



Réseau sur l'Éthique, le Droit et le Sida (REDS)

FONDATION  
DE  
FRANCE

**STOP  
AIDS  
NOW!**

**La femme en bonne santé,  
L'homme en bonne santé,  
La famille en santé**

**S'orienter vers l'égalité des genres pour un monde sans sida**

Une boîte à outils à l'usage des animateurs et des personnes travaillant dans les domaines du VIH, du genre et des droits humains

Elaboré par :



### **À propos de STOP AIDS NOW! et du Projet de développement du genre**

**STOP AIDS NOW!** est un partenariat entre Aids Fonds et quatre organisations néerlandaises d'aide au développement international: Cordaid, Hivos, ICCO et Oxfam-Novib. La mission de STOP AIDS NOW! Est de: "travailler ensemble pour un monde sans sida".

Pour réaliser cette mission, STOP AIDS NOW! développe des projets, en s'appuyant sur ceux existant. Il s'en inspire pour développer de nouvelles stratégies et méthodes, ainsi que de nouveaux partenariats. STOP AIDS NOW! met en œuvre ces projets en collaboration avec les groupes locaux, et avec le soutien de ses cinq partenaires. Actuellement, STOP AIDS NOW! met en œuvre des projets relevant de quatre domaines thématiques: les orphelins et les enfants vulnérables, le VIH et le sida en milieu de travail, la prévention du VIH et le genre.

Le Projet de Développement du Genre (PDG) vise à la fois à améliorer les réponses au VIH et au sida, ainsi que les politiques de genre des partenaires de STOP AIDS NOW!. Il procède en identifiant au niveau local les stratégies prometteuses et les interventions de prévention du VIH qui favorisent les attitudes égalitaires en genre, ainsi que les comportements et les normes en faveur des droits des femmes. Il favorise les regroupements d'organisations à base communautaire, et les organisations non gouvernementales qui travaillent sur le VIH et le sida, les droits humains, les droits des femmes et le développement. Ces groupes sont invités à collaborer, s'adapter, mettre en œuvre et évaluer au niveau individuel et communautaire les stratégies de prévention du VIH et les interventions qui intègrent le "genre transformatif" développées à partir d'une perspective des droits des femmes. Ils se mettent en réseaux ou coalitions afin de contribuer à la création d'un environnement social et juridique favorable aux femmes et aux filles.



# Sommaire

<b>INTRODUCTION.....</b>	<b>6</b>
<b>APERÇU DU GUIDE.....</b>	<b>12</b>
<b>COMMENT UTILISER CE GUIDE.....</b>	<b>15</b>
<b>SECTION UNE : DIRECTIVES ET ACTIVITES DE DEMARRAGE.....</b>	<b>18</b>
1.1 Directives Pour Travailler De Façon Transformatrice.....	19
1.2 Obtenir l'Appui et Travailler avec les Responsables de La Communauté.....	19
Activité 1.2.1 Familiariser les leaders communautaires aux concepts de genre et des droits humains .....	21
1.3 Activités de Démarrage du Travail avec un Nouveau Groupe.....	22
Activité 1.3.1 Apprendre les uns des autres.....	22
Activité 1.3.2 Amendement de l'agenda, recueil des attentes, règles à observer au cours de l'atelier.....	23
1.4 Activités à Conduire lors de Chaque Rencontre avec un Groupe.....	24
Activité 1.4.1 Evaluation au début d'une session.....	24
Activité 1.4.2 Evaluation de fin de session.....	25
<b>SECTION DEUX : AIDER LES PARTICIPANTS A SE CONNECTER AVEC LEURS VALEURS ET IDENTITE.....</b>	<b>27</b>
Activité 2.1 Penser le changement comme un parcours - Le parcours héroïque du changement social .....	28
Activité 2.2 Se féliciter du bon qu'il y a dans notre communauté.....	31
Activité 2.3 Raconter des histoires sur l'avenir.....	33
<b>SECTION TROIS : ACCOMPAGNER L'AUTONOMISATION DES PARTICIPANTS.....</b>	<b>35</b>
3.1 Connaissances et Conscience du VIH.....	36
Activité 3.1.1 Comprendre le VIH et le sida.....	37
Activité 3.1.2 Dix différences.....	42
Activité 3.1.3 Le VIH et moi.....	44
Activité 3.1.4 Discuter confortablement du sexe .....	48
3.2 Construction de la Veille sur les Droits Humains.....	49
Activité 3.2.1 Comprendre les droits humains.....	50
Activité 3.2.2 "Comment y parvenir" - études de cas sur les violations des droits des femmes.....	55
3.3 Développement de la Veille sur le Genre.....	59
Activité 3.3.1 Comprendre le genre.....	60
Activité 3.3.2 Les rôles de genre et les rôles sexuels.....	64
Activité 3.3.3 Le Pouvoir, le genre et les rôles .....	66
3.4   Sensibilisation aux Droits de la Santé Sexuelle et de la Reproduction des Femmes	68

<b>Activité 3.4.1</b> Comprendre les droits à la santé sexuelle et reproductive des femmes.....	69
<b>Activité 3.4.2</b> Les droits de la santé sexuelle et reproductive les plus couramment violés.....	74
<b>Activité 3.4.3</b> Un regard sur les délits sexuels: le viol .....	77
<b>3.5</b> Autonomisation Economique.....	78
<b>Activité 3.5.1</b> A la découverte des 10 critères essentiels pour le succès de l'entrepreneuriat.....	79
<b>Activité 3.5.2</b> Auto-évaluation intelligente (SMART).....	84
<b>Activité 3.5.3</b> Identifier les objectifs de votre vie et de votre entreprise.....	87
<b>Activité 3.5.</b> Entrepreneure dans sa propre communauté - la cartographie de l'entreprise.....	90
<b>SECTION 4: ACCOMPAGNER LES PARTICIPANTS A ALLER DE L'AVANT ET UTILISER LEUR POUVOIR.....</b>	<b>93</b>
<b>Activité 4.1</b> Compétences et qualités personnelles.....	94
<b>Activité 4.2</b> Ecoute et être écouté.....	96
<b>Activité 4.3</b> Acquisition des compétences de communication assertive (rassurée) pour le cadre des rapports sexuels.....	97
<b>Activité 4.4</b> S'exercer aux techniques de négociation pour les relations sexuelles.....	105
<b>Activité 4.5</b> Evaluation de risque personnel au VIH.....	109
<b>SECTION CINQ : L'ART DE LA FACILITATION.....</b>	<b>114</b>
<b>5.1.</b> Principes d'une Bonne Facilitation.....	116
<b>5.2.</b> Poser et Répondre aux Bonnes Questions.....	119
Activité 5.2.1 Qu'est-ce que la facilitation?.....	124
Activité 5.2.2 L'éducation des adultes - Formation des adultes: En quoi consiste l'apprentissage des adultes? .....	127
<b>SECTION SIX : LECTURES RECOMMANDÉES.....</b>	<b>130</b>
<b>SECTION SEPT : GLOSSAIRE DES TERMES .....</b>	<b>132</b>

# INTRODUCTION

En Afrique sub-saharienne, les femmes et les filles courent un risque plus élevé d'infection au VIH que les hommes et les garçons. Elles portent également le plus lourd fardeau quand elles sont séropositives.

Les normes culturelles prescrivent que les hommes et les garçons doivent être plus valorisés et favorisés. Par conséquent les femmes et les filles sont logées dans une position sociale et économique plus faible. Cette position de faiblesse signifie également que des pouvoirs accrus sont entre les mains des hommes en ce qui concerne les relations sexuelles. Les hommes exercent un plus grand pouvoir physique et économique dans les relations sociales, ce qui rend très difficile pour les femmes et les filles la négociation des rapports sexuels protégés, ou le refus de ces de ces derniers. Ces mêmes normes culturelles mettent aussi les hommes et les garçons à risque, car il est souvent attendu d'eux qu'ils aient des partenaires multiples.

L'inégalité entre les hommes et les femmes se traduit souvent par la violence contre les femmes et le refus d'utiliser des préservatifs ou d'adopter des pratiques sexuelles plus sûres. En outre, les femmes vivant avec le VIH sont particulièrement touchées par la hausse des taux de violence physique, à cause notamment de rôles domestiques traditionnels dans lesquels elles sont placées. Sans oublier que ce dernier par-dessus tout, les astreint également à faire face elles-mêmes aux défis de leur propre santé, à prendre soin et faire des sacrifices pour d'autres, parfois des malades également (membres de la famille).

Un moyen efficace pour aider les femmes et les filles à réduire leur vulnérabilité à l'infection à VIH



est de leur donner des moyens de faire et de négocier des choix plus sûrs. Ceci vaut également pour les hommes et les garçons. Il est insuffisant de fournir des informations sur les pratiques sexuelles plus sûres sans stimuler et accompagner un changement dans les perceptions et les comportements de la communauté, notamment en ce qui concerne les questions de genre et des droits des femmes et des filles. Il est essentiel de promouvoir l'égalité des genres dans les communautés afin d'aider les gens à se prendre en main pour faire leurs propres choix plus sûrs. Promouvoir l'égalité des genres dans les communautés peut également aider à soutenir les personnes vivant avec le VIH en atténuant l'impact du VIH sur leur vie.

Les projets de renforcement des capacités pour une prise de conscience du genre et la transformation

Les résultats du Projet de Développement du Genre au Kenya ont montré que lorsque les gens ont une

meilleure prise de conscience de la façon dont ils sont socialisés, ainsi que de la façon dont les croyances et les pratiques culturelles influencent leur pouvoir et leur statut dans la société, ils sont capables de penser et d'agir différemment. Pour les femmes et les filles, cette prise de conscience de la façon dont la différenciation des pouvoirs les rend vulnérables au VIH aiguise leur autodétermination. Comprendre leurs droits en tant que personne les aide à se valoriser davantage et à comprendre les considérations, les libertés et les protections qu'elles peuvent exiger. Grâce au Projet de Développement du Genre, STOP AIDS NOW! et ses partenaires ont appris que plus les gens se valorisent, davantage ils apprécient également leur santé. Lorsque ces changements se produisent, les gens deviennent plus motivés à soulever les questions de santé et de protection contre le VIH avec leurs partenaires, et à prendre des initiatives qui peuvent favoriser leur bien-être en rapport avec le VIH.

Les membres des groupes de mise en œuvre du PDG ont vu leurs connaissances améliorées sur le VIH, le genre et les droits humains. Ils ont également commencé à parler plus facilement du sexe, des relations sexuelles, du VIH et de l'utilisation du préservatif entre eux, et avec leurs partenaires sexuels. Ce qui a conduit pour les femmes à la capacité de négociation des relations sexuelles, à une meilleure acceptation du port des préservatifs par les femmes, à une plus grande absorption du préservatif. L'Association des personnes atteintes du SIDA au Kenya (TAPWAK), un partenaire travaillant avec les jeunes dans les quartiers populaires, a expliqué qu'elle a eu à entreprendre la distribution de préservatifs parce que les idées fausses des participants au sujet des préservatifs avaient été corrigées. Les participants se sentaient plus à l'aise sur les questions de préservatifs et pouvaient désormais en demander pour eux-mêmes sans crainte.

En outre, suite à une meilleure compréhension des

droits des femmes ainsi que des questions relatives à la violence par les membres de la communauté, les organisations ont également connu une augmentation du nombre de femmes s'exprimant sur leur vécu de la violence. Ces expériences se dénotent dans les études de cas sur la violence contre les femmes vivant avec le VIH, élaborées par le Forum pour le Plaidoyer en faveur des droits à la santé (HERAF) et intégrées à cette boîte à outils.

En fin, avec l'autodétermination obtenue à travers l'acquisition des connaissances sur le genre, les droits humains, le VIH et le sida, les membres de la communauté ont vu s'améliorer leur estime de soi et ont même initié des activités économiques. Ceci découle de l'acquisition d'une meilleure confiance en soi ainsi que des compétences nécessaires pour entreprendre un travail significatif. Les femmes vivant avec le VIH ayant travaillé avec les partenaires du PDG se sont par exemple senties psychologiquement et personnellement renforcées.

Un parcours d'apprentissage

L'expérience a montré qu'un changement des perceptions, des croyances et des comportements des hommes et des femmes sur l'égalité des genres n'est possible que si le travail dans la communauté se fait d'une façon différente. Il faut savoir que le changement des comportements ne se produit qu'à l'issue d'une période assez longue. Par conséquent, les activités et les discussions en petits groupes, comme recommandé, devraient être envisagées sur une toute aussi longue période, et servir à explorer les questions plus en profondeur. Cette efficacité est encore renforcée lorsque les activités sont facilitées par les leaders communautaires ou des pairs éducateurs bénévoles qui ont la confiance de la communauté. Très souvent, pour commencer les discussions, il n'est pas nécessaire d'aborder immédiatement les questions sensibles telles que le VIH ou le genre, mais plutôt l'autonomisation économique, l'éducation et la religion.

Le processus d'apprentissage dont il est question dans la transformation vécue par les membres de la communauté à travers le PDG, peut être comparé à un voyage. Dans cette boîte à outils, nous utilisons l'allégorie du "voyage héroïque" comme cadre pour réfléchir sur ce processus d'apprentissage. Le voyage héroïque est une façon de comprendre, de décrire et de planifier un processus de d'apprentissage et de changement social, aussi bien au niveau individuel, organisationnel ou communautaire. La vie des leaders peut ainsi à jamais être historiquement assimilée à un tel voyage héroïque d'apprentissage et de changement. Le concept de le voyage héroïque n'a pas été initialement utilisé pour encadrer le travail du PDG, mais est apparu à posteriori être un puissant moyen pour réfléchir au sujet des changements vécus par les participants.

Une des toutes premières activités à conduire avec un groupe au début de la collaboration est l'introduction du concept aux participants. Le voyage héroïque comporte cinq étapes (le point de départ, la mission, l'épreuve, le changement et le bénéfice) qui correspondent à de nombreuses histoires de leadership à travers différentes cultures. L'idée du voyage comme un cadre d'apprentissage peut être utile pour encourager les personnes et les communautés qui sont anxieuses ou agacées par l'éventualité du changement. Pour les animateurs, il s'est également avéré être un cadre utile susceptible de les guider sur leur façon de faciliter ce voyage, car il les aide à interpréter les différentes étapes à travers lesquels passent les participants.

### Mise au point et valorisation des forces

Un autre cadre conceptuel important dans cette boîte à outils est l' "approche valorisatrice ou mé-

thode basée sur les forces". Cette façon de travailler avec les gens les responsabilise car elle suppose que chaque personne, chaque communauté et chaque organisation a une certaine capacité ainsi que des forces pour construire. Elle met l'accent sur les aspects positifs de l'organisation ou de la communauté qui sont des sources tangibles desquelles on peut espérer apprendre. Cette approche qui met l'accent sur les types de croyances et de pratiques appartenant à la communauté qui contribuent déjà à l'autonomisation, quoique pas toujours de façon explicite, est sous-jacente au PDG. Cette boîte à outils rend cette approche plus explicite pour la première fois, afin d'aider les animateurs à travailler plus consciemment de manière à susciter l'espoir, la motivation et l'inspiration, tout en valorisant les choses qui, dans la communauté, produisent déjà les résultats souhaités.

### Une boîte à outils pour les personnes travaillant sur le VIH, le genre et les droits humains

Cette boîte à outils a été élaborée pour accompagner les participants dans un parcours d'apprentissage, vers une vie autonome dans le contexte de VIH. La boîte à outils retrace les apprentissages et les résultats réunis à travers le PDG au Kenya, combinée aux directives et activités habituelles du travail sur le VIH, dans une perspective de transformation du genre . La boîte à outils a été compilée pour aider et accompagner les personnes travaillant sur le VIH, le genre et les droits humains. Elle met à leur disposition la meilleure information nécessaire pour les publics de différents niveaux d'éducation et de compréhension.

Le public cible de cette boîte à outils est constitué des animateurs et des volontaires communautaires

<sup>1</sup> Adapté de Louise Diamond, Ph.D., [www.thepeacecompany.com](http://www.thepeacecompany.com)

qui travaillent avec des groupes dans les domaines de la santé et des compétences de vie. Les animateurs qui travaillent avec des groupes de jeunes, d'hommes et de femmes (à la fois séropositifs et séronégatifs) pourraient tirer avantage de cette boîte à outils. Les leaders communautaires travaillant comme facilitateurs dans ces domaines pourraient également trouver ce guide utile. Toutes les activités qui y sont énumérées peuvent être utilisées avec tous ces groupes, sauf s'il est spécialement indiqué que l'activité doit être utilisée uniquement avec un groupe cible spécifique. Dans le cadre de la préparation de chaque activité, l'animateur peut davantage ajuster l'activité en fonction de l'auditoire, en tenant compte de la langue véhiculaire et du calendrier.

### Cette boîte à outils fournit à l'animateur :

- des directives sur la façon de travailler avec des participants dans une perspective de transformation des genres (changement de comportement avec un groupe dans la durée);
- des exercices et activités pour un bon démarrage des sessions;
- des exercices et activités pour chaque section dans le parcours d'apprentissage, avec des choix disponibles pour l'animateur à chaque étape;
- des lectures et informations supplémentaires recommandées à l'animateur pour son pro-



pre progrès;

- des informations supplémentaires sur les compétences de facilitation ou l'art de la facilitation. ;

Cette boîte à outils a été rédigée de façon à permettre aux animateurs, quelque soit leur niveau, d'utiliser les exercices qu'elle contient. Ceux des animateurs qui souhaitent plus particulièrement renforcer leurs compétences en matière de facilitation sont invités à travailler davantage avec la section "L'art de la facilitation".

En travaillant avec la boîte à outils elle-même, on apprend de façon pratique par l'expérience. Cette

section encourage la colla-

boration avec d'autres ani-

mateurs, et

l'apprentissage à travers

leur rétroaction. Cette

boîte à outils a été éla-

borée suite et pour le

PDG au Kenya, mais

peut être facilement

adaptée pour une

utilisation dans

d'autres

contextes où les

femmes et les filles

sont confrontées à une grande vul-

néralité au VIH. STOP AIDS NOW! peut fournir

des conseils pour les éventuelles adaptations à tout

moment.

### Remerciements et gratitude

Nous tenons à adresser notre reconnaissance et nos sincères remerciements à tous ceux qui ont contribué à l'élaboration de cette boîte à outils (soit en donnant généreusement de leur temps ou l'ac-

<sup>2</sup> Une perspective de transformation de genre favorisera la participation équitable des femmes à tous les niveaux de prise de décision, basée sur une analyse appropriée des genres.

cès à leur matériel).

Les matériaux utilisés dans ce guide ont été élaborés à partir des sources suivantes et sont utilisés avec la permission des auteurs.

- Le manuel "Men as Partners, Engender Health". Un merci particulier à Andrew Levack ;
- L'action de l'Homme pour éradiquer les violences faites aux femmes (MASVAW). Un merci spécial à Abhijit Das.
- "One Man Can", Sonke Gender Justice Network. Un merci spécial à Dean Peacock et Raoul Swart.
- "Repenser la violence domestique", Raising Voices.
- VSO: "Approches participatives": un guide de l'animateur.
- World Vision en Tanzanie : voir <http://appreciativeinquiry.case.edu/gem/booy&senafinal.html> à partir duquel la section "Travailler avec reconnaissance " a été adapté.
- Les partenaires du PDG au Kenya : Un merci spécial aux partenaires du PDG pour les consulta-

tions conduites au cours du processus d'élaboration de la boîte à outils et les échanges d'expérience, ainsi que des outils avec l'équipe. Nous tenons à remercier en particulier les partenaires qui ont fourni le contenu des exercices de cette boîte à outils, lequel reflète le travail accompli par un certain nombre de partenaires du PDG. Il s'agit:

- des activités 3.1.1 et 3.1.2 qui ont été adaptées à partir de la campagne des jeunes femmes contre le sida (YWCAA) ;
- des activités 3.1.4 adaptées à partir de Dupoto-e-Maa ;
- Des études de cas sur les violations des droits des femmes à l'activité 3.2.2 qui ont été adaptées de HERAF ;
- Des activités 3.3.2 a, b, et c qui ont été adaptées à partir de TAPWAK.

Nous saluons l'ouverture d'esprit et la collaboration qui ont prévalu tout au long de l'élaboration de cette boîte à outils.

# APERÇU DU GUIDE



La boîte à outils a été rédigée et structurée de façon à permettre à l'animateur d'accompagner les participants à travers le parcours d'apprentissage. Chaque section s'appuie sur la précédente, et aide graduellement les participants à cheminer à travers les différentes étapes du changement.

## Section 1: Directives et démarrage des activités

Dans cette section, vous trouverez des directives sur les manières de travailler avec les participants et les groupes. Elles vous aideront en tant qu'animateur à vous préparer et à obtenir des résultats. La section détaille également les méthodes pour travailler avec les leaders communautaires, ainsi que les activités utiles dans ce cadre. Y figurent également des activités d'introduction à utiliser lorsque l'on travaille avec des groupes spécifiques, ainsi que des activités à utiliser à chaque rencontre habituelle.

## Section 2: Aider les participants à se connecter à leurs valeurs et identité

Dans cette section, vous trouverez des activités

pour travailler avec les participants et les groupes de façon à les aider à réfléchir à ce qui est important pour eux dans leur vie, quel genre de personnes ils sont, quelles valeurs sont importantes pour eux et vers où ils vont en tant que communauté. Cet aspect est une partie importante du parcours d'apprentissage parce qu'il encourage les gens à réfléchir sur leur parcours de vie et sur ce qui est bon à ce sujet. Il aide les gens à réfléchir sur ce qu'ils veulent vraiment, et leur permet de se sentir responsable de leur vie, plutôt que de décider et de leur dire ce que d'autres personnes croient être bon pour eux.

## Section 3: Accompagnement de la responsabilisation des participants

Dans cette section, un certain nombre de voies différentes vous sont proposées pour aider les gens à se prendre en main. Aider les gens à se prendre en main peut être fait en mettant à leur disposition des connaissances sur le VIH, en les sensibilisant sur leurs droits liés au genre ou leur statut, ou en favorisant des activités en vue de leur autonomisation économique.

Il est évident à travers cette section, que vous (facilitateur) allez sans doute vous servir de d'autres thématiques comme points de départ pour le travail avec les groupes, plutôt que de mettre d'emblée l'accent sur la connaissance du VIH, ou vous concentrer immédiatement sur l'autonomisation économique. Pour vous permettre de démarrer à partir d'un point de départ approprié, les sous-sections suivantes peuvent être fort utiles:

- Connaissance et sensibilisation sur le VIH;

- Sensibilisation aux droits de l'homme;
- Sensibilisation au genre;
- Sensibilisation aux droits sexuels et reproductifs des femmes; et
- Autonomisation économique.

Même si vous pouvez utiliser tout ou partie de ces points de départ et travailler à travers la section dans n'importe quel ordre, il est important de se rappeler que pour de meilleurs résultats, tout travail avec les participants devraient contenir une composante pour la sensibilisation sur le genre, les droits et le VIH. Dans cette section, vous aiderez les participants à devenir vigilants en leur procurant des connaissances et en leur permettant de s'exercer à travers des activités d'autodétermination. Ceci en prévision de la section suivant où, les actions et le comportement peuvent commencer à changer.

#### Section 4: Aider les participants à agir ainsi que l'avant et à utiliser leurs capacités

Cette dernière section dans le parcours d'apprentissage des participants se concentre sur la façon dont vous pouvez aider les participants et les groupes à prendre des initiatives et des responsa-

bilités pour la vie qu'ils souhaitent avoir. Ils ont décidé de ce qui est important pour eux, quel genre de personnes ils sont, et ont été outillés par la sensibilisation et les connaissances dans les sections précédentes. Cette section leur donne la possibilité de construire et d'utiliser les compétences pour négocier des pratiques plus sûres et avoir une meilleure communication dans leurs relations et les communautés. De cette façon, vous pouvez les aider à prendre des initiatives et à utiliser leurs capacités pour leur propre avenir.

#### Section 5: L'art de la facilitation

Cette section contient des informations supplémentaires et des activités pour vous aider (en tant qu'animateur) à progresser dans votre propre parcours et à devenir le meilleur animateur que vous pouvez être. Il contient les principes de bonne facilitation, comment poser les bonnes questions, ainsi que des activités pour améliorer votre approche participative de la facilitation, ainsi que les compétences d'apprentissage des adultes. Vous pouvez vous en référer à tout moment en tant que ressource.

# COMMENT UTILISER CE GUIDE ?



## Etape 1

Il convient de passer en revue et d'un trait toute cette boîte à outils, en particulier tous les exercices et les activités avant de commencer toute activité. La boîte à outils fournit les informations suivantes pour chaque activité :

- 1 Objectifs – Cet aspect décrit ce que les participants doivent apprendre à travers la leur participation à l'activité. Il est important de toujours commencer chaque activité en informant les participants des objectifs d'apprentissage. Ceci les aide à comprendre pourquoi ils s'investissent dans l'activité ainsi que ce qu'ils sont en droit d'en attendre.
- 2 La Durée - C'est le temps que de l'activité devrait prendre, sur la base de l'expérience de son utilisation. Ces horaires ne sont pas inamovibles et peuvent avoir besoin d'être réaménagés en raison de la taille du groupe avec lequel vous travaillez, ou en raison des problèmes qui surgiraient. Si c'est la première fois que vous travaillez avec un groupe ou sur une activité, essayez de prévoir du temps supplémentaire au cas où vous en avez besoin.
- 3 Matériels & installations : Il s'agit du matériel dont vous aurez besoin pour chaque activité. Vérifiez quels sont les matériels qui doivent être préparés avant le début de l'atelier. S'il y a une installation spécifique nécessaire pour la salle, cette section devrait la prévoir.
- 4 Documents à distribuer -- Ce sont des textes à lire individuellement ou des d'exercices ou des formulaires nécessaires pour un exercice spécifique. Habituellement, chaque participant doit recevoir ces

documents afin de participer pleinement aux exercices. Ces documents devraient être imprimés et multipliés avant le début de l'atelier. Ces documents peuvent être photocopiés après chaque l'activité correspondante dans cette boîte à outil. Des copies électroniques de tous les documents sont disponibles sur le CD attaché à la boîte à outils.

5 Les étapes : Il s'agit des étapes à suivre afin de bien utiliser l'activité. Les étapes sont numérotées et leur ordre doit être respecté lors de leur mise en œuvre.

6 Les notes de l'animateur - Ces notes vous aideront à obtenir les meilleurs résultats. Vous devez identifier les thèmes et préoccupations relatifs au processus de l'activité afin d'y réfléchir et les préparer. Assurez-vous d'avoir lu ces notes avant de commencer.

Les ressources de l'animateur sous ce titre, en plus des notes de l'animateur, vous trouverez des informations supplémentaires utiles pour répondre aux questions et fournir des informations aux participants.

### Etape 2

Si vous souhaitez obtenir plus d'informations et améliorer vos compétences en animation avant de commencer à utiliser la boîte à outils, Passer à la Section 5: L'art de la facilitation.

### Etape 3

Décidez et prévoyez comment vous pouvez travailler avec le groupe et comment cela affectera votre programme et les activités spécifiques. Selon le type de groupe avec lequel vous allez travailler (masculin, féminin, mixte, jeunes, etc.), vous pouvez commencer à penser à la façon de concevoir un programme de travail en fonction du groupe. Ce qui implique la durée du travail avec eux, mais également le type d'activités qui seraient pertinents pour ce public cible spécifique.

### Etape 4

Sur la base de l'information à l'ÉTAPE 3: créez un plan pour votre programme, décidez des activités à utiliser pendant chaque section. Commencez par la section 1: Directives et démarrage des activités. Décidez de quelles activités vous avez besoin pour la première utilisation. S'il y a une activité qui doit être utilisée chaque fois que vous travaillez avec le groupe, identifiez-la et incluez-la dans vos séances prévues pour l'avenir. Puis, choisissez les activités de la Section 2, 3 et 4 de votre programme. Vous pouvez utiliser toutes les activités dans l'ordre ou simplement prendre celles qui sont applicables et correspondent au temps dont vous disposez. Dans la section 3, choisissez les activités qui sont des points de départ pertinents pour le groupe.

### Etape 5

Lors de la préparation d'une session avec le groupe, assurez-vous que vous avez tout le matériel nécessaire et pouvez mettre en place dans la salle retenue, toutes les installations dont vous aurez besoin.

### Etapes 6

Assurez-vous de disposer la bonne quantité de documents nécessaires pour les activités choisies.

### Etape 7

Commencer à travailler, et n'oubliez pas que vous jouez un rôle important dans le changement positif! Ce n'est pas toujours immédiatement visible, même sur une longue période. Ne vous découragez pas pour autant. Concentrez-vous sur votre propre parcours d'apprentissage en tant que facilitateur.

## SECTION UNE : DIRECTIVES ET ACTIVITÉS DEMARRAGE



Cette section met à votre disposition des directives pour le travail de manière à accompagner le changement des perceptions, des croyances et des comportements des hommes et des femmes ayant trait aux questions basées sur le genre.

La façon de travailler décrite dans ce guide reconnaît que le changement de comportement ne peut se produire immédiatement et que la modification des manières de penser nécessite du temps et de la patience. Elle exige de travailler avec les participants et les groupes communautaires de façon égalitaire, sans forcer le changement.

Elle exige dans votre travail, de reconnaître les forces et les talents dont disposent les participants, et d'avoir confiance dans les capacités des participants pour susciter leur propre changement. Le tra-

vail avec les participants se déroule dans un programme planifié sur une durée. Quelque soit votre programmation, la mise en œuvre des activités retenues pourrait prendre quelques mois ou un an.

Un des éléments importants de ce mode de travail est désigné "approche valorisante" ou "Approche centré sur les forces". Cette approche est perçue par les organisations non gouvernementales et les organisations à base communautaire dans le monde entier comme une innovation dans le processus de renforcement des capacités des collectivités. Selon cette approche, le renforcement des capacités conduit à l'insonorisation et chaque personne, chaque communauté et chaque organisation dispose de capacités. L'approche se concentre sur les forces de l'organisation ou de la communauté qui sont sources tangibles d'espoir et d'apprentissage. Les approches valorisantes renforcent les capacités des communautés en s'appuyant sur ce qui y fonctionne, ce qui permet l'autodétermination, ce qui motive, suscite l'espoir et inspire. Elles s'appuient sur les réalisations des communautés et les encouragent à réfléchir sur les conditions de succès.

La boîte à outils est élaborée de manière à vous aider à suivre, à travers un certain nombre d'étapes et d'activités, le cheminement des participants le long de leur parcours. Les activités et les discussions au sein de petits groupes qui sont proposées pour être conduites de façon valorisante permettront aux participants d'aller aussi loin que nécessaire dans le parcours d'apprentissage décrit. Ce qui implique, lorsque c'est possible, de travailler en continu avec le même groupe de personnes.

