



GUIDE METHODOLOGIQUE DU JEU DE CARTES

« RUMEURS & VERITES SUR LE VIH/SIDA »

SERIE CAMIONNEURS

CONCEPTION et REALISATION :

Moto Action France

COORDINATION FRANCE

MOTO ACTION France : **Valérie SANDRES**

COORDINATION CAMEROUN

MOTO ACTION CAMEROUN :

Sabrina REGENT, Patrice LOUMOU, André TSOGO

GROUPE DE TRAVAIL POUR LA REALISATION

Patricia Marcelle TCHEUNTEU TCHEUNBON

Expert MOVIHCAM - WOPA

Didier DJOU FOTSA

Expert MOVIHCAM – APCAS

KEHBILA Juwell NTEH

Expert MOVIHCAM – ESPOIR+

Jacques MISSIKA

Expert MOVIHCAM – ALUCOSIS+

Burchard OMBOLI ANANGA

Expert MOVICAM – CEPEDIC

Zakari NYAM

Expert MOVIHCAM – AJEMBO-EST

ACHU Peter FRU

Expert Syndical MOVIHCAM

SERIE CAMIONNEURS



MANUEL D'UTILISATION DU JEU DE CARTES

« RUMEURS ET VERITES SUR LE VIH/SIDA »

SERIE CAMIONNEURS

PREAMBULE

MOTO ACTION est une organisation basée en France et au Cameroun, dont la vocation première est de lutter contre le Sida en Afrique en s'appuyant sur la dynamique des motos taxis, premier moyen de transport et lien social incontournable en Afrique Centrale aujourd'hui.

Nos programmes de prévention de proximité (campagnes itinérantes, outils de sensibilisation, centre de santé-prévention, centre de ressources) aident les populations isolées socialement ou géographiquement, à disposer des bonnes informations pour apprendre à prévenir et/ou gérer dans leur quotidien cette pandémie.

Organisation atypique dans le paysage des associations VIH/SIDA de par son volet « moto/prévention routière/sexuelle », MOTO ACTION est reconnue par la profession en France et au Cameroun pour l'efficacité de son déploiement sur le terrain, son expertise en matière de prévention de proximité et sa capacité à concevoir des programmes pertinents et adaptés aux véritables problématiques rencontrées par les populations. Elle s'appuie sur un collectif associatif d'organisations locales expertes chacune dans leur région et/ou domaine. Sa connaissance approfondie des réalités du terrain est son atout majeur. Son expérience auprès des populations masculines en particulier mobile est avérée.

MOTO ACTION FRANCE a reçu de EXPERTISE FRANCE (à travers les fonds de l'Initiative 5%) un financement pour la réalisation d'un programme intitulé MOVIHCAM dont l'objectif général est de contribuer à la professionnalisation des Organisations à Base Communautaire (ci-après OBC) en charge de la prévention VIH/SIDA auprès des populations vulnérables du monde du transport.

Ce programme de MOTO ACTION FRANCE, d'une durée de trois (3) ans, est mis en œuvre au Cameroun par MOTO ACTION CAMEROUN.

Le Projet a pour objectifs (5):

- Approfondir les connaissances nationales sur la vulnérabilité des transporteurs face au VIH/Sida
- Développer l'expertise des OBC en matière de sensibilisation des transporteurs au VIH/Sida
- Formaliser et déployer des techniques de sensibilisation spécifiques
- Contribuer à la pérennité des OBC chargées de la prévention auprès des populations vulnérables du monde du transport
- Faire connaître et légitimer les réalisations du programme aux acteurs nationaux de la santé et du transport.

Dans le cadre de la mise en œuvre des activités de prévention et de sensibilisation de ce programme, MOTO ACTION a conçu des outils de sensibilisation spécifiques, pertinents et adaptés aux véritables problématiques rencontrées par les transporteurs, en particulier les camionneurs longue distance.

