à mentionner les points suivants:
 - Vous voulez éviter d'être infecté(e) par le VIH ou d'autres IST et souhaitez rester en bonne santé.
 - Vous voulez éviter d'être enceinte.
 - Vous ne vous sentez pas prêt(e) à avoir des relations sexuelles.
 - Vos parents attendent de vous que vous n'ayez pas de rapports sexuels.
 - Votre religion préconise de ne pas avoir de rapports sexuels avant le mariage.
 - Vous ne souhaitez pas avoir de relations sexuelles avec cette personne.
 - La personne qui tente de vous imposer des relations sexuelles, est ivre.
4. Pour cet exercice de « brainstorming » centré sur la communication entre partenaires, commencez par tracer sur un tableau noir ou à feuilles mobiles, un diagramme qui présentera vos décisions sur la colonne de gauche. Pour chaque décision inscrite, invitez les élèves à réfléchir aux arguments que leur partenaire pourrait avancer afin de les



Activité 7: Refuser d'avoir des relations sexuelles

convaincre de prendre une décision différente. Demandez ensuite aux élèves d'engager une session de «brainstorming» sur les réponses qu'ils pourraient apporter, en vue de soutenir et défendre leur prise de position initiale. Au fur et à mesure que les élèves énumèrent des arguments et des réponses envisageables, inscrivez-les au tableau. Voici quelques exemples :

Vous pensez :	Votre partenaire dit :	Vous répondez :
Je ne souhaite pas avoir de relations sexuelles car je ne veux pas contracter le VIH ou une autre IST.	Je suis sûr de ne pas être malade. Est-ce que j'ai l'air malade?	Tu as l'air bien, mais il est tout à fait possible qu'une personne soit malade et qu'elle ne le sache pas. Je veux prendre soin de moi et je ne souhaite pas prendre de risques.
Je ne veux pas tomber enceinte.	Il n'est pas possible de tomber enceinte lors des premiers rapports sexuels.	Si, bien sûr, c'est possible. Une seule fois suffit. Je ne veux pas tomber enceinte ou contracter une IST.
Je veux juste que l'on s'embrasse et se caresse. Je ne souhaite pas avoir de rapports sexuels.	C'est plus excitant d'avoir des rapports sexuels. As-tu peur d'une infection par le VIH ? Je ne suis pas malade et je ne se suis pas séropositif/ve.	Je ne me sens pas prête pour avoir des rapports sexuels et je ne veux pas courir le risque d'être infectée par le VIH ou de tomber enceinte. Certaines personnes qui ne sont pas malades, peuvent être séropositives et transmettre le virus à d'autres.
Je ne me sens pas prêt(e) pour avoir des rapports sexuels.	Mais tout le monde le fait. Est-ce que tu veux vraiment être le/la dernier(e) à le faire ?	Je sais bien que tout le monde n'a pas des relations sexuelles. En plus, je n'ai pas envie d'avoir des rapports sexuels maintenant.
Je n'ai pas envie d'avoir des rapports sexuels avec toi maintenant.	Tu es mon amie, alors tu dois faire ce que je te demande.	Non, pas du tout ! Je ne me sens bien lorsque je suis mise sous pression, alors je m'en vais.

Je ne veux pas avoir de relations sexuelles

Ernestine et Louis se promènent dans une rue déserte en fin de soirée. Ils flirtent et apprécient la compagnie de l'un et de l'autre. Louis propose de prendre un petit sentier et Ernestine accepte. Quand ils arrivent à hauteur d'un terrain vague, Louis pousse Ernestine à avoir des relations sexuelles avec lui. Bien qu'ils aient déjà eu des relations sexuelles, Ernestine n'en a pas envie à ce moment là. Elle a entendu parler du VIH et du SIDA et veut attendre d'être plus âgée avant d'avoir, de nouveau, des rapports sexuels.

Louis: *Ernestine, pourquoi ne veux-tu pas faire l'amour avec moi ?*

Ernestine: *Ce n'est pas seulement avec toi. C'est juste que je ne souhaite pas faire l'amour maintenant.*

Louis: *Mais on a déjà fait l'amour auparavant. Pourquoi changes-tu d'avis ?*

Ernestine: *Ce serait mieux pour nous deux de faire attention. Nous ne voulons pas attraper une maladie.*

Louis: *Tu penses que je suis infecté par le VIH? Je ne peux pas le croire !*

Ernestine: *Je ne pense pas que tu sois infecté par le VIH. Mais nous pouvons tous les deux être infectés et ne pas le savoir.*

Louis: *Tu es ridicule. Tu acceptes de te promener avec moi, tu devrais donc avoir envie de faire l'amour.*

Ernestine: *Je viens de te dire non. Je ne veux pas faire l'amour avec toi ou n'importe qui d'autre maintenant. S'il te plaît, respecte-moi et respecte mes sentiments.*



Activité 7: Refuser d'avoir des relations sexuelles

2ème partie : 30–35 minutes

6. Répartissez les élèves en binômes afin qu'ils interprètent le jeu de rôles scénarisé présenté ci-dessus.
7. Après le jeu de rôles, les élèves restent en binômes. Ils discutent de leur interprétation avec l'autre membre de leur groupe, en s'aidant des questions suivantes :
 - Comment la personne qui jouait le rôle d'Ernestine s'est-elle sentie au moment de défendre sa décision ?
 - Sur quel ton Ernestine s'est-elle exprimée? Était-elle convaincante? Pourquoi ou pourquoi pas ?
 - Pensez-vous que Louis respectera ses craintes et sa demande ? Sinon, que pensez-vous que Ernestine devrait dire ou faire ensuite ?
8. Changez de rôles et rejouez la scène. Intégrez-y les éléments abordés lors de la discussion. Enfin, discutez de ce second jeu de rôles.
9. Reformez le groupe complet. Discutez de la manière dont les jeux de rôles se sont déroulés et des points qui pourraient être améliorés.
10. Pour clôturer l'activité, dites par exemple : «Au cours de cette activité, vous avez appris à prendre des décisions en lien avec la sexualité; à identifier des raisons de refuser d'avoir des relations sexuelles; à communiquer vos choix d'une manière respectueuse ainsi qu'à répondre à une personne qui exerce une pression sur vous pour vous pousser à avoir des rapports sexuels. Ces informations et les aptitudes que vous avez acquises vous aideront à construire des relations plus satisfaisantes avec les autres et vous donneront la confiance nécessaire pour dire «non» aux rapports sexuels, si vous ne souhaitez pas en avoir. »

Sources:

- Organisation mondiale de la Santé, Internationale de l'Éducation, & Centre pour le développement de l'Éducation (EDC). (2004). Activité 4.2 : Attendre ? Pas de problème ! - Livre d'exercices pour la prévention du VIH à l'usage des enseignants (p.133-138.). Genève: Organisation mondiale de la Santé.
- Organisation mondiale de la Santé, Internationale de l'Éducation, & Centre pour le développement de l'Éducation (EDC). (2004). Activité4.7 : Refuser d'avoir des relations sexuelles - Livre d'exercices pour la prévention du VIH à l'usage des enseignants (p.155-159). Genève: Organisation mondiale de la Santé.
- Pulizzi, S., & Rosenblum, L. (2008). Grades 8–9, Activity three: Healthy decision-making in romantic relationships. In HIV and AIDS activities 1–8 (Year 1) for youth in KwaZulu Natal, South Africa. Project Document. KwaZulu Natal, South Africa: Mpilonhle Mobile Health and Education Project.

Notes



Activité 8

Les rôles de genre

But: Comprendre ce que sont les rôles de genre, concevoir les limites qu'ils imposent aux filles et aux garçons en termes de comportement et d'expression et examiner la manière dont ils peuvent influencer sur les relations entre filles et garçons.

Objectifs d'apprentissage:

- Décrire ce que sont les rôles de genre et en quoi ils diffèrent, suivant qu'ils se rapportent aux filles ou aux garçons
- Expliquer dans quelle mesure les rôles de genre influencent la manière dont les filles et les garçons se comportent les uns envers les autres

Méthodes: Exercice en groupe élargi et discussion, session de « brainstorming »

Matériel: Tableau noir et craies ou tableau à feuilles mobiles et marqueurs

Durée: 55–60 minutes

En bref: L'enseignant(e) présente des informations concernant les rôles de genre. En groupe élargi, les élèves mettent en pratique un exercice intitulé : «Se comporter en fille» et «Se comporter en garçon», en vue d'étudier les rôles de genre et leur impact sur les personnes. Les élèves engagent ensuite une discussion sur ces points. Ils réfléchissent en groupe à la manière dont les rôles de genre traditionnels affectent la manière dont les filles et les garçons se comportent les uns envers les autres. Ils déterminent ensuite si ces comportements sont équitables et s'ils peuvent être modifiés.

Procédures:

1ère partie : 30–35 minutes

1. Présentez les objectifs de l'activité à la classe.
2. L'enseignant(e) présente des informations au sujet des rôles de genre. Vous pourriez dire: «Le genre renvoie aux différences relatives à la façon d'agir, de se vêtir et de s'exprimer, que l'on attend des filles et des garçons. À force de les observer et de les entendre, les rôles de genre finissent par faire partie intégrante de notre personne. Ainsi, beaucoup d'entre nous les considèrent comme naturels et se gardent donc de les remettre en cause. Les rôles de genre commencent à poser problèmes lorsque leur influence sur les comportements des filles et des garçons est telle qu'ils entravent la capacité d'action de ces derniers, comme en témoigne le fait de considérer que seuls les garçons sont supposés porter des charges lourdes et que seules les filles sont censées s'occuper des enfants.»
3. Pour réaliser l'exercice de sensibilisation aux rôles de genre, inscrivez en haut d'un tableau noir ou à feuilles mobiles: «Se comporter en garçon» et faites un dessin schématisé d'un garçon. En haut d'un autre tableau ou sur un coin du tableau déjà utilisé, inscrivez: « Se comporter en fille » et faites un dessin schématisé d'une fille.

Posez les questions suivantes aux élèves:

- Que signifie : «se comporter en garçon» ?
- Quels sont les mots ou les comportements spécifiques attendus des garçons ?

Inscrivez les réponses fournies, sous le pictogramme représentant le garçon.

Puis, demandez aux élèves:

- Que signifie : «se comporter en fille» ?
- Quels sont les mots ou comportements spécifiques attendus des filles?

Inscrivez les réponses fournies, sous le pictogramme représentant la fille.



Activité 8: Gender Roles

4. Expliquez aux participants que la liste qu'ils viennent d'établir, représente les caractéristiques positives, comportements et rôles que les garçons et les filles sont supposés apprendre et reproduire en grandissant.

Posez les questions suivantes aux élèves:

- Où avons-nous appris les comportements que nous sommes supposés adopter?
- Qui nous enseigne ces rôles, par ex. : les parents, enseignant(e)s, frères et sœurs, amis?
- Par quel(s) autre(s) moyen(s) faisons-nous l'apprentissage de ces rôles, par ex. : le sport, la publicité, la télévision, le cinéma, les magazines?
- Que se passe-t-il si nous ne nous conformons pas à l'image ou au comportement attendu de nous, en fonction du rôle de genre qui nous est assigné ?
- Que ressent-on si l'on ne se conforme pas à ces rôles et que de fait, des insultes sont proférées à notre égard. Quelle sera l'influence d'une telle situation sur notre comportement ?

2ème partie : 25 minutes

5. Expliquez à présent que les garçons et les filles ont la possibilité d'adopter une multitude de comportements. Vous pourrez dire: «Bien que de nombreux individus adoptent des comportements conformes à ceux traditionnellement attendus d'eux, ces manières d'agir ne doivent pas être limitatives pour la personne, surtout si elles tendent à être nuisibles. Il est également tout à fait acceptable d'adopter de tels comportements, dans la mesure où vous êtes capable de décider par vous-mêmes de vos actions, et que votre conduite ne nuit pas à autrui ».

6. En groupe élargi, engagez une session de «brainstorming» et discutez de la manière dont les rôles de genre traditionnels affectent la façon dont les filles et les garçons se comportent les uns envers les autres. Voici plusieurs exemples qui pourront vous être utiles pour lancer la discussion:

- Il peut arriver que les garçons choisissent de ne pas intégrer de filles dans leur équipe de foot car ils sont convaincus qu'elles ne sont pas douées pour ce sport.
- Il peut arriver que les garçons ne montrent pas leurs émotions.
- Il peut arriver que les filles n'expriment pas ouvertement leur opposition, quand elles ne souhaitent pas qu'un garçon les touche.
- Il peut arriver que les filles ne souhaitent pas sortir avec des garçons qui présentent des faiblesses sur le plan physique.

7. Invitez les élèves à débattre sur les questions suivantes:

- À votre avis, ces façons de traiter les garçons et les filles sont-elles justes et équitables ?
- Comment pourrions-nous les modifier ?

8. Pour clôturer l'activité dites par exemple : « Dans cette activité vous avez été sensibilisés aux rôles de genre traditionnels et à leur influence sur la façon dont les filles et les garçons se conduisent les uns envers les autres. Vous avez désormais davantage conscience de la manière dont les rôles de genre influent sur votre personne et sur vos relations avec les autres. »

[Travail facultatif à faire à la maison: Encouragez les élèves à discuter de la question du genre avec leurs parents ou tuteurs. En quoi les choses sont-elles différentes depuis l'époque où ils avaient leur âge ? Quels sont les conseils qu'ils peuvent adresser aux personnes de votre génération ? Lors du prochain cours, discutez avec les élèves de leurs expériences personnelles.]

Sources:

- Internationale de l'Éducation & Centre pour le développement de l'Éducation (EDC), Inc. (2007). Construire un environnement scolaire sûr: Manuel pratique à l'usage des enseignants (p. 38-40).
- Réseau éducation média (2007). Les stéréotypes sexuels et l'image corporelle : exploration, Niveaux 6ème à 2nde.



Activité 9

Comprendre la stigmatisation et la discrimination

But: Renforcer les connaissances des élèves au sujet de la stigmatisation et de la discrimination fondées sur divers critères de différenciation, dont le VIH et le SIDA, afin de leur apprendre à faire preuve de respect, d'acceptation et de bienveillance à l'égard d'autrui.

Objectifs d'apprentissage:

- Définir les termes de «stigmatisation» et «discrimination»
- Fournir des exemples relatifs à ces problématiques et étudier la manière dont la stigmatisation et la discrimination fondées sur diverses formes de différences - dont le VIH et le SIDA- peuvent être préjudiciables
- Passer en revue les sentiments que l'on éprouve lorsqu'on est victime de stigmatisation et de discrimination

Méthodes: Présentation succincte, exercice en groupe élargi: «Dépasser les limites» et discussion

Matériel: Ruban adhésif de couleur

Durée: 55-60 minutes

En bref: L'enseignant(e) fournit une définition succincte des termes «stigmatisation» et «discrimination». Il/elle souligne la manière dont ces problématiques concernent des différences très diverses et insiste sur les effets nuisibles qui en découlent. Les élèves fournissent des exemples d'expériences personnelles ou rapportées. Puis, ils se livrent à l'exercice «Dépasser les limites» et renforcent leurs connaissances sur les sentiments qu'éprouvent les personnes victimes de discrimination et de stigmatisation. Ils apprennent également à accepter et à respecter les personnes différentes ainsi qu'à faire preuve de compassion à leur égard.

Procédures:

1ère partie : 15 minutes

1. Présentez les objectifs de l'activité à la classe.
2. Pour démarrer l'activité, dites par exemple: «Il peut arriver que des personnes soient traitées injustement au motif d'une différence, et ce, quelle qu'en soit la nature. Les différences suscitent la peur et la haine en raison des mythes et des idées fausses qui les entourent. Des personnes peuvent ainsi faire l'objet de discrimination et de stigmatisation sur base de différences d'ordre physique, intellectuel, économique ou de différences fondées sur le genre, l'âge, la race, l'origine ethnique, la religion, la sexualité ou le statut vis-à-vis du VIH.

La stigmatisation est un processus qui tend à dévaloriser une personne et à lui renvoyer une image négative d'elle-même. Ce processus contribue à renforcer les inégalités entre les individus ce qui généralement alimente la discrimination. La discrimination concerne toutes les formes d'exclusion, de différenciation et de restriction à l'égard d'une personne, fondées sur des stigmates qui violent les droits individuels de cette personne.