Les activités contenues dans cette section sont:

- Activité 1.2.1- Introduction des leaders communautaires au concept de genre
- Activité 1.3.1- Présentation des participants
- Activité 1.3.2- Revue et amendement de l'ordre du jour, recueil des attentes, règles minimales de vie pendant la session
- Activité 1.4.1- Evaluation de début de la session
- Activité 1.4.2- Evaluation de fin de la session

### 1.1 Directives pour Travailler de Façon Transformative

Il est important que les animateurs apprennent à:

- Voir les situations comme des défis et des opportunités et non comme des problèmes.
- Identifier le potentiel positif en chaque personne et chaque situation.
- Se convaincre que le changement se produit et que la collaboration a un impact positif, même si les résultats peuvent ne pas être immédiatement visibles.
- Respecter et valoriser les particularités ainsi que les différences individuelles.
- Considérer les uns et les autres de façon égale en valeur et en dignité, et traiter donc tout le monde comme participants à part entière dans le processus.
- Accorder un respect égal aux femmes et aux hommes, tout en reconnaissant le différentiel de charges qui pèse sur les hommes et les femmes dans la société.
- Communiquer de façon égalitaire à travers la collaboration, la coopération, l'accord, et les relations gagnant-gagnant.
- Favoriser la communication ouverte.
- S'engager à donner et recevoir des commentaires et à communiquer ouvertement et honnêtement.

Notes de l'animateur

- Rappelez-vous toujours du sujet.
- Faites un plan de travail pour la rencontre de groupe ou utilisez le guide de formation.
- Réfléchissez à la manière dont vous allez introduire le sujet de la session.
- Partagez votre plan avec un (pair) autre animateur.

### 1.2 Obtenir l'Appui et Travailler avec les Responsables de la Communauté

Le succès de tout programme dans la communauté dépend de l'implication et du soutien des dirigeants locaux. Il peut arriver que les responsables de la communauté se sentent menacés par un processus qui se déroule dans leur communauté s'ils ne sont pas impliqués. Il est donc important de les impliquer dès le début, avant d'introduire les activités à la communauté entière. L'appui de ces acteurs est indispensable pour la réussite de la mise en œuvre des activités aussi bien de sensibilisation au genre et aux droits humains, que de transformation. Les pratiques culturelles locales qui favorisent ou facilitent la propagation du VIH (telles que les rites de lévirat et de mariage précoce), montrent bien l'importance de l'implication des responsables des communautés au niveau des localités en tant que partenaires, mais aussi comme bénéficiaires et responsables du processus. Ils sont les gardiens des traditions et de la culture, et devraient conduire ou approuver tout changement de comportement de la communauté.

En phase initiale, une réunion peut être tenue avec ces responsables locaux pour leur présenter les avantages, les coûts et les étapes de la mise en œuvre des activités, afin de recueillir leur engagement dans le processus et les résultats. Leur implication est un processus continu qui, pour de meilleurs résultats nécessite de travailler avec eux comme des gens normaux qui peuvent également

être pris en charge, apprendre et avoir besoin de l'information. Travailler avec eux en tant que partenaires implique de les inviter à des événements clés, tenir des réunions régulières d'échange et s'appuyer sur leur soutien au fur et à mesure que le processus évolue. C'est l'animateur qui sera le seul à s'engager avec les leaders des communautés locales au début du processus. Mais par la suite, les bénéficiaires devraient prendre la relève sur ce plan.

Cette section vise donc à travers un exercice simple, à donner aux partenaires des outils et opportunités pour enrôler les leaders communautaires sur les questions de droits et d'égalité de genre en matière de prévention du VIH et du sida.

L'animateur ou facilitateur doit garder présent à l'esprit que, bien que les leaders locaux aient un rôle à jouer dans le processus de mise en œuvre, ils restent eux-mêmes les objectifs des actions de plaidoyer du programme.

Cette sous-section est conçue pour permettre à ces leaders de déclarer leur soutien aux activités, et pour vous permettre de décrire les activités que vous comptez effectuer. Dans cette sous-section, vous trouverez:

### Activité 1.2.1 Familiariser les leaders communautaires aux concepts de genre et de VIH

#### Objectif :

- Identifier les perceptions et idées des leaders en lien avec les violations des droits humains, les normes néfastes de genre et le VIH
- Identifier les formes de soutien que ces leaders pourraient offrir
- Se familiariser aux procédures locales nécessaires pour obtenir de l'appui

Durée : 60 minutes

Matériels et installation : S'asseoir en cercle si possible, disposer de stylos, grandes feuilles de papier, des marqueurs et de tableaux de conférence

#### Partie A

##### Etapas

- 1 Expliquez que les participants exploreront le lien entre droits humains, le genre, le VIH et le sida.
- 2 Demandez aux participants de se diviser en deux groupes.
- 3 Donnez au groupe un tableau de conférence et des marqueurs, et demandez-leur de faire une tempête d'idées pour trouver les relations entre le genre et le VIH et le sida. Demandez-leur de répondre à la question :
  - Pourquoi lutter contre les inégalités entre les genres dans la communauté est-il important dans la



prévention du VIH?

Donnez au groupe deux un tableau de conférence et des marqueurs et demandez-leur aussi d'échanger des idées et de dire les relations entre les droits humains et le VIH et le sida. Demandez-leur de répondre à la question:

- Pourquoi les violations des droits humains augmentent le risque d'infection par le VIH pour les femmes?

Faciliter la restitution des travaux de groupes et animez les discussions. Assurez-vous de bien souligner le lien entre les droits humains, l'égalité des genres, le VIH et le sida.

Notes de l'animateur

Au vu des résultats obtenus, vous pouvez décider de procéder à deux autres exercices, préalables à la section de sensibilisation sur le genre, les droits sexuels et à la santé reproductive des femmes, les droits humains et le VIH et le sida.

## Partie B

### Étapes

1. Divisez le groupe en sous-groupes de trois et leur donner 10 minutes pour l'exercice. Expliquez-leur qu'ils vont discuter des types de soutien qu'ils peuvent apporter dans la mise en œuvre des activités. Demandez aux participants d'utiliser les questions suivantes comme guide:

- Comment voulez-vous être impliqué dans la mise en œuvre des activités contenues dans cette boîte à outils sur le VIH, le genre et les droits humains?
- Quel type de soutien aimeriez-vous offrir?

## Partie C

### Étapes

1. Demandez aux participants d'énumérer toutes les procédures qui doivent être suivies dans la mise en œuvre des activités ou d'autres personnes qui doivent être contactées au cas où les bénéficiaires ont besoin de l'aide ou de l'attention des responsables de la communauté.

### 1.1 Activités de Démarrage du Travail avec un Nouveau Groupe

Les exercices qui suivent devraient être utilisés au début du processus de travail avec un groupe spécifique. Ces activités sont conçues pour aider les membres du groupe à se connaître les uns les autres, à comprendre ce qui est attendu d'eux dans la session et comment ils vont travailler ensemble. Ces activités sont également importantes pour vous afin de mieux comprendre le groupe, les types de personnes qui le constituent, leurs expériences et leurs attentes. Dans un nouveau groupe, les activités 1.3.1. et 1.3.2. peuvent facilement être combinés pour former une seule activité, tandis que l'activité 1.3.2. est une bonne activité à inclure dans tous les ateliers.

#### Activité 1.3.1 Apprendre les uns des autres

##### Objectif

- Donner l'occasion aux participants d'apprendre à se connaître les uns les autres



- Comprendre la quantité et la profondeur de l'expérience des membres du groupe

**Durée :** 30 minutes

**Matériel :** Papiers, marqueurs

### Étapes

1. Présentez-vous et accueillez les participants à la formation. Faites pour eux la revue de la logistique, du calendrier, des pauses, etc. énoncez brièvement l'agenda et ce à quoi les participants peuvent s'attendre en assistant aux séances.
2. Demandez aux participants de se mettre en paires (petits groupes de deux personnes).
3. Demandez à chaque participant de la paire (ils sont assis) de se présenter à l'autre, et de partager avec lui trois choses à propos de sa vie. Accordez-leur quelques minutes pour que les deux membres de la paire échangent les informations.
4. Rassemblez tout le monde dans en plénière à nouveau, une fois que tous ont terminé. Ensuite, faites qu'à tour de rôle, chaque personne présente son ou sa partenaire au groupe, partage l'une des trois choses qu'il ou elle a appris à propos de cette personne.

### Notes de l'animateur

Les participants peuvent être réticents à participer à cette activité au début de l'atelier. Vous pouvez commencer cette activité en étant le premier à partager des informations sur vous-même avant de de-

mander aux participants de faire de même. C'est une approche que l'animateur peut utiliser très efficacement pour montrer l'exemple aux participants sur la façon de travailler qui va prévaloir.

A travers cette démarche, en se donnant comme modèle, l'animateur met en évidence dès le départ, un type de comportement qu'on souhaite introduire dans le groupe.

**Activité 1 :** Amendement de l'agenda, recueil des attentes, règles à observer au cours de l'atelier



### Objectif

- Clarifier les attentes (ce qui va et ne sera pas accompli dans la formation)
- Etablir les attentes en matière de comportement au cours de la formation

**Durée :** 30 minutes

**Matériels et installations :**  
Papiers, marqueurs

Cette activité est importante pour vous permettre de mettre en place le meilleur climat de travail possible avec le groupe. Il aide également à comprendre les attentes de chacun, et aide les participants à comprendre ce qui sera réalisé.

Assurez-vous de leur laisser assez de temps! Cette activité devrait être incluse dans tous les ateliers. Utilisez-la très tôt au début des ateliers, gé-

néralement après un brise-glace et/ou les présentations individuelles, mais avant les autres activités.

### Étapes

1 Posez aux participants la question : " Que voulez-vous retirer des sessions ? " Ou " pour quelles raisons sommes-nous ici? "

2 Demandez aux participants de prendre un moment pour réfléchir à la question. Selon la taille du groupe, vous pouvez demander à tous les participants de répondre ou vous pourriez inviter quelques uns à le faire.

3 Notez les réponses des participants sur le tableau.

4 Comparez les réponses avec votre programme et les objectifs de la session. Soulignez les sujets ou domaines d'intérêt que vous allez aborder et ceux auxquels vous ne serez pas en mesure de répondre.

5 Pour les sujets que vous ne pourrez pas aborder, vous voudrez bien indiquer aux participants d'autres sources pour obtenir les informations.

6 Notez que le fait d'être honnête et clair sur ce que vous pouvez et ne pouvez pas couvrir vous aide à établir des attentes réalistes. De même, il est important que les participants soient honnêtes et clairs sur leurs propres attentes et leur comportement, tous ensemble, comme un vrai groupe.

7 Ecrivez vos " règles de base " sur le tableau, et inviter les participants à dire ce qu'ils peuvent promettre par rapport à leur propre comportement tout au long de la session de formation, ainsi que ce qu'ils aimeraient que les autres fassent.

### Notes de l'animateur

Vous devriez disposer de règles minimales de base à l'esprit de façon à les proposer si les participants ne le font pas. Par exemple:

- Garder confidentielles toutes les informa-

tions et les histoires partagées dans le groupe (c'est-à-dire qu'elles ne doivent pas être partagées ou divulguées en dehors de cette réunion).

- Participer selon votre niveau.
- Être à l'heure après les pauses.
- Poser des questions.

### Notes de l'animateur

Listez toutes les contributions. Demandez aux participants de réfléchir aux attentes qui sont sur la liste. Puis demandez:

- "Devons-nous revoir ou préciser certaines" ?
- "Sommes-nous tous d'accord avec elles? Si non, comment pouvons-nous changer celles pour laquelle vous n'êtes pas d'accord" ?

•

### 1.4 Activités à Conduire lors de Chaque Rencontre avec un Groupe

#### Activité 1.4.1 Evaluation au début d'une session



### Objectif

- Réaménager l'espace de travail, et le rendre convivial
- Aider les membres du groupe à exprimer leurs sentiments et être présents dans le groupe

**Durée** : 2 minutes par participant

**Matériels et installation** : Si possible s'asseoir en cercle, avec l'animateur faisant partie du cercle

### Étapes

1 Souhaitez la bienvenue à tout le monde et annoncer que vous allez commencer par une éva-

luation. En session initiale, il faut annoncer que vous allez le faire chaque fois. De cette façon, chacun saura à peu près ce qu'on doit faire toutes les fois quand on se rencontre pour une réunion.

2 Posez alors à chaque personne les trois questions suivantes:

- a. "Quelle a été un moment fort/ une réalisation, depuis la dernière réunion"? Lors de la toute première session, vous leur demanderez plutôt : "Quelle a été un moment fort/ une réussite dans votre vie le mois dernier".
- b. Qu'appréciez-vous le plus, ou de quoi seriez-vous reconnaissants?
- c. Comment vous sentez-vous aujourd'hui?

### Notes de l'animateur

- En tant que facilitateur, vous pourriez avoir à donner d'abord l'exemple, ou si vous avez un membre de confiance dans le groupe, l'inviter à le faire en premier. Il est important pour vous de participer pleinement et de vous fondre dans le groupe, plutôt que d'avoir une posture de "formateur". Partager ce que vous ressentez. Modéliser le comportement que vous attendez, en partageant pleinement, brièvement et précisément.

- La question "Comment allez-vous" peut être étrange ou non familière pour des gens qui sont habitués à réprimer leurs sentiments. Ramez délicatement les gens à l'expression de leurs sentiments tels que "Je me sens excitée", "Je me sens fatigué", "Je me sens frustré, triste, surchauffé". Si les participants ne se bornent qu'à utiliser que des mots tels que "bien", "mal", "bon", "mauvais", ou "OK", encouragez-les à utiliser des mots plus descriptifs comme "excité" ou "irrité". Un aspect important du parcours d'apprentissage des participants est d'apprendre à s'exprimer et à décrire complètement leurs sentiments.

- Ce n'est pas le moment des discussions ou des commentaires vous concernant ou quelqu'un d'autre. Il faut gentiment remercier chaque intervenant pour le partage en ces termes: "Merci 'Nom'". Assurez-vous que vous les regardez dans les yeux et remerciez-les sincèrement. Encouragez les participants à écouter attentivement tout le monde. Les participants doivent se rendre compte que l'atelier est un espace où tout le monde peut et doit contribuer, et se sentir valorisé.



### Activité 1.4.2 Evaluation de fin de session Objectif

- Aider les participants à donner du sens aux apprentissages reçus ;
  - Clôturer la session de façon agréable
- Durée : Deux minutes par participant  
Matériels et installations | S'asseoir en cercle, avec le facilitateur faisant partie du cercle

### Etapes

- 1 Remercier chacun pour sa contribution et parce qu'il fait partie du groupe.
- 2 Leur poser à chacun et à tour de rôle les questions suivantes:
  1. Quelles sont les choses les plus importantes que vous avez apprises au cours de la session?
  2. Qu'avez-vous le plus aimé dans la session
  3. Avez-vous appris des choses sur vous-même aujourd'hui, et comment vous sentez-vous?

## Notes de l'animateur

- En tant que facilitateur, vous pourriez avoir à donner d'abord l'exemple, ou si vous avez un membre de confiance dans le groupe, l'inviter à le faire en premier. Il est important pour vous de participer pleinement et de vous fondre dans le groupe, plutôt que d'avoir une posture de "formateur". Partager ce que vous ressentez. Modéliser le comportement que vous attendez, en partageant pleinement, brièvement et précisément.
- La question "Comment allez-vous" peut être étrange ou non familière pour des gens qui sont habitués à réprimer leurs sentiments. Ramez délicatement les gens à l'expression de leurs sentiments tels que "Je me sens excité", "Je me sens fatigué", "Je me sens frustré, triste, surchauffé". Si les participants ne se bornent qu'à uti-

liser que des mots tels que "bien", "mal", "bon", "mauvais", ou "OK", encouragez-les à utiliser des mots plus descriptifs comme "excité" ou "irrité". Un aspect important du parcours d'apprentissage des participants est d'apprendre à s'exprimer et à décrire complètement leurs sentiments.

- Ce n'est pas le moment des discussions ou des commentaires vous concernant ou quelqu'un d'autre. Il faut gentiment remercier chaque intervenant pour le partage en ces termes: "Merci 'Nom'". Assurez-vous que vous les regardez dans les yeux et remerciez-les sincèrement. Encouragez les participants à écouter attentivement tout le monde. Les participants doivent se rendre compte que l'atelier est un espace où tout le monde peut et doit contribuer, et se sentir valorisé.

## SECTION DEUX : AIDER LES PARTICIPANTS A SE CONNECTER AVEC LEURS VALEURS ET IDENTITE

Cette session vous permet d'aider les participants à prendre conscience de leurs valeurs et de leur identité, en vue de leur donner des moyens d'opérer des choix plus sûrs. Les animateurs peuvent appeler cette session "Me connecter à mes valeurs et à mon identité" en s'adressant aux participants.

### Pourquoi cette section est-elle importante

Lorsque vous commencez à travailler avec des participants sur ce qui est important pour eux dans la vie, vous les aidez à réfléchir à quel genre de personnes ils sont, et à quelles valeurs sont importantes pour eux. En utilisant une approche valorisante, c'est-à-dire procéder en se concentrant sur ce qui est déjà bon et avantageux, avant de rechercher comment on peut les renforcer, les concernés se sentent motivés et pleins d'énergie. Ce point de départ est à la fois intéressant et attrayant pour eux, plutôt que de leur dire ce qui est bon pour eux ou ce qu'ils doivent faire pour être en bonne santé. Cette approche met les gens sur un même pied d'égalité et leur fait prendre conscience dès le début du processus qu'ils sont responsables de leur propre avenir et des choix qu'ils font.

Les progrès avec le groupe pourraient être lents au début, mais cette approche de travail permet de mettre en place de bonnes bases pour l'ensemble du parcours de formation. Ce n'est pas la peine de déclarer aux gens qu'ils doivent être responsables. La prise des responsabilités est une décision que chacun sait prendre le moment venu. Les facilitateurs peuvent aider à bâtir la confiance et fournir un espace, des conseils et des outils pour aider les participants dans leur propre émancipation. Il appartient ensuite aux participants d'intervenir et de se responsabiliser en commençant à réfléchir à leur avenir et à la vie qu'ils veulent avoir.

L'effet de la facilitation réside dans le fait que, si les gens opèrent des changements par rapport à leur identité et leurs valeurs à savoir : "qui suis-je" et "qu'est-ce qui est important pour moi", alors les changements de comportements, des attitudes et agissements peuvent émerger.

Dans cette section, les activités sont structurées pour évaluer et travailler sur les forces de la communauté. Les exercices incitent à se focaliser sur un avenir qui stimule l'énergie et l'espoir, pour aider les participants à commencer à s'imaginer que la vie peut être différente.



Les activités de cette section sont :

- Activité 2.1 S'imaginer le changement comme un voyage - La quête héroïque du changement social
- Activité 2.2 Evaluer et apprécier les aspects positifs de notre communauté
- Activité 2.3 Raconter des histoires à propos de l'avenir

### Activité 2.1 Penser le changement comme un parcours - Le parcours héroïque du changement social



#### Objectif

- Cet exercice introduit “le parcours héroïque” comme une manière de comprendre, de décrire et planifier un processus d'apprentissage et de changement social au niveau personnel, organisationnel ou de la communauté.
- Il permet aux participants de considérer leur propre vie comme un parcours d'apprentissage et de changement.
- Il leur permet en fin de compte de comprendre que nos propres vies et parcours individuels sont également “héroïques” parce que nous surmontons des défis pour nous développer

**Durée : 40 minutes à 1 heure, selon la taille du groupe**

**Matériels et Installation : flip char, papier, marqueurs**

#### Étapes

1. Dire aux participants que vous souhaitez partager avec eux une façon de penser sur la manière dont nous apprenons et changeons dans nos vies. Il s'agit d'une façon de penser aux grands changements dans nos vies, ou à la façon dont en grandissant nous apprenons pour orienter nos vies. Cette façon de penser est basée sur l'idée que ce grand changement ou notre vie, est similaire à un long voyage que nous entreprenons.
2. Vous pouvez inviter les participants à réfléchir aux étapes traversées dans leur vie, comme par exemple celle de quitter la maison parentale, et de mesurer l'importance de cette décision dans le parcours de leur vie.
3. Présentez le cadre du parcours héroïque, avec ses 5 étapes sur un tableau de conférence.
4. Invitez les participants à illustrer leur parcours de vie sur une “carte”, se faisant en réfléchissant sur les différentes parties de leur parcours de vie semblables aux cinq étapes du “parcours héroïque”. Chaque participant peut dessiner et décrire son propre parcours sur une feuille séparée.
5. Invitez chaque participant à partager autant que possible ce qu'il souhaite partager au sujet de son parcours. Ils racontent tout simplement l'histoire de leur vie, en utilisant les cinq niveaux ou points de contrôle ou étapes. Chaque feuille de conférence remplie devrait être affichée sur le mur si possible, et les

participants doivent se rassembler autour de chaque feuille lorsque le concerné raconte histoires.

6 Distribuer le document "Parcours héroïque" à la fin.

#### Notes de l'animateur

"Le parcours héroïque" est une histoire de changement que l'on retrouve dans de nombreuses cultures à travers le monde. Nous la trouvons dans les mythes, les contes, les légendes, des livres et des films. Quand on observe la vie des grands leaders de l'humanité tels que Mahatma Gandhi et Nelson Mandela, on peut identifier les étapes de leurs parcours "héroïques". Entreprendre ce parcours nécessite du courage, de l'engagement et de la volonté d'explorer, d'apprendre et de changer. Un parcours couronné de succès vous aura changé chemin faisant. C'est-à-dire que nos attitudes et la plupart de nos certitudes sont en fait des défis que nous relevons le long du chemin, au fur et à mesure que nous apprenons et grandissons. A la fin du parcours, nous sommes très différents (forts et plus sages) de celui que nous étions lorsque nous l'avons commencé.

#### Le voyage comporte cinq étapes :

**Le point de départ :** A ce niveau, nos idéaux, valeurs, croyances et motivations procurent de l'énergie pour entreprendre le parcours. C'est notre point de départ, mais également le lieu où nous pouvons retourner à tout moment pour nous ressourcer et trouver une nouvelle énergie. C'est là que nous trouvons notre force et l'énergie pour aller au-delà de ce qui est familier, pour nous risquer dans l'inconnu.

A cette étape, les questions importantes sont : Qu'est-ce qui est vraiment important pour moi? De quoi est-ce que je me soucie vraiment?

**La mission :** A ce stade, nous créons une vision ou un rêve, un but à atteindre. C'est ce qui nous motive à aller de l'avant.

A cette étape, les questions importantes sont : Qu'est-ce que je veux réaliser ? Comment cela se présentera lorsque j'y parviendrai?

**L'épreuve :** Ce stade est celui où nous faisons face (plutôt que de les éviter ou leur résister) aux obstacles et défis, découvrons ou apprenons de nouvelles compétences, trouvons des outils et des ressources pour transformer les obstacles en opportunités et alliés.

A cette étape, les questions importantes sont :

Comment puis-je me servir de ces difficultés pour poursuivre mon chemin? Quelles sont les opportunités dont recèle l'obstacle?

**Le changement :** A cette étape, les résultats découlant de nos confrontations avec les difficultés sont perceptibles. Attendus ou non, ces résultats sont sur nous-mêmes et/ou autour de nous. Parmi ces résultats, certains sont positifs. Mais d'autres constituent de nouveaux défis qui découlent de l'évolution des circonstances.

A cette étape, les questions importantes sont : Qu'est-ce qui a changé (les attitudes, les comportements, les préjugés, les normes, les structures)? En quoi suis-je différent, ou en quoi la situation est-elle différente?

**Le bénéfice :** A cette étape, nous mettons en pratique et nous nous approprions mieux les apprentissages et les bénéfices. Nous partageons ces bénéfices avec les autres, les appliquons dans des situations nouvelles et les intégrons à notre façon d'être et de travailler. Nous redéfinissons ainsi notre point de départ.

A cette étape, les questions importantes sont: Comment puis-je me servir de ce que j'ai gagné au profit des autres et pour me renforcer en vue de la

poursuite de mon parcours?

Quoique certains itinéraires ne soient pas conformes à son schéma, il faut bien comprendre ce parcours.

Cependant, il est important de reconnaître avec le groupe que nous sommes tous à un moment ou à un autre de notre vie, dans des parcours d'apprentissage, confrontés à des épreuves. Nous nous battons pour nous en sortir, et avons parfois envie d'abandonner. C'est notre capacité à persévérer à travers les épreuves qui nous conduit aux changements et aux bénéfices de notre initiative.

Il est important pour vous de prendre en compte et encourager la valorisation par les participants des parcours extraordinaires à travers lesquels les gens passent au cours de leur vie.

## Activité 2.2 Se féliciter du bon qu'il y a dans notre communauté

C'est un exercice qui procède par la valorisation de



certaines façons de sentir de penser et d'agir de la communauté. Les participants sont encouragés à identifier leurs réussites

et celles de leur communauté. C'est sur ces bases que les réalisations à venir vont être construites. Ces exercices peuvent également être utilisés pour identifier les pratiques culturelles positives et indésirables relatives aux rôles et relations entre les genres.

Si les gens peuvent identifier les points où ils ont réussi par le passé et en comprendre les raisons, et

se servir de cette prise de conscience pour imaginer un meilleur avenir, alors ils pourraient parvenir à une plus grande réussite.

### Objectif

- Aider les participants à identifier leurs réussites passées ainsi que les raisons de ces réussites
- Aide à construire chez les participants la confiance qu'ils peuvent faire changer les choses et qu'ils en ont la capacité

Durée : 30-45 minutes en travaux de groupe et 5-10 minutes de restitution par groupe

Matériaux et installation | Papier conférence ou papier A4, des marqueurs pour chaque groupe; Document de travail à remettre au groupe: Questions de valorisation communautaires.

### Etapas

Pour le travail de valorisation, vous pouvez amener les membres de la communauté à travers un processus de dialogue, à explorer les points suivants:

- 1 Demander aux participants de former des groupes de 2 ou 3 (pas plus de 4 personnes par groupe).
- 2 Dire aux participants que l'activité consistera pour eux à identifier toutes les "bonnes" choses dans la communauté. Ce faisant, nous ne disons pas qu'il n'y a pas de mauvaises choses qui s'y sont produites. Mais dans cet exercice, nous choisissons de mettre l'accent sur les bonnes choses qui nous donnent de l'énergie et de l'espoir.
- 3 Les participants doivent se poser les questions de Valorisation communautaire, et trouver une réponse consensuelle à travers la discussion dans le groupe. C'est cette réponse qu'ils présenteront en plénière par la suite. Distribuer à chaque groupe une copie imprimée du document des Questions de valorisation communautaire devant servir de guide.

Ces questions sont :

- Qu'est-ce que j'apprécie le plus dans ma communauté? Quelles sont les bonnes choses qui existent dans notre communauté?
- A quelle époque de notre communauté y a-t-il eu le fait le plus important, et qu'est-ce que c'était?
- Quelles sont les bonnes pratiques de ma communauté que je voudrais transmettre aux générations futures?
- Quelle est l'image de notre communauté que nous voulons promouvoir?
- A quelles traditions accordons-nous le plus de valeur?
- Qu'est-ce qui a bien marché pour moi et pour ma communauté, et pourquoi?

Notes de l'animateur

Les méthodes valorisantes sont utiles pour faire émerger ce que la communauté recèle de meilleur et l'orienter vers la nouvelle vision (de la communauté). Cette nouvelle vision qui peut être créée à partir des meilleures des pratiques actuelles.

Au cours de l'animation de cet exercice, vous pourriez recevoir des réponses défavorables ou inutiles tels que "nous enfermons nos femmes ...", etc. Lorsque vous recevez ces types de réponses, vous devez les dépouiller également. Il ne serait pas sage de simplement les rejeter comme mauvaises. Leur simple rejet pourrait provoquer une résistance. Il est préférable de poser des questions telles que: "Qu'est-ce qui est bon à ce sujet?", "Comment cela sert tout le monde dans la communauté?" " Cette façon de faire est-elle durable, c'est-à-dire : Est-ce que cette pratique peut continuer longtemps encore?".

Des approches novatrices de renforcement des capacités des communautés accordent de plus en plus de la valeur au travail d'enquête valorisante. Cette approche de renforcement des capacités responsabilise, en partant du présupposé que chaque personne, chaque communauté et chaque organi-

sation a une certaine capacité. Elle met l'accent sur les aspects positifs d'une organisation ou de la communauté qui sont sources tangibles d'espoir et d'apprentissage. Les méthodologies valorisantes renforcent les capacités de la communauté sur la base de ce qui fonctionne déjà, de ce qui responsabilise, de ce qui motive et de ce qui suscite de l'espoir et de l'inspiration. Elles s'appuient sur les réalisations des communautés et encouragent les gens à réfléchir sur les conditions qui produiront le succès.

Ces idées sont adaptées du travail de World Vision en Tanzanie : voir <http://appreciativeinquiry.case.edu/gem/booy&senafinal.html>

Document de travail pour l'activité 2.2. | Se féliciter du bon qu'il y a dans notre communauté

Questions de valorisation communautaire

- Qu'est-ce que j'apprécie le plus dans ma communauté? Quelles sont les bonnes choses qui existent dans notre communauté?
- A quelle époque de notre communauté y a-t-il eu le fait le plus important, et qu'est-ce que c'était?
- Quelles sont les bonnes pratiques de ma communauté que je voudrais transmettre aux générations futures?
- Quelle est l'image de notre communauté que nous voulons promouvoir?
- A quelles traditions accordons-nous le plus de valeur?
- Qu'est-ce qui a bien marché pour moi et pour ma communauté, et pourquoi?

### Activité 2.3 Raconter des histoires sur l'avenir

Objectif

- Aider les membres de la communauté à prendre des responsabilités concernant leurs avers communs
- Construire des compétences en communication et en négociation
- Aide au renforcement et à l'intégration des



approches valorisantes dans les façons de travailler des membres de la communauté

Durée : 45-60 minutes

Matériels et installation | Pas besoin de matériel spécifique, s'installer dans un lieu calme et sécurisé pour le travail.

Etapas

1. Demandez aux participants de travailler en petits groupes (2-3 personnes). Invitez-les à se raconter l'histoire de leur communauté au futur. Comment est leur communauté dans un avenir bon et radieux, où ils ont appris et acquis de nouvelles connaissances ? L'histoire doit avoir une fin heureuse, même si il y a des luttes en cours de route.

L'histoire devrait inclure :

- Là où ils ont commencé en tant que communauté, c'est à dire, aujourd'hui?
- Que s'est-il passé pour modifier ou changer les choses pour le meilleur futur ?
- Qu'est-ce qui sera différente dans la communauté, et comment les choses vont-elles changer dans la communauté (encourager les participants à rêver sur la façon dont les choses peuvent être) ?
- Quelles sont les connaissances qui sont disponibles dans la communauté dans ce futur lieu ?
- Comment les membres de la communauté se conduisent les uns envers les autres, et quel soutien s'accordent-ils mutuellement ?
- Comment sont leurs dirigeants et comment se comportent-ils ?
- Qu'est-ce qu'ils ont appris en tant que communauté ?

Demandez aux participants de construire l'histoire en se basant sur ces points. Permettez à chaque groupe de travail, pour le temps restant (pas moins de 30 minutes) de planifier leur histoire.

Invitez les participants à choisir une personne dans chaque groupe pour raconter l'histoire du groupe en plénière.

### Notes de l'animateur

- Dans cet exercice, il est important que vous continuez à travailler de façon valorisante. Ce qui signifie que vous serez à la fois intrigué et fasciné par la façon dont les histoires vont se dérouler.
- Les participants doivent être encouragés à être aussi créatifs que possible dans l'élaboration de leurs histoires, ainsi qu'à raconter l'histoire de la façon dont les histoires se racontent au village ou dans le cercle de famille. Par exemple, tout en ayant un repas spécial, tout en travaillant ensemble ou autour d'un feu, etc., (ces situations peuvent être imaginaires), et peut être faite à travers des histoires mythiques, des chansons, relatifs à l'histoire du village ou de la communauté et ainsi de suite.
- L'histoire devrait être élaborée de manière participative, ce qui signifie que tout le monde

dans le groupe devrait contribuer dans l'histoire. L'histoire peut avoir plusieurs variantes, voire plusieurs fins. Toutes les idées sur l'histoire devraient être encouragées. Le facilitateur doit encourager les participants à développer et à renforcer les idées des autres, à ne pas les rejeter ou “ abattre “. Humour et plaisir doivent être encouragés. Vous pouvez aider les participants à développer leurs histoires en étant disponible pour discuter et répondre aux questions.

- Avant que les histoires soient racontées en plénière, vous devez inviter les participants à écouter attentivement et de façon active, à écouter non pas seulement pour les mots, mais à rechercher le sens, comprendre l'émotion et le langage corporel des conteurs, la façon dont l'histoire est racontée enrichie davantage l'histoire.
- Après chaque histoire racontée, vous devez encourager l'acclamation des participants, puis laisser un court instant d'échange, par exemple des questions ou des idées nouvelles entre le public et ceux qui ont raconté l'histoire.
- Lorsque toutes les histoires ont été racontées, vous pouvez “débriefer“ le groupe, en demandant aux participants de réfléchir pendant un certain temps sur l'expérience, puis d'échanger entre eux les idées sur : “Qu'avons-nous appris de ces histoires, et comment nous sentons-nous au sujet de les rendre vraies de retour dans nos communautés“.

## SECTION TROIS : ACCOMPAGNER L'AUTO- NOMISATION DES PARTICIPANTS

Cette section vise à procurer aux participants des informations, des connaissances sur le VIH, le genre, les droits de la femme et en matière d'autonomisation économique. Les animateurs peuvent appeler cette session : "De quoi ai-je besoin pour être autodéterminé" en la présentant aux participants

### Pourquoi cette section est importante ?

Plusieurs itinéraires et parcours différents existent, dont peuvent se servir les participants pour parvenir à l'autodétermination et l'affranchissement. Dans cette section, nous soutenons l'idée selon laquelle le processus d'autonomisation peut être facilitée et soutenue par l'acquisition de connaissances et de la sagesse, à travers la sensibilisation aux droits humains et sur les statuts socio-économiques, ainsi qu'à travers l'encouragement des participants à la prise de responsabilité sur leur vie. Il n'y a pas de voie unique qui serait la panacée pour tous les groupes et toutes les communautés. Il existe une gamme d'opportunités qui peuvent servir à accompagner le processus d'autonomisation.

Cette section propose une gamme variée d'exercices, en fonction des choix que vous facilitateur jugez appropriées pour la communauté avec laquelle vous travaillez. La mise à disposition d'informations sur le VIH peut être le meilleur point de départ dans certains groupes.

Certains préféreraient commencer par se concentrer sur les questions de genre, et d'autres pourraient préférer un point sur les droits humains. Pour beaucoup de femmes, mettre en place immédiatement un processus qui conduit à la sécurité et à l'indépendance ('autonomisation économique')



financière serait la première étape vers la liberté et l'affranchissement de la soumission.

Nous vous encourageons à choisir des sections avec lesquels vous souhaitez travailler, et dans le meilleur ordre que vous voulez.

### Comment se servir de cette section:

- Si vous commencez par le VIH, allez à la section 3.1.
- Si vous commencez par la sensibilisation aux droits humains, aller à la section 3.2.
- Si vous commencez par la sensibilisation sur le genre, aller à la section 3.3.
- Si vous commencez par les droits à la santé sexuelle et reproductive des femmes, aller à la section 3.4.
- Si vous commencez par l'autonomisation économique, aller à la section 3.5.

## 3.1 Connaissances et Conscience du VIH

### Les activités de cette section

- Activité 3.1.1. Comprendre le VIH et le sida
- Activité 3.1.2. Les dix différences
- Activité 3.1.3. Regard sur le VIH et moi
- Activité 3.1.4. Parler sereinement du sexe

Prévenir l'infection à VIH n'est pas vraiment aussi simple qu'A - Abstinence, B — fidélité et C - utilisation correcte du préservatif. "Abstinence, fidélité, ou utilisation d'un préservatif" est un slogan populaire pour prévenir l'infection à VIH, mais l'ABC de la prévention ne parvient pas à protéger de l'infection des dizaines de milliers de femmes âgées entre 15 et 25 ans chaque année. Il est donc important de prendre en compte d'autres facteurs qui augmentent la vulnérabilité des femmes à travers le monde et en Afrique sub-saharienne en particulier.

Nous devons nous pencher sur les droits humains, la socialisation et le genre en lien avec le VIH. Les femmes dans la plupart des régions du monde sont nées dans les sociétés patriarcales qui les placent dans des positions sociales inférieures. Les femmes n'ont souvent pas accès à l'éducation et aux connaissances sur la santé sexuelle et reproductive, y compris le VIH, surtout si elles vivent dans les régions enclavées. Elles sont élevées de façon à ne pas chercher la connaissance, à ne pas débattre des questions liées au sexe, ou à ne pas remettre en question leur situation. Beaucoup de femmes ne sont pas conscientes de leurs droits et pensent que les droits sont un privilège accordé et non pas attachés à leur être indépendamment du sexe. Beaucoup de femmes ne savent pas qu'on peut par exemple dire "non" aux avances sexuelles. Elles n'ont pas de compétences dans la prise de décision, même quand il s'agit de décisions concernant leur propre santé. Elles n'ont très souvent pas accès aux soins de santé. Les hommes sont aussi à risque d'infection à VIH, en raison de normes de genre qui les encouragent à prouver leur virilité à travers des pratiques telles que le multi-partenariat sexuel.

A travers des exercices simples, cette section vise donc à donner aux jeunes (hommes et femmes) et aux communautés, l'occasion de comprendre la réalité du VIH et du sida, (y compris les modes de transmission du VIH, les niveaux de risques et de réduction des risques), ainsi que la stigmatisation et la discrimination liées au VIH au sein des communautés. Les exercices visent à mettre en relation le VIH et le sida avec le processus de socialisation et les droits humains, à aider les participants à comprendre que la violation des droits des femmes ainsi que les normes néfastes de genre favorisent la propagation du VIH et l'impact négatif de cette infection.

La section offre également l'occasion aux participants de réfléchir sur leurs propres attitudes à l'égard du VIH, afin qu'ils puissent prendre des responsabilités dans la réduction de la stigmatisation et de la discrimination qui y sont liées, et qu'ils puissent prévenir de nouvelles infections. La section introduit la notion de "prévention pour les personnes séropositives", prenant ainsi en compte le rôle essentiel que les personnes vivant avec le VIH peuvent jouer dans la prévention du VIH et dans le sida.

En tant que facilitateur, vous devez comprendre que le changement de comportement chez les personnes

commence quand elles prennent conscience de leur propre situation. Par conséquent, c'est en ayant à leur disposition des informations et des compétences qu'elles peuvent commencer à remettre en question et changer leur situation. Dans la quatrième section, on trouve des exercices nécessaires aux membres du groupe pour s'exercer aux compétences et pratiques sexuelles plus sûres à adopter et maintenir.

### Regard sur les faits

L'Afrique sub-saharienne reste la région la plus touchée par le VIH. En 2008, cette région comptait à elle seule 67% des infections à VIH dans le monde, 68% des nouvelles infections chez les adultes et 91% des nouvelles infections chez les enfants (ONUSIDA/OMS, 2009). C'est dans cette région également qu'on a 72% des décès liés au sida dans le monde. En 2008, on estimait que 1,9 million de personnes vivant en Afrique sub-saharienne étaient nouvellement infectées par le VIH, portant le nombre total de personnes vivant avec le VIH à 22,4 millions.

Les femmes et les filles continuent d'être affectées de manière disproportionnée par le VIH en Afrique sub-saharienne. Par exemple au Kenya, les jeunes femmes entre 15 et 19 ans sont trois fois plus susceptibles d'avoir le VIH que leurs homologues masculins, tandis que de 20 à 24 ans, les femmes sont 5,5 fois plus susceptibles de vivre avec le VIH que les hommes dans leur groupe d'âge. En Afrique sub-saharienne dans son ensemble, près de la moitié des personnes qui contractent le VIH sont infectés avant d'avoir 25 ans. Les femmes représentent environ 60 % de ces infections.

La vulnérabilité des femmes au VIH en Afrique sub-saharienne ne vient pas seulement de leur plus grande vulnérabilité physiologique à la transmission hétérosexuelle, mais aussi des inconvénients sociaux, juridiques et économiques graves auxquels elles sont souvent confrontées. Les données du rapport de l'UNICEF/ONUSIDA (2004) montrent que les filles sont beaucoup plus susceptibles que les garçons d'être retirées de l'école pour fournir des soins de santé ou de l'aide supplémentaire dans les ménages où le sida affecte une famille. En Afrique subsaharienne, les filles de 15-19 ans ont généralement des partenaires sexuels qui sont de 6 ans ou plus leurs aînés. Ce qui limite leur pouvoir de résister aux pratiques sexuelles à risque. Plus des quatre cinquièmes des nouvelles infections chez les femmes résultent de rapports sexuels avec leur mari ou leur tout premier partenaire sexuel.

### Activité 3.1.1 Comprendre le VIH et le sida

#### Objectif

- Faire la distinction entre les faits et la désinformation sur le VIH et le sida

Durée : 60 minutes (ou plus avec un grand groupe)

Matériels et installation | Si possible s'asseoir en cercle ; De petits morceaux de papier, des marqueurs et de grandes feuilles de papier

Document du participant (à la fin de la session): Le document du "Quiz sur le sida" et celui des "Réponses au Quiz sur le sida"



## Étapes

- 1 Si possible, faites asseoir le groupe en cercle, puis distribuez 3 petits morceaux de papier à chaque membre du groupe.
- 2 Demandez-leur d'écrire sur chaque papier une déclaration qu'ils ont entendu au sujet du VIH ou du sida (Cela doit être une déclaration avec laquelle ils sont d'accord).
- 3 Recueillir les petits papiers et les diviser au hasard en deux lots.
- 4 Diviser les participants en deux groupes à peu près égaux.
- 5 Donner une grande feuille de papier avec les rubriques "d'accord", "pas d'accord", et "ne sait pas" à chaque groupe. Demandez aux membres des groupes de trier leurs lots de petits papiers et les ranger dans chacune de ces colonnes, en s'accordant bien sûr par rapport à l'endroit où chaque déclaration doit être placée.
- 6 Quand ils l'ont fait (après environ 20 minutes), permettez aux deux groupes de justifier leurs décisions en plénière. Les membres du groupe doivent pouvoir expliquer pourquoi ils ont fait tels ou tels choix.
- 7 Animer une discussion sur les questions scientifiques, médicales et sociales soulevées par les déclarations et les endroits où elles ont été placées. Le quiz sur le sida ci-dessous pourrait vous aider à clarifier les questions soulevées.

### Notes de l'animateur

En ayant à défendre les décisions prises, le groupe a des chances de commencer à distinguer les faits des préjugés et de la désinformation. Vos propres interventions permettront de consolider cette compréhension.

Le Quiz ci-dessous pourrait vous aider à clarifier les questions soulevées. Ce Quiz couvre les informations de base clés sur VIH et le sida. Vous pouvez le modifier pour l'adapter à la leçon et le groupe cible. Prenez soin d'ajouter les derniers chiffres à jour sur l'incidence et la prévalence du VIH dans la feuille de réponse. Les données de cette boîte à outils peuvent être obsolètes au moment où vous utilisez les exercices, alors assurez-vous de vérifier les nouvelles données et d'adapter le matériel en conséquence. Vous pouvez discuter le questionnaire oralement si les membres du groupe ne peuvent ni lire ou écrire. Travaillez donc avec eux de façon interactive Si vous utilisez les documents, accordez du temps aux membres pour cocher/souligner la réponse qu'ils pensent être correcte.

## Document du participant pour l'activité 3.1.1. : Comprendre le VIH

### Le quiz sur le sida

#### 1. Le VIH c'est quoi?

- a. Un virus
- b. une bactérie
- c. un champignon

#### 2. Quelle est la différence entre le VIH et le sida?

- a. Le VIH est un virus et le sida une maladie bactérienne
- b. Le VIH est le virus qui cause le sida
- c. Il n'y a aucune différence entre le VIH et le sida

#### 3. Y a-t-il un remède contre le sida?

- a. oui
- b. aucun
- c. Disponible uniquement sur ordonnance

#### 4. Puis-je attraper le VIH en partageant une tasse avec quelqu'un qui a le VIH?

- a. oui
- b. non
- c. Seulement si vous ne lavez pas la tasse

#### 5. Les insectes peuvent-ils transmettre le VIH?

- a. oui
- b. non
- c. seuls les moustiques

#### 6. Comment puis-je savoir si quelqu'un a le VIH ou le sida?

- a. Ils ont l'air fatigué et malade
- b. Il n'est pas facile de le dire
- c. Par la façon dont ils se comportent

#### 7. Que signifie VIH?

- a. Virus de l'Immunodéficience Humaine
- b. Vaccin intraveineux Nocif
- c. Blessures d'homosexuel

#### 8. Que signifie IST?

- a. Infection sexuellement transmissible
- b. Maladie sexuellement Transférée
- c. Norme de transmission des interférences

#### 9. Quelle pratique me met le plus à risque de contracter le VIH?

- a. les embrassades
- b. Les rapports sexuels vaginaux non protégés
- c. Le partage d'une toilette avec une personne qui a le VIH

#### 10. Est-ce que le VIH est un problème au Cameroun?

- a. oui
- b. aucun
- c. Seulement pour ceux qui sont infectés



La feuille de réponse au Quiz sur le sida

1. **Réponse a** Le VIH est un virus et comme tous les virus, le VIH ne peut pas se développer ou se reproduire tout seul. Afin de se reproduire, il doit entrer/ infecter les cellules d'un organisme vivant.

2. **Réponse b** Le VIH est le virus qui cause le sida. Une personne peut vivre sagement, même si son diagnostic au VIH est positif. Une personne a le sida lorsque son système immunitaire est affaibli en raison de l'infection à VIH. Elle développe alors des infections liées à la présence du VIH (infections opportunistes).

3. **Réponse b** Il n'existe aucun remède contre le sida. Ce qui signifie qu'il est important d'être au courant des méthodes de pour se protéger.

4. **Réponse b** Non, il n'est pas possible d'être infecté par le VIH à travers les simples contacts de tous les jours tels que manger ensemble, serrer la main, utiliser les mêmes objets. Je cours un risque seulement lorsque je suis exposé à du sang infecté ou des liquides corporels. Ceux-ci se trouvent dans des plaies, les tissus de la bouche, le vagin et l'anus. Toutes ces voies sont particulièrement vulnérables aux déchirures et aux coupures.

5. **Réponse b** Non, les insectes ne peuvent pas transmettre le VIH. Lors de l'absorption du sang d'une personne, le moustique n'injecte pas le sang de la personne précédente. La seule chose qu'un moustique dépose est sa salive, ce qui lui permet de se nourrir plus efficacement.

6. **Réponse b** Il n'y a pas de signes visibles et spécifiques du VIH. Il n'existe donc aucun moyen de reconnaître que quelqu'un a le VIH rien qu'en le regardant.

7. **Réponse a** VIH signifie Virus de l'immunodéficience humaine. Ce qui signifie que le VIH affaiblit le système immunitaire de l'organisme.

8. **Réponse a** Les infections sexuellement transmissibles. Ceux-ci peuvent être transmis lors de rapports sexuels non protégés. Il faut donc toujours utiliser un préservatif pour vous protéger.

9. **Réponse b** Les rapports sexuels non protégés comportent un risque élevé d'infection à VIH. Donc utiliser correctement un préservatif nous protège. Vous ne pouvez pas être infecté par le VIH par le baiser ou à travers les contacts tels que le partage de la même toilette.

10. **Réponse a** Le VIH peut affecter n'importe qui dans n'importe quelle partie du monde. Au Cameroun, la prévalence du VIH est de XXX et son incidence de XXX. Chacun d'entre nous est à risque d'infection, comme nous le verrons dans une session ultérieure sur la propagation du VIH.



## Activitø 3.1.2 . Dix difførences

### Objectif

- Encourager les participants à réfléchir profondément aux effets des préjugés sur la vie d'autres personnes

Durée : 60 minutes

Matériels et installation : Papier et stylos pour chaque groupe

Document: "Questionnaire de construction de personnages" - un pour 4 ou 5 personnes.

### Etapes

1 Invitez les participants à former des groupes de 4 ou 5 personnes. Disposer si possible les chaises en cercle. Remettez des stylos et un "Questionnaire de construction de personnages" à chaque groupe.

2 Demandez aux groupes de remplir le questionnaire de façon à décrire une personne, et de cette manière construire un personnage (type de caractère) d'une personne. Prévoir 10 minutes pour cela.

3 Demandez aux petits groupes d'imaginer que leur personnage a le VIH et qu'ils listent 10 façons dont la vie sera différente pour ce personnage à cause de cette séropositivité. Laisser 10 à 15 minutes pour cela.

4 Ramener les groupes en plénière et demander à chaque groupe de dire brièvement si quelque chose d'inattendu s'est produit en lui et comment il s'est senti en faisant de l'exercice.



### Notes de l'animateur

Cet exercice suscite des débats animés sur les préjugés. Il peut aider à identifier les croyances préjudiciables dont le groupe a du mal à se défaire, et qui nécessitent plus de réflexion et de discussion.

## Document pour l'activité 3.1.2 . Dix différences

### Questionnaire pour construire un personnage

1. Nom: .....
2. Age: .....
3. Homme / Femme (encercler)
4. Qui vit avec ..... (par exemple les parents, mari, épouse, d'autres personnes de la famille, d'autres adultes, d'autres jeunes) ;
5. Qui sont amis? .....
6. Qui a ..... un partenaire sexuel /fille/garçon/ami ? Oui/Non (encercler)
7. Si oui, quel sont leurs noms? .....
8. A un emploi? ..... Oui / Non (encercler)
9. Si oui que fait- il/elle? .....
10. Que fait.....au cours de son temps libre? .....
11. Pour ....., quel est :

La musique préférée? .....

La nourriture préférée? .....

Le loisir préféré?.....

#### Notes de l'animateur

Cette activité est très intime et émotionnelle. Si vous vous rendez compte que les participants ne se sentent pas à l'aise de partager ces informations sensibles l'un avec l'autre, vous pouvez leur permettre de faire cette activité individuellement. Si les participants font quand même l'activité en couples, dites leur qu'ils n'ont pas besoin de répondre à toutes les questions et qu'ils peuvent garder certaines informations s'ils le souhaitent. Bien que cet exercice soit envisagé pour permettre aux gens de réfléchir à l'idée d'avoir le VIH, il peut s'avérer qu'il soit l'occasion pour certains participants de révéler pour la

première fois leur séropositivité réelle au VIH. Assurez-vous donc que, quelque soit le contexte ou l'environnement de la personne, la confidentialité soit respectée dans l'absolu. Pour soutenir cette personne à vivre avec le VIH de façon ouverte ou semi-ouverte, aidez-la à accéder aux services mis en place dans la communauté en faveur des personnes vivant avec le VIH (counselling, soins, soutien et le traitement). Fournir un soutien pour vivre avec la communauté est absolument crucial après divulgation. Le bien-être et peut-être même la survie de la personne en dépendent. Il est donc important que la personne en question ait l'assistance des organisations et personnes spécialisées.



### Activité 3.1.3 .Le VIH et moi

#### Objectif

À l'issue de cette activité, les participants seront en mesure de:

- réfléchir à la façon dont le VIH aurait une incidence sur leur vie
- Décrire comment eux et les autres devraient traiter les personnes vivant avec le VIH

**Durée : 70 minutes**

**Matériels installation** : papier Flip-chart, marqueurs

**Document du participant** : Études de cas sur la stigmatisation et la discrimination

**Préparation** : Questions pour des groupes de deux, écrites en gros caractères sur papier flip-chart. Apprêter suffisamment de documents pour les participants



#### A . Questions sur le VIH et moi

##### Etapas

1. Divisez le groupe en couples, et demander à chaque couple de s'asseoir ensemble. Faites-leur savoir qu'ils vont avoir de brèves conversations sur des sujets que vous leur fournirez. Excusez-vous à l'avance d'être obligé de les interrompre de temps en temps, quoique ce soient de brèves conversations.
2. Posez aux couples la première question de la liste ci-dessous. Laissez-leur jusqu'à trois minutes pour discuter de cette question.
3. Continuez ce processus en posant les autres questions de 2 à 4, et en allouant toujours les trois minutes de discussion par question.
4. Terminer l'activité en posant les questions suivantes à l'ensemble du groupe:
  - Qu'avez-vous ressenti à discuter de ces questions?
  - Croyez-vous que la plupart des gens réfléchissent à propos de ce que serait la vie pour elles si elles étaient séropositives? Pourquoi ou pourquoi pas?
  - Croyez-vous que de telles réflexions (sur la vie avec le VIH) peuvent aider à motiver les gens à se protéger de l'infection?

##### Questions aux couples

1. Si vous aviez le VIH, qui voudriez-vous informer? Pourquoi ou pourquoi pas? Lorsque vous avez découvert que vous aviez le VIH, à qui l'avez-vous dit?
2. A qui n'avez-vous pas ou ne vouliez-vous pas le dire? Pourquoi ou pourquoi pas?
3. Qu'est-ce qui serait/était le plus difficile d'avoir le VIH? Pourquoi?
4. De quelle façon cela a-t-il changé ou changerait-il votre vie?
5. Quels changements feriez-vous ou avez-vous fait dans la façon dont vous comportez avec votre ou vos partenaire (s) sexuel?
6. Comment avez-vous ou aimeriez-vous être traité par votre famille et votre communauté?
7. Si vous aviez le VIH, voudriez-vous le savoir? Avant que vous le découvriez, voudriez-vous le savoir?

## Les facteurs qui contribuent à la stigmatisation liée au VIH et sida

- Le sida est une maladie mortelle.
- Les gens ont peur de contracter le VIH.
- Le virus est associé à des comportements (tels que les rapports sexuels entre hommes ou l'injection de drogues) qui sont stigmatisés dans de nombreuses sociétés.
- Les personnes vivant avec le VIH sont parfois considérées comme étant responsables de leur infection.
- Les croyances religieuses ou morales qui conduisent certaines personnes à croire que l'infection au VIH résulte d'une faute morale (comme la promiscuité ou la "déviance sexuelle") qui mérite d'être puni.

## B. ...tudes de cas sur la stigmatisation et la discrimination

### Étapes

5. Divisez les participants en trois groupes et donnez à chaque groupe une étude de cas.
6. Demandez aux groupes d'examiner l'étude de cas et de discuter des questions.
7. Discutez si possible, de toutes les études de cas en plénière selon que le temps le permet.

### Notes de l'animateur

Dans la plupart des communautés africaines et asiatiques, les familles sont les principaux dispensateurs de soins aux personnes malades. L'importance du rôle que joue la famille dans le soutien et les soins aux personnes vivant avec le VIH et le sida n'est plus à démontrer. Cependant, toutes les familles ne réagissent pas toujours positivement. Ceux des membres de la famille vivant avec le VIH, sont parfois stigmatisés et discriminés au sein même de la maison.

## Document de travail pour l'activité 3.1.3 : Comprendre VIH et moi Etudes de cas sur la stigmatisation et la discrimination

### ...tude de cas 1

"Mon fils Musyoka, âgés de 8 ans aujourd'hui, est né séropositif. Mais sa séropositivité n'a pas été diagnostiquée avant l'âge de 18 mois.

Je l'ai amené dans notre maison familiale, située dans un petit village à Ukambani. Au début, ses relations avec l'école locale étaient merveilleuses, et Musyoka s'y plaisait. Seul le chef d'établissement et l'enseignant de sa classe connaissaient son statut. Puis quelqu'un a violé la confidentialité et dit à un parent que

Musyoka avait le sida. Ce parent à son tour l'a dit à tous les autres. Cela a provoqué une telle panique et hostilité que nous avons été obligés de quitter la région." (Mère célibataire séropositive de 27 ans)



### Questions:

1. Comment vous sentiriez-vous si vous étiez à la place de ce parent?
2. Que pensez-vous que les personnes vivant au village auraient pu faire de différent, et pourquoi?

### ...tude de cas 2

Wanjira, enceinte de son deuxième enfant, porte son fils de six mois en ville. Elle se rend à sa première visite prénatale à l'hôpital Huruma à Nairobi. En arrivant à l'hôpital, elle s'effondre dans la salle d'attente, en disant: "Je me sens tellement fatigué tout le temps, je n'ai pas de force pour faire quoi que ce soit." Dr Otieno invite Wanjira en salle d'examen et au premier regard, se dit: "elle a l'air malade et délabré, elle doit être séropositive". Dr Otieno la fait attendre sur la table dans une espace séparée et va alerter ses autres collègues. Il revient dans la pièce en portant des gants et un masque pour faire un check-up de routine. Wanjira se remue lentement, gênée par le regard et les murmures des autres infirmières et médecins. Enfin, Dr Otieno dit à Wanjira qu'il a besoin de lui prélever du sang pour un test de laboratoire. Ignorant qu'elle va être testée pour le VIH, elle donne son accord.

(Mère séropositive de 23 ans qui n'est pas au courant de sa séropositivité)

### Questions:

1. Comment vous sentiriez-vous si quelqu'un a effectué votre test du VIH à votre insu ou sans votre permission?
2. Si vous aviez le VIH, comment voudriez-vous être traité dans un centre de soins de santé?

### ...tude de cas 3

"Ma belle-mère a séparé tout les objets de la maison et en a fait deux lots. Mon verre, mon assiette ... sont séparés des autres. Pourtant, cette famille n'avait jamais fait preuve de discrimination contre leur fils, qui avait aussi le VIH et est décédé depuis. Ils mangeaient avec lui. Pour moi, c'est : "ne fais pas ceci" ou "ne touches pas cela". Et même si j'utilise un seau pour me baigner, ils crient, "laves-le, laves-le". Ils me harcèlent vraiment. Je ne souhaite pas que quelqu'un soit dans ma situation, et je ne souhaite pas que quelqu'un fasse cela à autrui. Mais qu'est-ce que je peux faire? Mes parents et mon frère ne veulent pas non plus

que je retourne chez nous". (Femme séropositive de 19 ans, Kisumu)

### Questions :

1. Si vous aviez le VIH, comment aimeriez-vous être traités par les autres?
2. Si vous aviez le VIH, pourriez-vous comprendre si les gens ne veulent pas vous toucher ou manger avec vous? Pourquoi ou pourquoi pas?

### Activité 3.1.4 : Discuter sans gêne du sexe

#### Objectif

- Dissiper la gêne et trouver des mots et des phrases dont le groupe aura plaisir à utiliser pour parler de sexe
- Aider les participants à commencer à aborder sans gêne les sujets relatifs au sexe et au sexe à moindre risque

#### Durée : 30 minutes

**Matériels et installation :** S'asseoir en cercle si possible, disposer de grandes feuilles de papier et des marqueurs

**Public cible :** Un groupe de participants du même sexe et/ou groupe d'âge, tels que un groupe de jeunes hommes, ou groupe de femmes adultes.



#### Étapes

- 1 Divisez les participants en petits groupes de 3 ou 4 participants.
- 2 Donner à chaque groupe une grande feuille de papier et un marqueur.
- 3 Demandez aux groupes de faire pendant quelques minutes, une tempête d'idées pour trouver des mots et des phrases désignant le sexe. D'écrire ces phrases et mots ainsi que les sentiments ou les pensées que ces mots évoquent.
- 4 De retour en plénière, discuter de comment l'activité de remue-méninges les a fait se sentir. Comparer les listes des mots. Ne pas insister sur la contribution de tous, car certaines personnes ne vont pas pouvoir surmonter leur embarras au début.
- 5 Continuer de façon à trouver les mots ou expressions claires, faciles à comprendre, et non offensantes pour l'usage du groupe à l'avenir.

#### Notes de l'animateur

L'exercice peut aider les personnes dans le groupe à surmonter l'embarras et s'entendre sur les mots qui sont claires, faciles à comprendre et non offensants lors des débats sur les rapports sexuels, même avec des partenaires sexuels.

## 3. Sensibilisation aux Droits Humains



Les droits humains jouent un rôle important en ce sens qu'ils fournissent un aperçu clair de ce que serait un monde libre, juste et pacifique. Ils fixent des règles minimales sur la façon dont les individus et les institutions doivent traiter les gens. Ils permettent aussi aux gens de prendre des initiatives pour exiger et défendre leurs droits et les droits des autres.

Les femmes sont très souvent privées de leurs droits fondamentaux en vertu de nombreux facteurs, notamment d'âge et de sexe (tels que décrits dans la prochaine activité). Cependant, les hommes et les femmes peuvent aussi jouer un rôle important dans la réalisation d'un monde meilleur. Nous pouvons mobiliser d'autres femmes et la communauté dans cette lutte pour les droits humains de toutes les personnes, tant à la maison que dans la société en général.

### Activité 3.2.1 : Comprendre les droits humains

#### Objectif

- Définir les droits humains
- Trouver des stratégies qui peuvent aider les gens à faire valoir leurs droits
- S'exercer aux stratégies d'aide à la revendication des droits

Durée : 2 heures

Matériels et installation : S'asseoir en cercle si possible, des stylos, du papier et des marqueurs de couleurs différentes

Notre point de départ devrait être de s'assurer que les femmes comprennent leurs droits et en comprennent l'origine.

Cette activité propose des exercices visant à sensibiliser les femmes sur les droits humains et leur importance dans leur vie. Il est important pour vous en tant que facilitateur d'établir un lien clair entre les violations des droits et l'augmentation de la vulnérabilité au VIH des femmes. Il est également important de mettre l'accent sur l'acquisition de compétences pour traiter des violations des droits humains dans la communauté. L'activité peut être adaptée aux besoins de votre groupe en sélectionnant une combinaison spécifique d'exercices proposés.

#### Activités de cette section

- **Activité 3.2.1** : Comprendre les droits humains
- **Activité 3.2.2** : Comment y arriver - Des études de cas sur les violations des droits des femmes

#### Remarque sur le public cible :

Les exercices de cette section peuvent être adaptés pour les leaders de la communauté si vous invitez les participants à réfléchir sur la communauté plutôt que sur eux comme indiqué en 3.2.1. A, B, C et D. L'exercice E devrait être conduit tel qu'il est présentée.

## A. Comprendre les droits de humains: entreprendre un

### Etapes

1 Demandez aux participants d'imaginer un long voyage qu'ils ont entrepris au cours de leur vie. Un voyage qui a pris du temps et des ressources, et a exigé d'eux d'être patient, mais avec l'espoir que, finalement, ils vont arriver à leur destination. Donnez leur quatre minutes pour cela.