Au fil des années, le VIH et le SIDA ont été associés à de nombreux mythes qui ont contribué à alimenter la stigmatisation et la discrimination. Des personnes infectées par le VIH ou dont les membres de la famille sont touchés par le virus, n'ont ainsi pas accès aux services et au soutien dont elles ont besoin et auxquels elles peuvent prétendre. Il peut arriver que ces personnes soient rejetées par les autres et qu'elles se voient refuser le droit d'accéder à l'éducation, à l'emploi ou de s'impliquer au sein de leur communauté. »

3. Demandez aux élèves s'ils souhaitent poser des questions. Puis, invitez-les à témoigner d'expériences personnelles ou rapportées sur la stigmatisation et la discrimination.



Activité 9: Comprendre la stigmatisation et la discrimination

Part 2: 40–45 minutes

Exercice : «Dépasser les limites»

4. Expliquez à la classe que l'objectif de cet exercice est de permettre une meilleure compréhension de ce que sont la stigmatisation et la discrimination afin de lever les barrières qui se dressent entre les individus au motif de leurs différences, que celles-ci soient d'ordre physique, intellectuel, économique ou fondées sur le genre, l'âge, la race, l'origine ethnique, la religion, la sexualité ou le statut vis-à-vis du VIH. Une fois ces obstacles écartés, les individus se sentent davantage connectés les uns aux autres.
5. Placez un morceau de ruban adhésif de couleur au sol afin de diviser la salle en deux. Invitez alors les élèves à se regrouper d'un côté de la pièce.
6. Posez toutes ou une partie des questions ci-après aux élèves, en prenant soin de n'en mentionner qu'une à la fois. En fonction de votre groupe d'élèves, vous envisagerez peut-être de formuler d'autres questions. Cependant, ne posez pas de questions qui obligeraient les élèves à divulguer des informations personnelles qu'ils ne seraient pas disposés à communiquer aux autres, par exemple concernant leur statut vis-à-vis du VIH ou l'orientation sexuelle. Après chaque question, les élèves qui se sentent concernés franchissent la ligne au sol et se placent du côté opposé.
7. Demandez aux élèves de décrire ce qu'ils ont ressenti lors de l'exercice. S'ils le souhaitent, ils peuvent s'étreindre afin de mieux ressentir le lien particulier qui les unit à ceux qui ont vécu une expérience analogue. Veillez à bien préciser aux élèves que cet exercice n'est pas obligatoire et qu'ils peuvent décider à tout moment de ne pas poursuivre l'activité. Aucun élève ne devra se trouver dans une position où il serait obligé de divulguer des informations qu'il ne souhaite pas communiquer aux autres.

Cet exercice permet à ceux qui ont franchi la ligne, de prendre conscience qu'ils ne sont pas les seuls à partager une même expérience et qu'en dépit de l'épreuve qu'ils ont traversée, ils seront acceptés par leurs camarades. Ce travail permet également à ceux qui n'ont pas été confronté à une telle situation, de comprendre les sentiments que peuvent éprouver les personnes ayant vécu cette expérience. Ils peuvent ainsi soutenir ces personnes et faire preuve de bienveillance à leur égard. Par ailleurs, cet exercice contribue à dissiper les mythes selon lesquels tel individu serait considéré comme «mauvais» ou infréquentable, en raison des événements auxquels il aurait été confronté dans sa vie. L'exercice incitera peut-être même certains participants à s'adresser directement aux autres, en vue d'être acceptés tels qu'ils sont. Des élèves pourraient également se sentir prêts à présenter des excuses pour des propos qu'ils auraient tenus ou des conduites qu'ils auraient eues.

Suggestions de questions à poser aux élèves :

- Avez-vous déjà été victime de moqueries ou de harcèlement en raison de :
 - o Votre corpulence
 - o Votre fragilité
- Avez-vous déjà été victime de moqueries ou de harcèlement en raison de :
 - o vos piètres résultats scolaires
 - o votre travail assidu en classe et des bons résultats scolaires qui en découlent
- Avez-vous déjà été victime de moqueries ou de harcèlement parce que :
 - o Vous êtes pauvre
 - o Vous êtes riche
- Avez-vous déjà été victime de moqueries ou de harcèlement au motif d'une différence fondée sur votre race, votre origine ethnique ou votre religion?
- (Posez la question aux filles) Avez-vous déjà été victime de moqueries ou de harcèlement parce que vous adoptiez un comportement différent de celui des autres filles?
- (Posez la question aux garçons) Avez-vous déjà été victime de moqueries ou de harcèlement parce que vous adoptiez un comportement différent de celui des autres garçons?



Activité 10

Soutenir les personnes qui vivent avec le VIH et le SIDA

But: Apprendre à faire preuve d'empathie envers les personnes infectées ou affectées par le VIH ou le SIDA.

Objectifs d'apprentissage:

- Mettre en lumière la manière dont les stigmates peuvent affecter les personnes au sein d'une communauté
- Montrer comment faire preuve d'empathie à l'égard d'une personne infectée ou affectée par le VIH et le SIDA

Méthodes: Discussion en groupe élargi, jeux de rôles scénarisés et libres, exercice en petits groupes

Matériel: Tableau noir et craies ou tableau à feuilles mobiles et marqueurs, un exemplaire du jeu de rôle scénarisé par élève

Durée: 50–60 minutes

En bref: Les élèves mettent en scène un jeu de rôle scénarisé dont le protagoniste apprend que la mère d'un ami a récemment succombé du SIDA. Les élèves discutent du jeu de rôles et des différentes façons de faire preuve d'empathie à l'égard d'une personne infectée ou affectée par le VIH et le SIDA. Enfin, en binômes, les élèves inventent un autre jeu de rôles dans lequel un ami offre son aide et son soutien au personnage qui vient de perdre un membre de sa famille à cause du SIDA.

Procédures:

1ère partie : 25 minutes

1. Présentez les objectifs de l'activité à la classe.
2. Pour démarrer l'activité, dites par exemple : «De nombreuses personnes séropositives sont stigmatisées, méprisées, rejetées par les autres et font l'objet de méfiance. Les enfants dont les parents sont décédés du SIDA souffrent également de discrimination».
3. Expliquez qu'il vous faudrait deux volontaires pour interpréter le jeu de rôles devant la classe. L'objectif ici est d'aider les élèves à comprendre ce que peut ressentir une personne dont un parent est décédé du SIDA et de leur montrer comment il est possible de soutenir cette personne. Utilisez le script intitulé «Il est préférable que je ne le fréquente pas». Bien que le scénario soit rédigé pour être interprété par deux filles, il est tout à fait envisageable de remplacer les protagonistes par des personnages masculins.

Il est préférable que je ne le fréquente pas

Jeanette et Odile sont toutes deux âgées de 12 ans. Ces deux amies sont dans la même classe. Pierre est également dans leur classe. Les trois amis s'entendent très bien et il leur arrive parfois de se promener ensemble après l'école. Mais voici quelques jours, Pierre a soudainement quitté l'école. Jeanette et Odile se posent des questions.

Jeanette: Je ne comprends vraiment pas pourquoi Pierre a quitté l'école ! Je me demande ce qui ne va pas. Je ne l'ai plus vu depuis la semaine dernière et je ne sais même pas où il habite.

Odile: C'est ce que je me demande aussi... Il disait pourtant qu'il aimait aller à l'école. Il ne nous a pas dit qu'il voulait quitter l'école... Ce n'est pas très gentil de sa part !

Jeanette: As-tu des nouvelles de lui ?



Activité 10: Soutenir les personnes qui vivent avec le VIH et le SIDA

Odile: En fait, ma mère a dit quelque chose, mais c'est difficile à croire.

Jeanette: Qu'est-ce que tu sais ? Dis-moi ce que tu as entendu !

Odile: Je ne sais pas si c'est vrai, mais maman a dit que sa mère est décédée.

Jeanette: Ah... Je suis vraiment désolée... Peux-tu imaginer comment il se sent ?

Odile: C'est difficile. Je ne peux même pas y penser. Il doit se sentir bien seul. Rien ne remplace l'amour d'une mère.

Jeanette: Mais sa mère était encore jeune. Était-elle malade?

Odile: D'après ce qu'a dit maman, elle est morte du SIDA et il se peut que Pierre soit aussi infecté par le virus !

Jeanette: Ce n'est pas possible. Je suis vraiment très inquiète à son sujet. Il n'a que 12 ans... C'est impossible à croire.

Odile: Maman m'a dit de ne plus le revoir. Je ne sais vraiment pas quoi faire... Nous devrions peut-être cesser de le fréquenter. Nous pourrions attraper la maladie.

Jeanette: Hum... Nous avons appris que le SIDA ne se transmet pas en fréquentant des personnes infectées par le virus. Je pense qu'il a besoin de notre soutien. Après tout, c'est notre ami.

Odile: Tu as peut-être raison. Comment pouvons-nous l'aider ?

Jeanette: Sans sa mère, je suis sûre qu'il va avoir besoin d'aide à la maison. Je me souviens que mon père a dit que la meilleure manière d'aider une personne affectée par le SIDA est de continuer à la traiter en ami: passer du temps avec la personne afin qu'elle puisse partager ce qu'elle ressent et lui apporter notre soutien. Imagine ce que nous ressentirions si l'une d'entre nous perdait sa mère et que les autres nous évitaient.

Odile: C'est vrai, je serais effrayée et je me sentirais seule. Ne perdons pas de temps, allons tout de suite le retrouver.

Jeanette et Odile se rendent au domicile de Pierre. Ils discutent, ils jouent au foot, et préparent le dîner. Pierre est heureux d'avoir des amies comme Odile et Jeanette.

4. Après le jeu de rôles, formez des binômes. Demandez aux élèves de s'imaginer à la place de Pierre et de décrire ce qu'ils ressentiraient et ce dont ils auraient besoin dans les situations suivantes:

- S'ils perdaient leur mère ou leur père à cause du SIDA.
- S'ils étaient infectés par le VIH.
- Si leurs amis les évitaient parce qu'ils sont infectés par le VIH.

[Note pour l'enseignant(e): Si des élèves dans la classe ont perdu un parent à cause du SIDA et que leurs camarades sont déjà informés de la situation, invitez ces élèves à partager leur ressenti avec le reste de la classe, s'ils se sentent à l'aise avec cet exercice.]



Activité 10: Soutenir les personnes qui vivent avec le VIH et le SIDA

2ème partie : 25–35 minutes

5. Rassemblez le groupe complet et demandez à un élève de chaque binôme de présenter les sentiments explorés durant l'exercice. Inscrivez les réponses sur un tableau noir ou à feuilles mobiles. Examinez les sentiments suivants:
 - Tristesse
 - Solitude
 - Dépression
 - Rejet
6. Discutez des différents besoins mentionnés pendant l'exercice et notez les commentaires au tableau. Examinez les besoins suivants:
 - Avoir quelqu'un à qui parler.
 - Avoir quelqu'un avec qui jouer.
 - Avoir quelqu'un qui les aide à s'occuper des tâches ménagères et à prendre soin des frères et sœurs plus jeunes.
7. Demandez aux élèves quelle attitude ils souhaiteraient que les autres adoptent à leur égard. Inscrivez les réponses sur un tableau. Examinez les points suivants:
 - Que les autres les écoutent.
 - Que les autres expriment de l'empathie au regard de la situation douloureuse qu'ils rencontrent.
 - Que les autres proposent de les aider.
8. Invitez les élèves à donner des exemples précis de ce qu'ils diraient à un(e) ami(e) qui :
 - aurait perdu sa mère ou son père à cause du SIDA.
 - serait infecté par le VIH.
9. Demandez à présent aux élèves de jouer la dernière scène du jeu de rôles avec leur partenaire de binôme, et de montrer comment ils soutiendraient Pierre ou tout autre ami(e) infecté(e) ou affecté(e) par le VIH. Encouragez alors les élèves à discuter du jeu de rôles.
10. Si vous avez assez de temps, demandez aux élèves d'intervertir les rôles et de rejouer la scène. Les participants auront ainsi la possibilité d'incarner chaque personnage.
11. Reformez le groupe complet et engagez une discussion sur le jeu de rôles, notamment sur ce que les élèves ont ressenti en interprétant leur personnage.
12. Pour clôturer l'activité, dites par exemple : «De nombreuses personnes évitent les personnes vivant avec le VIH et le SIDA dès qu'ils apprennent leur infection par le virus. Ils rejettent également les enfants rendus orphelins à cause du SIDA. Pourtant les personnes malades ou qui ont perdu un parent, ont particulièrement besoin d'affection et de compassion. Dans le cadre de cette activité vous avez examiné les formes de soutien dont une personne a besoin lorsqu'un de ses parents décède à cause du SIDA et vous avez également considéré des moyens de leur apporter ce soutien».

Activité adaptée à partir de:

- Organisation mondiale de la Santé, Internationale de l'Éducation, & Centre pour le développement de l'Éducation (EDC). (2004). Activité 4.8 : Adopter une attitude constructive à l'égard des personnes séropositives et touchées par le SIDA - Livre d'exercices pour la prévention du VIH à l'usage des enseignants (p.169-174). Genève: Organisation mondiale de la Santé.
- Pulizzi, S., & Rosenblum, L. (2008). Grades 8–9, Activity seven: Taking action against stigma and discrimination. In HIV and AIDS activities 1–8 (Year 1) for youth in KwaZulu Natal, South Africa. Project Document. KwaZulu Natal, South Africa: Mpilonhle Mobile Health and Education Project.



Activités destinées aux 15 ans et +

Présentation des activités

Avec des élèves âgés de 15 ans et plus, l'objectif principal consiste à favoriser, au quotidien, l'application effective de connaissances, de valeurs et de compétences préalablement acquises. Il s'agit donc de continuer à les sensibiliser aux risques auxquels ils s'exposent eu égard au VIH, aux autres IST et aux grossesses non désirées et de les inciter à ne pas démarrer une activité sexuelle. Au cas où certains élèves seraient déjà actifs sexuellement, deux activités traitant de l'utilisation des préservatifs ont été intégrées dans cette section. Les élèves vont continuer à renforcer leur estime de soi et à développer des compétences qui leur permettront de mieux gérer leurs émotions et la pression exercée par les pairs. Ils acquièrent également des aptitudes sur le plan de la réflexion critique, de la prise de décision, de la résolution de problèmes, de la communication et la négociation, en particulier dans un contexte d'activité sexuelle. En outre, les élèves découvrent différentes offres de services à leur disposition et renforcent leur capacité à aborder les questions en lien avec les inégalités de genre, la stigmatisation et la discrimination. Cet ensemble de connaissances et d'aptitudes contribue de manière significative, à permettre aux élèves d'éviter l'infection par le VIH et autres IST ainsi que les grossesses non désirées. Cela les aide également à jouir d'une vie saine, épanouie et productive et concourt à la réalisation de leur plein potentiel.

La prévention du VIH et autres IST est au cœur des *quatre premières activités*. Les élèves examinent des comportements à risque vis-à-vis du VIH et d'autres IST, et ils acquièrent les compétences nécessaires pour communiquer et négocier des relations sexuelles sûres ou pour refuser des rapports sexuels. Ils consolident aussi leurs connaissances concernant l'obtention et l'utilisation de préservatifs. À l'aide d'un modèle de pénis ou équivalent, ils se livrent à une démonstration pratique de l'usage d'un préservatif masculin. Les élèves participent également à des jeux de rôles pour s'exercer à communiquer et à négocier en faveur de relations sexuelles saines et sûres.

Dans les *cinquième et sixième activités*, les élèves acquièrent des connaissances et des compétences concernant l'accès à différents services à leur disposition. Ils se familiarisent dans un premier temps, avec les processus de conseil et de dépistage volontaire du VIH (CDV) et en examinent les bienfaits. Ils se livrent ensuite à un jeu de rôles dans lequel deux partenaires débattent sur le fait d'avoir recours ou pas à des services de CDV. Les élèves considèrent alors l'importance des services de santé et des services sociaux. Ils s'exercent à collecter des informations sur le VIH, le SIDA et autres questions de santé reproductive, auprès de fournisseurs de services compétents localisés dans leur communauté.