2 Demandez ensuite aux participants de dessiner ce voyage sous la forme d'une route, en signalant les étapes très difficiles du voyage avec les habituels nids de poules sur les routes, ou les dos d'ânes soudains non marquées sur les autoroutes, ou des repères de bandits de grand chemin. Demandez aux participants de prendre trois minutes pour échanger sur ce voyage avec la personne assise à côté d'eux. Assurez-vous de leur demander de discuter des points suivants:

• le voyage a-t-il nécessité une préparation/planification préalable?  
• l'avez-vous planifié seul, ou y avait-il une autre personne impliquée dans la planification?  
• le voyage vous a-t-il coûté du temps et/ou de l'argent?  
• combien de temps le voyage a-t-il duré?  
• quelles sont certaines des choses que vous n'avez pas aimé pendant le voyage?  
• Pourquoi avez-vous persistez même quand il y avait certaines choses que vous n'aimiez pas?  
• quelles sont certaines des choses que vous avez aimé au sujet du voyage?



### Notes de l'animateur

Expliquez aux participants qu'ils sont sur le point de faire un voyage. Ce voyage les fera cheminer à travers une route appelée "la Route vers les droits humains". Ils prendront cette route afin de faire valoir leurs droits. Faites-leur savoir que ce n'est pas facile, et que tout comme avec le voyage qu'ils ont raconté, ils seront mis à dos, combattus. Mais qu'ils doivent persévérer parce qu'ils savent leur destination.

## B. Comprendre les droits de l'homme: Oø en suis-je?

### Etapes

1 Avoir une route déjà tracée sur un tableau de conférence intitulée "Route vers les droits humains". Au bas de la route marquer: "Pas de revendication de mes droits" et en haut, marquer "revendication totale de mes droits".

2 Expliquez aux participants que se situer en bas de la route signifie qu'on n'a pas de revendication du tout sur ses droits, et qu'en étant au sommet, on fait une revendication maximale sur ses droits.

3 Demandez-leur où ils pensent qu'ils sont, en bas, au milieu ou en haut.

4 Permettre aux participants de placer des obstacles/violations qu'ils rencontrent sur la route. Quelles sont celles qui sont spécifiques aux femmes?

Inscrivez-les.

## C. Comprendre droits humains: Des bosses et des dos d'ânes sur le chemin"

### Etapes

1 En se servant du dessin, demandez aux participants d'énumérer les différentes formes de violations dont sont victimes les femmes. Débattre de toutes les formes de violation énumérées.

2 Quand les idées ont été épuisées, demandez aux participants de donner les raisons pour lesquelles ces formes de violations ont été mentionnées. Écrivez-les sur le côté de la route et discutez-en.

3 Demandez ensuite aux participants de mentionner les obstacles qui les empêchent de faire valoir leurs droits. Ce sont les bosses et les nids de poules.

### Notes de l'animateur

- Veillez à utiliser des marqueurs de couleurs différentes pour chaque série de questions. Utilisez la ressource de l'animateur pour guider la discussion avant de passer à la partie D.
- Discutez avec eux des formes de violation (se référer à la ressource de l'animateur) et encouragez-les à donner des exemples d'incidents spécifiques de violations pour chaque catégorie.
- Sélectionnez certains des droits humains pour en discuter avec les participants. Ne discutez pas de toute la liste, mais concentrez-vous sur ceux que vous pensez seront le plus important pour la communauté. En discuter du sens. Par exemple pour le "droit à l'intégrité physique", il signifie..... Utilisez la discussion pour aider les participants à identifier les violations.

### La ressource de l'animateur

#### Formes de violence :

- La violence conjugale désigne toute violence physique, psychologique, sexuelle ou économique dans le ménage. Il peut se référer à toute violence entre les membres de la famille, mais il est généralement utilisé pour désigner la violence entre partenaires intimes.
- la violence basée sur le genre désigne tout abus physique, psychologique, sexuelle ou économique dirigée vers quelqu'un sur la base de son genre. Les femmes à travers le monde sont victimes de violence et d'abus, parce qu'elles sont des femmes.
- La violence physique désigne tout préjudice physique causé par une personne à une autre, et elle inclue pousser, frapper avec les mains ou les pieds, tirer les cheveux, asphyxier, frapper quelqu'un contre quelque chose, tordre les bras, frapper quelqu'un contre le mur, infliger des brûlures à quelqu'un, etc.
- La violence psychologique désigne toute chose faite avec l'intention de blesser les sentiments de l'autre personne. Il peut s'agir de crier, de jurer, de proférer des propos injurieux, menaçant, humiliant, embarrassant, de menacer de blesser les enfants, de fermer quelqu'un dehors, de surveiller étroitement (peut-être même traquer) quelqu'un, de questionner constamment quelqu'un, de menacer de quitter quelqu'un, etc.
- La violence sexuelle peut être un acte physique ou émotionnel fait avec l'intention de contrôler la sexualité d'une autre personne. Elle incluse les rapports sexuels forcés, les attouchements sans consentement, la saisie ou violation des parties érogènes, forçant la personne à avoir des rapports sexuels contre sa volonté, l'insertion d'objets dans le corps d'une femme, .... Dans le cadre du mariage, les rapports sexuels forcés sont des violences sexuelles, et s'appellent "viol conjugal".
- La violence économique implique la retenue des ressources financières de la famille, contraindre un conjoint d'arrêter un emploi (ce qui rend la personne dépendante financièrement), s'approprier les revenus d'une personne, dépenser les ressources de la famille indépendamment du consentement de l'autre personne, empêcher une personne d'avoir ses propres biens, l'empêcher de disposer d'argent....

## Quels sont les droits humains?

Les droits humains sont les droits que chaque être humain possède et doit en jouir du simple fait d'être un humain. Ce n'est pas en fonction des caractéristiques biologiques ou des différences sociales de genre, de "race", de couleur, de langue, de culture, d'origines familiale, de nationalité, d'âge, de classe, de convictions religieuses ou politiques, d'incapacité physique ou mentale, ou même de statut de minorité.

Ils peuvent être décrits comme : "Don de Dieu", des droits au dessus des autres, naturels, ou comme ce qui confère la qualité d'être humain. Des exemples de droits humains garantis par les principaux traités/accords internationaux comprennent, sans s'y limiter :

- La non-discrimination
- Le droit à la vie
- Le droit à l'intégrité physique
- Le droit à la liberté et à la sécurité
- Le droit à vie privée
- Le droit à l'autodétermination
- Le droit à la liberté de pensée et d'expression
- Le droit à la liberté de religion
- Le droit à la liberté de réunion et d'association
- Le droit à la liberté de mouvement
- Le droit à l'information
- Le droit à l'éducation
- Le droit au travail
- Le droit à la sécurité alimentaire

- Le droit à un abri
- Le droit de jouir du meilleur état de santé physique et mentale
- Le droit de jouir de sa sexualité
- Le droit de choisir de se marier, avec qui se marier et quand fonder une famille
- Le droit de choisir quand avoir des enfants et combien en avoir
- Interdiction de l'esclavage, du travail forcé et de la traite des personnes
- Interdiction d'arrestation, de détention et d'exil arbitraires
- Le droit à un procès équitable devant des tribunaux

La jouissance des droits de l'homme peut-elle être limitée? Oui. Par exemple:

- Si la jouissance des droits par les uns peut empêcher d'autres de jouir également de leurs droits.

Les obstacles à la mise en œuvre des droits humains universels :

- Manque d'information et de connaissances
- Culture
- Religion
- La confusion entre modernisation et occidentalisation
- Le sexisme
- Homophobie
- L'élitisme
- Le racisme ou le tribalisme
- La course effrénée vers la richesse

## D. Comprendre les droits humains: Surmonter les bosses et les nids de poules à sur le chemin

### Etapes

1. Demandez aux participants de former des groupes de 5 personnes, pour discuter de ce qui suit:
  - Formulez des stratégies qui pourraient vous aider à éliminer toutes les formes de violences contre les femmes dans votre communauté.

Laissez-les le faire pendant 15 minutes.

- Demandez-leur de présenter leurs stratégies à l'ensemble du groupe.

## E. Comprendre les droits humains: où suis-je parvenu

### Étapes

1. Conclure l'activité en demandant à chaque participant d'indiquer le point où il est parvenu sur la route pour faire valoir ses droits à l'issue de la session.
2. Pour les aider à identifier cette zone, marquer sur le côté de la route des numéros de 1 à 5. Le numéro 1 devrait être marqué à côté de "aucune réclamation de mes droits", et le 5 à côté de "réclamation totale de mes droits".

## Activité 3.2.2 : Comment y parvenir - Études de cas sur les violations des droits des femmes

### Objectif

- Mettre en pratique la stratégie pour revendiquer les droits et pour aider à faire face aux violations des droits

Durée : 45 minutes

Matériels et installation | chaises en cercle, stylos et papier

Document: études de cas sur les droits des femmes

### Étapes

- 1 Invitez les participants à former trois petits groupes et remettre une étude de cas à chaque groupe.
- 2 Leur faire savoir qu'ils disposent de 20 minutes pour lire et répondre aux questions sur le tableau en face. Si les participants ne peuvent pas lire les questions, lisez-les à haute voix pour eux.



Questions écrites sur le tableau de conférence:

- Avez-vous entendu parler de situations similaires dans votre communauté?
- A votre avis, qu'est-ce qui l'a empêché de prendre des initiatives?
- A sa place, qu'est-ce que vous auriez fait?
- A quel stade pensez-vous vous situer sur la "Route vers les droits humains"?
- En vous inspirant des stratégies discutées lors de la session précédente, comment pourriez-vous aider les femmes/filles/enfants qui sont victimes d'abus dans votre étude de cas?

3 Après 20 minutes rappelez les participants en plénière pour qu'ils présentent leur étude de cas avec leurs réponses. Autorisez les autres participants à donner leur contribution.

4 Terminer l'activité en demandant aux participants de partager leurs sentiments ou idées, ou même confesser leurs engagements pour mettre fin aux violences contre les femmes. Le parcours de pleine revendication de mes droits est un voyage personnel et communautaire. Ensemble, nous pouvons surmonter les obstacles pour atteindre notre destination, celle de la "pleine revendication de nos droits".

### Notes de l'animateur

Cette session peut être très sensible, surtout pour certains membres du groupe qui ont subi des violences ou en ont été témoins. Mais aussi pour d'autres qui auraient commis ces violences. Soyez en mesure d'offrir un soutien et faire face aux émotions pouvant résulter des travaux de la session. Quand on aborde les questions de violences, il est extrêmement important que vous soyez préparés à orienter les participants vers des organisations ou des spécialistes médicaux, psycho-sociaux ou juridiques pour qu'ils obtiennent de l'aide. Établir des liens étroits avec les organisations des droits des femmes dans votre région est importante à cet effet. Utilisez votre discrétion dans le choix des études de cas appropriées.

## Document de travail pour l'activité 3.2.2 | à y parvenir ñ Etudes violations des droits des femmes



### ...tude de cas 1

"Mon mari est mort et m'a laissé un lopin de terre. Je m'apprêtais à y construire une maison, mais mon beau-frère est arrivé avec la police et ils ont emporté le bois que j'avais déjà acheté à XXX francs CFA. C'était la seule somme d'argent qui me restait. Mes trois enfants doivent aller à l'école. Je veux amener l'affaire devant les tribunaux, mais je ne sais pas par où commencer, je me

sens tellement désespérée et parfois je pense à me suicider".

(Veuve séropositive de 47 ans)

### ...tude de cas 2

"Je suis séropositive et ai été renvoyé de mon travail quand mon employeur a appris ma séropositivité. Il a même refusé de me payer pour la période où j'avais travaillé pour lui. Mon mari m'a chassé de la maison que nous avons construite ensemble, et je n'ai maintenant aucun endroit où vivre".

(Dame âgée de 36 ans, venant de Chaka)

### ...tude de cas 3

"Mon mari a refusé de nous soutenir de quelque façon que ce soit, l'enfant et moi; Dieu merci, j'ai un petit commerce de légumes pour m'occuper de mon enfant. J'ai quitté mon mari depuis que j'ai appris qu'il avait une liaison avec une autre femme qui a cinq enfants. Malgré tout, il est venu à mon stand de vente il y a trois semaines, et a commencé à m'insulter en disant que je suis devenu une prostituée. Je l'ai signalé au chef et au "clan" qui l'ont convoqué. Mais il a refusé de se présenter pour en discuter. Le "clan" propose que je rentre à la maison, ce qui probablement fera finir les problèmes. Que dois-je faire? "

(Femme de 32 ans)

### ...tude de cas 4

"Je suis marié et vivant avec le VIH. Mon mari est décédé il ya quelques années. Depuis la dé-

couverte de mon statut, ma belle-mère a commencé à me chasser de sa maison. Elle a vendu ma vache et a pris l'argent que j'ai obtenu de la vente du café et du thé que mon mari m'avait laissé. Elle a remis cet argent à une autre femme avec qui mon mari avait une liaison. Maintenant, ma belle-mère apporte l'autre femme à la maison et a même l'intention de lui donner mon lopin de terre. Que dois-je faire? "

(Veuve séropositive)

#### ...tude de cas 5

"Ma fille a été violée par un ami de mon beau-père. Celui-ci lui demandé à la fille de lui rendre visite pour lui ramasser du bois et en a profité pour l'abuser. Mon mari est décédé et mon beau-père a même vendu notre seul lopin de terre à son ami qui a violé ma fille. Ma fille souffre désormais psychologiquement et a essayé à plusieurs reprises de se suicider. Je me suis plainte aux anciens du clan, et tout ce qu'ils pouvaient faire, c'est de demander à l'homme de donner des chèvres pour réparer le tord causé à ma fille. J'ai donc décidé de porter l'affaire devant le tribunal. Mais le violeur a embauché un avocat qui semble empêcher le processus d'aboutir. Et je sens que je ne vais pas réussir".

(Jeune veuve)

#### ...tude de cas 6

Atieno est tombée enceinte après avoir été violée par le petit ami de sa mère. Cette mère aurait des troubles mentaux et ne serait pas au courant de tout ce qui se passe autour d'elle. Au cours du viol, Atieno a été infecté par le VIH. Elle a enfanté d'un petit garçon. Elle a été obligée de quitter l'école. Bien que vivant avec le VIH, Atieno aimerait retourner à l'école. Elle pense que c'est la seule façon à travers laquelle elle pourra être en mesure de donner à son fils un avenir meilleur. Qu'est-ce que Atieno doit faire? Le petit ami de sa mère qui l'a violée vit toujours dans le voisinage de Atieno et se consacre sans être inquiété à ses activités".

### 3.3 Sensibilisation au Genre

Les normes et les rôles de genres déterminent souvent le comportement, ce que les femmes et les hommes sont censés savoir sur le sexe et la sexualité, limitant ainsi la capacité des femmes à connaître leur niveau de risque, à obtenir des informations et des moyens pour se protéger.

Le sexe est une partie importante de la vie des femmes, et, bien que beaucoup de cultures ne reconnaissent pas la sexualité féminine, il est clair que dans le monde, la majorité des femmes deviennent sexuellement actives au cours de leur adolescence. Cette initiation sexuelle précoce n'est souvent pas choisie. En effet, il est rapporté que de par le monde entier, une femme sur cinq déclare être contrainte à son premier acte sexuel. En dehors des abus sexuels purs, de nombreuses cultures pratiquent encore le mariage des filles avant leurs 18 ans. Une autre pratique néfaste qui est en expansion est le phénomène de "sugar daddies" où les jeunes filles défavorisées consentent à des rapports sexuels avec des hommes plus âgés en échange de vêtements et de nourriture. Cette initiation précoce au sexe peut avoir des conséquences graves pour la vie d'une femme, telles que : les infections sexuellement transmissibles (comme le VIH) et les grossesses précoces et/ou non désirées.

Les droits humains des femmes au plein contrôle de leur corps et de leur sexualité doit être respectée et protégée. Dans tous les cas, le respect des droits ne peut être significatif que s'il est accompagné par la prise de conscience des pratiques culturelles néfastes, ce qui permettrait aux femmes de remettre en question leur statut, de faire des choix éclairés, et de remettre en question et changer les normes de genre nocives qui accroissent le risque d'infection à VIH.

Malgré le fait que la gratuité de l'enseignement primaire et plus récemment du secondaire ait entraîné un changement pour moins de mariages précoces au Kenya, des centaines de jeunes filles dans certaines communautés qui sont maintenant âgées de 10 à 17 ans seront mariées avant leur 18e anniversaire; par conséquent, il est plus facile de retirer une fille de l'école qu'un garçon. Dans certaines cultures, il est plus facile de ne pas envoyer une fille à l'école, parce que, après tout, elle va se marier!

Cette activité propose des exercices visant à faire prendre conscience aux hommes, aux femmes et aux communautés d'une part des processus de socialisation par lequel nous acquérons les normes de genre, les croyances et les attitudes qui influent sur notre santé sexuelle et reproductive ainsi que sur nos droits. Et d'autre part des voies et moyens pour se protéger. L'activité peut être modulée selon les besoins d'un groupe, en procédant à une combinaison spécifique parmi les exercices proposés.

#### Activités de cette section

- Activité 3.3.1 : Comprendre le genre
- Activité 3.3.2 : Comprendre les rôles de genre et les rôles sexuels
- Activité 3.3.3 : Renforcer le genre et les rôles

### Activitø 3.3.1 : Comprendre le genre

#### Objectif

- Comprendre le sens du mot “genre”

Durée : 30 minutes

Matériels et installation S'asseoir en cercle si possible, stylos, papier, et flip-chart.

Document : "Etude de cas: Comprendre le mot “Genre”, les Ressources et les Notes du modérateur

#### Etapas

- 1 Lire l'étude de cas pour les participants.
- 2 Demandez en suite aux participants : “si vous étiez dans cette situation, que serait votre choix, un garçon ou une fille?”
- 3 Noter sur le tableau le nombre de participants qui dit “garçon” et le nombre de participants qui dit “fille”.
- 4 Demandez à ceux qui ont choisi un garçon pourquoi ils l'ont fait, et faire de même pour ceux qui ont choisi la fille. Prenez une feuille de conférence vierge, tracez sur la feuille un tableau et enregistrez-y les raisons des participants comme suit :

GARCON : J'aimerais avoir un garçon parce que	FILLE J'aimerais avoir une fille parce que
1..... <input type="checkbox"/>	1..... <input type="checkbox"/>
2..... <input type="checkbox"/>	2..... <input type="checkbox"/>
3..... <input type="checkbox"/>	3..... <input type="checkbox"/>
4..... <input type="checkbox"/>	4..... <input type="checkbox"/>
5. .... <input type="checkbox"/>	5. .... <input type="checkbox"/>

5. Une fois que toutes les raisons sont consignées sur le tableau, passez-les en revue. Commencez avec le garçon et demandez si une fille peut faire les choses mentionnées dans la colonne du garçon. Cochez toutes les réponses “oui” et là où la réponse est “non”, marquez une “X”. Faites de même pour la colonne fille.

#### Notes de l'animateur

Comme produit de cet exercice, toutes les raisons portant la mention “X” seront directement liés aux rôles sexuels d'une fille ou un garçon. Les raisons cochées sont les rôles sociaux d'un garçon ou une fille. Dans toutes les sociétés, les rôles sont soit biologique (sexuel) ou sociaux. Comme exemple d'un rôle biologique : une femme peut donner naissance tandis qu'un homme ne le peut pas. Comme exemple de rôle social : dans les sociétés patriarcales l'homme donne la continuité au nom de la famille tandis qu'une fille se mariera et perdra le nom de sa famille de naissance.

Tandis que les rôles biologiques ne peuvent être modifiés parce que naturel, les rôles sociaux peuvent être modifiés et ne sont pas nécessairement permanents.

## La ressource de l'animateur

### Informations sur le Sexe et le Genre

#### Le SEXE

- Renvoie aux caractéristiques biologiques qui font de nous des mâles et des femelles (anatomique, physiologique et génétique). Ces différences biologiques sont déterminées à la naissance et sont universelles.
- Renvoie également à l'activité sexuelle, y compris les rapports sexuels.

#### Le GENRE

- Renvoie aux idées et attentes (normes) largement partagées sur les femmes et les hommes. Il renvoie aux rôles que nous avons appris dans nos sociétés, ainsi qu'aux responsabilités des femmes et des hommes qui sont créés et apprises dans les familles, les communautés et les cultures.
- Les rôles de genre renvoient aux comportements, attitudes, valeurs, responsabilités et attentes qui sont définis par nos interactions et nos pratiques culturelles, et qui sont ensuite considérés comme "bons" ou appropriés pour les femmes et les hommes. C'est ainsi que les stéréotypes de genre sont construits, et les activités et les comportements associés prescrits sont attendus des femmes et des hommes.
- L'égalité des genres est le fait d'être juste à l'égard des hommes et des femmes. Pour assurer l'égalité, des mesures dérogatoires de compensation doivent souvent être mises en place pour aider les hommes et les femmes à être sur un même pied d'égalité. Sans quoi, les inconvénients créés par l'histoire et les pratiques sociales peuvent empêcher que tout le monde parte sur une base d'égalité. L'équité est donc un moyen. Et l'égalité ainsi que les résultats équitables en sont les résultats.
- L'égalité des genres signifie que les hommes et les femmes jouissent des mêmes conditions pour réaliser pleinement leurs droits humains à contribuer au, et bénéficier du développement économique, social, culturel et politique. L'inégalité entre les genres fait référence à des situations dans lesquelles les femmes et les hommes n'ont pas accès égal à l'information, au pouvoir de décision, aux ressources du ménage et de la communauté, aux services sociaux et de santé, ou des situations dans lesquelles ils ne sont pas traités avec un égal respect en raison de leur sexe.

(Adapté de : Ipas et Santé et Développement des réseaux 2001; Genre ou Sexe: Who Care [www.gender.org.uk](http://www.gender.org.uk). [www.unescobkk.org](http://www.unescobkk.org))

## Document pour l'activité 3.3.1 : Comprendre le Genre

...tude de cas: Comprendre le mot Genre



Il s'agit d'un couple qui est marié depuis dix ans. Tous ses efforts pour obtenir un bébé ont été infructueux. Ils ont visité de célèbres experts de la médecine traditionnelle, et n'ont pas été en mesure d'obtenir de l'aide. Ils ont vu des médecins célèbres qui ont essayé de les aider mais ont échoué. Cependant, on leur a parlé d'un vieux prophète, retourné depuis longtemps dans son village. Ce dernier avait aidé de nombreux couples ayant des problèmes similaires. Le couple va donc à la rencontre de ce prophète et lui pose son problème.

Il les examine tous les deux et leur annonce qu'ils ne peuvent avoir qu'un seul enfant. Il leur dit qu'ils doivent choisir d'avoir un garçon ou une fille.

## Activitø 3.3.2 : Les rùles de genre et les rùles sexuels

### Objectifs

- Faire la différence entre les rôles sociaux de genre et les rôles sexuels
- Amener à comprendre les causes de la discrimination/violence basée sur le genre

Durée : 1 heure 30 minutes

Matériels et installation : S'asseoir en cercle si possible, stylos, papier pour chaque groupe.

### A . Les rùles de genre et le sexe

#### Etapes

- 1 Divisez les participants en groupes de 5 chacun et leur demander de répondre aux questions suivantes :
2. Comment les femmes sont dépeintes dans
  - la religion ;
  - l'éducation ;
  - la culture ; et
  - les media.
3. Comment sont représentés les hommes dans
  - la religion ;
  - l'éducation ;
  - le culture ; et
  - les media.
4. Donner à chaque groupe un tableau de conférence et demandez-leur d'enregistrer toutes leurs réponses.
5. Laissez chaque groupe présenter son travail en plénière. Animer une brève discussion après chaque présentation. Cela permettra aux participants qui n'étaient pas dans le même groupe de poser des questions et d'enrichir les présentations.
6. Demandez aux participants de se rappeler et de citer quelques dictons sur les enfants garçons et les enfants filles dans leur société/culture. Passez en revue tous ces dictons en identifiant leurs aspects positifs et négatifs.



Demandez aux participants d'observer attentivement à qui se réfèrent les effets positifs, puis les effets négatifs.

Cette réflexion va montrer comment la communauté perçoit les femmes/filles et les hommes/garçons.

Des exemples pourraient inclure :

- Les femmes/filles n'héritent des biens;
- Les filles ne doivent pas être envoyées à l'école car elles vont se marier de toute façon ;
- Il est juste de frapper une femme surtout quand elle provoque un homme ;

- Les femmes/filles ne doivent pas manger du poulet ;
- Les femmes doivent cuire à manger ;
- Les hommes doivent abattre les animaux ;
- Les jours de mariage sont faits pour les femmes ;
- Les hommes peuvent avoir plus d'une femme ;
- Les hommes ne parlent pas de leurs sentiments ;
- Les femmes devraient rester à la maison et s'occuper des enfants ; et
- Les hommes doivent travailler.

### Notes de l'animateur

Les messages donnent très souvent des femmes/filles une image négative. Il est nécessaire d'examiner et de comprendre si ces messages sont valides. La plupart des cultures présentent:

- Les femmes/filles inférieures aux hommes;
- Les femmes/filles traités sans respect;
- Les femmes/filles ne prenant pas des postes de direction; et
- Les femmes/filles victimes de discrimination.

Utilisez les questions d'orientation pour traiter l'activité.

## B. Questions de réflexion sur le genre

### Etapes

1. Permettre aux participants de réfléchir sur les points suivants

- Comment vous sentez-vous par rapport aux dictons culturels?
- Ces dictons sont-ils justes?
- Est-il bon pour votre fille/sœur/mère d'être déshéritée après la mort de son mari juste parce qu'elle est une femme?
- Est-il bon pour votre fille /sœur/femme de se voir refuser le droit à l'éducation?
- Est-il bon pour votre fille/sœur/mère d'être envoyé loin de chez elle juste parce qu'elle est testé séropositive?
- Est-il bon pour votre fille/sœur/mère d'être frappé par son partenaire après un désaccord?

2. Demandez des volontaires pour raconter une histoire ou écrire sur ce qu'ils aiment d'être mâle ou femelle.

## C. sentiments de genre

### Etapes

Faites marcher une fille/femme devant le groupe et demandez à un garçon/homme de lui tapoter les fesses.

2. Passez en revue les questions suivantes avec les participants:

- Demandez à la jeune fille comment elle s'est senti quand le garçon lui a tapoté les fesses?
- Demandez au groupe pourquoi à leur avis les hommes/garçons le font-ils?
- Que feriez-vous si vous étiez à la place de la jeune fille?
- Que feriez-vous si un homme/garçon le faisait à votre fille/sœur/épouse/mère?



### Activitø 3.3.3 . Le Pouvoir, le genre et les røles

#### Objectifs

- Faire prendre conscience du fait que les hommes et les femmes sont traités diffèremment dans la société.
- Identifier les différents groupes qui dètientent le pouvoir ainsi que les groupes qui sont réputés responsables de mauvais traitements au Kenya.

Durée : 30 minutes

Matériels et installation : S'asseoir si possible en cercle, stylos, papier, tableaux à feuilles mobiles pour chaque groupe.



#### Etapes

1. Expliquez aux participants que cet exercice les aidera à comprendre comment le genre et l'accès des populations aux ressources peuvent produire des résultats positifs ou négatifs en matière de santé de la reproduction.
2. Demandez aux participants de se mettre en ligne droite. Remettez à chacun deux l'un des morceaux de papier que vous avez préparé plus tôt fournissant des descriptions de différentes personnes dans la société.
3. Présentez l'activité en demandant à chaque participant de lire le "rôle" qui lui a été remis.
4. Expliquez aux participants que, pour cette activité, vous voulez qu'ils assument le "rôle" qui est écrit sur le morceau de papier que vous leur avez remis. Vous lisez une série d'affirmation et, pour chacune d'elles, les participants vont dire si l'affirmation correspond au rôle qu'ils ont reçu. Quand c'est le cas, ils doivent avancer d'un pas. Si non, ils doivent rester là où ils sont. Par exemple, un des participants a été invité à assumer le rôle d'un membre du Parlement.

A la lecture de la déclaration: "Je peux me protéger contre le VIH", puisqu'il est probable que le membre du Parlement peut se protéger du VIH, la personne qui joue ce rôle avancera d'un pas.

5. Poursuivez la lecture de chacune des affirmations suivantes :
  - Je peux négocier des rapports sexuels protégés avec mon partenaire sexuel.
  - Je peux facilement parler de sexe avec mon partenaire.
  - Mon partenaire prend soin des enfants pendant que je fais la vaisselle.
  - Je peux quitter la relation, si mon copain/mari devient violent.
  - Mon copain/mari me respecte et me consulte dans la prise de décision.
  - Je peux décider de l'espacement et du nombre d'enfants que je voudrais avoir.
  - Ma copine/femme ne payera jamais la facture quand nous faisons une sortie.
6. Après avoir passé en revue toutes les déclarations, posez aux participants les questions suivantes :
  - Êtes-vous d'accord des étapes par lesquelles les gens passent ? Pourquoi ou pourquoi pas ?
  - Quel sentiment ont les participants qui ne se sont pas déplacés ou l'ont fait très peu, par rapport à l'endroit où ils sont comparés au reste du groupe?

- Quels sentiments ont les participants qui ont pris plusieurs initiatives, en comparaison avec les autres participants ?
  - Demandez à chaque participant d'expliquer si le personnage qu'il joue serait à haut risque d'infection au VIH
7. Ramenez les participants ensemble à nouveau et expliquez-leur que notre rôle dans la société, qui est déterminé par le genre et des rôles des genres, l'accès aux ressources ainsi que le niveau d'éducation, peut avoir un impact sur les droits de l'individu et la prise de décision en matière de santé.

Sensibilisation aux Droits + Santé Sexuelle et de la Reproduction des Femmes  
Pourquoi cette section est-elle importante ?

Pourquoi mettre un accent particulier sur les droits à la santé sexuelle et reproductive des femmes? L'exclusion de la femme des processus de prise de décision, même lorsque ces décisions concernent son orientation sexuelle personnelle ainsi que sa santé reproductive, affaiblit non seulement la femme, mais l'ensemble de la communauté. Les femmes sont victimes de violences dans tous les aspects de leur vie, mais les formes les plus courantes de ces violations sont de loin celles relatives à leurs droits à santé sexuelle et reproductive. On estime que dans le monde, un tiers de toutes les femmes ont fait l'expérience d'une forme de ces violences à un moment donné de leur vie. Les femmes rurales sont les plus sujettes à ces violences en raison notamment du contexte culturel dans lequel elles vivent.

Lorsque les femmes et les hommes sont considérés à valeurs inégales en tant qu'êtres humains, il s'en déduit que les hommes pensent qu'il est justifié qu'ils aient le pouvoir et le contrôle sur les femmes. En outre, de nombreuses femmes n'ont pas de connaissances en matière de droits à la santé sexuelle et reproductive. Elles sont socialisées de telle sorte qu'elles ne recherchent pas d'informations, qu'elles ne discutent pas des questions liées au sexe, qu'elles ne remettent pas en question leur situation, même en cas d'abus sexuel; beaucoup ne sont pas conscientes de leurs droits sexuels et pensent que ces droits sont soumis aux exigences culturelles, qui pourtant, ne considèrent pas que les droits des femmes à la santé sexuelle et reproductive sont importants. Par conséquent, elles ne savent donc pas qu'on peut par exemple dire "non" aux avances sexuelles même si on estime qu'il y a un risque d'infection par le VIH.

Le statut d'infériorité des femmes dans leur communauté est à la fois une cause sous-jacente de la violation des droits à la santé sexuelle et reproductive, et une question qui touche à tous les autres aspects de nos vies. En cherchant à comprendre pourquoi la violence se produit, nous pouvons voir les liens de cette dernière avec beaucoup d'autres problèmes auxquels les femmes, les familles et les communautés sont confrontées; en abordant les droits de la santé sexuelle et reproductive, nous abordons également les causes de nombreux autres problèmes qui touchent nos communautés.

Cette section vise donc, à travers des exercices simples, à donner aux femmes et aux collectivités la possibilité de comprendre les droits de santé sexuelle et reproductive des femmes, la possibilité d'identifier les droits de la santé sexuelle et reproductive (SDSR) les plus couramment violés et les moyens par lesquels la communauté gère ces violations. Il faut comprendre que l'atténuation de ces abus ne peut commencer qu'avec la prise de conscience de nos propres Droits à la Santé Sexuelle et de la Reproduction (DSSR). Par conséquent l'acquisition d'informations et de compétences en la matière permettra de commencer à remettre en question et changer les conditions qui facilitent ces abus.

Cette sous-section sur les droits humains est un bon début qui peut être suivie par des exercices pour les

leaders de la communauté, si ceux-ci n'ont pas été effectués au début du programme. Cela aidera les leaders communautaires à s'engager et à voir quels soutiens ils peuvent apporter.

Les exercices qui vont suivre ont été élaborés pour former les femmes sur les droits de santé sexuelle et reproductive, et pour leur donner les moyens de se protéger contre les violences (y compris les abus sexuels). Ils visent également à aider les femmes et les autres membres de la communauté à s'engager à atteindre la pleine jouissance des droits à la santé sexuelle et reproductive. Vous pouvez les adapter aux besoins de votre groupe en sélectionnant la combinaison d'exercices que vous jugez pertinente.

Les activités de cette section sont

- Activité 3.4.1 : Comprendre les droits de la santé sexuelle et reproductive des femmes
- Activité 3.4.2 : Identifier les droits de la santé sexuelle et reproductive les plus couramment violés
- Activité 3.4.3 : Accorder un regard aux infractions sexuelles

Les faits marquants

Les droits de santé sexuelle et de santé reproductive sont en réalité distincts, mais liés. Bien que le respect des droits sexuels soit essentiel pour la jouissance des droits de la reproduction, les droits sexuels des femmes ne doivent pas seulement être considérés dans la perspective de la reproduction. Beaucoup de femmes éprouvent le désir d'avoir des relations sexuelles et peuvent également choisir d'avoir des enfants. Elles ont le droit d'avoir une vie sexuelle satisfaisante et sans risques, et de décider de l'opportunité d'avoir des enfants et en nombre désiré. Les inégalités de genres rendent difficile pour les femmes la réalisation de leurs droits à la santé sexuelle et reproductive. Seul un environnement juridique et politique favorable aux femmes peut leur permettre de jouir complètement de leurs droits de santé sexuelle et de santé de la reproduction.

### Activité 3.4.1 : Comprendre les droits de la santé sexuelle et reproductive des femmes Objectif

- Expliquer spécifiquement les droits de la santé sexuelle et reproductive

Durée : 30 minutes

Matériels et installations : chaises en cercle, des marqueurs, des tableaux de conférence, grandes feuilles de papier

Document : Trois scénarios de cas de femmes

Étapes

- 1 Expliquez que les participants exploreront les questions de droits de la santé sexuelle et reproductive se rapportant aux femmes.
- 2 Invitez les participants à constituer trois groupes, et remettez à chaque groupe les scénarios de cas des femmes.
- 3 Donnez à chaque groupe un tableau de conférence et des marqueurs, et demandez leur de désigner quelqu'un pour prendre des notes et quelqu'un d'autre pour rapporter. Après que chaque groupe ait eu le temps de lire le scénario reçu, demandez-leur d'examiner au sein de leurs groupes les questions suivantes:
  - Quelles sont les pressions ou les problèmes auxquelles les femmes séropositives font face ?
  - Quelles aides/assistance sont mises à leur disposition ?
  - Qu'est-ce qui rendent leurs luttes plus difficiles, et qu'est-ce qui pourraient mieux les aider ?

- 4 Demandez à chaque groupe de faire un résumé de ses échanges.
- 5 Facilitez une restitution du rapport de chaque groupe en plénière. Les aspects qui doivent figurer sur la liste et sur le tableau incluent :
  - La stigmatisation et la discrimination au sein de la famille, de la société et du centre de santé et leurs conséquences ;
  - Les violations des droits humains ;
  - L'incapacité de faire des choix éclairés ;
  - Les pressions familiales à se comporter ou pas d'une certaine façon, et en particulier en matière de droits sexuels et reproductifs ;
  - Les préoccupations relatives à l'image corporelle, aux désirs sexuels ou au désir d'avoir des enfants;
  - Les préoccupations relatives à la divulgation, en particulier liés aux choix de santé sexuelle et reproductive;
  - Préoccupation des autres membres de la famille, en particulier dans une situation de séro-discordance (un des partenaires est séropositif et l'autre est négative) ;
  - Les groupes de soutien ;
  - Les réseaux sociaux ;
  - L'accès aux préservatifs et les préservatifs féminins ;
  - L'accès au traitement ;
  - Conduite d'une grossesse sans risque ;
  - Le fait d'avoir des enfants séronégatifs et en bonne santé; et
  - Relations sexuelles forcées ou d'autres formes de violences et d'abus relatifs à la négociation des relations sexuelles.

### Notes de l'animateur

Trois scénarios sont mis à disposition. Si ceux-ci ne sont pas suffisants, l'animateur peut en rechercher d'autres auprès des participants avant de commencer l'exercice.

### Document pour l'activité 3.4.1 : Comprendre les droits de la santé sexuelle et des femmes - Trois scénarios de cas des femmes

#### Scénario 1

Atieno a appris sa séropositivité lors de sa consultation prénatale à trois mois de grossesse. Agée de 20 ans alors, elle pense qu'elle a pu être infectée il y a quatre ans. Lorsque l'infirmière lui a conseillé de faire un test de dépistage du VIH, elle était contente, ne s'imaginant pas qu'elle serait testée positive. Atieno était en état de choc et très en colère à la découverte de son statut. Auparavant pendant ses études, elle avait fait partie d'un projet contre VIH et le sida et avait des informations sur le VIH, mais n'imaginait pas que cela lui arriverait. Elle avait un seul et unique



partenaire sexuel et sa famille était religieuse.

Au début, il était difficile pour elle de partager sa séropositivité. Mais pour finir, elle l'a dit à son partenaire et à sa famille. Les membres de sa famille étaient on accueilli favorablement la nouvelle. Elle a même décidé d'assister aux réunions sur le VIH et le sida, afin de changer la façon dont les travaux de lutte contre le VIH étaient conduits. Elle se dit que si la prévention du VIH avait été convenablement menée, peut-être ne serait-elle pas infectée. Elle a commencé à parler publiquement du VIH et du sida. Mais sa famille n'était pas contente de ce fait, compte tenu de leurs croyances religieuses et de l'image de la famille.

A huit mois de grossesse, le bébé qu'elle portait est mort in utero à cause d'une infection. Atieno était horrifiée par cette situation. Un jour plus tard, son partenaire a perdu un autre enfant qu'il avait eu avec une autre femme, toujours à cause d'une infection liée au VIH.

La perte de deux bébés a également consternée son partenaire. Jusque-là, il niait de pouvoir être infecté. Il a commencé à blâmer Atieno d'avoir amené le VIH dans sa vie. Il est allé dire la séropositivité de Atieno à sa famille, mais sans leur dire que lui aussi était séropositif. Il leur a dit que si quelque chose lui arrivait, elle en serait responsable. Il a commencé à abuser d'elle tous les jours. Et elle a dû accepter la façon dont il la traitait. Elle s'imaginait que si elle contestait ses actes, cela signifiait qu'elle ne se souciait pas de lui. Il a exigé qu'ils se marient légalement, et en dépit de toutes les violences, elle savait qu'elle n'avait pas d'autre choix que de se conformer. Après avoir terminé la dot, il l'a forcée à avoir des rapports sexuels non protégés parce qu'elle était sa femme. N'en pouvant plus d'être battue et d'être obligées de subir des rapports sexuels non protégés, elle choisi de quitter son mari.

Après son départ, elle est tombée malade et a été diagnostiquée d'un kyste au col de l'utérus. Les infirmières de l'hôpital avaient une attitude très négative à son égard. Elle a passé des jours sans soins à l'hôpital. Par la suite, le kyste a été retiré!

Document pour l'activité 3.4.1 | Comprendre les droits de la santé sexuelle et reproductive des femmes - Trois scenarios de cas des femmes

#### ScØnario 2



Depuis un an, Njeri et son petit ami Ogotu entretiennent des rapports sexuels. Son petit ami a toujours insisté pour qu'ils se marient selon le droit coutumier, car ils ne peuvent pas se permettre un mariage civil. Elle n'est pas convaincue. Depuis quelque temps, elle a régulièrement des nausées. Njeri décide de voir l'infirmière du centre de santé, et l'infirmière lui suggère un test de grossesse qui se révèle positive. Ceci la rend heureuse. Mais alors que l'infirmière lui donne quelques conseils sur le programme de prévention de la transmission du VIH de la mère à l'enfant, son visage devient pâle.

Sur son chemin de retour à la maison, elle réfléchit : Ogotu et elle n'ont jamais utilisé de préservatif pendant leurs rapports sexuels. Or l'infirmière a dit qu'ils devaient les utiliser désormais. Ogotu est un catholique fervent et dit que ses croyances ne lui permettent pas d'utiliser

“ces choses-là”. Elle est très confuse, se dit puisqu'ils sont en train de payer la dot, et qu'elle finira par rejoindre l'église de Ogutus, il vaut mieux être d'accord avec lui.

Elle ne savait pas que ce serait exposer son bébé à un risque d'infection à VIH. En intégrant Le programme de prévention de la transmission du VIH de la mère à l'enfant, elle a été encouragée à se faire dépister et son résultat était positif. Ce fut dévastateur. Ogutu n'a pas pu l'accepter et lui a refusé la permission de poursuivre les consultations prénatales, prétextant que ces infirmières-là lui mettaient de mauvaises idées en la tête. A huit mois de grossesse, il l'a forcée à aller à l'intérieur du pays dans sa famille, où elle donnerait naissance avec l'aide de sa tante accoucheuse traditionnelle. Tout cela a été organisé par la mère de Ogutu sans que l'avis de Njeri soit demandé.

### Document pour l'activité 3.4.1 : Comprendre les droits de la santé sexuelle et reproductrice des femmes - Trois scénarios de cas des femmes

#### Scénario 3

Lorsque Naserian était plus jeune, personne ne lui avait jamais franchement parlé de sexe ou de choses touchant à la sexualité.

Elle a appris la plupart de ces choses à travers ses amis. Quand elle avait 20 ans, elle a été violée. Naserian ne savait pas quoi faire ni où aller. Elle se sentait détruite et s'est lancée dans des rapports sexuels sans précaution ou protection pour elle-même. Elle voulait mourir et a même fait une tentative de suicide.

Maintenant, huit ans après l'incident, elle veut tellement avoir un bébé. Cependant l'une des séquelles qu'elle porte encore du viol c'est qu'elle est incapable de faire confiance aux hommes - elle ne croit tout simplement pas ce qu'ils disent. Mais elle a travaillé sur cette question. Naserian veut s'assurer qu'elle d'avoir le bébé, mais avec le père du bébé. Pour se préparer, elle a décidé d'entreprendre un dépistage volontaire accompagné de conseil (CDV). Malheureusement, son résultat est positif. Ce qui a tout changé pour elle; c'était décourageant car elle commençait tout juste à se rapprocher de Muli, un mec qu'elle avait rencontré après l'incident du viol et qui lui plaisait vraiment, mais dont elle avait perdu le contact. Il venait de revenir au village. Elle a été en mesure de lui dire sa séropositivité, et malgré tout il est resté très favorable. Pour elle, Muli est un don de Dieu. L'espoir de devenir mère un jour renaît.

Leur amitié a grandi, et Muli a décidé de la présenter à sa famille. Elle est ravie et espère rencontrer sa future belle-famille. Elle n'était pas préparée à ce qui devait arriver. Muli dévoila le statut de Naserians avec sa permission à sa famille. Malgré le fait que sa mère appartenait à la commission communautaire sur le sida, et que son père était le chef local, ils se sont montrés très opposés à ce que leur fils se marie à une séropositive. Pour finir, ils ont tout fait pour mettre fin à cette relation. Ils ont forcé Muli à avoir une autre femme contre son choix. Cela a été très difficile pour Naserian qui a dû finalement quitter la ville.



## Activitø 3.4.2 : Les droits de la santø sexuelle et reproductive l couramment violø



### Objectif

- Identifier les droits les plus violés
- Discuter des responsables chargés de protéger, de faire respecter et de garantir la réalisation des droits de la santé sexuelle et reproductive

**Durée : 30 minutes**

**Matériels et installation :** chaises en cercle, de petits morceaux de papier plus épais (de deux couleurs différentes, jaune et bleu), stylos et grandes feuilles de papier, feuille de papier avec des exemples de violence sexuelle et de violation des droits de la santé reproductive.

### Etapas

1. Animer une discussion en posant aux participants les questions suivantes :
  - Quels sont les droits de santé sexuelle et reproductive ?
  - Qui a la responsabilité de protéger, de faire respecter et de garantir la réalisation des droits sexuels et reproductifs ?
2. Exposer au tableau les feuilles énumérant les exemples de droits de la santé sexuelle et reproductive et examiner ces droits.
3. Demandez à chaque participant de choisir deux cartons jaunes et d'y écrire les droits sur lesquels il veut s'exercer. Demandez aux participants de placer les cartons avec ses droits côté à côté, à droite sur le tableau. Eliminer les doublons.
4. Passer en revue les droits exposés sur les cartons et faire la situation actuelle de ces droits dans la communauté.
5. Demandez à chaque participant de choisir deux cartes bleues et d'y écrire les droits de la santé sexuelle et reproductive qui étaient violés dans les scénarios de cas de l'exercice précédent. Demandez aux participants de placer chacun à droite et à côté du droit concerné.
6. Animer une discussion en plénière sur la base des questions suivantes :
  - Quelles sont les conséquences de la violation des droits des femmes sur leur santé sexuelle et reproductive ?
  - Quels sont les droits qui doivent être respectés pour que les femmes jouissent de leurs droits à la santé sexuelle et reproductive ? Comment est-ce que le respect des droits à santé sexuelle et reproductive pourrait aider les femmes à réaliser d'autres droits ?

### Notes de l'animateur

Vous pouvez vous reporter à la section précédente sur les droits humains et en tirer quelques autres droits, en particulier ceux ayant trait à la discrimination contre les femmes.

Vous pouvez demander aux participants ce qu'ils pensent de leur rôle d'aider les femmes à protéger et à jouir de leurs droits à la santé sexuelle et reproductive.

<p>Les droits sexuels sont les droits de chaque personne :</p>	<p>Le droit à la santé de la reproduction sont les droits de chaque personne :</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dire "non" à la demande de rapports sexuels, même dans le cadre du mariage où ils seraient attendus (Tout le monde a toujours le droit de dire non aux rapports sexuels)</li> <li>• Avoir des rapports sexuels protégés.</li> <li>• Choisir sans être jugé, avec qui avoir des rapports sexuels.</li> <li>• L'éducation à la sexualité, à l'acquisition des informations sur le droit à la santé et à la sexualité.</li> <li>• Porter plainte contre le harcèlement sexuel.</li> <li>• Plaisir sexuel.</li> <li>• L'accès au traitement des problèmes de santé sexuelle, et services de maintien de la santé sexuelle.</li> <li>• L'intégrité physique, même si la culture de la mutilation génitale féminine est pratiquée traditionnellement. Par exemple, on ne doit pas être forcées de se marier.</li> <li>• Ne pas être forcée à se marier.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Décider d'avoir ou pas des enfants, et quand les avoir, sans être jugé.</li> <li>• L'éducation et à l'information complète sur les options de santé de la reproduction (travail, accouchement, allaitement et prévention de la transmission du VIH de la mère à l'enfant).</li> <li>• L'accès à des soins prénatals de qualité (avec ou sans être accompagné par son partenaire).</li> <li>• Un égal accès aux soins de santé sexuelle et reproductive, quelque soit le statut social, économique ou politique.</li> <li>• L'informations sur la planification familiale et le choix éclairé du type de contraceptif à utiliser.</li> <li>• L'accès aux méthodes de la contraception préventive.</li> <li>• L'accouchement dans des conditions sûres et au lieu et de la façon souhaités.</li> <li>• La conception assistée ou à l'insémination artificielle.</li> </ul>

### Activité 3.4.3 : Un regard sur les délits sexuels: le viol

#### Objectif

- Définir les infractions sexuelles
- Définir le viol et identifier les structures d'aide disponibles

**Durée : 45-60 minutes**

**Matériels et installation :** Chaises en cercle, un tableau de conférence et des marqueurs.



#### Etapes

- 1 Demandez aux participants de définir les infractions sexuelles et d'en donner quelques exemples. Demandez-leur de les hiérarchiser en termes d'infractions sexuelles fréquentes dans leur communauté.
- 2 Demandez aux participants: " qu'est-ce qui vient à l'esprit quand vous entendez le mot viol"?

### Notes de l'animateur

Le viol se produit lorsqu'une personne est forcée à avoir des relations sexuelles. La force utilisée peut être physique ou mentale. Il peut également se produire si l'on est poussé à avoir des relations sexuelles avec quelqu'un. L'utilisation d'alcool ou de drogues pour brouiller le jugement d'une personne et obtenir un consentement qu'elle n'aurait pas donné autrement est également le viol. Le viol affecte profondément les femmes.

Très souvent, les femmes violées se sentent confuses, honteuses et se blâment pour ce qui s'est passé. Le plus souvent, les familles et les communautés considèrent que les victimes de viol les ont déshonorées même si ce n'est pas la faute de la femme qui a été violée. Le viol est un crime grave. La tentative de viol est une infraction pénale, et il est important de signaler toute tentative de viol, tout autant que le viol lui-même.

### Etapas

- 3 Divisez les participants en deux groupes. Pour le Groupe un, demandez aux participants de discuter et noter sur un tableau "les circonstances qui ont conduit au viol".
- 4 Demandez aux participants du groupe deux de discuter des différentes façons dont les collectivités traite du viol. Ils devraient dans leur discussion:
  - Identifier les structures déjà en place qui traitent de viols; et
  - Identifier les raisons de la réticence des femmes à signaler le viol.
- 5 Demandez que les présentations soient faites et discutées en plénière.

### 3.5 Autonomisation Economique

Tout le monde n'est pas doué comme entrepreneur. Pour les femmes, et en particulier celles vivant avec ou directement affectées par le VIH, se lancer dans une entreprise arrive souvent par nécessité et non par choix libre. Pour évaluer ses propres capacités entrepreneuriales, il faut s'évaluer soi-même tout d'abord afin de se faire une idée de l'avenir et se fixer un objectif à long terme pour la vie. Dans la plupart des sociétés et des contextes économiques, les gens et en particulier les femmes majoritairement en situation de pauvreté, n'ont pas souvent l'occasion d'évaluer leur propre situation et d'identifier leurs propres forces, afin de surmonter leurs faiblesses et faire face au monde entrepreneurial.

Les exercices de cette section mettent les participants en situations et dans des environnements de simulation réelle d'entreprise. Ce qui leur permet d'utiliser leurs compétences par l'apprentissage. Les participants seront amenés à faire face à différentes situations, à analyser les options et leurs limites dans un climat de confiance réciproque. Ils découvriront comment atteindre un certain but ou la façon de surmonter les obstacles sociaux et culturels d'une manière plus systématique, en explorant leurs forces pour se lancer en affaires.

Cette section vise à identifier les 10 traits caractéristiques d'un homme d'affaires. Ces traits sont particulièrement importants pour les femmes et les hommes qui envisagent de se lancer en affaires ou qui veulent améliorer leurs compétences en entrepreneuriat. Les exercices individuels sont destinés à permettre aux participants de clarifier leurs idées en affaires (et autres) pour l'avenir, afin d'identifier les obstacles à leurs objectifs et à trouver des moyens de les surmonter pour une application ultérieure dans la vie réelle de l'entreprise. La section comporte un certain nombre d'exercices visant i) à sensibiliser les jeunes femmes (et hommes) sur les moyens pour améliorer leur situation économique, ii) à leur donner les moyens de croire en eux-mêmes, iii) à susciter en eux le désir et la volonté d'améliorer leur situation économique pour qu'ils aident les autres à faire de même. Vous pouvez adapter ces exercices aux besoins de votre groupe en sélectionnant une combinaison spécifique.

#### Activités de cette section

- Activité 3.5.1 : Découvrir les Tops 10 des caractéristiques pour réussir en affaires
- Activité 3.5.2 : Le SMART d'auto-évaluation
- Activité 3.5.3 : Identifier les objectifs de votre vie professionnelle
- Activité 3.5.4 : Entreprendre dans sa propre communauté - Cartographie d'affaires



## Activité 3.5.1 : A la découverte des 10 critères essentiels pour le préariat

### Objectif

- Identifier les objectifs d'une entreprise.
- Identifier et décrire les 10 principaux critères de la réussite d'une entreprise.

Durée : 1 heure

Matériels et installation : Chaises en cercle, de petits morceaux de papier Flip-chart. Des perles locales, un collier déjà fait à des fins de démonstration, fils, aiguilles, stylos et deux grandes feuilles de papier.

Chaque groupe doit avoir suffisamment de matériel, à savoir : des perles, des aiguilles et du fil pour faire deux colliers.

Assurez-vous d'inviter quelqu'un qui a fait des perles avant, pour répondre aux questions et conseiller sur la fabrication des colliers.

Document: Les Tops 10 des principaux critères.



### Étapes

- 1 Expliquez l'exercice aux participants. Demandez-leur de se mettre en deux groupes pour produire des colliers. Ils représentent les travailleuses à domicile. L'animateur jouera le rôle d'acheteur, qui fournira les matières premières et achètera les colliers s'il les aime.
- 2 Demandez aux participants d'écouter attentivement les instructions, car elles ne seront lues qu'une seule fois. Elles vont en suite être affichées au tableau. Pour toute autre assistance pendant l'exercice, dites aux participants d'aller voir l'acheteur.
- 3 Donnez les instructions indiquées sur le Tableau d'instruction (graphique 1), affichant un échantillon de collier et d'autres informations importantes. Dites-leur que l'acheteur va acheter les colliers si elles correspondent à l'échantillon. Ceux de mauvaise qualité seront rejetés; ceux de bonne qualité seront acceptés selon la norme établie. Les gagnants seront ceux qui auraient produit le nombre et la qualité des colliers en fonction de leur engagement, et qui arrivent à vendre leurs produits à l'acheteur.
- 4 Divisez les participants en groupes de 4 à 5 personnes. Avant de commencer la production, chaque groupe doit choisir un nom pour leur entreprise (groupe) et prendre un engagement avec l'“acheteur” (le formateur) sur le nombre de colliers à produire. Attention : Pas de changement d'engagement possible à un stade ultérieur, tel qu'on voit souvent dans des entreprises. Vous travaillez directement avec le bon de commande! Le nombre de colliers engagé ne peut être donné verbalement et sera enregistré par le formateur sur le tableau des performances (graphique 2).
- 5 Distribuez le matériel de base à chaque groupe et donnez le signal de départ pour la production,

dès que tous les participants ont fait leurs arrangements avec l'acheteur et pris les informations nécessaires. Assurez-vous de fournir toutes les informations utiles. Expliquez-leur qu'ils peuvent toujours communiquer avec l'acheteur pour avoir d'autres précisions. Expliquez-leur également qu'ils doivent se référer aux critères du bon entrepreneur (les Top 10 critères). Ne pas fournir volontairement des informations lorsque le participant n'en demande pas.

Les participants peuvent apporter leurs produits à l'acheteur pour la vérification de la qualité et l'achat. Assurez-vous que les raisons du rejet de l'un des produits sont portées à la connaissance des participants (par exemple, la mauvaise qualité). Les colliers qui tombent ne doivent pas du tout être acceptés.

Au cours de ce cycle de production, l'animateur prend des notes sur les observations importantes pour la correction de l'exercice. Les résultats enregistrés sur le tableau des performances (graphique 2) doivent être clairement visibles pour l'ensemble du groupe et pour un usage au cours de la prochaine étape.

6. Discutez des expériences des participants en posant des questions clés telles que:
  - Comment vous sentez-vous après cet exercice (heureux, frustrés, en colère, pas sûr de vous, etc.) ?
  - Êtes-vous satisfait de la performance de votre groupe ?
  - Pourquoi certains groupes ont été capables de respecter leurs engagements, alors que d'autres ne l'ont pas fait ?
  - Demandez aux participants : si on vous donne l'occasion de faire un deuxième tour, que feriez-vous de différent? Dans la discussion, essayez d'analyser les qualités entrepreneuriales qui sont importantes pour le succès de l'entreprise, par exemple :
    - La bonne performance (haute qualité) est liée à la recherche active d'informations et de possibilités, ainsi que d'autres qualités entrepreneuriales.
    - Certains groupes pourraient vendre plus et mieux, parce que les membres du groupe étaient plus à même de convaincre l'acheteur.
    - Certains groupes ont été en mesure de remplir leurs engagements parce qu'ils avaient mieux clarifiés leurs objectifs.
7. Expliquez davantage d'exemples se rapportant à ce qui suit, en introduisant le Top 10 des critères au tableau. En ce moment, distribuez également le document du participant pour qu'ils s'en réfèrent :
  - Possibilité de recherche ;
  - Persévérance;
  - Engagement sous contrat de travail ;
  - Exigence de qualité et d'efficacité ;
  - Prise de risques ;
  - Définition des objectifs ;
  - Planification et suivi systématique ;
  - Recherche d'information ;
  - Persuasion et réseautage ; et
  - La confiance en soi.

### Notes de l'animateur

Dans cet exercice, les participants fabriqueront un produit à vendre à l'animateur (qui est l'acheteur pour la circonstance). Dans cet exercice, il est décrit la fabrication d'un collier en raison du fait qu'il peut être fait en peu de temps. Tout autre produit pour la vente peut être choisi, pourvu qu'il implique la réalisation d'un produit simple un minimum d'outils.

Il est important pour vous de faire un essai de production de ce produit avant de lancer l'exercice, afin de vous assurer de la disponibilité des matières premières. Sur la base de cet essai, l'animateur peut prendre des décisions sur les spécifications du modèle/échantillon (par exemple, le nombre de perles sur le collier, les couleurs des perles, les séquences de perles, la longueur, les dentelles, etc.

Vous devez permettre que l'apprentissage se fasse plus par expérimentation. Pour cela, ne donne pas toutes les informations à l'avance. Laissez les participants découvrir eux-mêmes où sont les possibilités et où les problèmes se situent. Par exemple, le fil de nylon peut être conservé par le facilitateur qui ne le remettra qu'aux personnes qui recherchent les informations ou demandent du meilleur matériel. Les participants pourraient ne pas comprendre que les informations et le matériel "cachés" font partie de l'exercice (pour les amener à échanger, rechercher des informations et le matériel approprié). Certains ne vont se plaindre de l'aiguille et des problèmes de sécurité au travail que lorsque l'exercice sera terminé. Alors que d'autres auraient déjà discuté du problème avec vous (l'acheteur).

Au cours de l'exercice, l'animateur représente les acheteurs, qui ne sont pas concernés par la sécurité des femmes qui travaillent à domicile. De cette façon, les participants vont découvrir quels sont leurs points forts et faibles. Quand ils discutent avec l'acheteur (le formateur), ils peuvent demander de meilleurs outils et des matériaux plus sûrs. Ce qui les conduira à s'approprier les qualités nécessaires à la réussite de leurs entreprises (recherche d'informations et persévérance).

## Instruction Tableau 1

### Produit

- Collier

### Matériels

- Perles de deux ou trois tailles et plusieurs couleurs: suffisamment dans un récipient pour faire 1 ou 2 colliers
- Fil et aiguille
- Des boîtes
- Des ciseaux
- Solide

### Spøcifications du produit

Esthétique

Solide

Soigné et propre

Conforme à l'échantillon (quand au nombre et aux séquences de perles)

Tableau des performances 2

Contrat entre l'acheteur et le groupe de travailleurs à domicile .....

Nom de l'entreprise (du groupe)	Quantité à produire convenue	Quantité effectivement produite	Quantité de produits acceptés après vérification s'ils sont propres, soignés, esthétiques/attractifs, solides
---------------------------------	------------------------------	---------------------------------	---

--	--	--	--

## Document pour l'activité 3.5.1 : Découvrir les 10 critères essentiels de réussite de l'entreprise

Les 10 critères essentiels

Pour y arriver :

1. Recherche d'opportunités
2. Persévérance
3. Travailler sous contrat
4. Exigence de qualité
5. Prise de risque

Planifier :

6. L'atteinte des objectifs
7. Planification et suivi systématique
8. Recherche d'information

Gérer :

9. Persuasion et mise en réseau
10. Confiance en soi

Source: GET Ahead for women in Enterprise Training Package and Resource Kit. Bauer, Finnigan, Haspels. International Labour Organization, Geneva, 2008.

## Activitø 3.5.2 : Auto-Øvaluation intelligente (SMART)

### Objectif

- Permettre aux participants de se fixer des objectifs pour l'avenir, à la fois dans la vie et dans les affaires
- Identifier et comprendre les difficultés qu'on éprouve à fixer et à atteindre des objectifs

**Durée : 80 minutes**

**Matériaux et installation** : chaises en cercle, de petits morceaux de papier, tableau du S M A R T, papier A4 plié en deux comme une carte, stylos, ruban adhésif, flip chart



### Notes de l'animateur

Avant de faire cet exercice, vous aurez besoin de comprendre le concept du SMART. Rappelez-vous que les éléments du SMART ne devraient être résumés qu'après que les participants l'aient expérimentés eux-mêmes. L'exercice du SMART est utile lors de toute formation orientée vers le développement personnel des bénéficiaires. Si vous manquez de temps pour conduire entièrement l'exercice lors d'une session de formation, vous pouvez introduire les concepts SMART dans un exercice plus court (étapes 2 à 4), par exemple, comme un stimulant.

### Etapes

#### 1. 10 minutes

Reportez-vous à l'exercice précédent et mentionner que l'un des 10 critères est "l'élaboration d'objectifs". Certains des groupes n'ont pas été en mesure d'atteindre leurs objectifs, parce que leurs objectifs n'étaient pas fixés de façon réaliste. Présentez cet exercice comme une occasion d'en apprendre davantage sur l'élaboration d'objectifs. Les participants seront motivés à fixer des objectifs pour leur vie et leurs entreprises. Lancer une discussion sur la question : Quels sont les objectifs importants dans la vie ou dans les affaires ? Notez les réponses sur les cartes (ou sur un tableau), tout en facilitant la discussion. Discutez avec les participants de ce qu'ils considèrent être un "objectif" : Quels seraient les éléments de base pour la définition d'un 'but' ?