Dans la *septième activité*, les élèves continuent de renforcer leurs compétences en vue de gérer positivement leurs émotions et le stress, et d'aider les autres à faire de même. Les deux dernières activités mettent l'accent sur les questions sociales. Elles conduisent les élèves à prendre conscience de l'impact négatif des rôles de genre stéréotypés, notamment en matière de relations sexuelles et de vulnérabilité vis-à-vis du VIH et du SIDA. Au moyen de jeux de rôles, ils examinent les aptitudes nécessaires pour aborder la question des stéréotypes et suggèrent des comportements alternatifs. Les élèves analysent aussi des exemples d'affirmations et d'attitudes stigmatisantes, adressées à des personnes vivant avec ou affectées par le VIH et le SIDA. Par le biais de jeux de rôles, ils s'exercent à contester ces propos ou comportements.





Activité 1

Examiner des comportements à risque vis-à-vis du VIH

But: Développer des compétences permettant d'évaluer les risques encourus afin de favoriser la prise de décisions saines.

Objectifs d'apprentissage:

- Évaluer le niveau de risque associé à divers comportements susceptibles de favoriser l'infection par le VIH
- Examiner les raisons pour lesquelles certaines personnes prennent des risques
- Identifier des moyens d'éviter les comportements à risque

Méthodes: Travail en petits groupes en vue d'identifier le niveau de risque associé à divers comportements, session de «brainstorming», discussion en groupe élargi

Matériel: Tableau noir et craies ou tableau à feuilles mobiles et marqueurs, un exemplaire par groupe de la Fiche de travail: 'Évaluer le niveau de risque d'infection par le VIH associé à chaque comportement'

Durée: 50–60 minutes

En bref: Les élèves passent en revue les modes de transmission du VIH. L'enseignant(e) présente différents degrés de risque: sans risque, risque faible, risque élevé. En petits groupes, les élèves déterminent la catégorie dans laquelle ils placeraient les comportements recensés sur la liste. Dans chaque petit groupe, un rapporteur communique au reste de la classe la décision de son groupe. Les élèves commentent ensemble les réponses fournies puis engagent une session de «brainstorming» sur les raisons qui motivent la prise de risque, ainsi que sur les moyens d'éviter l'adoption de comportements à risque.

Procédures:

1ère partie : 35–40 minutes

1. Présentez les objectifs de l'activité à la classe.
2. Demandez aux élèves d'énumérer les modes de transmission du VIH. Veillez à ce que les points suivants soient mentionnés :
 - Lors de rapports sexuels sans préservatif (rapport vaginal, anal ou oral).
 - Par contact avec du sang lors de l'utilisation d'objets tranchants tels que du matériel d'injection ou des lames de rasoir.
 - De la mère à l'enfant pendant la grossesse, à l'accouchement ou par l'allaitement.
3. Pour démarrer l'activité, dites par exemple: «Pour agir de manière responsable, nous protéger nous-mêmes et ceux que nous aimons, nous devons savoir quels comportements sont plus ou moins risqués». Expliquez ensuite qu'il est possible de classer les comportements associés à la propagation du VIH et autres IST, selon trois niveaux de risque : sans risque, risque faible, risque élevé.
 - Les comportements à haut risque ont de fortes chances d'impliquer l'échange de sang, de sperme, de sécrétions vaginales ou de lait maternel.
 - Les comportements à faible risque ont peu de chance d'impliquer l'échange des liquides organiques précités.
 - Les comportements sans risque n'impliquent aucun échange des liquides organiques précités.
4. Répartissez la classe en plusieurs petits groupes de trois à cinq élèves et distribuez à chaque groupe, un exemplaire de la Fiche de travail intitulée : 'Évaluer le niveau de risque d'infection par le VIH associé à chaque comportement'.
5. Demandez à chaque groupe de décider dans quelle catégorie inscrire les comportements énoncés sur leur fiche. Accordez-leur environ 10 minutes pour cet exercice.



Activité 1: Examiner des comportements à risque vis-à-vis du VIH

6. Reformez le groupe complet. Demandez à un membre de chaque petit groupe de présenter sa classification aux autres élèves et de la justifier. Si les réponses fournies ne font pas l'unanimité, invitez les élèves à en discuter. Si la classe ne parvient pas à se mettre d'accord, apportez les corrections nécessaires.

Évaluer le niveau de risque d'infection par le VIH associé à chaque comportement

Fiche de travail

Instructions: Indiquez si les comportements ci-dessous sont «sans risque», s'ils présentent un «risque élevé» ou un «risque faible» d'infection par le VIH. Pour chaque comportement cité, inscrivez le niveau de risque correspondant.

1. Toucher une personne séropositive _____
2. Rapports sexuels non protégés, sans préservatifs _____
3. Baiser superficiel _____
4. Utiliser des toilettes publiques _____
5. Échange d'aiguilles _____
6. Échanger des vêtements avec une personne séropositive _____
7. Rapports sexuels avec utilisation adéquate d'un préservatif _____
8. Masturbation solitaire _____
9. Nettoyer du sang sans gants _____
10. Partager des ustensiles de cuisine avec une personne séropositive _____
11. Rapports sexuels avec un préservatif endommagé _____
12. Piqûre de moustique _____
13. Rapports sexuels avec plusieurs partenaires _____
14. Baiser profond _____
15. Réutilisation d'une aiguille nettoyée à l'eau _____
16. Nager avec une personne séropositive _____
17. Rapports sexuels avec un préservatif déjà usagé plus d'une fois _____
18. Masturbation réciproque _____
19. Corps à corps tout habillé _____
20. Partager un rasoir pour se raser les jambes ou le visage _____
21. Partager la même aiguille servant à l'injection de drogue _____



Activité 1: Examiner des comportements à risque vis-à-vis du VIH

Fiche de travail: Réponses

1. Sans risque – 2. Risque élevé – 3. Sans risque – 4. Sans risque – 5. Risque élevé – 6. Sans risque – 7. Faible risque – 8. Sans risque – 9. Risque élevé – 10. Sans risque – 11. Risque élevé – 12. Sans risque – 13. Risque élevé – 14. Faible risque – 15. Risque élevé – 16. Sans risque – 17. Risque élevé – 18. Faible risque – 19. Sans risque – 20. Risque élevé – 21. Risque élevé.

2ème partie : 15–20 minutes

7. Toujours en groupe élargi, invitez les élèves à réfléchir et à discuter ensemble des raisons qui peuvent pousser une personne à adopter des conduites à risque. Inscrivez les réponses sur un tableau noir ou à feuilles mobiles. Voici quelques propositions envisageables:

- Ne sait pas qu'il s'agit d'un comportement à risque.
- Les préservatifs ne sont pas disponibles ou la personne ne sait pas comment s'en procurer.
- N'a pas d'argent pour acheter des préservatifs.
- A peur d'utiliser des préservatifs ou ignore comment les utiliser correctement.
- N'aime pas porter des préservatifs pendant des rapports sexuels.
- Subit des pressions de la part de son/sa partenaire pour avoir des rapports sexuels non protégés.
- A besoin d'argent de son partenaire pour subvenir à ses propres besoins et à ceux de ses enfants, et se pliera par conséquent, à toutes les exigences de son partenaire.
- Est ivre ou sous l'emprise de drogues.

8. Demandez à présent aux élèves d'engager une séance de «brainstorming» et une discussion sur les facteurs qui aideraient une personne à éviter les comportements à risque. Inscrivez les réponses sur un tableau noir ou à feuilles mobiles. Voici quelques réponses envisageables :

- Être davantage informé(e) sur le VIH, les comportements à risque et l'utilisation correcte des préservatifs.
- Savoir comment se procurer des préservatifs au sein de sa communauté.
- Acquérir et mettre en pratique des compétences pour pouvoir communiquer et négocier avec un partenaire.
- Parvenir à sortir d'une situation où un partenaire tente de vous imposer des relations sexuelles.
- Éviter d'être ivre ou sous l'emprise de drogues.

9. Pour clôturer l'activité, dites par exemple : «Vous avez appris à distinguer les différents niveaux de risques d'infection face au VIH et vous avez examiné les raisons pour lesquelles certaines personnes prennent des risques. Toutefois, le plus important est que vous ayez identifié des moyens d'éviter de prendre de tels risques. Votre capacité à mettre à profit et à partager avec d'autres les informations et les compétences dont vous disposez, vous aidera à vous protéger vous-mêmes et à protéger vos proches contre l'infection par le VIH. »

Sources:

- Organisation mondiale de la Santé, Internationale de l'Éducation & Centre pour le développement de l'Éducation (EDC). (2004). Activité 5.1 Qu'est ce qui est risqué et comment puis-je être en sécurité ? - Livre d'exercices pour la prévention du VIH à l'usage des enseignants (p.187-192). Genève: Organisation mondiale de la Santé.
- FRESH Tools for Effective School Health. (2004). Are you at risk? Part 1.
- Internationale de l'Éducation & Centre pour le développement de l'Éducation (EDC), Organisation mondiale de la Santé (2008) -Prendre l'initiative sur le VIH et le SIDA: Manuel pratique à l'usage des syndicats d'enseignants pour la promotion de la santé et l'amélioration de l'éducation.

Notes



Activité 2

Communiquer et négocier au sujet des relations sexuelles

But: Renforcer les compétences des élèves sur le plan de la communication et de la négociation afin de leur permettre de faire des choix sexuels responsables avec leur(s) partenaire(s).

Objectifs d'apprentissage:

- Passer en revue les moyens de se prémunir contre l'infection par le VIH et autres IST
- Examiner les arguments qui pourraient être avancés en vue de persuader une personne d'avoir des relations sexuelles et déterminer comment refuser de telles avances
- Mettre en pratique des compétences en matière de prise de décision, de communication et de négociation, en vue de soutenir des choix liés à l'activité sexuelle

Méthodes: Session de «brainstorming», discussion en groupe élargi, jeu de rôles

Matériel: Tableau noir et craies ou tableau à feuilles mobiles et marqueurs

Durée: 55–65 minutes

En bref: L'enseignant(e) présente différents moyens de se prémunir contre le VIH et d'autres IST. Les élèves réfléchissent aux arguments que pourrait avancer une personne pour les persuader d'avoir des rapports sexuels alors qu'ils ne le souhaitent pas. Ils examinent aussi les manières de refuser ces avances. Par groupes de quatre, ils se livrent à un jeu de rôles et se servent des arguments et des réponses préalablement suggérés.

Procédures:

1ère partie : 20–25 minutes

1. Présentez les objectifs de l'activité à la classe.
2. Pour démarrer l'activité, dites par exemple : «Nous subissons parfois des pressions de la part des autres, pour nous pousser à agir contre notre volonté ou à adopter des comportements dont nous ne nous sommes pas certains. Ces pressions peuvent être exercées par notre partenaire et/ou nos pairs ou des membres de notre famille. Grâce à nos compétences sur le plan de la communication et de la négociation, nous serons capables de prendre des décisions positives pour notre santé et de réduire le risque d'infection au VIH»
3. Fournissez les informations suivantes sur les moyens de se prémunir contre le VIH et les autres IST :
 - L'abstinence est le moyen le plus sûr de se protéger contre l'infection au VIH.
 - Si vous avez des rapports sexuels, l'utilisation du préservatif est le meilleur moyen pour se protéger du VIH et des autres IST.
 - Si vous ou votre partenaire ne connaissez pas votre statut vis-à-vis du VIH, procédez tous les deux à un test de dépistage.
 - Évitez les pratiques sexuelles à haut risque, telles que les relations sexuelles non protégées, lorsque vous êtes ivre ou sous l'emprise de drogues.
 - Évitez d'avoir plusieurs partenaires sexuels. Plus le nombre de partenaires est élevé, plus les risques encourus augmentent.
 - Lorsque vous décidez d'accepter ou de refuser d'avoir des relations sexuelles, il est essentiel qu'il y ait une écoute mutuelle entre les partenaires et que chacun respecte les craintes et les décisions de l'autre.

Demandez aux participants s'ils souhaitent poser des questions.

4. Demandez aux élèves de dresser une liste des raisons qu'avancerait une personne pour tenter de les convaincre d'avoir une relation sexuelle alors qu'eux-mêmes ne le souhaitent pas. Notez les raisons sur un tableau noir ou à feuilles mobiles. Voici quelques-unes des raisons qui pourraient être invoquées:



Activité 2: Communiquer et négocier au sujet des relations sexuelles

- Le sexe est une chose excitante.
- Tout le monde le fait.
- J'ai un préservatif donc tu n'as aucune raison de refuser.
- Je ne me sens pas malade. Je ne suis donc pas infecté par le VIH ou par aucune autre maladie.
- Si tu refuses d'avoir des relations sexuelles avec moi, je te forcerai ou je trouverai quelqu'un d'autre qui acceptera.
- Si tu refuses d'avoir des relations sexuelles avec moi, je ne te donnerai ni le soutien ni l'aide financière dont tu as besoin.

5. Demandez aux élèves de dresser une liste de raisons à mettre en avant, pour refuser d'avoir des relations sexuelles. Notez-les au tableau. Voici quelques-unes des raisons qui pourraient être invoquées:

- Je ne souhaite pas contracter le VIH ou une autre IST. Il arrive que des personnes qui se sentent en bonne santé soient infectées par le VIH ou par d'autres maladies et qu'elles les transmettent aux autres.
- Je ne veux pas tomber enceinte.
- Nous n'avons pas de préservatif.
- Je n'ai pas envie d'avoir de relations sexuelles.

6. Invitez les participants à dresser une liste d'arguments convaincants que pourrait avancer une personne qui souhaite avoir des rapports sexuels avec eux. Notez les sur un tableau noir ou à feuilles mobiles.

7. Demandez ensuite aux participants de réfléchir aux réponses qu'il serait possible de donner à la personne qui leur fait de telles avances.

Exemples d'arguments convaincants et de réponses

Argument: Je suis sûr de ne pas être malade, d'ailleurs ai-je l'air malade ?

Réponse: Non, tu as l'air en bonne santé mais il se peut que tu sois malade et que tu ne le saches pas. Je veux prendre soin de moi et je ne veux prendre aucun risque.

Argument: Si tu m'aimais vraiment, tu ferais l'amour avec moi.

Réponse: Je t'aime vraiment, mais je ne veux pas prendre de risque maintenant. Faisons autre chose qui nous fera plaisir à tous les deux, comme nous embrasser et nous caresser.

Argument: Je n'ai pas/n'ai pas pu me procurer de préservatif.

Réponse(s) : Alors attendons et faisons l'amour une autre fois lorsque nous aurons un préservatif. Faisons autre chose qui nous fera plaisir à tous les deux, comme nous embrasser et nous caresser.

Argument: Mais tout le monde le fait. Le sexe est une chose excitante. Est-ce que tu veux vraiment être le dernier à le faire ?

Réponse: Je sais bien que tout le monde n'a pas des rapports sexuels. De plus, je n'ai vraiment pas envie d'avoir des rapports sexuels maintenant.

Argument: Tu es ma petite amie, alors tu dois faire ce que je te dis ou je trouverai quelqu'un d'autre avec qui le faire.

Réponse: Non ! Je ne suis pas obligée de faire ce que tu me dis. Je ne me sens pas bien lorsque je



Activité 2: Communiquer et négocier au sujet des relations sexuelles

suis mise sous pression. N'as-tu donc aucun respect pour ce je veux faire ?

2ème partie : 35–40 minutes

8. Formez des groupes de quatre élèves. Dans chaque groupe, demandez à deux élèves de créer leur propre jeu de rôles en s'inspirant des exemples de combinaisons Argument/Réponse susmentionnée. Le protagoniste qui ne souhaite pas avoir de relations sexuelles devra être capable de communiquer sa décision à son partenaire, avec respect et conviction. Les deux autres élèves font office d'observateur et fournissent leur réaction à la fin de l'exercice. Accordez environ trois minutes aux élèves pour exécuter le jeu de rôle.
9. Demandez à chaque groupe d'engager une discussion sur ce qui vient de se passer, ce qui a bien ou moins bien fonctionné ainsi que sur les points qui pourraient être améliorés. Vous pourrez vous aider des questions suivantes:
 - Comment les élèves se sont-ils sentis au moment de défendre leur décision ? Quels ont été les défis rencontrés?
 - La personne qui refusait les rapports sexuels a-t-elle été à la fois convaincante et respectueuse? Pourquoi ou pourquoi pas?
 - Pensez-vous que l'autre protagoniste respectera sa décision ?
10. Demandez à présent aux élèves d'invertir les rôles afin que les acteurs deviennent observateurs et vice-versa. Les nouveaux acteurs veilleront à intégrer dans leur interprétation, les éléments qui viennent d'être abordés. Puis, chaque groupe commente le second jeu de rôles.
11. Rassemblez le groupe complet afin de discuter des différents points soulevés lors de l'exercice: ce qui a bien ou moins bien fonctionné et les éléments qui pourraient être améliorés, y compris au regard des questions présentées au point 9.
12. Pour clôturer l'activité, dites par exemple : «Dans cette activité, vous avez acquis des connaissances sur la prévention du VIH et d'autres IST. Vous avez également examiné les arguments que peut avancer une personne pour tenter de vous convaincre d'avoir des rapports sexuels avec lui/elle et vous avez appris à exprimer votre refus. Vous pouvez désormais communiquer plus clairement vos décisions à votre partenaire et préserver ainsi votre santé et la sienne. »

[Travail facultatif à réaliser à la maison: Encouragez les élèves à aborder la question de la sexualité avec leurs parents et tuteurs. En quoi les choses sont-elles différentes depuis l'époque où ils avaient leur âge? Quels sont les conseils qu'ils peuvent vous donner? Lors du prochain cours, discutez avec les élèves de leurs expériences personnelles].

Sources:

- Organisation mondiale de la Santé, Internationale de l'Éducation, & Centre pour le développement de l'Éducation (EDC). (2004). Activité 4.2 Attendre ? pas de problème - Livre d'exercices pour la prévention du VIH à l'usage des enseignants (p.133-138). Genève: Organisation mondiale de la Santé.
- Internationale de l'Éducation, Centre pour le développement de l'Éducation (EDC) & Organisation mondiale de la Santé. (2008). Activité 4 : Communiquer et négocier des relations sexuelles plus sûres - Prendre l'initiative sur le VIH et le SIDA: Manuel pratique à l'usage des syndicats d'enseignants pour la promotion de la santé et l'amélioration de l'éducation.

Notes



Activité 3

Tout savoir sur les préservatifs

But: Renforcer les compétences des élèves concernant l'utilisation des préservatifs, afin de leur permettre de se protéger contre l'infection par le VIH et autres IST.

Objectifs d'apprentissage:

- Examiner les questions en lien avec l'utilisation de préservatifs: comment permettent-ils de réduire le risque d'infection par le VIH et autres IST et où peut-on s'en procurer?
- Réaliser une démonstration pratique de l'utilisation d'un préservatif masculin
- Expliquer comment utiliser correctement un préservatif féminin

Méthodes: Discussion en groupe élargi, démonstration, utilisation pratique en binômes

Matériel: Préservatifs féminins et masculins, modèle de pénis ou équivalent. Fiches d'informations sur les préservatifs

Durée: 50–60 minutes

En bref: L'enseignant(e) pose plusieurs questions concernant l'utilisation des préservatifs, où s'en procurer et leur efficacité en matière de prévention du VIH et des autres IST. S'ensuit une discussion de groupe autour de ces questions. L'enseignant(e) fait une démonstration pratique d'une utilisation correcte du préservatif masculin et aborde d'autres questions en lien avec les préservatifs. En binômes, les élèves s'exercent à enfiler et retirer un préservatif masculin à l'aide d'un modèle de pénis ou autre équivalent. L'enseignant(e) fournit également des explications concernant l'usage du préservatif féminin.

Procédures:

1ère partie : 40–45 minutes

1. Présentez les objectifs de l'activité à la classe.
2. Pour démarrer l'activité, dites par exemple : «S'ils sont utilisés convenablement, les préservatifs peuvent prévenir la propagation du VIH et d'autres IST. Cependant, il arrive parfois, que même lorsque les deux partenaires ont décidé d'utiliser un préservatif, ils ne sachent pas comment l'utiliser correctement ou ils ignorent où s'en procurer. Nous allons tout d'abord parler des préservatifs, avant de nous livrer à un exercice pratique».
3. Entamez une brève discussion avec la classe sur les points suivants :
 - Pensez-vous que la plupart des jeunes de votre âge savent ce qu'est un préservatif?
 - Vous est-il possible de parler des préservatifs avec vos amis et vos partenaires?
 - Si cela n'est pas le cas, qu'est ce qui pourrait vous aider à aborder ce sujet avec eux?
 - Où pouvez-vous vous procurer des préservatifs?
 - Les filles peuvent-elles se procurer des préservatifs au même titre que les garçons ?
4. Distribuez la fiche d'information: 'Comment utiliser le préservatif masculin ?'
5. Après la démonstration, encouragez le groupe à discuter des questions suivantes:

Données factuelles

- Comment éviter toute déchirure du préservatif lors de son utilisation ?
 - o Vérifiez la date de validité.
 - o N'utilisez jamais un préservatif sec, collant, décoloré ou endommagé.
 - o N'utilisez jamais un préservatif qui a été exposé à la lumière, la chaleur ou à l'humidité.



Activité 3: Tout savoir sur les préservatifs

- o N'utilisez pas vos ongles, vos dents, des ciseaux, un couteau ou tout autre objet risquant d'endommager le préservatif, pour ouvrir l'emballage.
- o Ne réutilisez jamais un préservatif.
- o N'utilisez jamais deux préservatifs à la fois.

- Quels lubrifiants utiliser avec les préservatifs?
 - o Utilisez des lubrifiants à base d'eau (glycérine, silicone, gel lubrifiant).
 - o N'utilisez pas de lubrifiants à base d'huile.

- Peut-on utiliser des spermicides avec les préservatifs ?
 - o L'utilisation de spermicides avec des préservatifs ne vous protège pas davantage qu'un simple préservatif, contre l'infection par le VIH et autres IST.
 - o N'utilisez pas de préservatifs avec des lubrifiants à base de Nonoxynol 9. Cela contribue à augmenter le risque de propagation du VIH et d'autres IST.

Sujets ouverts à la discussion

- Comment accroître la sensualité lors de l'utilisation d'un préservatif ?
- Comment enfiler et retirer un préservatif sans rompre l'intimité ?

Les réponses dépendront en partie de ce qui convient à chacune des personnes et des couples concernés. L'une des réponses possibles pour accroître la sensualité et préserver l'intimité consisterait à encourager l'autre partenaire à enfiler/retirer le préservatif ou les deux partenaires à s'y employer ensemble.

Accordez du temps aux participants afin qu'ils puissent poser d'autres questions sur les préservatifs et que le groupe puisse discuter des réponses énoncées. Voici quelques questions/réponses envisageables:

- Les préservatifs se déchirent-ils facilement?
Réponse: Pas s'ils sont correctement utilisés. Reportez-vous à la section «Données factuelles» ci-dessus pour obtenir des informations sur les moyens d'éviter les déchirures et sur l'utilisation de lubrifiants.
- Un préservatif peut-il rester bloqué dans le vagin ou l'anus?
Réponse: Non, pas s'il est correctement placé. Veillez à maintenir fermement le bord du préservatif à la base du pénis afin d'éviter qu'il ne glisse.

6. Scindez le groupe en plusieurs binômes. Remettez un préservatif masculin à chaque groupe. Encouragez les élèves à bien vérifier la date de péremption, à se familiariser avec le préservatif et à l'examiner. Les participants qui le souhaitent peuvent s'exercer à glisser et retirer un préservatif sur un modèle de pénis ou équivalent. Demandez à une personne d'en faire la démonstration devant le reste du groupe, puis invitez les autres élèves à faire de même, afin de laisser à chacun l'opportunité de s'exercer.

Note: N'obligez pas les élèves qui se sentent mal à l'aise avec cet exercice, à y participer.

2ème partie : 10–15 minutes

7. Distribuez la fiche d'information relative à l'utilisation du préservatif féminin et faites circuler quelques échantillons aux élèves afin qu'ils puissent les examiner. Vous pourrez préciser que, quoique moins répandu, le préservatif féminin constitue une alternative au préservatif masculin. Il permet aux femmes d'exercer davantage de contrôle en matière de protection contre l'infection au VIH et autres IST et il peut être inséré avant un rapport sexuel. Les préservatifs



Activité 3: Tout savoir sur les préservatifs

féminins sont toutefois plus coûteux que les préservatifs masculins et il est moins facile de s'en procurer. Tout comme son homologue masculin, le préservatif féminin est à usage unique.

8. Suivez les instructions de la Fiche d'information concernant l'utilisation correcte du préservatif féminin. Fournissez des renseignements sur les lieux dans la communauté, où il est possible de s'en procurer. Demandez ensuite aux participants s'ils souhaitent poser d'autres questions.
9. Pour clôturer l'activité, dites par exemple : «Il est possible de prévenir le VIH, le SIDA et les autres IST. L'utilisation de préservatifs est un des principaux moyens de s'en mettre à l'abri. En nous informant et en sachant utiliser correctement les préservatifs, nous pouvons faire beaucoup pour nous protéger nous-mêmes et protéger ceux que nous aimons.»

Sources:

- Organisation mondiale de la Santé, Internationale de l'Éducation, & Centre pour le développement de l'Éducation (EDC). (2004). Activité 5.2 : Tout savoir sur les préservatifs - Livre d'exercices pour la prévention du VIH à l'usage des enseignants (p. 193-195). Genève: Organisation mondiale de la Santé.
- Internationale de l'Éducation, Centre pour le développement de l'Éducation (EDC) & Organisation mondiale de la Santé. (2008). Activité 6 : Pratiques d'utilisation des préservatifs féminin et masculin - Prendre l'initiative sur le VIH et le SIDA: Manuel pratique à l'usage des syndicats d'enseignants pour la promotion de la santé et l'amélioration de l'éducation.

Notes



Activité 3: Tout savoir sur les préservatifs

COMMENT UTILISER LE PRÉSERVATIF MASCULIN POUR PREVENIR LE VIH, LE SIDA ET AUTRES IST

1. S'il est utilisé convenablement et de manière systématique, le préservatif masculin est un moyen efficace pour prévenir l'infection par le VIH et les autres IST. En cas d'utilisation inappropriée, le préservatif pourra se déchirer ou glisser.
2. Soyez sûr d'avoir un préservatif avant d'en avoir besoin.
3. Utilisez un préservatif neuf en latex, pour tout rapport sexuel vaginal, anal ou oral. Le latex (caoutchouc) agit comme un obstacle au VIH. Les préservatifs «en membrane d'agneau» ou «membrane naturelle» peuvent être moins fiables car ce matériau est poreux. Le mot «latex» doit figurer sur l'emballage.
4. Vérifiez la date de péremption ou la date de fabrication.
 - Évitez d'utiliser un préservatif dont la date de péremption est dépassée. N'utilisez que des préservatifs neufs.
 - N'utilisez pas les préservatifs qui sont collants, secs, décolorés ou endommagés de quelque façon que ce soit.
 - N'utilisez pas un préservatif qui a été exposé à la chaleur, à la lumière, à l'humidité ou conservé dans votre portefeuille pendant un certain temps.
5. Utilisez un préservatif pendant toute la durée du rapport sexuel – du début à la fin.
6. Enfilez le préservatif dès que le pénis est en érection et avant qu'il n'entre en contact avec la bouche, les organes génitaux ou l'anus de votre partenaire.
 - Ouvrez l'emballage avec précaution pour ne pas déchirer le préservatif (n'utilisez pas vos dents, vos ongles, des ciseaux, un couteau ou tout autre objet tranchant susceptible d'endommager le préservatif).
 - Lorsque vous enflez le préservatif, tenez-le de manière à ce que le bord enroulé soit tourné vers l'extérieur.
 - Si l'homme n'est pas circoncis, faites glisser le prépuce vers la base du pénis.
 - Laissez un petit espace à l'extrémité du préservatif pour recueillir le sperme et l'empêcher de s'écouler ou utilisez un préservatif pourvu d'un réservoir.
 - Pincez l'extrémité du préservatif et déroulez celui-ci sur toute la longueur du pénis en érection. Veillez à ce qu'il n'y ait pas d'air dans l'extrémité du préservatif.
 - Le préservatif doit se dérouler facilement. Ne forcez pas pour le dérouler car il pourrait se déchirer pendant votre rapport.
7. N'utilisez PAS de lubrifiants à base d'huile.
 - Une lubrification appropriée est importante afin d'empêcher que le préservatif ne se déchire, mais utilisez uniquement des lubrifiants à base aqueuse tels que la glycérine ou les gelées lubrifiantes (ex: gelée KY).
 - Les lubrifiants à base d'huile, comme la vaseline, la pommade, les lotions, crèmes ou huiles (ex.: pour bébés, pour cuisiner, ou à base de noix de coco) ramolliront le latex, ce qui peut entraîner la déchirure du préservatif.
8. Si vous sentez que le préservatif se déchire pendant votre rapport sexuel, arrêtez immédiatement et retirez-vous.
9. Ne poursuivez le rapport sexuel qu'après avoir mis un nouveau préservatif.
10. Retirez-vous de votre partenaire immédiatement après l'éjaculation, alors que le pénis est encore en érection.
 - Tenez fermement le bord du préservatif à la base du pénis pour éviter qu'il ne glisse et empêcher que le sperme ne se répande.
 - Enveloppez le préservatif dans du papier jusqu'à ce que vous puissiez le jeter dans un cabinet à fosse ou un sac à ordures fermé. Ne jetez jamais de préservatifs dans les toilettes, car cela pourrait endommager les canalisations.

⌘ ⌘ ⌘ NE RÉUTILISEZ PAS LE MÊME PRÉSERVATIF ⌘ ⌘ ⌘

Source:

- Source: Organisation mondiale de la Santé. (2007). Le préservatif masculin, Chapitre 13. Family planning: A global handbook for providers. Disponible (en anglais) à l'adresse : http://www.infoforhealth.org/globalhandbook/book/fph_chapter13/index.shtml



Activité 3: Tout savoir sur les préservatifs

COMMENT UTILISER LE PRÉSERVATIF FÉMININ POUR PRÉVENIR LE VIH, LE SIDA ET AUTRES IST

S'il est utilisé convenablement et de manière systématique, le préservatif féminin est un moyen efficace pour prévenir l'infection par le VIH et les autres IST. En cas d'utilisation inappropriée, le préservatif pourra se déchirer ou glisser. Chaque préservatif ne doit être utilisé qu'une seule fois. Un nouveau préservatif est nécessaire pour chaque rapport sexuel.

1. Ouvrez l'emballage avec précaution. N'utilisez pas vos dents ou des ciseaux.
2. Assurez-vous que le préservatif est complètement lubrifié à l'intérieur et à l'extérieur. Frottez le préservatif pour répandre le lubrifiant.
3. Choisissez une position confortable pour insérer le préservatif: accroupissez-vous, tenez-vous debout avec un pied sur un tabouret ou une chaise basse, asseyez-vous ou allongez-vous.
4. Tout en tenant le préservatif par le bout fermé, saisissez l'anneau interne souple et flexible et pressez-le entre le pouce et le majeur jusqu'à ce qu'il devienne long et étroit.
5. Avec l'autre main, écartez les lèvres extérieures de votre vagin.
6. Introduisez doucement l'anneau interne dans le canal vaginal. Placez votre index à l'intérieur du préservatif et poussez l'anneau interne vers le haut autant que vous le pouvez. L'anneau externe reste à l'extérieur du vagin.
7. Pendant les rapports, introduisez doucement le pénis dans votre vagin. Assurez-vous que le pénis n'entre pas sur le côté du préservatif.
8. Si le préservatif s'enlève ou s'enfonce, c'est qu'il n'y a pas suffisamment de lubrifiant. Ajoutez-en soit à l'intérieur du préservatif, soit sur le pénis.
9. Pour enlever le préservatif, tournez l'anneau externe et retirez le préservatif en douceur. Retirez-le complètement avant de vous lever pour éviter de répandre le sperme.
10. Enveloppez le préservatif dans son étui ou dans du papier jusqu'à ce que vous puissiez le jeter dans un cabinet à fosse ou un sac à ordures fermé. Ne jetez jamais de préservatifs dans les toilettes, car cela pourrait endommager les canalisations.