#### 2. 15 minutes

Chaque participant a la tâche d'établir un mini-objectif qu'il ou elle pense pouvoir atteindre en deux minutes dans la salle. Chacun devrait énoncer clairement son mini-objectif sur une carte (avec son nom), et la placer au tableau (le formateur peut aider à les placer). Si le groupe a des compétences limitées en écriture, l'exercice peut être fait verbalement, ou vous pouvez écrire les objectifs car ils sont exprimés.

Notes de l'animateur sur les étapes 1 et 2 :

Une fois que tout le monde est prêt, demandez-leur de mettre en œuvre leur activité en vue d'atteindre leur objectif dans le temps imparti (2 minutes seulement!). Certains des participants ne seront pas en mesure d'atteindre leur objectif, car il ne pouvait pas être accompli en 2 minutes, ou parce qu'il n'était pas mesurable, spécifique ou réaliste.

## Étapes

### 3. 15 minutes

Demandez aux participants si leurs objectifs ont été atteints ou pas. Essayez d'éviter tout jugement, et utilisez un ton positif pour relever les échecs. Après cette observation, invitez les participants à réexaminer et partager leur expérience. Ils feront - directement ou indirectement - ressortir les éléments essentiels des objectifs "SMART". Le concept peut maintenant être introduit dans le cadre de la synthèse des activités de cette étape. Les principales questions à poser sont :

- Comment avez-vous défini votre mini-objectif ?
- Pourquoi certaines personnes ont atteint leur objectif et ... d'autres pas ?
- Comment vous sentez-vous par rapport aux résultats ?
- Était-ce difficile ? Pourquoi (pourquoi pas) ?
- Qu'avez-vous appris sur vous-même dans cette expérience ?
- Comment allez-vous fixer vos objectifs à l'avenir ?

Notez leurs idées sur des cartes et regroupez-les sous le tableau SMART. Résumez en disant qu'un objectif est quelque chose que nous voulons atteindre. Les objectifs doivent être "SMART", et nous devons réunir un certain nombre d'informations lorsque nous les formulons. Les éléments clés de la définition des objectifs se résument comme suit :

- Spécifique
- Mesurable
- réalisable
- réaliste
- Encadré dans le temps.

Il est important de souligner que les activités pour atteindre un objectif sont souvent mal comprises et confondues aux objectifs eux-mêmes. Par exemple, l'achat d'une voiture est habituellement une activité pour atteindre un certain objectif comme la mobilité pour l'entreprise ou un changement de statut.

Les objectifs peuvent être fixés pour le court terme et le long terme. De nombreux objectifs de court terme conduisent en général aux plus importants. Par exemple : l'amélioration de l'emballage des produits conduit à l'objectif à long terme de toujours satisfaire vos clients et, de ce fait, à l'objectif ultime d'être une femme d'affaires prospère.

Terminez cette étape en mettant le Tableau SMART sur le mur, et gardez-le dans la salle de formation pour toute la durée de la session.

#### 4. 5 minutes

Après avoir fait l'exercice des mini-objectifs d'une manière pratique et ludique, permettent aux participants de revoir leurs objectifs dans les différents aspects de leur vie: carrière, famille, relations sociales, développement personnel et autres. Demandez à chaque participant de trouver un espace confortable pour cela (par exemple, assis sur le sol ou contre le mur), de se concentrer et de réfléchir sur sa propre situation personnelle en ce moment en se demandant: "Qui suis-je?" "Qu'est-ce que je veux être/devenir"?

#### 5. 5 minutes

Après ce moment de silence, chaque participant doit se déplacer dans la salle pour trouver un autre endroit. Ce nouvel endroit représente leur situation personnelle et professionnelle dans 2 ou 5 ans, à partir de maintenant. Utilisez des questions d'orientation pour les aider dans la réflexion:

- Qui vais-je être en 2 (5) ans à partir de maintenant?
- Quel sera ma situation personnelle et celle de mon entreprise?
- Est-ce que j'aurai atteint ce que je veux?

#### 6. 5 minutes

Maintenant demandez-leur de revenir à leur première place qui représente leur situation actuelle. Posez leurs les questions suivantes:

- Que dois-je faire pour arriver là où je veux être dans 2 (5) ans?
- Quels sont les moyens nécessaires pour ce faire?
- Qui pourrait m'aider à ce sujet?
- Quels sont les obstacles auxquels je vais peut-être faire face, et comment puis-je les surmonter?

#### 7. 15 minutes

Demandez aux participants de former de petits groupes (de 2 à 3 personnes). Chaque personne va expliquer aux autres ce qu'il ou elle serait dans 2 (5) ans à compter de maintenant, et ce qu'il ou elle va faire pour y arriver. Les autres écoutent en silence, puis ils donnent leur avis (feedback) sur les plans: sont-ils réalistes, et d'autres choses qui seraient nécessaires pour atteindre ses objectifs. La personne suivante raconte également son histoire et reçoit les commentaires des autres membres du groupe. Vous ne devez pas interférer ou essayer d'influencer les participants, mais devrez être disponible pour clarifier les questions que tout participant peut avoir.

#### 8. 10 minutes

Demandez aux participants comment ils se sentent après cet exercice: Sont-ils détendus et rassurés, ou ont-ils perdu l'assurance et sont incertains? Si quelqu'un veut partager ses projets pour l'avenir, laissez-le le faire, mais n'insistez pas s'il n'y a pas de volontaire. A titre d'illustration, 2 ou 3 participants peuvent partager leurs expériences de cet exercice.

En conclusion, souligner l'importance pour chacun d'avoir ses propres idées d'avenir, et la nécessité de fixer un objectif à long terme pour soi-même. Faites remarquer qu'il est essentiel de réfléchir aux mesures qu'il faut nécessairement prendre, ainsi que les anticipations qu'il faut avoir par rapport aux opportunités et aux obstacles lors de la préparation d'un projet d'entreprise. Cela aidera à résoudre un certain nombre de problèmes et à atteindre ses objectifs.

### Activitø 3.5.3 : Identifier les objectifs de votre vie et de votre

Cet exercice contient une activité à faire à la maison pour les participants.

Objectif

- Pour les participants, Identifier leurs objectifs de vie et d'entreprise

Matériels et installation | Document: Identification de vos objectifs de vie et d'entreprise.

#### Etapes

1. Distribuer le document (support manuel):  
Identification de vos objectifs de vie et d'entreprise
2. Briefez les participants comme l'indique la note de l'animateur qui suit



#### Notes de l'animateur

Informez les participants qu'ils doivent remplir le document à leur propre rythme.

Chaque participant doit trouver le meilleur moment pour faire cet exercice tout seul. Les productions de chacun lui seront utiles par la suite.

Vous pouvez les encourager à partager leurs résultats pendant ou après la formation, comme bon leur semble.

## Document pour l'activité 3.5.3 : Identifier vos objectifs de vie



Ce document vous sera utile lors de la phase de création de votre entreprise. Il vous aidera à réfléchir sérieusement sur ce que vous pouvez faire pour atteindre votre objectif de mise en place d'une entreprise prospère. Étudiez les points suivants vous concernant:

- Les problèmes individuels qui interfèrent avec la recherche du succès. Comment les contenir ?
- Les obstacles externes qui entravent vos projets, comment peuvent-ils être surmontés ?
- Trouver de petites choses simples que vous pouvez faire dans les tous prochains jours pour atteindre vos objectifs !

Demandez-vous : quelle est la première petite chose que je peux faire ? Après l'avoir terminé, quel est la suivante ?

- Pensez à l'aide que vous pourrez obtenir d'autres personnes (quelle est-elle, de qui?).
- Essayez de diviser vos objectifs plus ambitieux en plusieurs petits objectifs. Établissez un ordre des priorités :
  - ❖ Ce qui doit être fait en premier pour atteindre le prochain objectif ?
  - ❖ Ce qui vient en suite, et ainsi de suite.

Quand vous faites cela, vous devez penser à un calendrier réaliste, par exemple les six prochains mois. Si vous le souhaitez, vous pouvez allonger cette période.

Objectifs liés à l'activité

.....  
.....

### La suppression des obstacles

Demandez-vous: Quelles sont les difficultés personnelles qui pourraient retarder la réalisation de vos objectifs? Y a-t-il un obstacle externe qui pourrait gêner l'atteinte de vos objectifs?

Que pouvez-vous faire pour éliminer ou réduire l'effet de ces obstacles et difficultés? (Il ne sera pas facile pour vous de supprimer complètement tous les obstacles, mais vous pouvez prendre des mesures pour réduire leur impact).

### Obstacles / Difficultés

1.....

Que puis-je faire pour les surmonter/réduire?

a) .....

b) .....

2. ....

Que puis-je faire pour les surmonter/réduire?

a) .....

b) .....

### Plan d'action

De quelles informations supplémentaires ai-je besoin pour atteindre mon objectif? Qu'est-ce que je peux spécifiquement faire pour avancer vers mon objectif?

.....

.....

Qui peut m'aider à atteindre mon objectif? Personne qui peut aider:

1) .....

A quel genre d'aide puis-je m'attendre? .....

2) .....

A quel genre d'aide puis-je m'attendre? .....

3) .....

A quel genre d'aide puis-je m'attendre? .....

Maintenant que vous avez déjà établi les objectifs et les plans d'action, engagez-vous maintenant à revoir cette activité et à évaluer si vous vous rapprochez de la réalisation de votre objectif.

Vous devez conduire un tel examen une fois par mois. Rappelez-vous que pour réaliser des actions concrètes et atteindre un objectif tangible, des actions courageuses et efficaces sont nécessaires. Sans quoi, votre objectif restera un rêve.

## Activitø 3.5.4 : Entrepreneure dans sa propre communautø - la cartographie de

### Objectif

- Sensibiliser les participants sur l'environnement social, économique et culturel dans lequel ils s'implanteront comme entrepreneures
- Permettre aux participants d'analyser les possibilités et les contraintes relatives au lieu d'implantation de leur entreprise

**Durée : 70 minutes**

**Matériels et installation :** Petits groupes en cercle (quatre participants par groupe), tableau de conférence pour les travaux de groupe, des crayons à bille et du ruban adhésif

### Etapes

#### 1. 5 minutes

Expliquez qu'il existe d'autres facteurs externes qui influent sur l'entreprise, tels que les droits fonciers, les infrastructures, les marchés, etc. Dans cet exercice, nous allons examiner ces facteurs.

Expliquez l'idée de "cartographie de l'entreprise": il consiste à faire un dessin de la communauté dans laquelle la femme entrepreneure vit, et où elle veut implanter son entreprise. Dans cet exercice, les participants seront amenés à dessiner une carte de l'emplacement de leur entreprise dans leur quartier village ou ville.

Répartissez les participants en petits groupes et demandez-leur de : faire un dessin du village ou de la communauté dans laquelle l'un des membres du groupe exploite son entreprise ou souhaite ouvrir une entreprise. Le dessin doit mettre en évidence les principales possibilités et contraintes relatives au lieu d'implantation (emplacement) de l'entreprise, et qui sont susceptibles d'influer sur son succès. Donnez des exemples de ce qu'il faut inclure dans le dessin comme:

- L'emplacement de l'entreprise ;
- Les habitants : les nombres (par sexe, âge et niveau de revenu): les zones les plus ou les moins peuplées, et ainsi de suite ;
- Les plus importantes institutions locales : bureaux gouvernementaux ; bâtiments de la municipalité; école (s); centre de santé/hôpital ; banque; bureau de poste; lieu (x) de culte, autres ;
- Les lieux de commerce les plus importants : les marchés ; commerces ; l'artisanat et les ateliers de réparation ; champs ; usines ;
- Distances entre les propriétés, disponibilité de l'eau et aération, le cas échéant : routes principales et rattachements à d'autres villes/villages ; distances entre les villages, distance de la ville et de la capitale ; rivières et autres cours d'eau ; aéroport;
- Moyens de transport : les arrêts bus ; arrêts taxis ou autre moyen de transport public.
- Points de rencontre des femmes, des hommes et des enfants : écoles ; centre de santé ; lieu de culte ; puits d'eau; aire de lavage ; marchés ; lieux de rencontre associatives féminins ; salle communautaire ; autre.

En outre, vous pouvez demander à chaque groupe d'inventer un slogan ou une "devise" de leur village/quartier/ville pour promouvoir les "femmes en entreprise" dans leur communauté. Ceux-ci pour-



raient s'inspirer des thèmes tels que "Pourquoi avons-nous besoin des femmes entrepreneures", ou "Les meilleures colliers de perles viennent de (nom de l'entreprise, du village ou du quartier de la ville). Les slogans doivent être placés dans leur dessin.

Expliquez que cet exercice concerne tout le monde et que chaque participant doit contribuer au dessin. On n'a pas besoin de savoir lire ou dessiner pour faire cet exercice.

## **2. 30 minutes**

Donnez aux groupes du temps pour faire leurs dessins. Si les participants viennent tous du même endroit, ils n'ont pas à s'inquiéter que d'autres groupes fassent la même chose. Ce qui arrive d'ailleurs rarement. S'il y a des questions sur la façon de faire le dessin, encouragez-les, mais n'expliquez pas trop, car cela pourrait inhiber leur créativité et imagination, et les empêche de s'exprimer. Encouragez tout le monde à contribuer à la conception, même ceux qui ne tiennent pas le stylo. Lorsque le temps est écoulé, informez tout le monde que les dessins seront conservés tout au long de la formation et peuvent être complétés à un stade ultérieur, le cas échéant.

## **3. 35 minutes**

Demandez à chaque groupe de présenter brièvement leur dessin en plénière, en soulignant les opportunités et les contraintes de leur lieu d'implantation. Demandez aux participants de donner les raisons pour lesquelles les facteurs énumérés ci-dessus (étape 1) sont importantes pour leur entreprise. La discussion n'a pas à couvrir chaque aspect en détail, mais devrait faire ressortir les points clés qui ont un impact sur la création et la croissance de leurs entreprises, et spécifiquement sur:

- La demande: les clients/clients et leurs besoins et désirs;
- Fournisseur: la qualité et la quantité de matières premières ou des articles pour la vente;
- Les possibilités et les frais dus à la proximité géographique ou à l'éloignement (des parcelles agricoles, des matières premières et des clients);
- Concurrents actuels et potentiels;
- Le rôle des institutions de soutien aux entreprises;
- Le rôle de la communauté et les institutions communautaires;
- Le rôle des réseaux et leurs contacts.

## Notes de l'animateur

Avant de faire cet exercice, vous devez expliquer que, bien qu'on ait des objectifs clairs et qu'on prend de bonnes mesures pour mettre en place une entreprise, il y a toujours d'autres facteurs externes qui peuvent affecter la performance. Ces facteurs sont au delà des facteurs personnels. Cet exercice aide les participants à comprendre certains de ces facteurs afin qu'ils soient mieux préparés pour la mise en place et la conduite de leurs entreprises.

Dans cette discussion, les participants devraient être en mesure de reconnaître et d'identifier les contraintes et les opportunités d'activités génératrices de revenus et de création d'entreprise dans leur environnement direct. Ils doivent prendre conscience du nombre et de l'éventail des options qui existent, aussi bien au niveau local que dans un environnement plus grand. Quelques exemples peuvent être utilisés pour illustrer ces points. Par exemple, les femmes qui disposent de terres fertiles à proximité de leur maison passeront moins de temps dans la production des cultures de vente que celles qui devraient faire de longues marches pour se rendre sur leur terre. Si on ne peut obtenir des légumes dans un marché à proximité, le risque que ceux venant de loin périssent peut être élevé. Mais vous pouvez explorer des solutions et des options pour de tels problèmes. Par exemple, trouver d'autres fournisseurs; rechercher des informations sur de nouveaux clients et/ou concurrents ; ou la mise en réseau avec d'autres femmes et avec les associations professionnelles.

Il devrait être clair pour les participants que leurs villages/villes/communautés peuvent manquer certaines installations et attributs. Ce qui constitue un défi pour leur entreprise. Les participants peuvent également trouver de nouvelles opportunités en regardant leur environnement familial d'une manière nouvelle. En examinant les croquis, dessins et illustrations comme un groupe. Certains participants vont apprendre des choses qu'ils ne connaissaient pas avant de les mettre ou voir sur papier.

Discutez sur le genre de problèmes auxquels les femmes font face quand elles veulent se déplacer/voyager. Les maris et les autres membres de la famille sont-ils prêts à s'occuper du ménage lorsque les femmes sont absentes pour leur entreprise ?

En ce qui concerne le slogan qui a été élaboré par chaque groupe, demandez-leur de le garder à l'esprit de façon à le relier à certains exercices pendant le reste du programme de formation. Les slogans peuvent être revus et liés à l'autre genre, aux droits humains, et connectés également aux séances sur le VIH et le sida.

Après cette session, mettre tous les plans de village sur les murs et les y maintenir pendant toute la durée de la formation.

## SECTION 4 : ACCOMPAGNER LES PARTICIPANTS A ALLER DE L'AVANT ET LISER LEUR POUVOIR

Cette section permet à l'animateur d'aider les participants à prendre des initiatives sur la base des prises de conscience et de l'estime de soi gagnée, afin de négocier des options plus saines dans leur vie. Les animateurs peuvent présenter cette section aux participants comme étant celui de l'«Avancement et de la Prise du pouvoir».

Pourquoi cette section est-elle importante?

Cette section est la dernière du parcours de formation. Elle vise à accompagner les participants à prendre des initiatives et à façonner pour eux-mêmes une vie différente. Maintenant que les participants ont décidé de ce qui est important pour eux, de quel genre de personnes ils sont et de la valeur qu'ils ont, ils sont prêts à prendre des initiatives différentes et à faire des choix différents. Pour ce faire, les participants doivent avoir l'estime de soi, combinée à la prise de conscience acquise dans la section précédente. Ce qui va leur permettre de se créer une image corporelle saine.

Cette section donne des détail sur les activités qui donnent l'occasion aux jeunes filles, aux femmes et à d'autres leaders de la communauté, de construire et mettre en pratique des compétences qui peuvent être utilisés pour mieux négocier des pratiques sexuelles plus saines, pour mieux communiquer dans le but d'être en mesure de revendiquer les droits, de négocier en position de force dans leurs relations et de se protéger contre l'infection au VIH et contre les violences. La section aide les participants à identifier quelles sont les qualités personnelles et les compétences dont elles ont besoin pour être «entendu» au sujet des abus, des disparités entre les genres et de l'infection à VIH, en particulier dans les relations sexuelles.

Elle comporte des exercices spécifiques destinés à la construction (chez les femmes et d'autres membres de la communauté) des compétences pratiques en matière de prévention du VIH. Vous pouvez les utiliser pour donner aux groupes l'occasion de pratiquer l'écoute des autres, la communication active, l'évaluation de leurs propres risques, la négociation de pratiques sexuelles plus saines, et la réalisation du test du VIH. Les exercices demandent de la réflexion personnelle. Ils offrent aux participants une fenêtre à travers laquelle ils peuvent visualiser leur propre vie et envisager des ACTIONS (en leurs propres termes) qu'ils doi-



Photo: Thomas Barwick

vent prendre pour l'améliorer. Chaque action, petite et grande, contribue au changement. Les exercices de la section peuvent être modulés, recombinaés pour l'adaptée à n'importe quel groupe.

### ActivitØs de cette section

- Activité 4.1 : Compétences et qualités personnelles
- Activité 4.2 : Ecouter et se faire écouter
- Activité 4.3 : Acquérir des compétences de communication dans les relations sexuelles
- Activité 4.4 : Pratique des techniques de négociation dans les relations sexuelles
- Activité 4.5 : Evaluation du risque personnel de VIH

### ActivitØ 4.1 : CompØtences et qualitØs personnelles

#### Objectif

- Identifier les compétences et les qualités nécessaires pour prévenir la violence conjugale

**Durée : 45 minutes**

**Matériels et installation :** papier de conférence, papier A4 pour les participants qui n'ont pas de block note.

Elaborez en prévision une liste de compétences et de qualités nécessaires pour prévenir la violence conjugale dans votre collectivité dans le cas où les participants sont coincés et ont besoin d'exemples.

Groupe cible : Recommandé pour tous les publics



#### A. Identifier les compétences et les qualités

##### Etapes

1. Accrochez deux feuilles sur deux tableau de conférence. Le mot "Compétences" inscrit sur l'un et les mots "Qualités personnelles" sur l'autre.

2. Demandez aux participants ce qu'ils entendent par le terme "compétence" et enregistrer leurs réponses.

Une compétence est une façon de faire les choses qu'une personne peut apprendre et mieux maîtriser par la pratique (par exemple, la capacité d'écoute, les compétences décisionnelles, la capacité de raisonnement, les compétences d'écriture).

3. Demandez aux participants ce qu'ils entendent par "qualités personnelles", et enregistrez leurs réponses sur le flip-chart correspondant. Une qualité personnelle désigne la façon dont une personne fait des choses et interagit avec le monde autour d'elle (par exemple, la persévérance, l'engagement, la discipline, la bonté, etc.).

#### **Compétences + Qualités personnelles = capacité d'ACTION !**

Demandez aux participants de penser à une chose importante qu'ils ont accompli dans leur vie et dont ils sont fiers. Quelles étaient les compétences dont ils ont eu besoin pour réussir? Quelles qualités person-

nelles ont-ils eu besoin pour atteindre cet objectif ? Demandez-leur de les écrire dans leur cahier.

5. Demandez aux participants de se tourner vers leur voisin et de partager leurs pensées, chacun prenant une attitude d'écouter.

6. Demandez au groupe quelles sont les compétences nécessaires pour poursuivre le travail de prévention de la violence. Enregistrez les réponses des participants qui peuvent inclure:

- Capacité d'écouter;
- Documentation et rapport écrit;
- Compétence en mobilisation des fonds et autres ressources;
- Compétences en communication;
- Compétences en motivation; et
- Capacité d'analyse

7. Demandez aux participants quelles sont les qualités personnelles nécessaires pour poursuivre le travail de prévention de la violence (et enregistrer leurs réponses). Les idées peuvent inclure:

- La persévérance;
- La compassion;
- Le pragmatisme (capacité à solutionner les problèmes);
- La crédibilité et la situation professionnelle;
- Le statut et la reconnaissance au sein de la communauté;
- La volonté de travailler dur pour créer une société juste;
- Le courage;
- La confiance qu'on inspire; et
- L'intégrité.

#### B. Acquisition et maintien des compétences et qualités personnelles

1. Répartissez les participants en deux groupes.

2. Demandez à un groupe d'échanger sur la façon dont ils pourraient acquérir et maintenir les compétences dont ils ont besoin pour faire ce travail.

3. Demandez à l'autre discuter sur le comment maintenir les qualités personnelles nécessaires pour faire ce travail.

4. Demandez aux deux groupes de n'envisager que les mécanismes réalistes et concrets qui doivent être mis en place, mais également les appuis dont ces mécanismes auront besoin.

5. Demandez-leur de présenter leurs idées en plénière et demandez qu'on en discute.

## Activité 4.2 : Ecouter et être écouté

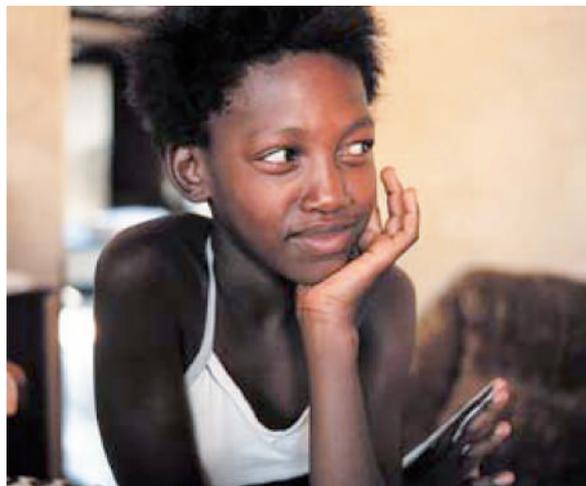
### Objectif

- Comprendre l'importance de l'écoute active

Durée : 45 minutes

Matériels et installation : Préparation: faire une liste des compétences et des qualités nécessaires pour prévenir la violence conjugale au sein de la communauté (au cas où les participants seraient en panne d'idées et auraient besoin d'exemples).

Groupe cible : femmes et hommes séropositifs, groupes de femmes, hommes et jeunes



### A. Essayer de se faire entendre

#### Etapas

- 1 Demandez aux participants de se mettre par deux. Un membre de la paire écoute l'autre qui a une histoire à raconter.
- 2 Demandez à celui qui va raconter de penser à une situation stressante qu'il a vécu récemment. Il peut s'agir de quelque chose comme arriver en retard au travail ou s'être égaré dans un nouvel endroit.
- 3 Le conteur ne peut utiliser que des sons et des gestes pour raconter son histoire. Il ou elle ne peut utiliser qu'un maximum de trois mots pour donner à l'auditeur quelques indices.
- 4 L'auditeur doit observer et essayer de reconstituer l'histoire basée sur ce qu'il voit. Après que les histoires aient été racontées, demander à tous de revenir dans le groupe principal.
- 5 En plénière donc, chaque auditeur doit essayer de dire aux autres ce qu'il a compris. Et à sa suite, le conteur concerné raconte brièvement au groupe ce dont il s'agissait dans son histoire.
- 6 Demandez aux auditeurs de dire comment il s'est senti à avoir à reconstituer l'histoire. Demandez aux conteurs comment ils se sont sentis en étant ainsi limités dans les moyens à utiliser pour raconter leurs histoires. Comment se sont-ils sentis en écoutant ce que leur auditeur a entendu?

### B. Pourquoi parler d'abus peut être difficile

#### Etapas

1. Discuter sur une façon comparable à celle où une femme tente de raconter son expérience d'abus.
2. Faire une tempête d'idées et dresser une liste des différentes choses qui peuvent empêcher une femme de raconter son histoire.

Par exemple:

- Elle peut avoir trop honte de parler de l'abus;
- Elle peut avoir le sentiment de trahir sa famille;

- Elle peut craindre des représailles pour avoir parlé à un étranger;
- Elle ne sait pas en qui faire confiance.

3 Divisez les participants en trois groupes. Demandez-leur de trouver des moyens dont ils pourraient écouter de sorte que la personne qui raconte l'histoire surmonte certains des obstacles qui l'empêchent d'être entendu.

4 Demandez à chaque groupe de présenter leurs discussions en plénière.

### Activité 4.3 : Acquisition des compétences de communication assertive (rassurer des rapports sexuels)

#### Objectif

- Définir le comportement assertif, agressif et passif. Fournir un scénario et demander aux participants de mimer/suggérer des façons dont la situation aurait pu être traitée dans le respect de trois: assertifs, agressifs/autoritaires ou passifs

**Temps : 45 - 60 minutes**

**Matériels et installation :** Support documentaire: "Documents des compétences de communication assertive", un par petit groupe



#### Étapes

1 Répartir les participants en groupes (pas plus de cinq personnes par groupe). Demandez-leur de décider qui dans le groupe va être secrétaire et assurez-vous que cette personne a un crayon ou un stylo.

2 Donnez une feuille de travail à chaque groupe. Expliquez que le groupe doit d'abord lire la première ligne (partenaire A). Ce partenaire A est quelqu'un qui veut avoir des relations sexuelles avec vous. Expliquez qu'ils doivent jouer le rôle d'un partenaire B à qui s'adresse le A, et ne veulent pas avoir des relations sexuelles avec le partenaire A. Demandez-leur d'écrire une réponse sûre et péremptoire pour le partenaire A sur la ligne suivante. Ils doivent s'arrêter à une seule réponse, sans plus. Demandez-leur de le faire en 2 ou 3 minutes seulement.

3 Après les deux minutes, demandez à chaque groupe de passer sa feuille au groupe d'à côté (dans le sens de la marche des aiguilles d'une montre). Demandez-leur de lire la première ligne, celle du partenaire A, puis la réponse du partenaire B. Dites-leur qu'ils doivent maintenant jouer le partenaire A et élaborer une réponse persuasive pour convaincre le partenaire B de céder et d'avoir avec lui les rapports sexuels demandés. Ils doivent le faire en deux minutes, et sur une ligne seulement.

<sup>3</sup>Adapté de " Faire des choix intelligents sur le sexe" par Eva S. Goldfarb, PhD et Elizabeth Schroeder, MSW Rochester, NY: Metrix Marketing, 2004.

4 Après les deux minutes, demandez aux groupes de passer leur feuille vers la droite au groupe d'à côté. C'est maintenant au partenaire B à nouveau de trouver une réponse au Partner A. Laissez désormais un peu plus de temps à chaque tour afin que les participants prennent connaissance des lignes précédentes avant d'écrire leurs réponses. Avant la dernière ligne disponibles pour le partenaire B, soulignez que c'est leur "dernière chance" pour le partenaire B de résister à la pression, et qu'il a intérêt à vraiment réfléchir. Continuez l'activité jusqu'à ce que toutes les feuilles soient remplies.

Rappelez au groupe que leurs réponses doivent être actives plutôt que passives ou agressives. Une fois les feuilles remplies, donnez aux groupes une minute pour lire leurs fiches remplies au sein du groupe.

5 Demandez à chaque groupe de désigner deux volontaires qui viendront lire leur dialogue devant les participants. Demandez aux participants à chaque fois d'applaudir pour chaque groupe après la lecture de sa fiche. Demandez à l'ensemble de dire si les échanges entre les partenaires A et B étaient assez réalistes, et si le partenaire B était suffisamment ferme face aux pressions du partenaire A.

6 Après que tous les groupes aient lu leurs dialogues, posez les questions suivantes :

- "Quel sentiment avez-vous eu en faisant cet exercice" ?
- "Y a-t-il quelque chose qui vous a surpris dans ce que vous avez entendu" ?
- "Que pensez-vous de la façon dont les partenaires A et B ont communiquées ? Donnez quelques exemples de ce que vous avez retenus".
- "Quelles sont certaines des choses que vous avez entendues le partenaire B dire et que vous avez vraiment aimé, ou que vous pensez seraient particulièrement efficaces" ?

Dans la plupart des cas, les deux personnes que les participants choisissent comme partenaires A et B sont mâle et femelle respectivement. Dans ce casting, le rôle de partenaire A est attribué au mâle et celui du B à la femelle.

- "Qu'avez-vous observé sur les paires qui sont venus présenter les travaux devant vous" ?

Demandez aux participants s'ils pensent que le partenaire A devrait être un mâle ou une femelle. Demandez-leur s'ils pensent qu'il est réaliste pour une fille ou une femme de faire pression sur quelqu'un pour avoir des relations sexuelles ou pour un garçon ou un homme de chercher à refuser. Parlez leur de l'impression et de l'image qu'on a des gens qui n'agissent pas tel qu'il est attendu qu'ils fassent.

Document pour Activitø 4.3 : Acquisition des compøtences de communication ass pour le cadre des rapports sexuels

Compøtences de fermetø

Feuille 1

Instructions :

Un partenaire (le A) demande d'avoir des relations sexuelles avec un autre partenaire B. Le partenaire B cependant, veut se donner du temps avant d'avoir des relations sexuelles avec lui. Travailler dans votre groupe à remplir sur la ligne Partenaire B qui suit celle de la demande, une réponse ferme et efficace. C'est le début du dialogue. Lorsqu'on va vous le demander, passez la feuille au groupe suivant et attendez d'autres instructions. Remplissez une seule ligne. Ne remplissez pas tout le formulaire.