Autres points importants à ne pas oublier:

- Le préservatif féminin peut être placé dans le vagin plusieurs heures avant les rapports sexuels (jusqu'à 8 heures) ou immédiatement avant les rapports.
- Le préservatif féminin ne doit pas être immédiatement enlevé après les rapports.
- Évitez d'utiliser un préservatif dont la date de péremption est dépassée. Servez-vous-en uniquement si vous n'avez pas aucun autre préservatif neuf à votre disposition.
- Le préservatif féminin est en polyuréthane. Il n'est donc pas sensible aux variations de température et à l'humidité et peut être utilisé avec un lubrifiant à base d'huile, de glycérine ou de silicone.
- Exercez-vous à introduire le préservatif plusieurs fois avant d'avoir des rapports sexuels afin de maîtriser son fonctionnement.
- Pour une protection contre les IST, il peut être utilisé en même temps que le stérilet (dispositif intra-utérin consistant en un petit objet en forme de T placé dans l'utérus dans le but d'éviter les grossesses) les méthodes hormonales et la stérilisation.
- Le préservatif féminin peut également être utilisé comme protection en cas de rapports anaux.
- Le préservatif féminin ne doit pas être utilisé en même temps que le préservatif masculin, parce que le frottement fera glisser le préservatif masculin et enfoncera le préservatif féminin.

⌘ ⌘ ⌘ NE RÉUTILISEZ PAS LE MÊME PRÉSERVATIF ⌘ ⌘ ⌘

Sources:

- Organisation mondiale de la Santé. (2007). Le préservatif féminin, Chapitre 14. Family planning: A global handbook for providers. Disponible (en anglais) à l'adresse : http://www.inforhealth.org/globalhandbook/book/fph_chapter14/index.shtml. (2007).
- Organisation mondiale de la Santé et ONUSIDA. (2000). Explaining the female condom to potential users. In The female condom: A guide for planning and programming. Disponible (en anglais) à l'adresse : http://www.who.int/reproductive-health/publications/RHR_00_8/RHR_00_8_chapter5.en.html



Activité 4

Dépasser les freins liés à l'utilisation des préservatifs

But: Développer des compétences, y compris sur le plan de la négociation, en vue de lever les freins liés à l'utilisation du préservatif et de permettre aux élèves de se protéger contre l'infection par le VIH et d'autres IST.

Objectifs d'apprentissage:

- Répertorier les raisons pour lesquelles les préservatifs ne sont pas utilisés
- Examiner des moyens de lever ces freins
- Mettre en pratique des compétences sur le plan de la communication et de la négociation, en vue de négocier des rapports sexuels protégés avec un partenaire

Méthodes: Session de «brainstorming», discussion en groupe élargi, jeux de rôles

Matériel: Tableau noir et craies ou tableau à feuilles mobiles et marqueurs

Durée: 55–65 minutes

En bref: Les élèves engagent une session de «brainstorming». Ils discutent des raisons qui poussent certaines personnes à ne pas faire usage de préservatifs et envisagent des moyens de dépasser ces freins. Par groupes de trois, les élèves se livrent ensuite à un jeu de rôles dans lequel ils intègrent quelques-unes des excuses mentionnées pour justifier la non-utilisation des préservatifs. Ils répondent aux arguments avancés et négocient en faveur de rapports sexuels protégés.

Procédures:

1ère partie : 15–20 minutes

1. Présentez les objectifs de l'activité à la classe.
2. Pour démarrer l'activité, dites par exemple : «Même si nous savons que lorsqu'ils sont correctement utilisés, les préservatifs peuvent contribuer à réduire le risque d'infection par le VIH et autres IST, il peut arriver que nous ou notre partenaire trouvions des excuses pour éviter d'y avoir recours. Dans cette activité nous examinerons ces excuses et nous envisagerons des moyens de les outrepasser, en encourageant la communication entre partenaires».
3. Invitez les élèves à dresser une liste d'excuses que pourrait avancer une personne qui souhaiterait avoir des rapports sexuels non protégés avec eux. Notez les réponses sur un tableau noir ou à feuilles mobiles.
4. Lorsque l'ensemble de la classe est d'accord avec la liste proposée, demandez aux élèves de réfléchir à une réponse possible pour chacune des excuses invoquées.

Exemples d'excuses et de réponses envisageables

S'ils n'ont pas de préservatif:

Excuse: *Je n'ai pas de préservatif/Je ne peux pas me procurer de préservatif.*

Réponse(s): Attendons et faisons l'amour une autre fois, lorsque nous aurons un préservatif.
Faisons autre chose qui nous fera plaisir à tous les deux.

Excuse: *J'ignore où me procurer des préservatifs.*

Réponse(s): Je crois savoir où il est possible de s'en procurer. Allons en chercher avant d'avoir des rapports sexuels (mentionner les lieux de distribution dans votre communauté).

Demandons où il est possible de se procurer des préservatifs (indiquez le nom d'une personne susceptible de vous renseigner). En attendant, faisons autre chose qui nous fera plaisir à tous les deux.

Excuse: *Les préservatifs coûtent trop cher.*

Réponse(s): Je sais où nous pouvons en obtenir gratuitement.

Je participerai aux frais. Je tiens vraiment à préserver notre santé.

En attendant d'avoir des préservatifs, faisons autre chose qui nous fera plaisir à tous les deux.



Activité 4: Dépasser les freins liés à l'utilisation des préservatifs

S'ils ont un préservatif:

Excuse: Les préservatifs tuent le sexe.

Réponse(s): Je ne me sentirai pas à l'aise si je suis inquiète.

Avec la certitude d'être protégé, je me sentirai beaucoup plus à l'aise.

Nous pourrions les placer ensemble de sorte que cela fasse partie de notre jeu amoureux.

Excuse: Aucun de mes amis n'utilise de préservatif!

Réponse(s): Peut-être est-ce parce qu'ils n'ont pas le même sens des responsabilités que toi.

Peut-être est-ce parce qu'ils ne savent pas où s'en procurer, tu pourras le leur dire.

Excuse: J'ai entendu dire que les préservatifs peuvent rester bloqués à l'intérieur du corps et rendre malade.

Réponse: Je sais que cela n'est pas vrai. Si un préservatif est placé correctement, il ne glissera pas.

Excuse: Les préservatifs sont réservés aux malades. Est-ce que tu trouves que j'ai l'air malade?

Réponse: Pas du tout, mais très souvent il n'est pas possible de dire si quelqu'un est infecté par une IST ou pas, simplement en le regardant. Tout ce que je veux, c'est que nous soyons tous les deux protégés.

- Si la classe n'a pas encore abordé ce sujet, veillez à introduire à ce stade la question des lieux où il est possible de se procurer des préservatifs dans la communauté. En voici quelques-uns: centres médicaux, centres de dépistage volontaire, planning familial, programmes d'éducation à la santé, pharmacies et autres magasins.

2ème partie : 40–45 minutes

- Répartissez les élèves en groupes de trois. Demandez-leur de créer leur propre jeu de rôles en s'inspirant d'un exemple de combinaisons Excuse/Réponse susmentionnées. L'objectif de cette activité consiste à persuader votre partenaire d'utiliser un préservatif. Le troisième participant fait office d'observateur et fournira ses réactions. Accordez environ 3 minutes pour ce jeu de rôle.
- Demandez à chaque groupe d'engager une discussion sur ce qui vient de se passer, ce qui a bien ou moins bien fonctionné et les points qui pourraient être améliorés.
- Invitez les élèves à rejouer le même scénario, cette fois-ci en changeant les rôles et en prenant soin d'intégrer les éléments qu'ils viennent d'assimiler. S'ensuit une discussion sur ce dernier jeu de rôle.
- Si vous disposez de suffisamment de temps, demandez aux élèves d'intervertir les rôles une dernière fois et de choisir une nouvelle combinaison d'excuses et de réponses à mettre en scène. Les élèves auront ainsi la possibilité de jouer chaque rôle et d'être observateur.
- Reformez le groupe complet et discutez des questions qui ont été soulevées, de ce qui a bien ou moins bien fonctionné ainsi que des points à améliorer. Servez-vous des questions suivantes pour guider la discussion :
 - Quelles situations avez-vous choisies? Pourquoi?
 - Quelles alternatives avez-vous suggéré à votre partenaire?
 - Quelles ont été les situations les plus difficiles à interpréter? Quelles ont été les situations les plus faciles à jouer? Pourquoi?
 - Avez-vous eu l'impression que vos réponses étaient efficaces?
 - Quelle(s) modification(s) apporteriez-vous à votre réponse maintenant que vous savez l'effet qu'elle a produit?
- Pour clôturer l'activité, dites par exemple : «Il peut sembler difficile à première vue, de convaincre quelqu'un d'utiliser un préservatif ou d'adopter des comportements qui ne soient pas aussi risqués que les rapports non protégés. Maintenant que vous vous êtes exercés à utiliser un préservatif, vous êtes capable de revendiquer l'adoption de comportements sûrs».

Sources:

- Organisation mondiale de la Santé, Internationale de l'Éducation, & Centre pour le développement de l'Éducation (EDC). (2004). Activité 5.1 Qu'est-ce qui est à risque et comment puis-je rester en sécurité - Livre d'exercices pour la prévention du VIH à l'usage des enseignants (p.187-192). Genève: Organisation mondiale de la Santé.
- Organisation mondiale de la Santé, Internationale de l'Éducation, & Centre pour le développement de l'Éducation (EDC). (2004). Activité 5.4 : Je n'ai pas de préservatifs - Livre d'exercices pour la prévention du VIH à l'usage des enseignants (p 203-207). Genève: Organisation mondiale de la Santé.



Activité 5

Conseil et dépistage volontaire

But: Permettre aux élèves d'identifier les mesures à prendre pour connaître leur propre statut sérologique vis-à-vis du VIH.

Objectifs d'apprentissage:

- Présenter le processus de conseil et de dépistage volontaire du VIH (CDV) et décrire ses avantages
- Développer les compétences des élèves à communiquer au sujet du CDV et à négocier un éventuel recours à ces services

Méthodes: Présentation succincte, session de «brainstorming», discussion en groupe élargi, jeux de rôles

Durée: 55–60 minutes

En bref: L'enseignant(e) fournit des informations sur le CDV. Les élèves se lancent alors dans une session de «brainstorming» sur ce thème et discutent des avantages liés à ces services. Par groupes de trois, les élèves participent à un jeu de rôles et s'exercent à expliquer en quoi consistent les services de conseil et de dépistage volontaire du VIH et quels en sont les avantages.

Procédures:

1ère partie : 20 minutes

1. Présentez les objectifs de l'activité à la classe.
2. Invitez les participants à partager leurs connaissances eu égard au statut sérologique vis-à-vis du VIH et au processus de conseil et de dépistage volontaire (CDV).
3. Expliquez la façon de découvrir sa séropositivité et de procéder à un test de dépistage. Il est recommandé d'aborder les points suivants :

1. Comment une personne peut-elle savoir si elle est infectée ou pas par le VIH ?

Le seul moyen fiable dont dispose une personne pour savoir si elle est séropositive, est de se soumettre à un test sérologique, réalisé par un professionnel de la santé. Le test de détection d'anticorps au VIH est le plus couramment utilisé. Il permet de déterminer si des anticorps produits par le système immunitaire en réaction au VIH, sont présents dans le sang. La présence d'anticorps dans le sang d'un individu signale une infection au VIH. Une personne est séropositive si elle est infectée par le virus. Elle est séronégative si aucune infection au virus n'a été détectée.

La plupart des individus ne développent pas d'anticorps au VIH détectables dans les 6 à 12 semaines qui suivent une exposition au virus. C'est la raison pour laquelle, après toute exposition éventuelle au VIH, il est recommandé d'attendre trois mois avant de procéder à un test de dépistage. Il convient également pendant cette période de s'abstenir de toute relation sexuelle non protégée ou de tout comportement à risque. Toutefois, pendant la période où les anticorps ne sont pas détectables, des niveaux élevés du virus peuvent déjà être présents dans le sang, le sperme, les sécrétions vaginales et le lait maternel de la personne concernée. Cela signifie qu'il ou elle peut tout à fait transmettre le virus à d'autres. Dans certains cas, il faut attendre jusqu'à six mois avant de détecter des anticorps au VIH. Par conséquent, il est recommandé de faire un autre test de dépistage six mois après une éventuelle exposition au virus.

2. Quelle aide un conseiller pourra-t-il apporter à une personne qui souhaite se soumettre à un test ?

Un conseiller apporte ses conseils avant et après le test de dépistage.

- Les conseils «pré-test» abordent les questions relatives au processus de dépistage, aux résultats du test - qu'ils soient négatifs ou positifs -, aux risques potentiellement encourus, aux moyens envisageables pour réduire ces risques ainsi qu'aux actions que vous entendez mettre en œuvre une fois que vous serez en possession des résultats.



Activité 5: Conseil et dépistage volontaire

- Les conseils «post-test» vous préparent à prendre les décisions qui conviennent (et ce, quel que soit le résultat de votre test). Ils fournissent des informations claires et factuelles dans le but de vous aider à faire des choix qui vous permettront de rester en bonne santé et d'adopter des pratiques sexuelles plus sûres.

3. Le conseil et le dépistage sont-ils confidentiels ?

Oui. Les résultats du test et l'ensemble des informations abordées dans le cadre des séances de conseil restent confidentiels. En outre, le choix de vous soumettre ou pas à un test, vous appartient. C'est la raison pour laquelle, on fait souvent référence au processus de conseil et de dépistage «volontaire» (CDV).

4. Où puis-je accéder à des services de conseil et de dépistage volontaire du VIH?

Les services de conseil et de dépistage volontaire sont disponibles dans différents lieux, notamment les cliniques locales ou centre médicaux, les hôpitaux, les centres traitant spécifiquement de CDV et les cabinets médicaux.

4. Demandez aux élèves d'engager une session de «brainstorming» sur les avantages inhérents au conseil et au dépistage volontaire du VIH et à la connaissance du statut sérologique. Assurez-vous que les avantages suivants soient pris en compte :
 - Si vous êtes infecté(e) par le VIH, vous pouvez avoir accès au traitement et au soutien dont vous avez besoin et ajuster votre façon de vivre, par exemple en adoptant une alimentation équilibrée, en faisant du sport et en vous reposant suffisamment afin de vous maintenir en bonne santé le plus longtemps possible, de retarder la progression de la maladie et de prolonger votre vie.
 - Que vous soyez ou pas infecté(e) par le VIH, il vous est possible de vous informer sur les moyens d'avoir des relations sexuelles plus sûres et de privilégier ce type de relations, dans le but de garantir votre propre protection et celle de votre partenaire.
 - Si vous êtes infecté(e) par le VIH, il est de votre responsabilité de conseiller à vos partenaires sexuels récents d'avoir recours aux services de CDV.
 - Si vous êtes infecté(e) par le VIH et que vous êtes enceinte ou que vous envisagez une grossesse, vous pouvez prendre des médicaments qui réduiront vos chances de transmettre le VIH à votre enfant.

2ème partie : 45 minutes

5. Répartissez les élèves en groupes de trois pour préparer un jeu de rôles. Le scénario implique deux personnes qui se fréquentent mais qui n'ont pas encore eu de rapports sexuels et qui envisagent d'effectuer un test de dépistage du VIH. Un des élèves met en avant les avantages liés aux services de conseil et de dépistage volontaire. Il/elle tente de convaincre son/sa partenaire de l'importance de ce processus. Le/la partenaire fait part de ses inquiétudes à ce sujet et pose diverses questions auxquelles l'autre protagoniste est tenu de répondre. Les interventions de chacun des participants doivent traduire un sentiment de respect mutuel à l'égard du point de vue et des craintes exprimées par l'autre. Le troisième élève fait office d'observateur et fournit les réactions des pairs. Accordez environ 5 minutes pour l'exécution de ce jeu de rôles.
6. Après le jeu de rôles, les élèves discutent de la mise en scène avec leur groupe. Ils tranchent sur le fait que, selon eux, la personne a réussi ou échoué à convaincre son/sa partenaire d'avoir recours à des services de CDV. Ils décident aussi si chaque intervenant a bien respecté le point de vue et les inquiétudes de son/sa partenaire.
7. Demandez aux élèves de reprendre le même scénario mais en changeant de rôles. En vue d'améliorer les interactions, invitez-les à utiliser les éléments mis en exergue au cours de la discussion. Puis, discutez de cette deuxième interprétation du jeu de rôles.
8. Reformez le groupe complet et engagez une discussion sur les questions suivantes :
 - Le/la partenaire a-t'il/elle été convaincu(e) de l'importance d'avoir recours au CDV? Si oui, pour quelles raisons ? Le cas échéant, pourquoi ?
 - Quelles sont les questions qui ont été soulevées, du fait que les deux protagonistes partageaient



Activité 5: Conseil et dépistage volontaire

- déjà une relation intime et qu'ils voulaient avec des relations sexuelles pour la première fois ?
- Chaque protagoniste a-t'il bien respecté les craintes et le point de vue de l'autre?
- Comment chaque élève pourrait-il donner davantage de poids à ses propos afin d'être plus convaincant et plus respectueux ?