Partenaire A:

"Je viens de causer avec Kamau et Sanaipei. Ils ont décidé d'avoir des relations sexuelles. Tel que je te connais, je leur ai dit que nous allions attendre. Mais après tout, s'ils vont le faire pourquoi pas nous aussi" ?

Partenaire B

.....

Partenaire A

.....

Partenaire B

.....

Partenaire A

.....

Partenaire B

.....

Document pour Activité 4.3 : Acquérir des compétences de communication assertive dans les relations sexuelles

Compétences de fermeté

Feuille 1

Instructions :

Un partenaire (le A) demande d'avoir des relations sexuelles avec un autre partenaire B. Le partenaire B cependant, veut se donner du temps avant d'avoir des relations sexuelles avec lui. Travailler dans votre groupe à remplir sur la ligne Partenaire B qui suit celle de la demande, une réponse ferme et efficace. C'est le début du dialogue. Lorsqu'on va vous le demander, passez la feuille au groupe suivant et attendez d'autres instructions. Remplissez une seule ligne. Ne remplissez pas tout le formulaire.



Partenaire A:

"Tu dis que tu m'aimes ! Alors, pourquoi ne veux-tu pas le faire avec moi" ?

Partenaire B

.....

Partenaire A

.....

Partenaire B

.....

Partenaire A

.....

Partenaire B

.....

Document pour Activité 4.3 : Acquérir des compétences de communication assertive dans les relations sexuelles

Compétences de fermeté

Feuille 1

Instructions:



Un partenaire (le A) demande d'avoir des relations sexuelles avec un autre partenaire B. Le partenaire B cependant, veut se donner du temps avant d'avoir des relations sexuelles avec lui. Travailler dans votre groupe à remplir sur la ligne Partenaire B qui suit celle de la demande, une réponse ferme et efficace. C'est le début du dialogue. Lorsqu'on va vous le demander, passez la feuille au groupe suivant et attendez d'autres instructions. Remplissez une seule ligne. Ne remplissez pas tout le formulaire.

Partenaire A:

"Puisque tous les deux nous sommes séropositifs, pourquoi ne pas continuer à avoir des relations sexuelles - il n'y a aucune raison d'attendre " ?

Partenaire B

.....

Partenaire A

.....

Partenaire B

.....

Partenaire A

.....

Partenaire B

.....

Document pour Activité 4.3 | Acquérir des compétences de communication assertive (rassurée) dans les relations sexuelles

Compétences de fermeté

Feuille 1

Instructions:

Un partenaire (le A) demande d'avoir des relations sexuelles avec un autre partenaire B. Le partenaire B cependant, veut se donner du temps avant d'avoir des relations sexuelles avec lui. Travailler dans votre groupe à remplir sur la ligne Partenaire B qui suit celle de la demande, une réponse ferme et efficace. C'est le début du dialogue. Lorsqu'on va vous le demander, passez la feuille au groupe suivant et attendez d'autres instructions. Remplissez une seule ligne. Ne remplissez pas tout le formulaire.



Partenaire A:

"Si tu n'es pas prêt à avoir des relations sexuelles avec moi, alors je vais aller en chercher quelqu'un d'autre qui le voudrait bien"

Partenaire B

.....

Partenaire A

.....

Partenaire B

.....

Partenaire A

.....

Partenaire B

.....

## Document pour Activité 4.3 : Acquérir des compétences de communication (rassurée) dans les relations sexuelles

Compétences de fermeté

### Feuille 1

#### Instructions:

Un partenaire (le A) demande d'avoir des relations sexuelles avec un autre partenaire B. Le partenaire B cependant, veut se donner du temps avant d'avoir des relations sexuelles avec lui. Travailler dans votre groupe à remplir sur la ligne Partenaire B qui suit celle de la demande, une réponse ferme et efficace. C'est le début du dialogue. Lorsqu'on va vous le demander, passez la feuille au groupe suivant et attendez d'autres instructions. Remplissez une seule ligne. Ne remplissez pas tout le formulaire.



#### Partenaire A:

"Ma femme ne saura jamais rien, je te le promets. Je sais qu'elle est ta meilleure amie. Je t'aime, je me sens si bien avec toi. Pourquoi ne partagerions-nous pas ce bonheur en faisant l'amour également" ?

Partenaire B

.....

Partenaire A

.....

Partenaire B

.....

Partenaire A

.....

Partenaire B

.....

## Activité 4.4 : S'exercer aux techniques de négociation pour les rôles

### Objectif

- Aider les participants à s'exercer aux compétences de communication et de résolution de problèmes face aux autres

Durée : 60 minutes

Matériels et installation : Documents: Jeux de rôles: La négociation "Pas de Sexe", la négociation du condom

Groupe cible : Groupes de jeunes, de femmes et d'hommes

1 Expliquez aux participants que les jeux de rôles impliquent deux ou plusieurs personnes qui prétendent être dans une certaine situation et agissent de la manière dont ces gens se comporteraient dans cette situation. Expliquez que les jeux de rôle vont les impliquer, eux participants, et pas les véritables personnes qui se sont trouvées dans ces situations.



2 Guidez les participants à travers les étapes décrites ci-dessous, et écouter, observer et commenter seulement si l'on vous le demande. Il est important pour les participants que vous fassiez un résumé de ce qui s'est passé pendant le jeu de rôle, à la fin des échanges.

3 Décrivez l'un des jeux de rôle parmi ceux proposés ci-dessous. Demandez à deux ou plusieurs personnes de réagir à la situation en face de tout le monde. Ceci devrait se faire en cinq ou dix minutes au plus. Le public doit les observer attentivement la façon dont la situation est gérée et être prêt à en discuter.

4 Une fois le jeu de rôle terminé, animez une discussion sur ce qui s'est passé en posant les questions de discussion figurant après chaque scénario.

5 Continuez en décrivant un autre jeu de rôle, et demandez à deux autres personnes de le mimer.

6 Après le jeu de rôle "Négocier l'utilisation du préservatif", assurez vous de faire une démonstration de l'utilisation du préservatif.

## Notes de l'animateur

### Options de formation

- Parfois, les participants sont réticents à participer à des jeux de rôle. Une façon d'aborder ce problème est de jouer vous-même un personnage, pendant que le groupe joue l'autre. A cette fin, il faut informer les participants qu'ils vont tous jouer un personnage. A ce titre, n'importe qui dans le groupe peut répondre comme s'il était le personnage en question. Le groupe peut également s'arranger sur comment ce personnage va réagir.
- Une autre façon de conduire cette activité est d'avoir un groupe de trois ou quatre participants derrière celui qui joue le personnage. Ceux qui sont derrière celui qui joue peuvent donc donner des conseils au joueur de rôle.

### Les thèmes des jeux de rôle

- Une adolescente dont les parents veulent marier parce qu'ils croient que le mariage va lui garantir une sécurité financière.
- Un garçon qui refuse de croire son ami qui lui dit que le VIH est un problème qui le concerne.
- Une jeune fille qui essaie de convaincre son petit ami de se faire soigner d'une IST.
- Un garçon de la classe de 5e tente de persuader son ami que le fait d'avoir beaucoup de petites amies n'est pas "cool".
- Un homme qui pousse une fille du cours moyen deux à boire de l'alcool pour l'aider à "se détendre".
- Une jeune femme à qui un homme âgée de plus de 15 ans qu'elle, fait des avances très appuyées.
- Une adolescente dont les parents veulent qu'elle quitte l'école et se marie, parce qu'ils pensent que le mariage fera d'elle une "vraie" femme, et lui garantira une sécurité financière.
- Un garçon qui refuse de croire son ami qui lui dit que le VIH est un risque pour tout le monde.
- Un travailleur en bâtiment qui essaie de convaincre ses amis qu'avoir beaucoup de petites amies n'est pas "macho", mais risqué.
- Une jeune femme de 19 ans, convoitée par un homme de 35 ans son aîné. Les parents de la fille semblent d'accord pour cet homme.

## Document pour l'activité 4.4 : S'exercer aux techniques de négociation "Pas de Sexe"

Un jeune homme et une femme sont en contact depuis quelques mois. Ils n'ont pas encore eu de rapports sexuels. Ils le voudraient, mais elle est incertaine et dit qu'elle doit attendre jusqu'à ce qu'elle soit sûre.

Après discussion, il accepte d'attendre. Ils sortent pour boire un verre. Après quelques bières, il tente de la séduire. Même si elle n'est plus très sûre de sa décision, elle se dit que la bière ne doit pas la faire changer d'avis. Elle propose qu'ils aillent s'asseoir avec des amis.

### Questions de discussion

- Est-il acceptable pour une femme qu'elle refuse d'avoir des relations sexuelles avec son petit ami?
- Pourquoi a-t-il accepté? Pour les hommes: Auriez-vous été d'accord?
- Les hommes se sentent-ils parfois poussés à avoir des relations sexuelles?
- Les femmes pensent-elles que les hommes sont toujours à la recherche des rapports sexuels, et comment se sentent-ils à ce sujet?
- Qu'est-ce que le couple doit faire quand, après l'alcool ou de la drogue, toute discussion raisonnable devient difficile?



#### Document pour l'activité 4.4 : S'exercer aux techniques de négociation - Négocier l'utilisation du préservatif

Un homme et une femme veulent avoir des relations sexuelles. La femme suggère d'utiliser des préservatifs, mais l'homme n'en veut pas. La femme explique que ce n'est pas une question de confiance, mais de sécurité. La femme encourage son partenaire, en disant qu'ils peuvent le rendre agréable. L'homme s'engage à l'essayer.

#### Questions de discussion

- Le couple a-t-il pris le temps de réfléchir aux différentes opinions avant d'avoir des rapports sexuels, d'obtenir des conseils l'un de l'autre, et d'envisager les conséquences de leurs différentes options?
- Est-ce qu'ils s'écoutent et se respectent l'un et l'autre?
- Est-ce que la fidélité (ou la confiance et l'honnêteté) est suffisante pour protéger efficacement les gens?
- De quelle manière la femme a-t-elle suggéré l'utilisation de préservatifs? Pensez-vous que cette approche était bonne ?
- Qu'est-ce qui a bien fonctionné dans la résolution du problème?
- Demandez aux participants de dresser la liste des excuses dont les gens se servent pour ne pas utiliser de préservatifs.

## Activitø 4.5 : Evaluation de risque personnel au VIH

### Objectif



- Permettre aux participants d'examiner si oui ou non leur comportement personnel les a exposé à un risque d'infection au VIH
- Expliquer pourquoi certaines actions exposent un individu à un plus grand risque d'infection au VIH

Durée : 45 minutes

Matériels et installation | Ressources de l'animateur: En quoi suis-je exposé à un risque? Document: Guide d'évaluation des risques personnels au VIH

### Etapas

1. Demandez aux participants de trouver une place dans la salle où ils peuvent s'asseoir et avoir un semblant de vie privée. Distribuer une copie du Guide d'évaluation des risques personnels du VIH à chaque participant.
2. Lire les questions à haute voix pendant que les participants suivent à partir du document.
3. Expliquez que si les participants sont préoccupés par la confidentialité, ils n'ont pas besoin d'écrire leurs réponses sur le document. Cependant, assurez-vous que chaque participant a répondu aux questions même en son for intérieur.
4. Après avoir posé les questions, expliquez que si les participants disent "oui" à l'une des questions, ils sont à risque de contracter le VIH.
5. Expliquez également que certaines questions exposent à plus de risques que d'autres.
6. Passez en revue chaque question du Guide d'évaluation des risques personnels au VIH, et demandez aux participants de dire pourquoi ils pensent que chaque comportement particulier met une personne à risque du VIH. Assurez-vous de préciser quels comportements plus que d'autres mettent une personne à un plus grand risque.

Notes de l'animateur

La ressource de l'animateur sera un bon complément au document et votre propre compagnon pour vous aider à répondre aux questions.

### **La ressource de l'animateur :**

En qui suis-je à risque du VIH?

Voici quelques points importants concernant la raison pour laquelle chacun des comportements suivants peuvent mettre une personne à risque d'infection par le VIH :

#### **1. Avez-vous déjà eu des rapports sexuels ?**

Le sexe est l'une des trois voies à travers lesquelles le VIH est transmis (les deux autres étant d'un côté le contact direct avec du sang infecté, par exemple lors du partage d'aiguilles, et de l'autre la transmission de la mère à son enfant pendant la grossesse, l'accouchement ou par l'allaitement). L'utilisation de préservatifs n'élimine pas à 100% le risque de s'infecter. La pratique la plus sûre est l'abstinence de tous rapports sexuels. Lorsque cela n'est pas possible ou souhaitée, le seul moyen efficace pour prévenir l'infection est d'utiliser un préservatif correctement et systématiquement.

#### **2. Avez-vous déjà eu des rapports sexuels sans préservatif ?**

C'est très souvent à travers les rapports sexuels non protégés que le VIH se transmet. Si deux personnes ne connaissent pas leurs statuts sérologique au VIH l'un de l'autre, ils doivent éviter les rapports sexuels non protégés. Lorsque vous utilisez un préservatif, le risque d'infection est très faible, surtout si le préservatif est utilisé correctement. Ce qui veut dire en suivant scrupuleusement les instructions pour mettre en place et retirer le préservatif, l'utilisation de lubrifiants, non réutilisation des préservatifs, et en prenant soin d'utiliser des préservatifs avant leur date de péremption. Toutes ces actions contribueront à prévenir que le préservatif se déchire ou glisse pendant les rapports sexuels, ce qui pourrait poser un risque d'infection si non.

#### **3. Êtes-vous sûr de l'état sérologique de votre partenaire et du votre ?**

Le dépistage du VIH est un élément important de la prévention du VIH. Connaître son statut au VIH peut prévenir la transmission à d'autres personnes.

#### **4. Avec combien de partenaires avez-vous déjà eu des relations sexuelles ?**

Le risque pour une personne d'être infectée par le VIH et d'autres infections sexuellement transmissibles augmente avec le nombre de partenaires sexuels, et en particulier si la personne a plus d'un partenaire à la fois. L'utilisation systématique du préservatif est extrêmement importante quand on a plus d'un partenaire sexuel, ou quand le partenaire sexuel de l'un a d'autres partenaires sexuels.

#### **5. Avez-vous déjà eu une infection sexuellement transmissible?**

Une personne est plus à risque de contracter le VIH si elle a une infection sexuellement transmissible. Le VIH a besoin d'une porte d'entrée dans le corps, et il le fait souvent par des plaies ouvertes dans les parties génitales causées par l'herpès ou la syphilis. D'autres infections comme la gonorrhée et la

chlamydia, peuvent également rendre l'appareil génital de la femme et de l'homme plus vulnérable à l'infection à VIH.

6 Avez-vous déjà effectué une fellation à un homme ?

Le VIH peut être contracté à travers une fellation à un homme. Le sperme et le liquide pré-éjaculatoire qui portent le virus VIH peuvent entrer dans le corps d'une personne par de minuscules lésions et les plaies dans la bouche. En général cependant, le sexe oral non protégé est beaucoup moins risqué que le sexe anal ou vaginal non protégé.

7 Avez-vous déjà effectué le cunnilingus (sexe oral sur une femme) ?

Le VIH peut être transmis ou contracté à travers le sexe oral sur une femme. Les sécrétions vaginales qui portent le VIH peuvent pénétrer dans le corps d'une personne à travers de micro lésions et les plaies dans la bouche. En général cependant, le sexe oral non protégé est beaucoup moins risqué que le sexe anal ou vaginal non protégé.

8 Avez-vous déjà pratiqué la sodomie ?

Le rapport sexuel anal non protégé est la forme la plus risquée des contacts sexuels pour la transmission du VIH. Le sexe anal peut provoquer des déchirures et des saignements dans le rectum, ce qui rend une personne plus vulnérable à l'infection à VIH.

9 Avez-vous déjà eu des rapports sexuels en utilisant des drogues ou de l'alcool ?

La consommation de drogues et d'alcool avant ou pendant les rapports sexuels augmente le risque d'une personne parce qu'elle est moins susceptible de se livrer à des rapports sexuels protégés. L'alcool et les drogues peuvent altérer le jugement, ce qui conduit souvent à des rapports sexuels sans préservatif (des rapports sexuels non protégés). En outre, les drogues et l'alcool rendent plus probable que certaines personnes se livrent à une activité sexuelle, alors qu'elles ne le feraient pas autrement.

10 Avez-vous déjà payé pour du sexe ?

Les travailleurs du sexe sont plus à risque du VIH et d'autres IST parce qu'ils ont de nombreux partenaires sexuels. En s'engageant dans les réseaux sexuels, une personne se met elle-même dans un risque plus élevé de transmission ou de contraction du VIH.

Accepter de l'argent ou des cadeaux pour des relations sexuelles rend les jeunes femmes et hommes qui s'y engagent vulnérables au VIH. Quand les gens acceptent de l'argent pour le sexe, ils sont souvent incapables de négocier l'utilisation du préservatif, comme accepter de l'argent pour le sexe peut créer une dette envers quelqu'un. En outre, leurs partenaires sont susceptibles de se livrer à des transactions similaires avec d'autres.

12 Avez-vous déjà échangé des aiguilles lors de l'utilisation de la drogue ?

L'échangé d'aiguilles d'injection est une activité à très haut risque parce que le VIH peut être facilement transmis de cette façon. Lorsque vous utilisez une aiguille, le sang pénètre dans la seringue lors de l'injection. Lorsque la personne suivante utilise l'aiguille, le sang peut être transféré dans son corps. Le contact avec du sang infecté est l'un des trois modes de transmission du VIH.

13 Est-il possible que votre partenaire sexuel aie également des relations sexuelles avec d'autres personnes ?

Parfois, une personne est à risque de contracter le VIH parce que son / sa partenaire se livre à des rapports sexuels en dehors de la relation. Le multi partenariat augmente considérablement le risque d'infection.

14 Avez-vous déjà eu des relations sexuelles à sec ?

Le "dry sex" (sexe sans lubrification vaginale ou anale) peut causer des déchirures et des saignements dans la région génitale. Cela peut rendre les hommes et les femmes plus vulnérables à l'infection à VIH.

15 Avez-vous déjà forcé votre partenaire à avoir des relations sexuelles avec vous ?

Le sexe forcé est interdit par la loi et constitue une violation grave des droits d'une autre personne. Il place également les individus à haut risque pour le VIH parce que le sexe forcé provoque souvent des déchirures et des saignements dans la région génitale.

16 Avez-vous déjà été forcé à avoir des relations sexuelles avec quelqu'un ?

Les rapports sexuels forcés provoquent souvent des déchirures et des saignements dans la région génitale. Par conséquent, il place les hommes et les femmes à un risque plus élevé de VIH.

Document pour l'activité 4.5 : Guide d'évaluation du risque personnel au VIH



Les questions qui suivent sont très personnelles. Ce sont des questions qui vous aideront à déterminer si vous êtes à risque de contracter le VIH. Tous les comportements énoncés ci-dessous comportent un certain risque pour le VIH. Certains comportements comportent plus de risques que d'autres.

S'il vous plaît répondez aux questions suivantes en privé. Vous n'avez pas besoin d'écrire vos réponses sur ce document.

1. Avez-vous déjà eu des rapports sexuels?
2. Avez-vous déjà eu des rapports sexuels sans préservatif?
3. Etes-vous sûr de votre état sérologique et de celui de votre partenaire?
4. Avec combien de partenaires avez-vous déjà eu des relations sexuelles ?
5. Avez-vous déjà eu une infection sexuellement transmissible?
6. Avez-vous déjà effectué une fellation à un homme?

7. Avez-vous déjà effectué le sexe oral sur une femme?
8. Avez-vous déjà pratiqué la sodomie?
9. Avez-vous déjà eu des rapports sexuels tout en utilisant des drogues ou de l'alcool?
10. Avez-vous déjà payé pour du sexe?
11. Avez-vous déjà accepté de l'argent ou des cadeaux en échange de relations sexuelles?
12. Avez-vous déjà échangé des seringues en utilisant des drogues?
13. Est-il possible que votre partenaire sexuel ait des relations sexuelles avec d'autres personnes?
14. Avez-vous déjà eu des relations sexuelles à sec ("dry sex")?
15. Avez-vous déjà forcé votre partenaire à avoir des relations sexuelles avec vous?
16. Avez-vous déjà été forcé à avoir des relations sexuelles avec quelqu'un?

## SECTION CINQ : L'ART DE LA FACILITATION

Le but de cette section est de vous aider (vous Facilitateur), à maîtriser davantage la facilitation ainsi que les techniques et approches de facilitation pour travailler avec de petits groupes. La section comprend également quelques principes de bonne facilitation ainsi que des informations relatives aux compétences essentielles pour formuler les questions pertinentes.

Pourquoi cette section est-elle importante

L'art de faciliter

Définition: La facilitation est un processus qui consiste à aider des groupes ou des individus, à apprendre, à trouver une solution, ou à parvenir à un consensus, sans imposer (forcer) ou dicter un résultat.

Quels sont les rôles du facilitateur ?

- Améliorer l'expérience d'apprentissage du groupe à travers des interventions en temps opportun, et créer un cadre rassurant à travers lequel les participants peuvent échanger de façon constructive ;
- Permettre au groupe de prendre du recul, de s'observer, de proposer des théories, et d'expérimenter de nouvelles façons de faire les choses ; et
- Donner aux membres du groupe une bonne compréhension de leur propre processus d'apprentissage. Une fois que nous comprenons comment nous apprenons, nous pouvons consciemment simuler différents types de situations dans des expériences d'apprentissage.

Quelle est la différence entre la formation et la facilitation ?

Un expert en contenu offre la formation, et les personnes formées sont considérés comme des destinataires de l'information, plutôt que comme participants. Avec la facilitation, l'accent est davantage mis sur le processus (le parcours du début à la fin), que sur le contenu (informations) de la session. Dans la facilitation, les gens desservis sont considérés comme des participants.

Résumé des compétences clés de facilitation

Planification: L'animateur s'informe sur le groupe avant la session pour s'assurer que les objectifs de l'activité peuvent être atteints et que les activités retenues sont adaptées pour les participants.

Écoute : L'animateur écoute le groupe et essaie de trouver une orientation à ce qui se fait. Il explique et aide à organiser des informations dans la session.



Flexibilité: L'animateur peut changer pour s'adapter aux besoins du groupe, prend en main plusieurs activités simultanément, et essaie de nouvelles choses avec assurance.

But: L'animateur vise un but et sait comment y parvenir.

Encourager la participation : L'animateur encourage les gens à participer, implique tout le monde. Il utilise l'humour, les jeux ou la musique pour encourager, créer un cadre propice, agréable, ouvert.

Gestion : L'animateur guide le groupe à travers les programmes, fixe des limites, encourage l'établissement de règles de base de fonctionnement, fournit des modèles et contrôle les progrès et les réactions.

Questionner : L'animateur sait comment poser des questions qui stimulent la réflexion et la participation.

Promotion de l'appropriation : Le facilitateur aide les participants à prendre la responsabilité de leur propre vie et les aide à réfléchir à des actions qu'ils mettront en œuvre après les séances.

L'établissement de relations : L'animateur montre la réactivité et le respect des personnes, est sensible aux émotions, montre une écoute au langage du corps et contribue à créer des relations au sein du groupe.

La conscience de soi : L'animateur examine son propre comportement, apprend de ses erreurs, est honnête et ouvert par rapport aux limites de ses propres connaissances, et montre de l'enthousiasme.

La gestion des conflits : L'animateur encourage le groupe à gérer les conflits de manière constructive et à parvenir à un consensus.

L'élargissement de la discussion : L'animateur encourage différents points de vue et utilise des techniques et des exemples pour amener le groupe à envisager différents cadres de référence.

Présentation de l'information : L'animateur utilise un langage clair et concis, donne des instructions claires et directes, et est à l'aise avec les méthodes visuelles, écrites, graphiques et orales.

## 5.1. Principes d'une Bonne Facilitation

Mettre l'accent sur le processus et l'environnement.

Un bon animateur se concentre sur ce qui se passe dans le groupe, sur les interactions ses membres. Il s'agit du processus, qui est plus important que la tâche ou le résultat de l'activité. Il est bon de veiller à ce que la participation soit "active" plutôt que "passive". Il n'est pas bon que les participants fassent juste de la figuration. Ils doivent participer activement.

Les gens ne peuvent pas être "autonomisés" par d'autres. On ne peut que les accompagner en renforçant leurs moyens. Votre rôle en tant que facilitateur est de créer un environnement dans lequel cela peut avoir lieu. Ce processus peut être lent, mais vous devez être positif, flexible, engagé et patient. Dans les premières phases du processus, un bon animateur mettra l'accent sur la création d'un espace où les gens peuvent être rassurés et se comprendre les uns les autres, et commencer à comprendre la réalité de leur situation tous ensemble.

Parfois, cette étape peut être lente, et prendre du temps et de l'attention, mais il est important d'entreprendre plutôt un changement réaliste et continu.

Se souvenir que toutes les idées compte

Toute personne, organisation ou communauté a une perception unique de toute situation. Par conséquent, tout le monde va évaluer les situations différemment, voir différentes solutions et adopter différentes actions. Cela inclut les animateurs et les promoteurs des processus participatifs! Chaque regard porte ses propres valeurs et préjugés. Il existe de nombreuses interprétations différentes, de nombreuses "réalités" différentes.

Le principe de base de tout processus participatif: tout le monde est différent et peut offrir une contribution importante à ce processus. Les vues peuvent se compléter mutuellement, même si les premiers regards se révèlent par la suite peu pertinents.

Adopter une attitude d'apprentissage

La participation efficace repose sur une attitude d'apprentissage. Ceci commence par votre attitude en tant que facilitateur, qui devrait donner la priorité à l'apprentissage à travers les yeux de la population locale.

Les gens ont tendance à être uniquement motivés pour participer à des activités qui sont pertinentes pour eux dans l'immédiat. Il faut un changement important d'attitude des "étrangers experts" pour comprendre que les populations locales sont des experts dans le traitement de leur propre situation et problèmes. Les agents de développement doivent faciliter un processus de découverte mutuelle, dans lequel tous les participants développent une compréhension commune des problèmes et de leurs causes, afin de prendre des mesures consensuelles.



## **Être transparent**

Pour de partenariats efficaces, il faut un climat de confiance mutuelle. La confiance doit généralement être construite et gagnée. La méfiance des différentes parties prenantes peut résulter de mauvaises expériences avec les programmes de développement précédents. Une approche transparente nécessite d'être ouvert par rapport à notre ordre du jour, de communiquer et de coopérer. La prise de décision participative nécessite qu'on soit prêt à parvenir à un compromis de tous les côtés. La transparence aidera à éviter les soupçons et à prévenir les différentes parties de protéger leurs propres intérêts, plutôt que de rechercher les compromis et les avantages mutuels.

## **Etre flexible**

Être ouvert aux idées et aux opinions des autres est souvent l'aspect le plus difficile dans le processus participatifs. Les animateurs et les participants peuvent avoir l'impression d'avoir des vues opposées, contradictoires ou incompatibles, en raison de leurs propres idées et convictions. Accepter cette réalité exige un haut degré de flexibilité et de l'empathie. Comme avec l'attitude d'apprentissage, vous devez d'abord chercher à comprendre avant d'être compris. Soyez neutre.

## **Gestion des conflits**

Les différences d'opinion surgissent inévitablement dans tout forum participatif où chacun peut donner son point de vue. Si ces différences sont perçues comme étant incompatibles, il ya conflit.

De nouvelles méthodes peuvent menacer l'équilibre des pouvoirs, et être perçues comme telles par les élites des communautés et des organisations hiérarchiques. En tant que facilitateur, vous aurez besoin d'anticiper la résistance de groupes d'élite qui souhaitent maintenir leur contrôle sur les ressources et les décisions.

Les animateurs mal à l'aise face aux conflits peuvent les considérer comme événement négatif. Ils peuvent de ce fait laisser les participants dominants contrôler les décisions du groupe ou, essayer d'“enterrer” le problème en acceptant une solution forcée et immédiate. Solution ni participative, ni durable. Les solutions pour le court terme de conflits empêche la libre discussion, ne permet pas d'identifier les causes des problèmes, et peut renforcer les inégalités existantes en cédant au plus puissant. Ce sera généralement garder un conflit latent, et qui peut exploser à tout moment.

En revanche, les conflits peuvent être acceptées et transformées en forces positive de changement.

Les bons animateurs considèrent que le processus d'échange et de débat d'idées (dont certaines seront perçus comme incompatibles ou même contradictoires) constitue une étape normale pour parvenir à des accords et de l'action. Ils développent les attitudes et les stratégies nécessaires pour la gestion des conflits. Il sera utile pour vous alors d'anticiper les conflits, de garder la tête froide, d'explorer les tensions et leurs causes, et de fournir un cadre neutre pour leur résolution.

## **Équilibrer vos qualités de dynamisme et de réceptivité**

Les principes énumérés ci-dessus mettent en lumière la nécessité pour vous d'être à la fois à l'écoute et mobilisé: sensible et proactif. Cela met en évidence le rôle central de la facilitation : rendre la participation facile. À certains moments, l'animateur doit être plus dynamique, afin de permettre que les voix “moins

puissante“ soient entendues. A d’autres moments, l’animateur doit prendre du recul, lâcher du lest et être plus réceptif, “donner le commandement“ à d’autres participants.

Dans le tableau ci-dessous, vous trouverez une liste des qualités réceptives et dynamiques que le facilitateur doit équilibrer:

RECEPTIF	DYNAMIQUE
<ul style="list-style-type: none"><li>• Conscience de soi et des autres</li><li>• Alerte</li><li>• Contrôleur</li><li>• Ecoute</li><li>• Empathique</li><li>• Transmet le leadership</li><li>• Disponible</li><li>• Humilité</li><li>• Indique le sens</li><li>• Inspire la confiance</li><li>• Accessible</li><li>• Reçoit</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Conscience de la tâche</li><li>• Réfléchi</li><li>• Ludique</li><li>• Interprétation</li><li>• Ferme et opportuniste</li><li>• Tracer des limites</li><li>• Vue d’ensemble</li><li>• Prend des risques</li><li>• Donne des idées</li><li>• Affirme</li><li>• Défit</li><li>• Transmet le leadership</li><li>• Permet aux gens de parler</li></ul>

## 5.2. Poser et Répondre aux Bonnes Questions



Les questions sont les outils les plus importants pour les animateurs. La plupart des activités décrites dans ce guide sont tout simplement des cadrages pour explorer les questions pertinentes. Pour les nouveaux animateurs, il est important de procéder plutôt par des questions que par des déclarations, et de reconnaître que chaque réponse est valable.

Les meilleures questions sont généralement courtes, simples et ont un seul sujet. Cependant, il existe différents types de questions (voir tableau ci-dessous), qui peuvent être utilisés à

des fins différentes. Poser les bonnes questions dans le bon sens est un art, et il est bon de reconsidérer vos façons de poser les questions.