Enfin, soulignez encore une fois combien il est important pour toute personne active sexuellement de se soumettre régulièrement à des tests de contrôle et de divulguer son statut sérologique à ses partenaires. Demandez aux élèves s'ils souhaitent faire part de commentaires ou poser d'autres questions.

9. Pour clôturer l'activité, dites par exemple: «Au cas où vous décideriez d'avoir recours à des services de conseil et de dépistage volontaire du VIH, vous êtes désormais informés à ce sujet. Apprendre que l'on est séropositif peut être une expérience douloureuse. Cependant, grâce à toutes les informations dont vous disposez à présent, vous êtes en mesure de faire face à cette situation d'une manière saine et constructive tant pour vous que pour votre partenaire. Si vous apprenez que vous n'êtes pas infecté(e) par le VIH, les services de conseil vous procureront des renseignements inégalables sur les moyens de vous protéger contre l'infection par le VIH.»

Activité adaptée à partir de :

- Pulizzi, S., & Rosenblum, L. (2008). Grades 10–12, Activity four: HIV counselling and testing. In HIV and AIDS activities 1–8 (Year 1) for youth in KwaZulu Natal, South Africa [Project document]. KwaZulu Natal, South Africa: Mpilonhle Mobile Health and Education Project.
- Internationale de l'Éducation, Centre pour le développement de l'Éducation (EDC) & Organisation mondiale de la Santé. (2008). Activité 5 : Conseil et dépistage volontaire du VIH -Prendre l'initiative sur le VIH et le SIDA: Manuel pratique à l'usage des syndicats d'enseignants pour la promotion de la santé et l'amélioration de l'éducation.

Notes



Activité 6

S'informer sur les services relatifs au VIH et au SIDA

But: S'informer sur les services sociaux et les services de santé à disposition dans la communauté ainsi que sur les moyens d'accéder à des services relatifs au VIH, au SIDA et autres questions de santé reproductive, afin de permettre aux élèves de recourir aux services dont ils ont besoin et d'aider les autres à faire de même.

Objectifs d'apprentissage:

- Examiner en quoi consistent les services sociaux et de santé et pourquoi ils sont importants
- Identifier les services sociaux et de santé à disposition dans la communauté, susceptibles d'apporter un soutien aux personnes en termes de santé physique, affective, spirituelle et de répondre à des besoins sur le plan de l'éducation, de l'emploi, des finances en lien avec le VIH, le SIDA et d'autres questions de santé reproductive
- Renforcer les aptitudes des élèves à interroger des personnes compétentes en vue de recueillir des informations
- Organiser et présenter des informations concernant l'accès à des services en lien avec le VIH et le SIDA

Méthodes: Session de «brainstorming», discussion en groupe élargi, exercice pratique d'interview en direct, présentation succincte par les élèves

Préparation préliminaire pour les enseignants:

Renseignez-vous en amont pour vous procurer les noms, adresses et numéros de téléphone d'organismes fournisseurs de services en lien avec le VIH et le SIDA au sein de votre communauté. Si possible, essayez d'obtenir les coordonnées de personnes que les élèves pourront interviewer.

Matériel: Tableau noir et craies ou tableau à feuilles mobiles et marqueurs, liste d'organisations locales traitant des questions en lien avec le VIH et le SIDA, carte de la communauté

Durée: 2 sessions de 50–60 minutes chacune et devoirs à faire à la maison entre chaque session

En bref:

Session A: Les élèves réfléchissent ensemble à l'importance des services sociaux et de santé. Ils identifient ensuite les services en lien avec le VIH, le SIDA et autres questions de santé reproductive, à disposition dans leur communauté. Ils acquièrent les compétences nécessaires pour mener des entretiens et collecter des informations auprès d'organismes localisés dans leur communauté.

Devoirs: Par groupes de deux ou trois, les élèves visitent une organisation prestataire de services en lien avec le VIH et le SIDA, dans leur communauté. Ils interrogent le personnel sur les services à disposition ainsi que sur les modalités d'accès à ces services.

Session B: Note: Cette session devra impérativement être organisée une fois que les élèves auront eu l'opportunité de visiter un organisme prestataire de services.

Sur une carte de leur communauté, les élèves localisent l'organisme sélectionné. Chaque groupe fait ensuite une présentation succincte des services qu'il propose et des conditions d'accès à ces services.

Procédures:

Class A: 50–60 minutes

Part 1: 25–30 minutes

1. Présentez les objectifs de l'activité à la classe. Expliquez aux élèves que l'activité sera articulée autour de deux sessions et qu'entre chaque session, ils devront réaliser un travail à la maison qui impliquera la visite en petits groupes, d'un organisme prestataire local.



Activité 6: S'informer sur les services relatifs au VIH et au SIDA

2. Demandez aux élèves de réfléchir en commun à ce que sont les services sociaux et de santé et pourquoi ils sont importants. Veillez à inclure les services qui fournissent un soutien aux personnes sur le plan de la santé physique, affective et spirituelle et ceux qui couvrent les questions relatives à l'éducation, l'emploi et les finances en lien avec le VIH, le SIDA et d'autres questions de santé reproductive. Insistez sur le rôle déterminant que jouent ces services pour aider chacun à se maintenir bonne santé, à prévenir d'éventuels problèmes et à gérer les difficultés au moment où elles se présentent, en vue d'éviter qu'une situation ne s'aggrave.
3. Invitez les élèves à engager une session de «brainstorming» et à décrire les services sociaux et de santé dont ils ont entendu parler ou auxquels ils ont déjà eu recours. Inscrivez leurs réponses sur un tableau noir ou à feuilles mobiles. Vous pourrez mentionner les services suivants et en discuter:

Pour répondre à des besoins divers, y compris en lien avec le VIH et le SIDA:

- Soins généraux de santé
- Planning familial et prévention des IST
- Soins palliatifs (gestion de la douleur et des autres symptômes gênants)
- Méthodes de guérison traditionnelle
- Soutien affectif, social et spirituel
- Soutien en faveur de l'accès à l'éducation et l'emploi
- Soutien financier

Spécifiquement pour le VIH et le SIDA:

- Conseil et dépistage du VIH
- Traitement antirétroviral (ARV): forme de traitement à base de médicaments qui peut ralentir la progression du VIH et du SIDA mais qui ne permet pas de guérir l'infection par le VIH ou le SIDA.
- Prévention et traitement des infections opportunistes pour les personnes qui vivent avec le SIDA.
- Prévention de la transmission de la mère à l'enfant. Des médicaments peuvent être administrés à une femme enceinte afin de prévenir la transmission du VIH de la mère à l'enfant pendant la grossesse, à l'accouchement ou lors de l'allaitement maternel.

4. Demandez au groupe élargi de réfléchir aux lieux où il est possible de trouver les différents services qu'ils viennent d'évoquer et d'indiquer le type de personnels qui prodiguent les soins mentionnés. Veuillez noter qu'un centre de santé ou tout autre organisme peut parfois fournir plusieurs services.

Voici quelques organismes que vous pourrez citer:

- Clinique locale
- Centres de conseil et de dépistage du VIH
- Hôpitaux
- Organismes de sécurité sociale
- Organisations religieuses

Particuliers (exerçant en tant que travailleur indépendant ou au sein d'un organisme)

- Docteurs
- Infirmières
- Nutritionnistes
- Travailleurs sociaux
- Conseillers
- Éducateur de santé
- Agents de santé communautaire
- Responsables religieux
- Guérisseurs traditionnels



Activité 6: S'informer sur les services relatifs au VIH et au SIDA

2ème partie : 25–30 minutes

5. Expliquez aux élèves que par groupes de deux ou trois, ils vont devoir visiter des organismes prestataires au sein de leur communauté afin d'obtenir des informations sur les services proposés et sur la manière d'y accéder. Demandez aux élèves d'organiser une activité de «brainstorming» sur les questions qu'ils pourraient poser dans le cadre de leur visite. Notez ces questions sur un tableau noir ou à feuilles mobiles et assurez-vous que les points suivants sont évoqués :
- Quels sont les services fournis par votre organisme ?
 - Parmi ces services quels sont ceux en lien avec le VIH, le SIDA et d'autres questions de santé reproductive ?
 - Comment une personne peut-elle bénéficier de ces services ?
 - Quelles répercussions ces services ont-ils sur la vie des personnes qui y ont recours ?
 - Quels sont les autres services similaires aux votre disponibles dans la communauté?

Invitez les élèves à noter ces questions afin de s'en servir au moment de mener leur interview.

6. Répartissez la classe en petits groupes de deux ou trois personnes. Attribuez à chaque groupe un organisme prestataire à visiter et fournissez-leur l'adresse, le numéro de téléphone ainsi que les coordonnées d'une personne de contact.
7. Expliquez à la classe qu'un élève de chaque groupe sera chargé de contacter dès que possible, l'organisme en question afin de convenir d'un rendez-vous, qui permettra au groupe de s'entretenir avec un ou plusieurs membres du personnel. L'objectif de cette initiative est de réaliser l'ensemble des interviews dans les (à vous d'indiquer ici la durée limite impartie) semaines/jours à venir afin que le groupe puisse présenter ses résultats à la classe le (précisez la date). Demandez aux élèves s'ils souhaitent poser des questions.
8. Accordez environ 5 minutes aux groupes afin qu'ils se concertent sur le choix d'une date à laquelle réaliser l'entrevue et qu'ils désignent l'élève qui sera chargé de planifier la rencontre.
9. Pour clôturer l'activité, dites par exemple : «En visitant un organisme prestataire de services en matière de VIH et de SIDA et en interrogeant un ou plusieurs membres du personnel, vous serez mieux informés sur les services à disposition dans votre communauté. Lors de notre prochain cours, nous tirerons tous profit des d'informations recueillies par chaque groupe.»

Activité adaptée à partir de :

- Pulizzi, S., & Rosenblum, L. (2008). Grades 10-12, activity five: Accessing health and social services in my community. In HIV and AIDS activities 1-8 (Year 1) for youth in KwaZulu Natal, South Africa. Project Document. KwaZulu Natal, South Africa: Mpilohle Mobile Health and Education Project.

Session B: 50–60 minutes

1. Présentez les objectifs de l'activité à la classe.
2. Demandez aux élèves d'échanger leurs réactions sur les entretiens qu'ils ont menés dans les divers organismes prestataires. Qu'est ce qui a bien fonctionné? Quels défis ont-ils rencontrés?
3. Invitez chaque groupe à localiser l'organisme visité sur la carte de la communauté que vous aurez pris soin d'afficher au mur. Demandez-leur de présenter brièvement les services fournis par ce prestataire et les modalités pour y accéder. Les questions de l'interview peuvent servir de trame aux élèves pour leur présentation. En fonction du nombre total de groupes, allouez le temps qu'il convient à chacun d'entre eux. Comptez 3–5 minutes par groupe.



Activité 7

Gestion positive du stress et des émotions

But: Développer des compétences qui permettent de gérer positivement le stress et les émotions et d'aider les autres à faire de même en vue de mieux affronter les situations de stress, notamment celles en lien avec le VIH et le SIDA.

Objectifs d'apprentissage:

- Identifier les situations qui sont sources de stress, décrire les sentiments éprouvés par des personnes exposées au stress et définir les formes de soutien qui pourraient les aider à mieux y faire face
- Mettre en pratique les moyens de solliciter le soutien d'autrui en cas de situation de stress, et d'apporter son soutien à une personne exposée au stress

Méthodes: Session de «brainstorming», discussion en groupe élargi, jeux de rôles

Matériel: Tableau noir et craies ou tableau à feuilles mobiles et marqueurs

Durée: 50–60 minutes

En bref: Par le biais d'activités de «brainstorming», le groupe réfléchit aux diverses situations pouvant générer un haut niveau de stress. Les élèves considèrent les sentiments éprouvés par les personnes confrontées à de telles situations, les méthodes envisageables pour pouvoir surmonter ce stress ainsi que le type de soutien dont elles pourraient avoir besoin. Ces situations peuvent concerner des personnes vivant avec ou affectées par le VIH et le SIDA. Par groupe de trois, les participants jouent la scène proposée dans laquelle un des protagonistes apporte son soutien à un ami dont la mère est malade à cause du SIDA.

Procédures:

1ère partie : 20 minutes

1. Présentez les objectifs de l'activité à la classe.
2. Pour démarrer l'activité, dites par exemple: «Chacun d'entre nous, à un moment de sa vie doit faire face à des émotions fortes et au stress. Plusieurs sortes d'évènements peuvent être à l'origine de ces émotions et de ce stress, comme par exemple la maladie ou le décès d'un membre de notre famille, d'un ami ou encore des changements dans notre vie personnelle ou professionnelle. Les personnes en situation de stress ont besoin de se sentir soutenues. Elles doivent également apprendre à faire appel aux autres pour obtenir le soutien dont elles ont besoin.»
3. En groupe élargi, demandez aux participants de réfléchir à des réponses aux questions suivantes. Notez ces réponses sur un tableau noir ou à feuilles mobiles.
 - a. Quelles sont les situations susceptibles de générer un haut niveau de stress chez une personne ?

Voici quelques exemples que vous pourrez mentionner :

- o Maladie d'une personne, d'un membre de la famille ou d'un ami proche.
- o Décès d'un membre de la famille ou d'un ami proche.
- o Difficultés d'ordre scolaire
- o Perte de travail
- o Difficultés dans les relations avec les autres
- o Stigmatisation et discrimination à l'encontre de la personne, de membres de la famille ou d'un ami proche



Activité 7: Gestion positive du stress et des émotions

- b. Quels peuvent être les sentiments éprouvés par une personne exposée à une situation de stress extrême ?

Voici quelques exemples que vous pourrez mentionner :

- o Choc, sensation d'engourdissement
- o Incrédulité, déni
- o Tristesse, dépression
- o Solitude
- o Colère, frustration
- o Culpabilité
- o Anxiété
- o Impuissance
- o Rejet ou peur d'être rejeté par les autres

- c. Quels sont les moyens qui permettent de gérer de manière positive, le stress et les sentiments évoqués ?

Voici quelques exemples que vous pourrez mentionner :

- o Prendre le temps de réfléchir à la situation.
- o Prier ou méditer.
- o Aller se promener ou faire de l'exercice.
- o Se reposer suffisamment.
- o Parler de ses problèmes et des sentiments que vous éprouvez avec d'autres personnes en qui vous avez confiance, notamment des adultes et des amis.
- o Participer à des activités que vous aimez, comme par exemple jouer avec des amis, danser ou chanter.
- o Rejoindre un groupe de soutien où les personnes éprouvent un stress similaire au vôtre.

- d. Chaque individu a besoin d'un soutien personnalisé, adapté à sa situation et à ses attentes spécifiques. Quelles sont les formes de soutien dont vous pourriez personnellement ou dont d'autres personnes pourraient avoir besoin, en vue de faire face au stress ?

Voici quelques exemples que vous pourrez mentionner :

- o Être écouté.
- o Comprendre ses propres sentiments et ceux des autres.
- o Empathie et soutien affectif.
- o Obtenir de l'aide en vue de solliciter le soutien des autres, notamment auprès de la famille, des amis, des collègues, de groupes de soutien, de conseillers, de chefs spirituels ou de dirigeants des communautés.
- o Comprendre dans quelle mesure la situation vécue affecte de multiples aspects de votre vie, dont vos relations avec votre famille, vos amis ou vos collègues, vos responsabilités professionnelles ou liées à votre foyer, vos finances...

Notes



Activité 7: Gestion positive du stress et des émotions

2ème partie: 30–40 minutes

4. Répartissez les élèves en binômes afin de préparer le jeu de rôles.
5. Invitez chaque groupe à lire le scénario ci-dessous et à le mettre en scène dans le cadre d'un jeu de rôles de 5 minutes.

La mère d'un de vos amis proche est très malade à cause du SIDA. Mettez en scène votre première visite à votre ami depuis que sa mère est tombée malade. Réfléchissez à ce que vous souhaitez exprimer ainsi qu'à la manière dont vous pourriez apporter votre soutien à cette personne.

6. Invitez chaque groupe à discuter de ce qui vient de se passer, ce qui a bien ou moins bien fonctionné ainsi que les points qui gagneraient à être améliorés. Demandez également à chacun des protagonistes d'exprimer son ressenti eu égard au rôle qu'il vient d'interpréter :
 - Comment se sont-ils sentis dans cette situation? Quels défis ont-ils rencontrés?
 - Quels effets les mots ou les gestes de l'autre protagoniste ont-ils eu sur eux ?
7. Demandez aux élèves de rejouer le scénario, cette fois-ci en changeant les rôles et en y intégrant les éléments assimilés lors de la première mise en scène. Puis, discutez du second jeu de rôles.
8. Réunissez le groupe élargi pendant 10 minutes afin d'engager une discussion sur les questions qui ont été soulevées, sur les points qui ont bien ou moins bien fonctionné ainsi que sur les axes à améliorer. Demandez à chacun des protagonistes d'exprimer son ressenti eu égard au rôle qu'il vient d'interpréter.
9. Pour clôturer l'activité, dites par exemple : «Cette activité vous a permis de vous familiariser avec les sentiments que l'on éprouve lorsque l'on fait face à des émotions fortes et au stress. Cette activité vous a aussi aidé à appréhender les besoins que peut avoir une personne en situation de stress. Vous êtes désormais mieux préparés pour soutenir toute personne qui se trouverait confrontée à une situation de stress ou à des émotions fortes.»

Activité adaptée de:

- Internationale de l'Éducation, Centre pour le développement de l'Éducation (EDC) & Organisation mondiale de la Santé. (2008). Activité 7 : Gestion positive du stress et des émotions - Prendre l'initiative sur le VIH et le SIDA: Manuel pratique à l'usage des syndicats d'enseignants pour la promotion de la santé et l'amélioration de l'éducation.

Notes



Activité 8

Conséquences des inégalités liées au genre et moyens pour y remédier

But: Comprendre quelles sont les conséquences négatives associées aux rôles de genre traditionnels, y compris en matière de relations sexuelles, et identifier des moyens pour y remédier.

Objectifs d'apprentissage:

- Mettre en exergue les effets négatifs pouvant découler des rôles de genre traditionnels, y compris en matière de relations sexuelles
- Envisager des alternatives plus positives aux rôles de genre traditionnels
- Mettre en pratique des compétences sur le plan de la communication et de la négociation en vue de se dresser contre les rôles de genre traditionnels, y compris dans le cadre de relations sexuelles

Méthodes: Présentation succincte, discussion en groupe élargi, jeux de rôles

Durée: 55–60 minutes

En bref: L'enseignant(e) décrit la manière dont les rôles de genre traditionnellement assignés aux hommes et aux femmes peuvent accroître la vulnérabilité des femmes face au VIH, aux autres STI et à la violence. L'enseignant(e) explique que les hommes et les femmes devraient disposer des mêmes droits, opportunités et responsabilités. Il/elle encourage les élèves à engager une brève discussion autour de ces thèmes. Par groupes de quatre, les élèves se livrent ensuite à un jeu de rôles dans lequel ils mettent en scène des rôles de genre traditionnels. Puis, ils rejouent la scène et présentent cette fois-ci des rôles de genre différents, plus respectueux et plus équitables. Les répercussions et les décisions qui en découlent, sont alors plus positives.

Procédures:

1ère partie : 20 minutes

1. Présentez les objectifs de l'activité à la classe.
2. Exposez les points suivants: Les «rôles de genre» renvoient aux rôles que la société assigne aux hommes et aux femmes, en fonction de leur sexe. Ces rôles de genre ont un impact considérable sur les relations entre hommes et femmes ainsi que sur la dynamique de pouvoir qui existe entre eux. Les rôles de genre nourrissent les raisons sociales, culturelles et économiques qui rendent les femmes plus vulnérables face au VIH.

La plupart des cultures confèrent un rôle dominant aux hommes et attendent des femmes qu'elles soient soumises. Cette dominance masculine concourt à desservir les femmes en termes d'éducation, d'accès à l'information et aux ressources, de revenu ainsi qu'en matière de droit, de pouvoir décisionnel et de capacité à s'affirmer et à se protéger. Les femmes disposent souvent d'opportunités très restreintes de s'assumer financièrement, ce qui peut conduire à les rendre dépendantes des hommes d'un point de vue économique. Dès lors, cette dépendance financière peut compromettre la capacité des femmes à influencer sur leur sexualité –notamment le choix du lieu, du moment, de la manière et avec qui avoir relations sexuelles- ou à négocier des pratiques sexuelles plus sûres. Ces facteurs concourent à renforcer la vulnérabilité des jeunes filles face aux grossesses non désirées, à la violence exercée par les hommes ainsi que vis-à-vis de l'infection par le VIH ou toute autre IST. En revanche, lorsque les femmes disposent de davantage de droits, d'un accès élargi à l'éducation et de meilleures opportunités de trouver un emploi, elles peuvent aspirer à des modes de vie plus variés, acquérir une plus grande estime d'elles-mêmes, devenir indépendante vis-à-vis des hommes et être capable de prendre des décisions en matière de relations sexuelles. Tous ces facteurs concourent alors à les maintenir en bonne santé.

Les femmes méritent de disposer des mêmes droits, opportunités et responsabilités que les hommes. Les rôles de genre ne sont pas déterminés par nature. Ce sont des constructions sociales qui relèvent des cultures et de fait, ils peuvent être modifiés. Ainsi, il est possible de développer de nouveaux rôles de genre qui soutiennent l'égalité de traitement entre hommes et femmes. Les solutions envisagées en ce sens doivent alors impliquer tant les hommes que les femmes.

3. Demandez aux élèves s'ils souhaitent poser des questions. Puis, encouragez-les à discuter des points qui viennent d'être présentés. Voici quelques questions qui pourront vous aider à lancer la discussion:



Activité 8: Conséquences des inégalités liées au genre et moyens pour y remédier

- o Dans quelle mesure avez-vous pu constater que des rôles de genre traditionnels étaient défavorables aux filles et aux femmes ?
- o Citez quelques-unes des pressions que les rôles de genre traditionnels font peser sur les filles et les garçons ?
- o Comment le genre pourrait-il être envisagé, en vue d'améliorer la santé et le bien-être des femmes et des hommes ?

2ème partie : 35–40 minutes

4. Répartissez les élèves en groupes de quatre afin de mettre en scène deux jeux de rôles. Dans le premier jeu, les élèves imaginent une scène présentant un homme et une femme dans des rôles de genre traditionnels, qui prennent une décision. Les deux autres élèves font office d'observateurs et fourniront ensuite leurs réactions. Accordez environ 5 minutes pour ce jeu de rôle. Voici des exemples de décisions sur lesquelles les deux personnages pourraient avoir à se prononcer :
 - o Lequel des deux travaillera à l'extérieur et lequel sera chargé de s'occuper de la maison et des enfants ?
 - o Le(s)quel(s) des enfants de la famille ira/ont à l'école, si les ressources sont limitées et qu'un revenu supplémentaire est nécessaire ?
 - o Quand et comment avoir des relations sexuelles ?
 5. Demandez aux petits groupes de discuter des jeux de rôles. Parmi les points à aborder, veillez à inclure les suivants :
 - o Quel a été le ressenti des élèves, dans le rôle qui leur était assigné ?
 - o Quelles sont les conséquences susceptibles de découler des rôles incarnés par chaque protagoniste et des décisions qu'ils ont prises ?
 - o De quelle manière l'homme ou la femme peuvent-ils se trouver dans une situation plus désavantageuse que leur partenaire ou face à un risque plus élevé que lui/elle ?
 6. Demandez à présent aux élèves d'invertir les rôles afin que les acteurs deviennent observateurs et vice-versa. Les nouveaux protagonistes interprètent une scène de 5 minutes dans laquelle ils présentent de nouveaux rôles de genre. Encouragez-les à utiliser le même scénario que précédemment, en modifiant l'interaction entre les protagonistes et la décision à laquelle ils aboutissent.
 7. Invitez les élèves à discuter du jeu de rôle. Vous pourrez aborder le point suivant: Comment les protagonistes pourraient-ils aboutir à une décision, en faisant preuve d'un respect mutuel ?
 8. Rassemblez le groupe élargi afin de discuter du jeu de rôle. Invitez les membres de chaque petit groupe à partager leurs expériences. Demandez-leur de présenter leurs conclusions au sujet des relations hommes-femmes et des rôles qui leur semblent justes, qu'ils pourraient eux-mêmes d'adopter en vue de soutenir l'égalité de traitement entre femmes et hommes.
 9. Pour clôturer l'activité, dites par exemple: «Dans cette activité vous avez étudié des rôles de genre traditionnels et des rôles alternatifs, que les hommes et les femmes peuvent adopter. Vous êtes désormais capable de prendre des décisions qui auront davantage de chances d'aboutir à un résultat équitable et positif, tant pour les hommes que pour les femmes.»
- [Travail facultatif à réaliser à la maison: Encouragez les élèves à discuter de la question du genre avec leurs parents ou tuteurs. En quoi les choses sont-elles différentes depuis l'époque où ils avaient leur âge? Quels sont les conseils qu'ils peuvent adresser aux personnes de votre génération? Lors du prochain cours, discutez avec les élèves de leurs expériences personnelles].

Activité adaptée à partir de :

- Internationale de l'Éducation & Centre pour le développement de l'Éducation (EDC), Inc. (2007) - Construire un environnement sûr pour tous: Manuel pratique à l'usage des enseignants. Internationale de l'Éducation.
- UNESCO & Bureau international d'éducation. (2006, décembre). Outil 5: Objectif d'apprentissage, Objectifs d'apprentissage, thématiques essentielles, allocation horaire, Thème 3: Questions de genre et promotion de l'équité. Manuel pour l'intégration du VIH et du SIDA dans les curricula officiels, 3ème version. UNESCO



Activité 9

Lutter contre la stigmatisation et la discrimination

But: Développer des compétences en vue de faire face de manière constructive, à des affirmations et des actions stigmatisantes dirigées à l'encontre de personnes vivant avec ou affectées par le VIH et le SIDA.

Objectifs d'apprentissage:

- Examiner différents types d'affirmations et d'actions stigmatisantes dirigées à l'encontre de personnes vivant avec ou affectées par le VIH et le SIDA
- Mettre en pratique des compétences en matière de communication et d'affirmation de soi, en vue de lutter contre la discrimination et la stigmatisation

Méthodes: Session de «brainstorming», discussion en groupe élargi, jeux de rôles

Matériel: Tableau noir et craies ou tableau à feuilles mobiles et marqueurs

Durée: 55–65 minutes

En bref: En groupe élargi, les élèves réfléchissent à différents propos et comportements stigmatisants dont des personnes vivant avec ou affectées par le VIH et le SIDA peuvent être la cible. Ils évoquent ensuite les dommages que peuvent engendrer de tels agissements et envisagent des moyens d'y mettre un terme. Puis, en petits groupes de trois, les élèves participent à des jeux de rôles dans le cadre desquels ils s'exercent à intervenir lorsqu'ils sont témoins d'une situation où quelqu'un tient des propos stigmatisants.

Procédures:

1ère partie : 20–25 minutes

1. Présentez les objectifs de l'activité à la classe.
2. Pour démarrer l'activité, dites par exemple : « Il peut arriver que certains individus soient traités de manière injuste uniquement parce qu'ils sont différents. Les différences suscitent la peur et la haine en raison des mythes et des malentendus qui les entourent. Ces personnes peuvent aussi faire l'objet de discrimination et de stigmatisation au motif de leurs différences, qu'elles soient d'ordre physique, intellectuel, économique ou fondées sur le genre, l'âge, la race, l'origine ethnique, la religion, la sexualité ou le statut vis-à-vis du VIH. La stigmatisation et la discrimination viennent alors s'ajouter au stress émotionnel qu'éprouvent déjà ces personnes, ce qui entrave leur capacité à faire face à la maladie et à obtenir le soutien dont elles ont besoin ou encore à accéder à des services, à l'emploi et à l'éducation. Dans cette activité, nous allons examiner des propos et des comportements stigmatisants et envisager des moyens d'y mettre un terme. »
3. Examinez la définition des termes «stigmatisation» et «discrimination». La stigmatisation tend à considérer les personnes de manière négative et à les dévaloriser. Les stigmates contribuent à instaurer et à renforcer les inégalités entre les individus, ce qui alimente généralement la discrimination. La discrimination concerne toute forme d'action fondée sur des stigmates qui violent les droits individuels d'une personne.
4. Avec l'ensemble du groupe, demandez aux élèves de donner des exemples d'affirmations ou d'actions qui sont de nature à stigmatiser. Notez-les sur un tableau noir ou à feuilles mobiles. Voici quelques exemples que vous pourrez mentionner :
 - Les personnes séropositives ont une sexualité débridée et des mœurs dissolues.
 - On ne devrait pas aider les personnes séropositives. Elles n'ont que ce qu'elles méritent.
 - Un enfant ne jouera pas avec une personne, s'il pense que celle-ci est infectée par le VIH.



Activité 8: Lutter contre la stigmatisation et la discrimination

5. Sélectionnez deux ou trois exemples parmi ceux mentionnés et engagez une discussion autour des questions suivantes :

- En quoi ces affirmations et actions sont-elles blessantes et stigmatisantes ?
- D'où proviennent-elles ?
- Que ressentiriez-vous si vous étiez la personne stigmatisée ?
- Que pouvez-vous faire pour contribuer à mettre un terme à de tels propos et comportements ?

2ème partie : 35–40 minutes

6. Répartissez les élèves en groupes de trois, afin qu'ils se livrent à un jeu de rôle basé sur le scénario qui suit :

Deux élèves discutent en déjeunant. Ils utilisent des termes dérogatoires pour parler d'un autre élève dont la mère est séropositive. (Ils pourraient par exemple dire que la mère de ce camarade de classe a probablement eu des rapports sexuels avec de nombreux partenaires et qu'il est donc préférable de ne pas s'approcher de ce camarade ou de sa mère, en raison des risques de transmission du virus.) Le troisième élève, qui écoute leur conversation, intervient d'une manière ferme mais constructive. Il leur dit que les propos qu'ils tiennent au sujet de leur camarade de classe et de sa mère, sont blessants et inexacts. L'élève explique comment le VIH se transmet et ne se transmet pas et il précise qu'il est impossible de savoir si quelqu'un est séropositif juste en se fiant à son apparence. Il poursuit en indiquant que toute personne infectée par le VIH ou dont un membre de la famille est touché par le virus, a besoin d'être soutenue et aidée et non rejetée par les autres.

Les autres élèves posent quelques questions puis se rendent compte qu'ils devraient faire preuve de davantage de considération à l'égard de leur camarade de classe et lui apporter leur soutien plutôt que de le/la rejeter ainsi.

Accordez 5 minutes pour ce jeu de rôles.

7. Demandez aux élèves de discuter du jeu de rôle avec leur petit groupe, de ce qui était réaliste, ce qui a bien ou moins bien fonctionné et les points qui pourraient être améliorés.

8. Demandez à présent aux élèves d'intervertir les rôles afin que les acteurs deviennent observateurs et vice-versa. Les nouveaux protagonistes rejouent la scène en y intégrant les points abordés lors du premier jeu de rôles et/ou en essayant de varier les réponses fournies. Si vous disposez de suffisamment de temps, demandez aux élèves de discuter des jeux de rôles avec leur petit groupe.

9. Rassemblez le groupe élargi et engagez une discussion sur les jeux de rôles mis en scène. Voici quelques questions à poser aux élèves :

- La personne qui est intervenue dans le jeu de rôle a-t-elle rencontré des défis particuliers ? Lesquels ?
- Quelles stratégies et quels propos ont/n'ont pas contribué à faire changer d'avis les élèves qui tenaient les propos stigmatisants à l'égard de leur camarade ?

10. Pour clôturer l'activité dites par exemple: « Dans cette activité vous avez mis en lumière des exemples de propos et de comportements stigmatisants que pourraient avoir certaines personnes. Vous vous êtes exercés à aider les autres à prendre conscience des préjudices que la stigmatisation occasionne. Vous disposez désormais de nouvelles perspectives sur la manière dont vous pouvez apporter votre soutien à des personnes qui seraient victimes de stigmatisation et de discrimination. »

Activité adaptée à partir de:

- Internationale de l'Éducation & Centre pour le développement de l'Éducation (EDC), Inc. (2007) -Construire un environnement sûr pour tous: Manuel pratique à l'usage des enseignants.