TYPE DE QUESTION	UTILISATION	EXEMPLE
<b>OUVERT</b>	Invitation à s'exprimer	"Parlez-moi de..." "Comment �a v aces jours-ci" ?
<b>FERME</b>	"Pour obtenir une information spécifique"	"Qu'est-ce que tu travailles"?
<b>RÉFLEXION</b>	Pour vérifier votre compréhension de ce qui a été dit	"Etes-vous donc all� au marché lundi dernier?"
<b>SONDAGE</b>	Pour demander un avis ou un sentiment	"Quelle est votre opinion à propos de ...?" "Comment avez-vous trouvé de travailler en ville?" "Parlez-moi davantage de ..." "Pourquoi ...?"

### Questions ouvertes

Ouvertes, les questions d'ordre général sont très utiles dans les premières étapes de l'établissement de relations, car elles permettent aux gens de faire des choix de ce sur quoi ils veulent parler. Les questions plus directes limitent leurs choix à vos domaines d'intérêt. Il convient de rappeler que dans certaines cultures,

les gens sont plus prompts à parler de ce qu'ils font, moins enclins à dire ce qu'ils pensent ou savent, et encore plus réticents à parler de ce qu'ils ressentent. La plupart de gens vont être suspicieux ou intimidés devant un trop grand nombre de questions directes. Par ailleurs, certaines cultures ont adopté un style très formel de questions que les gens utilisent dans le cadre de longues salutations.

La formulation prudente vous aidera à communiquer. Toutefois, les aspects dominants de la communication sont le ton de la voix, l'expression du visage et le langage corporel. Les gens ont tendance à vous cerner à travers votre propre comportement et attitude. Il convient donc d'être ouvert et positif.

Expliquez vos motivations. Dites aux gens pourquoi vous posez une question particulière. Il y a une grande différence entre "être curieux" et "être interrogatif". Etre curieux est une façon de dire aux gens: "Je suis avec vous; Je suis intéressé par ce que vous dites". Quand les gens se risquent à répondre à une question, ils risquent quelque chose d'eux-mêmes. Soyez courtois et acceptez ce cadeau!

### Les questions fermées

Les questions fermées sont utiles pour recueillir des informations. Évitez les questions complètement fermées qui ne nécessitent qu'un "Oui" ou "Non" comme réponse, car il sera impossible de savoir ou de dire si les gens ont compris la question. Or si vous utilisez plutôt une forme interrogative (quoi, quand, qui, pourquoi, comment), la personne réfléchira plus sérieusement à la réponse et vous obtiendrez une meilleure information.

Les questions interrogatives rentrent dans la séquence décrite ci-dessus. Il faut permettre aux gens de faire d'abord des descriptions simples (Quoi, Quand, Qui). Elles peuvent être suivies par une analyse en utilisant les questions "pourquoi". Enfin, les questions "Comment" offrent la possibilité aux gens de proposer des exemples et des solutions aux problèmes identifiés par les questions précédentes.

Les questions du "Pourquoi" exigent des gens qu'ils justifient leurs propos, ce qui peut s'avérer très difficile. S'ils n'ont pas une raison, ils peuvent en inventer ! Il faut plutôt envisager d'autres façons de poser cette question : par exemple au lieu de : "Pourquoi tu as fait ça ... ?" Vous pouvez dire: "C'est intéressant. Qu'est-ce qui vous amené à le faire ...? "

Dans certaines cultures, il ne sera pas facile pour les gens de répondre aux questions fermées de personne ayant une autorité. Parfois, vous pouvez poser des questions tout simplement pour avoir une information. L'interlocuteur souhaitant garder une bonne relation avec vous, peut chercher à vous donner la réponse que vous souhaitez et non pas la bonne information.

Avec des questions fermées, il y a toujours le risque que la personne interrogée pense qu'il n'y a qu'une seule bonne réponse. Ce qui peut se révéler être très difficile, surtout si l'intéressé essaie de trouver la réponse qui, pour lui, est celle que vous attendez. Les faits peuvent être pourtant interprétés différemment si votre attitude et le langage de votre corps indiquent que vous êtes ouvert à des interprétations différentes. Certains répondants donnent des réponses évasives s'ils se sentent menacés par ce type de questions. Il est souvent utile de leur expliquer pourquoi vous appréciez qu'ils répondent. Dans les organisations hiérarchiques, les employés ne sont pas sollicités à exprimer leurs propres pensées. Dans ces cas, ce n'est pas la peine d'espérer immédiatement des réponses mûrement réfléchies. Dans certaines

communautés, les gens peuvent être beaucoup moins précis dans leurs mesures de temps, de distance et de la quantité. Ce style de précision numérique n'étant pas une priorité dans leur vie.

Les questions fermées ne conduisent pas nécessairement très loin et le plus souvent doivent être suivies d'occasions de discussion sur le contexte. Au lieu de poser des questions fermées et trop spécifiques, nous pouvons faire une déclaration et poser des questions plus ouvertes, de sondage, de réflexion.

#### Les questions de réflexion et de clarification

Les questions de réflexion sont utilisées pour vérifier le sens. Elles sont importantes quand on se retrouve dans des cultures inconnues, des communautés et des organisations où les gens pourraient accorder des significations différentes aux mots qu'ils utilisent. "Vous avez donc utilisé deux sacs d'engrais?"

Vous pourriez aussi demander:

Q. "Vous vouliez dire ...?"

Q. "Je ne suis pas sûr de comprendre."

Q. "Pourriez-vous s'il vous plaît expliquer un peu plus?"



Vous ne dites pas que votre incapacité à comprendre est la faute de l'interlocuteur. Ce qui pourrait facilement gâcher votre relation! Vous admettez que vous n'avez peut-être pas réussi à saisir entièrement le sens complet de l'interlocuteur. Il est également recommandé de vérifier régulièrement la compréhension que les gens ont des choses que vous dites. En demandant aux gens d'exprimer votre déclaration dans leurs propres mots ou de fournir un exemple, vous serez en mesure de vérifier si vous avez communiqué efficacement.

#### Les questions de sondage

Vous voudrez peut-être encourager quelqu'un à mieux expliquer quelque chose. Soit vous lui demandez de vous en dire plus, ou vous répéter l'un des mots clés que vous avez entendu. "Important?" "Frustrant?" "Heureux?" En général, les gens vont répondre en disant davantage sur la question concernée.

Les faits et informations sont en général appuyés par des opinions et des sentiments. Lorsque vous avez établi une relation de confiance, vous pouvez de temps en temps utiliser une question de sondage:

Q. "Quelle est votre opinion à propos de ...?"

Q. "Comment vous sentiez-vous quand vos champs ont été inondés?"

#### Répondre aux questions que les gens vous posent

L'animateur n'est pas la "source de toute connaissance". Il doit se servir des questions pour un apprentissage mutuel. Lorsqu'une question vous est posée (comme à une personne qui est considérée comme une

autorité), la tentation est de donner automatiquement aux gens les résultats et conclusions de votre réflexion. Parfois, cela peut être approprié. Cependant cette attitude est celle de consultant et non pas de facilitateur. Donner une réponse immédiate peut affaiblir celui qui pose la question plutôt que de le renforcer, et encourager la dépendance plutôt que la recherche personnelle.

La compétence de l'animateur consiste à accompagner le demandeur afin que par lui-même il recherche et trouve des réponses à ses questions. Il s'agit de fournir aux participants la matière première et les outils afin qu'ils puissent travailler et découvrir les choses par eux-mêmes, de fournir des informations pertinentes et soulever d'autres questions pour permettre aux gens de mobiliser leurs expériences et d'utiliser leurs pensées. Chez de nombreuses personnes, la structuration de la pensée est suffisante pour leur permettre de résoudre leurs propres problèmes.

Comprendre la question de l'interlocuteur avec les sous-entendus sous-jacents n'est pas toujours facile, mais fondamental pour la réussite du dialogue. Dans la recherche honnête de l'information, il n'y a pas de questions inutiles ou stupides. Vous n'y parviendrez pas au premier coup, mais il est important pour vous d'essayer de comprendre la signification de la question.

Ne soyez pas angoissé par les questions. Votre rôle n'est pas de tout savoir. La participation est beaucoup plus difficile si les gens ne posent pas de questions ! La culture locale ou la structure organisationnelle peuvent décourager les gens à poser les questions aux aînés, aux formateurs ou à ceux perçus comme ayant un statut plus élevé. Les méthodes et les outils présentés dans ce guide peuvent aider les gens qui n'ont jamais été encouragés à poser des questions et à surmonter ces obstacles.

#### Résumé

- La facilitation est le fait de favoriser la participation en créant des conditions dans lesquels l'analyse et l'apprentissage mutuel peuvent avoir lieu.
- Les animateurs facilitent les processus participatifs en utilisant simultanément leurs qualités dynamiques et réceptives.
- Certaines compétences clés de facilitation sont la conscience de soi et la capacité d'organisation, l'ouverture, la flexibilité, la familiarité avec la culture locale, et la capacité d'aider les groupes à se transformer.
- Les bons animateurs ne fournissent pas de solutions, mais sont hautement qualifiés à poser le bon type de question pour stimuler la réflexion, l'apprentissage et la responsabilisation de tous les membres du groupe.

Enfin: Demandez que des commentaires soient faits! Travaillez avec un autre animateur et donnez-vous des feedbacks par la suite. Soyez reconnaissants, mais prenez bonne note des points sur lesquels vous devez vous améliorer.

## Activitø 5.2.1 : Qu'est-ce que la facilitation?

### Objectif

- Accroître les connaissances en matière de facilitation participative
- Améliorer les compétences en matière de facilitation efficace

**Durée : 80 minutes**

**Matériels et installations :** flip-chart, marqueurs

Groupe cible : Tous les animateurs utilisant cette boîte à outils



### Etapes

- 1 Demandez aux participants ce qu'ils entendent par facilitation?
- 2 Enregistrez les réponses sur un tableau flip-chart.
- 3 Partager les informations ci-dessous.
  - Les ressources de l'animateur
  - Qu'est-ce que la facilitation?

La facilitation est le processus concourant à rendre les choses de plus simples, en agissant de façon neutre à aider le groupe à être plus efficace dans la réalisation de ses objectifs.

Dans le cadre des approches participatives, on a recours aux compétences de facilitation pour d'une part améliorer la compréhension mutuelle entre les membres du groupe: des processus de planification, de la résolution des problèmes et de la prise de décision; et d'autre part mettre en place la coopération et les processus collaboratifs.

5. Divisez les participants en trois petits groupes et assignez-leur les tâches suivantes

Groupe 1 Quels sont les rôles de l'animateur?

Groupe 2 Quelles sont les qualités d'un bon animateur?

Groupe 3 Quelles sont les techniques efficaces que peut utiliser un facilitateur?

6. Demandez aux groupes de présenter leur travail. Puis, clarifiez les informations ci-dessous.

## Ressource de l'animateur

### Les rôles d'un animateur

- Il est responsable de l'ensemble de la gestion et de la conduite de la session
- Il agit comme un pont/lien qui relie et oriente les interactions entre les participants et le sujet de la session.
- Il présente le thème de la journée aux participants du groupe.
- Il distribue et explique aux participants leur rôle au cours de la session à travers des directives et instructions claires.
- Il énonce les règles à observer au cours de la session. Ces règles sont prises de façon consensuelle avec les participants et devraient idéalement faciliter le bon déroulement de la session.
- Il favorise la participation de tous en posant des questions.
- Il contrôle la participation et guide les interactions, en donnant sa chance à chaque participant, en censurant l'utilisation du langage et en protégeant les participants contre les attaques viciieuses et à orientation personnelle.
- Il aide les participants à produire leurs propres connaissances, à échanger leurs expériences et à prendre des décisions acceptables et réalisables.
- Il articule et résume les débats et les résolutions prises par le groupe au cours de la séance.

### Les qualités d'un bon animateur

- Un bon animateur est celui qui est patient et à l'écoute active. Il parle peu, écoute plus et n'interrompt pas un orateur à mi-phrase.
- Est un observateur attentif au déroulement de la session.
- N'influence pas et ne manipule pas les participants, résume et interprète les contributions des participants sur la question plutôt que les siennes.
- Est honnête et reconnaît ses lacunes, n'invente pas une réponse à une question pour laquelle il n'en a pas.
- Est informé sur le sujet, n'impose pas ses connaissances au public cible mais le guide plutôt à travers un processus de compréhension en fonction de leurs propres expériences, capacités et contexte.
- Agit comme une sage-femme qui aide à la naissance des idées des participants.
- Est un joueur de l'équipe et ne décide pas seul des choses, n'est ni autoritaire (n'exerce pas d'autorité stricte), ni égocentrique (ne pense qu'à eux-mêmes).
- Demande des éclaircissements des participants et s'assure que tout le monde a compris la position articulée par quelqu'un.
- Comprend et respecte la communauté, est sensible aux préoccupations et aux sentiments de la communauté et est aussi souple que la situation l'exige.
- Est confiant, lucide et ouvert d'esprit, et inspire la confiance aux participants.
- Énergique, il inspire la vivacité et utilise un humour léger et approprié.

## Techniques de facilitation efficace

- Maintien du contact des yeux mais sans regarder, en accordant une attention à tous les participants.
- Hochements de tête pour montrer que vous êtes à l'écoute, et encouragement de la pleine participation.
- Souriant et montrant la chaleur.
- Usage du langage verbal positif. Ne pas critiquer ou contredire les participants, mais les encourage en utilisant des mots qui facilitent le désir de participer tels que : c'est bon, je vous remercie, félicitation.
- Poser des questions; ce qui contribue à orienter les participants vers une plus grande exploration de la question traitée.
- Respecter le participant; si l'animateur est perçu comme irrespectueux, le ressentiment sera installée et l'ensemble de l'activité pourrait en souffrir.
- Mettre en place un cadre favorable à la participation; s'assurer qu'il n'y a pas de chahut, sifflets, insultes, railleries, ou rire dirigés contre un participant.
- Accepter certaines postures et encourager le langage corporel; En réalité, la tire, les mains repliés sur la poitrine, l'ennui ou la fatigue, ou l'expression de la famine ou du désintéressement, la nervosité, l'indécision et la confusion, auront un impact négatif sur la participation s'ils sont transmis à tous les participants. La session pourrait en souffrir grandement.

## Organiser une séance réussie

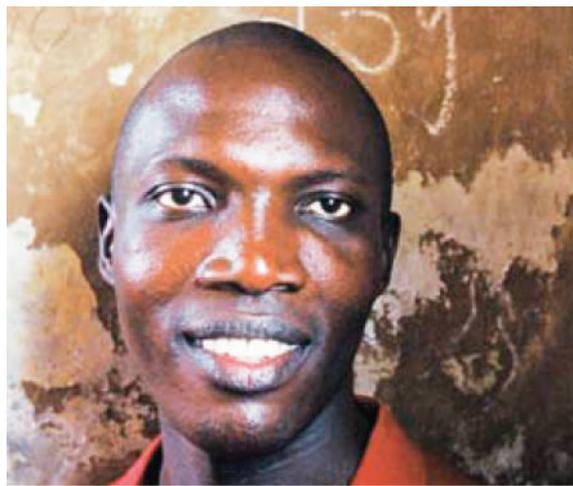
Au début de la séance: commencer avec un jeu d'introduction, brise-glace, chant ou brassage. Ceci aide à détendre l'atmosphère et permet à l'animateur de faire face à la nervosité.

Au milieu de la séance: tenir une discussion de préparation pour la prochaine séance, tâche ou d'autres règles. C'est le cœur de la session d'apprentissage.

Clôture de séance: Orienter les participants et dire votre disponibilité pour ceux qui peuvent avoir besoin de vous parler. Annoncer quand la prochaine réunion aura lieu. Adopter un protocole formel de clôture de la séance, pour permettre aux participants d'aller régler certains de leurs autres problèmes.

- Travailler en ayant toujours le sujet présent à l'esprit ;
- Elaborer un plan pour votre réunion ou utiliser les activités de la Boîte à outils pour planifier
- Réfléchir sur l'approche que vous allez utiliser pour faciliter la session
- Echangez sur votre plan avec un autre animateur ou un collègue

## Activité 5.2.2 : L'éducation des adultes - Formation des adultes: En quoi consiste la formation des adultes?



### Objectif

- Identifier les conditions d'apprentissage des adultes
- Décrire les principes de base de l'apprentissage des adultes
- Identifier les situations d'apprentissage qui sont appropriées pour des apprenants adultes

Durée : 60 minutes

Groupe cible : Tous les animateurs qui utilisent cette boîte à outils ou qui entreprennent n'importe quelle formation d'un public adulte

### Étapes

1. | Demandez aux participants de réfléchir sur les différences entre la formation des adultes et celle des enfants. Divisez les participants en trois groupes et assignez-leur les tâches suivantes; 10 minutes pour permettre au groupe de travailler.

Laissez les groupes présenter leurs rapports respectifs en plénière; n'oubliez pas de préciser les informations suivantes:

#### Ressource de l'animateur

#### Conditions de base pour l'apprentissage des adultes

##### Les adultes:

- ont besoin de savoir pourquoi ils ont besoin d'apprendre;
- ont beaucoup d'expérience, la plupart d'informations peuvent provenir des apprenants;
- sont indépendants et responsables de leurs propres décisions;
- sont autodéterminants, ils entreprennent des projets d'apprentissage pour leur propre amélioration, pour acquérir une nouvelle compétence, pour poursuivre un hobby, etc.; et
- sont très motivés à consacrer de l'énergie à ce qu'ils considèrent comme important pour des situations de la vie.

#### Principes de l'apprentissage des adultes

##### Les adultes apprennent mieux lorsque:

- il s'agit de répondre ou de corriger les problèmes concrets de la vie;

- il s'agit de s'investir dans la résolution d'un problème en cours;
- il s'agit d'appliquer les nouvelles connaissances à la résolution des problèmes; et
- de partager leurs expériences, plutôt que des leçons données ou à mémoriser.

Les adultes préfèrent les situations d'apprentissage qui :

A. sont pratiques et centrées sur les problèmes, de façon

- à donner des aperçus, des résumés, des exemples et cas des pratiques ;
- à permettre une application directe de la nouvelle information ;
- à permettre de mieux collaborer, et de mieux cerner les activités pour résoudre les problèmes.

- à permettre d'anticiper les problèmes avec les nouvelles idées, à suggérer des possibles utilisations

Attention: Gardez-vous d'être trop théorique.

B. Promouvoir leur estime de soi, en

- Les soumettant à des activités à faible risque dans de petits groupes.
- Leur procurant des plans pour progresser.
- Les aidant à devenir plus efficace et compétente.

Notez: La disponibilité pour l'apprentissage est fonction de l'estime de soi.

C. Combiner les nouvelles idées avec les connaissances existantes, de façon

- les aider à se rappeler ce qu'ils savent déjà et qui se rapporte aux nouvelles idées.
- Les aider à voir comment la nouvelle information est pertinente pour eux.
- Les aider à planifier la manière dont ils peuvent partager leur expérience avec autrui.

Suggestion: Trouver des moyens pour évaluer les connaissances des participants avant une session.

D. Manifester du respect et l'endroit de l'apprenant

- Subvenir à leur besoin de pause, de confort.
- Faire montre d'expérience de qualité, d'organisation de gestion efficace du temps.
- Évitez le jargon et ne pas "parler à basse voix" aux participants.
- Valider et confirmer leurs connaissances, leurs contributions et leurs contributions.
- Demandez des commentaires sur votre travail ou vos idées; offrir des possibilités de contributions.

Attention: Surveillez votre choix des mots pour éviter les perceptions négatives.

E. capitaliser sur leur expérience, de façon

- A ne pas ignorer ce qu'ils savent; c'est une ressource pour vous.
- A planifier les activités de rechange pour vous permettre d'ajuster en fonction de leur niveau d'expérience.

- A créer des activités qui utilisent leurs expériences et connaissances.
- A les écouter avant, pendant et après la session.

Suggestion: Donner la possibilité de désapprendre les vieilles habitudes.

F. Laisser la possibilité de choisir et de s'autogérer, en

- Construisant vos plans autour de leurs besoins; comparer les buts et objectifs.
- Leur présentant votre agenda et vos hypothèses, et en demandant leurs contributions.
- Leur demandant ce qu'ils savent sur le sujet.
- Leur demandant ce qu'ils aimeraient savoir sur le sujet.
- Ménageant des options dans votre plan, de façon à pouvoir facilement le modifier si nécessaire.
- Suggérant des possibilités de suivis après la session.

**Suggestion:** Tenir compte de leur niveau de développement par rapport à leur capacité de choix.

## SECTION SIX : LECTURES RECOMMAND...ES

STOP AIDS NOW!

Site web: [www.stopaidsnow.org/downloads:gender](http://www.stopaidsnow.org/downloads:gender)

Lieux de convergence: culture, genre et droits humains

En tant qu'élément fondamental de la vie des gens, la culture doit être intégrée dans les politiques et programmes de développement. Le rapport du FNUAP sur l'état de la population mondiale (2008), montre comment ce processus marche dans la réalité Source: UNFPA ;



Guide opérationnel sur le genre, le VIH et le sida

Une approche basée sur les droits

Ce guide a été préparé par l'Institut néerlandais Royal Tropical (KIT) pour l'Équipe spéciale interinstitutions de l'ONUSIDA sur le genre, le VIH et le sida. Il offre un cadre conceptuel et un

ensemble de lignes directrices, des listes de contrôle et des outils que les praticiens du développement peuvent utiliser pour concevoir et mettre en œuvre des programmes à partir d'une perspective de genre et des droits.

Source: ONUSIDA

Prêcher par l'exemple: Mettre les droits des femmes au cœur de la réponse au VIH et au sida

Ce rapport explore les obstacles à l'accès universel à la prévention, au traitement, aux soins et au soutien pour toutes les femmes et les filles. Il illustre les violations continues des droits des femmes par les actions et inactions de ces politiques, offre des financements ainsi que des services et met en œuvre des programmes. Il propose en outre des solutions pour le travail ainsi que les meilleures pratiques pour surmonter ces obstacles. Ces stratégies ont été recueillies au moyen d'études menées dans 13 pays. Source: ActionAid et VSO.

Fiches d'information sur les aspects liés au genre en matière de sida

Les fiches techniques ont pour but de fournir aux décideurs des informations concises sur les aspects liés au genre dans la pandémie du VIH. Ils portent sur des faits essentiels et les questions dans des domaines thématiques, et sont étayés par une analyse qui précise la façon dont les questions de genre alimentent la crise.

Source: Équipe de travail interinstitutions de l'ONUSIDA sur le genre, le VIH et le sida.

Comment intégrer le genre dans les programmes de VIH et sida: Utilisation des Leçons tirées de l'USAID et les organisations partenaires

Ce rapport du groupe de travail inter agences (Groupe de travail intergouvernemental) sur le genre procède à la revue d'interventions prometteuses qui intègrent le genre dans les programmes de VIH et de sida. Un certain nombre d'exemples couverts mettent l'accent sur la transformation des attitudes de genre, les comportements et les normes. Source: Groupe de travail interagences sur le genre

Le changement, le choix et le pouvoir aux jeunes femmes, moyens de subsistance prévention du VIH. Cet article explore la relation entre l'indépendance économique, la vulnérabilité à l'infection à VIH, le niveau de santé sexuelle et reproductive des femmes et adolescentes, et la violence basée sur le genre.

Source : IPPF, le FNUAP, Young Positives

Changer le comportement des hommes peut améliorer la santé des femmes

Un nouveau rapport conclut que des programmes novateurs à travers le monde aident les hommes à changer les comportements de genre, dangereux et violent qui nuisent à la santé et au bien-être des femmes et des communautés dans lesquelles ils vivent. Le rapport "Impliquer les hommes et les garçons dans la lutte contre les inégalités basées sur le genre en matière de santé" a révélé que près d'un tiers des 58 programmes évalués ont réussi à encourager les hommes à mettre fin à la violence contre les femmes, à prendre soin de leurs femmes enceintes et des enfants, et à prendre des mesures pour éviter d'infecter leurs partenaires par le VIH ou d'en être eux-mêmes infectés. Une lacune identifiée par ce rapport publié en mai était que, même les programmes couronnés de succès ont été limités à un pilote à court délai.

## SECTION SEPT : GLOSSAIRE DES TERMES

SIDA: Syndrome d'immunodéficience acquise

TAR: La thérapie antirétrovirale

ARV: traitements antirétroviraux rovi ral médicaments

### Communication

- Agressive - une manière conflictuelle de communiquer
- Sûr – présentant fermeté, initiative et détermination
- Passif - permettant à d'autres de prendre des décisions, attentiste, sans fermeté

La discrimination renvoie à toute forme de distinction arbitraire, exclusion ou restriction affectant une personne, généralement (mais pas seulement) en raison d'une caractéristique personnel ou d'appartenance à un groupe particulier. Dans le cadre du VIH et du sida, les personnes au statut confirmée ou supposé positif sont discriminées, indépendamment d'une quelconque justification.

L'autonomisation des femmes est la mesure prise par les femmes pour surmonter les obstacles et les inégalités structurelles qui les ont déjà placés et les maintiennent dans une position désavantageuse.

**PDG: Projet de développement de genre**

### Le Genre

- Le sexe renvoie aux caractéristiques biologiques qui font de nous des mâles ou des femelles (anatomiques, physiologiques et génétiques).
- Le genre renvoie à l'ensemble des façons de penser, de sentir et d'agir propre à une collectivité humaine, à la fois voulues, attendues et approuvées des femmes et des hommes.
- Les rôles de genre renvoient aux statuts et interactions considérés voulues, attendues et approuvées pour les femmes et les hommes. Ces interactions sont constituées de comportements, attitudes, valeurs, responsabilités et attentes vis-à-vis des femmes et des hommes.
- L'égalité des genres est le fait d'être juste pour les hommes et les femmes.
- L'égalité des genres signifie que les hommes et les femmes jouissent des mêmes conditions pour réaliser pleinement leurs droits humains à contribuer et bénéficier des fruits du développement économique, social, culturel et politique.
- Les inégalités entre les genres revoient aux situations dans lesquelles les femmes et les hommes n'ont pas un accès égal aux informations, au pouvoir de décision, aux ressources du ménage et des communautés, aux services sociaux et de santé. Ce sont des situations dans lesquelles ils ne sont pas traités avec respect en raison de leur genre.

GIPA: Principe de la participation accrue des personnes vivant avec le VIH

VIH: Virus de l'Immunodéficience Humaine

Les droits humains sont des droits que chaque être humain possède et a le droit d'en jouir du simple fait d'être humain.

PEP: la prophylaxie post-exposition se réfère à des médicaments antirétroviraux prescrits et pris après une exposition ou une probable exposition au virus de l'immunodéficience humaine (VIH). Ils doivent être administrés dans les 72 heures qui suivent l'exposition (et plus tôt, c'est mieux).

Le risque d'infection par le VIH est défini comme la probabilité qu'une personne soit infectée par le VIH.

La stigmatisation peut être décrite comme un processus dynamique de dévaluation qui discrédite significativement un individu aux yeux des autres.

CDV: Conseil et dépistage volontaire

violence

- La violence conjugale est toute violence physique, psychologique, sexuelle ou économique entre partenaires intimes.
- la violence basée sur le genre est tout abus physique, psychologique, sexuelle ou économique dirigée contre quelqu'un sur la base de son genre.
- La violence physique renvoie à tout préjudice physique causé par une personne à une autre. Elle incluse : pousser, frapper de la main, frapper du pied, tirer les cheveux, asphyxier quelqu'un, battre, saisir violemment, tordre les bras, frapper contre le mur, infliger des brûlures, donner des coups de poing et etc.
- La violence psychologique renvoie à quelque chose qui est faite avec l'intention de blesser les sentiments de l'autre. Il peut s'agir de crier, de jurer, de tenir des propos injurieux, menaçants, humiliants, embarrassants. Il peut s'agir également de menacer de blesser les enfants, de verrouillage de la porte quand le personne est encore hors de la maison, de surveiller étroitement (traquer) la personne, de remettre la personne en question de façon permanente, de menacer de la quitter
- La violence sexuelle peut être tout acte physique ou émotionnel fait dans l'intention de contrôler la sexualité de l'autre. Elle incluse : les rapports sexuels forcés/ viol conjugal, les attouchements non désirés, la saisie de zones sexuelles du corps, l'assujettissement involontaire à des activités sexuelles, la coercition, infidélité, l'introduction d'objets dans ses parties intimes, le refus d'entretenir des relations sexuelles.
- La violence économique implique le contrôle des ressources financières entre autres.

La vulnérabilité renvoie à l'augmentation de la susceptibilité d'une personne face à l'infection au VIH et au développement du sida, en raison des inégalités des chances, de l'exclusion sociale, du chômage ou de l'emploi précaire, et d'autres facteurs sociaux, culturels, politiques et économiques.



STOP AIDS NOW! Cherche à accroître et à améliorer la contribution néerlandaise à la réponse mondiale au VIH et au sida.

Cinq organisations, le Aids Fonds, Hivos, ICCO, Cordaid et Oxfam Novib,

Se sont jointes et font partie de STOP AIDS NOW!.

STOP AIDS NOW! vise à:

- Collecter des fonds afin de soutenir davantage de projets sur le VIH et le sida dans les pays en développement
- Obtenir les soutiens politique et institutionnels nécessaires aux efforts de lutte contre le VIH et le sida, à la fois au niveau national et international
- Innover ou redéfinir les stratégies existantes et mettre en place de nouvelles formes de coopération en vue d'améliorer la réponse au VIH et au sida, et répondre effectivement aux besoins des personnes touchées.

Texte : Pascaline Kang'ethe et Andrea van der Merwe

Photographie : Adriaan Backer

Imprimeur : Delta bach Grafimedia

Edition : STOP AIDS NOW!

Conception : Mona Haumann



Réseau sur l'Éthique, le Droit et le Sida (REDS)





La prévalence du VIH est très souvent plus élevée chez les femmes et les filles. En général, les femmes et les filles vivant avec le VIH supportent le plus lourd fardeau de la pandémie. Cette vulnérabilité accrue est due en grande partie à la discrimination basée sur le genre. Pour être efficace, la prévention du VIH ainsi que les soins et le soutien doivent contribuer à la transformation des attitudes basées sur le genre, les comportements et les normes. Cette boîte à outils contient des directives et des exercices pour travailler sur le VIH, dans une optique qui favorise l'égalité des genres et la protection des droits des femmes. Elle s'appuie sur une approche conceptuelle orientée vers l'accompagnement des utilisateurs, à travers un parcours d'apprentissage, pour aider les participants à accéder à une vie autonome dans le contexte du VIH. Le public cible est constitué d'éducateurs communautaires, qui travaillent sur la santé et sur les compétences de vie, avec des groupes de différents niveaux d'éducation et de compréhension. Bien que conçu pour les femmes et les filles et en vue de leur autonomisation, la boîte à outils peut être facilement utilisée avec les hommes et les garçons. Elle contient des informations supplémentaires pour permettre aux animateurs de s'améliorer et d'être autonomes. Créé pour une utilisation au Kenya, elle peut être facilement adaptée pour une utilisation en Afrique subsaharienne et même ailleurs.

Un CD est inclus. Ce dernier contient les documents d'exercice de la boîte à outil. Ceux-ci peuvent être facilement adaptés et imprimés pour être utilisés lors des sessions de formation. Le CD contient également des informations supplémentaires sur VIH, le genre et les droits des femmes.