References

1. EDUSIDA, UNESCO, & ONUSIDA (2007). Éducation relative au VIH et au SIDA à l'école primaire. EDUSIDA Fiches techniques. Élément 2: Contenu, programmes et matériel d'apprentissage. Disponible à l'adresse : <http://www.educids.org>
2. Mangrulkar, L., Vince Whitman, C., & Posner, M. (2001). Life skills approach to child and adolescent healthy human development. Pan American Health Organization.
3. Organisation mondiale de la Santé (2007). What is a health promoting school? Disponible en anglais à l'adresse : http://www.who.int/school_youth_health/gshi/hps/en/print.html
4. Informations complémentaires sur le programme FRESH (Focaliser les Ressources pour une Santé Scolaire Efficace) Disponible à l'adresse/ <http://www.unicef.org/lifeskills/files/FRESH-French.pdf>
5. Organisation mondiale de la Santé (2003). Skills for health: Skills-based health education including life skills: An important component of a child-friendly/health-promoting school. Geneve: Auteur.
6. Wodarski, J.S., & Feit, M.D. (1997). Adolescent preventive health: A social and life group skills paradigm. *Family Therapy*, 24(3), 191–208.
7. Wilson, D., Mparadzi, A., & Lavelle, E. (1992). An experimental comparison of two AIDS prevention interventions among young Zimbabweans. *Journal of Social Psychology* 132 (3), 415–417. Tel que mentionné dans Skills for Health, 2003, Geneve: Organisation mondiale de la Santé.
8. Tobler, N. (1998). Principles of Effectiveness of School-Based Drug Prevention Programs: The Rationale for Effective Peer Programs. *Peer Facilitator Quarterly* 15, 109–115. Tel que mentionné dans : Skills for health, 2003, Geneve: Organisation mondiale de la Santé.
9. Merriam, S. B., & Imel, S. (Eds.). (2001). The new update on adult learning theory. San Francisco: Jossey-Bass.
10. Caribbean Community (CARICOM). (2000). Multi-Agency HFLE programme manual for facilitators of life skills based HFLE programmes in the formal and non-formal sectors. Georgetown, Guyana: CARICOM. As Tel que mentionné Skills for health, 2003, Geneve: Organisation mondiale de la Santé.
11. Caribbean Community (CARICOM), & UNICEF. (1999). Health and family life education: Empowering young people with skills for healthy living [An information package]. Bridgetown, Barbados: Author. Tel que mentionné dans : Skills for health, 2003, Geneva: World Health Organization.
12. Bandura, A. (1977). Théorie de l'apprentissage social. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
13. Bandura, A. (1986). Social foundations of thought and action: A social cognitive theory. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
14. Becker, M. H. (1974). The health belief model and personal health behavior. *Health Education Monographs* 2, 324–373.
15. Fishbein, M., & Ajzen, I. (1975). Belief, attitude, intention and behaviour. An introduction to theory and research. Reading, MA: Addison-Wesley.
16. Ajzen, I. (1988). Attitudes, personality, and behavior. Buckingham: Open University Press.
17. Hamilton, N. E., Belzer, E. G., & Thiebaut, H. J. (1980). An experimental evaluation of the KAP model for health education. *International Journal of Health Education* 23(3), 156–161.
18. Kirby, D., Laris, B.A., & Rolleri, L. (2005). Impact of sex and HIV education programs on sexual behaviors of youth in developing and developed countries. Youth research working paper no.2. Research Triangle Park, NC: Family Health International, YouthNet Program.
19. Aaro, L. E., Schaalma, H., & Astrom, A. N. (2008). Social cognition models and social cognitive theory: Predicting sexual and reproductive behaviour among adolescents in sub-Saharan Africa. In K-I. Klepp, A. J. Flisher, & S. F. Kaaya (Eds.), *Promoting adolescent sexual and reproductive health in East & Southern Africa* (pp. 37–55). Cape Town, South Africa: HSRC Press.
20. Eaton, L., Flisher, A. J., & Aaro, L. (2004). Unsafe sexual behavior in South African youth. In Y. K. Djamba (Ed.), *Sexual behavior of adolescents in contemporary sub-Saharan Africa* (pp. 65–109). Lewiston, New York: Edwin Mellen Press.
21. Action Aid. (2003). The sound of silence: Difficulties in communicating on HIV/AIDS in schools: Experiences from India and Kenya. ActionAid. Disponible en anglais à l'adresse : http://hivaidsclearinghouse.unesco.org/ev.php?ID=2043_201&ID2=DO_TOPIC



Fiches de travail à photocopier





Activité destinée aux 10-14 ans

Activité 1: S'informer et communiquer au sujet du VIH et du SIDA

Questions/Affirmations : Ce que vous entendrez peut-être au sujet du VIH - Fiche de travail

- a. Qu'est-ce que le VIH ?
- b. Qu'est-ce que le SIDA?
- c. Comment peut-on contracter le VIH ?
- d. Qui peut devenir séropositif ?
- e. Comment puis-je savoir si je suis infecté(e) par le VIH ?
- f. Je suis trop jeune pour avoir le SIDA.
- g. Je ne pense pas que je devrais la voir trop souvent, j'ai entendu dire qu'elle était séropositive.
- h. J'ai entendu dire qu'il existe un remède contre le VIH.
- i. Je ne pense pas qu'il ait le SIDA, il a l'air en trop bonne santé pour cela.
- j. Je suis mal à l'aise lorsque je dois passer aux toilettes après elle parce que je crains qu'elle soit séropositive.

Activité 1: S'informer et communiquer au sujet du VIH et du SIDA

Questions/Affirmations : Ce que vous entendrez peut-être au sujet du VIH - Fiche de travail

- a. Qu'est-ce que le VIH ?
- b. Qu'est-ce que le SIDA?
- c. Comment peut-on contracter le VIH ?
- d. Qui peut devenir séropositif ?
- e. Comment puis-je savoir si je suis infecté(e) par le VIH ?
- f. Je suis trop jeune pour avoir le SIDA.
- g. Je ne pense pas que je devrais la voir trop souvent, j'ai entendu dire qu'elle était séropositive.
- h. J'ai entendu dire qu'il existe un remède contre le VIH.
- i. Je ne pense pas qu'il ait le SIDA, il a l'air en trop bonne santé pour cela.
- j. Je suis mal à l'aise lorsque je dois passer aux toilettes après elle parce que je crains qu'elle soit séropositive.



Activité destinée aux 10-14 ans

Activité 2: Les choix que nous faisons

Fiche de travail:

Vous rentrez de l'école quand sur le chemin, vous voyez un ami de la famille qui discute avec d'autres adultes dans la rue. Il vous demande où vous allez et vous lui répondez que vous rentrez chez vous. Il vous dit : « Attend, je vais t'accompagner » Bien que vous préféreriez marcher seul(e), vous acceptez. Lorsque vous arrivez à hauteur d'un terrain vague, l'homme vous prend la main. Vous ne vous sentez pas à l'aise. Vous ne ressentez pas le besoin qu'on vous tienne la main. Soudain, l'homme vous serre dans ses bras vous dit : « Pourquoi ne resterions-nous pas quelques instants ici pour nous reposer ? » Vous ne savez pas exactement pourquoi mais vous commencez à avoir peur.

Ou

Vous discutez avec une amie et elle vous propose d'essayer de vous procurer de la bière. Elle dit: « Allez, viens, ce sera amusant d'être ivre ». Vous êtes mal à l'aise mais votre amie continue de vous encourager à faire ce qu'elle propose. Lorsque vous affichez votre résistance, les encouragements se transforment en menaces.

Questions:

- De quoi pourriez-vous avoir peur?
- Que pourriez-vous faire ou dire à l'ami de la famille ? Dans le tableau ci dessous, dressez une liste des différentes choses que vous pourriez dire ou faire.
- Que pourrait-il arriver en réponse aux différentes choses énoncées? Dressez une liste.

Que pourriez-vous dire ou faire?	Que pourrait-il arriver ?



Activité destinée aux 10-14 ans

Activité 3: Identifier des comportements à risque et prendre des décisions saines

Exercice sur les comportements à risque

Fiche de travail

Instructions: Reliez d'un trait les comportements à risque de la colonne de gauche à une conséquence négative figurant sur la colonne de droite, que ce comportement est susceptible d'occasionner.

<i>Types de comportements à risque</i>	<i>Conséquences négatives possibles</i>
Avoir des relations sexuelles précoces	Fatigue et difficulté à étudier convenablement
Avoir des rapports sexuels sans préservatif	Contracter le VIH et d'autres IST - Grossesse non désirée
Ne pas se laver régulièrement les mains et le corps	Contracter le VIH et d'autres maladies
Conduire sans ceinture de sécurité	Contracter le VIH et d'autres IST - Grossesse non désirée
Toucher une plaie ouverte d'une personne infectée par le VIH	Avoir un accident de voiture
Ne pas dormir suffisamment	Contracter le VIH et d'autres IST - Grossesse non désirée
Avoir une alimentation riche en graisse, sucre et sel et ne pas faire suffisamment d'exercice	S'exposer à des dommages plus graves en cas d'accident
Conduire sous l'emprise de l'alcool ou de drogues	Être davantage stressé face à l'aggravation des problèmes
Ne pas faire ses devoirs dans les temps	Prise de poids et baisse de l'énergie - Risque de contracter une maladie cardiaque ou le diabète
Avoir des rapports sexuels sous l'emprise d'alcool ou de drogues	Contracter le VIH et d'autres maladies
Partager des lames de rasoirs	Obtenir de mauvais résultats scolaires
Ne pas être soutenu en cas de problèmes	Rencontrer des problèmes de santé tels que: diarrhée, gale, poux



Activité destinée aux 10-14 ans

Activité 5: Mes propres valeurs

Mes propres valeurs

Maïssa et Jean sont des camarades de classe. Hier, ils se sont rencontrés pendant l'intercours.

Maïssa: *Tu t'es vu ? Tu as l'air complètement béat !*

Jean: *Je suis heureux. Je crois que je suis en train de tomber amoureux de la fille dont je t'ai parlé.*

Maïssa: *Génial ! Celle qui s'appelle Arame?*

Jean: *Oui... Nous sortons ensemble depuis quelques mois et on se voit à nouveau ce soir.*

Maïssa: *Super... C'est pour cette raison que tu es tout excité. Donc tu as couché avec elle?*

Jean: *Non, ce n'est pas tout à fait cela.*

Maïssa: *Arrête ! Tu as dit que vous étiez amoureux?*

Jean: *C'est vrai... Nous sommes amoureux mais nous avons jugé que nous n'étions pas prêts à avoir des relations sexuelles. Je l'aime et je peux tout à fait lui exprimer mon amour sans pour autant avoir de rapports sexuels avec elle.*

Maïssa: *Ouais, mais ce soir, vous pouvez boire beaucoup de bière et ensuite, vous vous sentirez prêts.*

Jean: *Non, je ne le pense pas.*

Maïssa: *Allons donc, qu'est-ce qui ne va pas ?*

Jean: *Elle me fait confiance et je ne veux pas briser cette confiance en m'imposant.*

Maïssa: *D'accord, j'ai compris.*

Quelles sont mes propres valeurs ?



Activité destinée aux 10-14 ans

Activité 10: Soutenir les personnes qui vivent avec le VIH et le SIDA

Il est préférable que je ne le fréquente pas

Jeanette et Odile sont toutes deux âgées de 12 ans. Ces deux amies sont dans la même classe. Pierre est également dans leur classe. Les trois amis s'entendent très bien et il leur arrive parfois de se promener ensemble après l'école. Mais voici quelques jours, Pierre a soudainement quitté l'école. Jeanette et Odile se posent des questions.

Jeanette: Je ne comprends vraiment pas pourquoi Pierre a quitté l'école ! Je me demande ce qui ne va pas. Je ne l'ai plus vu depuis la semaine dernière et je ne sais même pas où il habite.

Odile: C'est ce que je me demande aussi... Il disait pourtant qu'il aimait aller à l'école. Il ne nous a pas dit qu'il voulait quitter l'école... Ce n'est pas très gentil de sa part !

Jeanette: As-tu des nouvelles de lui ?

Odile: En fait, ma mère a dit quelque chose, mais c'est difficile à croire.

Jeanette: Qu'est-ce que tu sais ? Dis-moi ce que tu as entendu !

Odile: Je ne sais pas si c'est vrai, mais maman a dit que sa mère est décédée.

Jeanette: Ah... Je suis vraiment désolée... Peux-tu imaginer comment il se sent ?

Odile: C'est difficile. Je ne peux même pas y penser. Il doit se sentir bien seul. Rien ne remplace l'amour d'une mère.

Jeanette: Mais sa mère était encore jeune. Était-elle malade ?

Odile: D'après ce qu'a dit maman, elle est morte du SIDA et il se peut que Pierre soit aussi infecté par le virus !

Jeanette: Ce n'est pas possible. Je suis vraiment très inquiète à son sujet. Il n'a que 12 ans... C'est impossible à croire.

Odile: Maman m'a dit de ne plus le revoir. Je ne sais vraiment pas quoi faire... Nous devrions peut-être cesser de le fréquenter. Nous pourrions attraper la maladie.

Jeanette: Hum... Nous avons appris que le SIDA ne se transmet pas en fréquentant des personnes infectées par le virus. Je pense qu'il a besoin de notre soutien. Après tout, c'est notre ami.

Odile: Tu as peut-être raison. Comment pouvons-nous l'aider ?

Jeanette: Sans sa mère, je suis sûre qu'il va avoir besoin d'aide à la maison. Je me souviens que mon père a dit que la meilleure manière d'aider une personne affectée par le SIDA est de continuer à la traiter en ami: passer du temps avec la personne afin qu'elle puisse partager ce qu'elle ressent et lui apporter notre soutien. Imagine ce que nous ressentirions si l'une d'entre nous perdait sa mère et que les autres nous évitaient.

Odile: C'est vrai, je serais effrayée et je me sentirais seule. Ne perdons pas de temps, allons tout de suite le retrouver.

Jeanette et Odile se rendent au domicile de Pierre. Ils discutent, ils jouent au foot, et préparent le dîner. Pierre est heureux d'avoir des amies comme Odile et Jeanette.

Essayez de décrire ce que vous ressentiriez et ce dont vous auriez besoin dans les situations suivantes:

- Si vous perdiez votre mère ou votre père à cause du SIDA.
- Si vous étiez infecté par le VIH.
- Si vos amis vous évitaient parce que vous ou vos parents êtes infectés par le VIH.



Activités destinées aux 15 ans et +

Activité 1: Examiner des comportements à risque vis-à-vis du VIH

Évaluer le niveau de risque d'infection par le VIH associé à chaque comportement

Fiche de travail

Instructions: Indiquez si les comportements ci-dessous sont «sans risque», s'ils présentent un «risque élevé» ou un «risque faible» d'infection par le VIH. Pour chaque comportement cité, inscrivez le niveau de risque correspondant.

1. Toucher une personne séropositive _____
2. Rapports sexuels non protégés, sans préservatifs _____
3. Baiser superficiel _____
4. Utiliser des toilettes publiques _____
5. Échange d'aiguilles _____
6. Échanger des vêtements avec une personne séropositive _____
7. Rapports sexuels avec utilisation adéquate d'un préservatif _____
8. Masturbation solitaire _____
9. Nettoyer du sang sans gants _____
10. Partager des ustensiles de cuisine avec une personne séropositive _____
11. Rapports sexuels avec un préservatif endommagé _____
12. Piqûre de moustique _____
13. Rapports sexuels avec plusieurs partenaires _____
14. Baiser profond _____
15. Réutilisation d'une aiguille nettoyée à l'eau _____
16. Nager avec une personne séropositive _____
17. Rapports sexuels avec un préservatif déjà usagé plus d'une fois _____
18. Masturbation réciproque _____
19. Corps à corps tout habillé _____
20. Partager un rasoir pour se raser les jambes ou le visage _____
21. Partager la même aiguille servant à l'injection de drogue _____



Apprendre pour la vie:

**Activités pour la classe sur
l'éducation au VIH et au SIDA**

Contacts:

ef aids@ei-ie.org

www.ei-ie.org/ef aids