L'objet de ce document est la présentation de la série spécifique du Jeu de cartes RUMEURS & VERITES qui a été conçue à partir des principales croyances, rumeurs et préjugés recensés chez les camionneurs, soit lors de l'étude CAP réalisée en 2013 auprès de cette cible (étude CAP Camionneurs MOTO ACTION/PASTEUR/FONDATION TOTAL) soit lors des activités de terrains des 6 OBC partenaires du programme MOVIHCAM.



Le Jeu de cartes RUMEURS & VERITES sur le VIH/Sida - série Camionneurs, sera utilisé dans le cadre du déploiement sur le terrain d'outils de sensibilisation spécifiquement dédiés aux transporteurs routiers de ce programme MOVHICAM.

Il s'inspire du jeu de cartes original « Rumeurs et vérités sur le VIH/SIDA » initialement édité par Moto Action en 2012.

QUELQUES CHIFFRES CLES SUR LA SITUATION DU VIH AU CAMEROUN

En Afrique centrale, avec une prévalence estimée à 4.3% au sein de la population générale, le Cameroun figure parmi les pays les plus affectés par la pandémie VIH. On estimait à 524 989 le nombre de PVVIH en 2011. La séroprévalence chez les femmes de 15-49 ans est pratiquement deux fois plus élevée (EDSC-IV) que celle estimée chez les hommes de la même tranche d'âge (5,6 % pour les femmes vs 2,9% pour les hommes).

Les camionneurs constituent des populations clés, passerelles, à haut risque d'exposition au VIH, et sont considérés comme un groupe des plus vulnérables au Cameroun. Leur Prévalence a été estimée à 16,2% en 2004.

NOTA BENE POUR L'ANIMATEUR

SUR LE JEU

Ce jeu est un outil d'animation permettant d'aborder de façon ludique et conviviale des thématiques sérieuses, compliquées et parfois difficiles ou controversées. Dans le cadre de la lutte contre le Sida, il est utilisé comme outil pédagogique pour transmettre des informations scientifiquement établies ou influencer sur le changement de comportement afin de prévenir les comportements à risques. C'est un outil attractif mais il doit être parfaitement maîtrisé par l'animateur afin d'éviter l'approximation et la transmission d'informations erronées. Même si sa présentation est amusante, il aborde de très sérieux sujets et doit être manipulé avec soin. Son utilisation est à proscrire par un novice non formé.

SUR LES CARTES

Les cartes doivent être manipulées avec grand soin. Elles ne doivent ni s'égarer ni être remises ou données aux joueurs en fin de partie. Classées par numéro, elles doivent être systématiquement rangées dans cet ordre-là.

SUR LES PARTIES

Chaque partie va être l'occasion de perfectionner votre animation. Prenez le temps de noter les points positifs et les points négatifs de chaque séance afin d'améliorer les suivantes. Vous devez également régulièrement vous auto-évaluer et vous permettre de perfectionner votre approche participative. N'hésitez pas à imaginer une mise en scène dynamique et attractive pour introduire votre séance, à proposer des lots attractifs etc....

PRESENTATION DU JEU

Définition : L'expression « jeu de cartes » désigne un jeu de société utilisant comme support d'animation des cartes à jouer, traditionnelles ou spécifiques à un usage. Pour ce qui est du jeu de cartes « Rumeurs et Vérités sur le VIH/SIDA – série camionneurs », il s'agit d'un outil ludique, d'éducation, de sensibilisation et d'information sur le VIH/SIDA et en particulier sur les fausses croyances, idées reçues, préjugés et rumeurs qui sont associés au VIH/Sida chez les camionneurs.

I. OBJECTIFS DU JEU

- D'une manière générale, développer une prise de conscience de la thématique VIH/SIDA, afin de réduire l'impact des fausses croyances chez les camionneurs sur leurs comportements à risques ;
- Plus spécifiquement, donner aux camionneurs une information scientifiquement établie, précise et actualisée en vue de déconstruire les rumeurs, les mythes et préjugés portant sur la thématique VIH/SIDA ;
- Mettre à la disposition des acteurs de la lutte contre le VIH/SIDA et en particulier des animateurs et conseillers psycho-sociaux du milieu communautaire et associatif travaillant avec la cible camionneurs, un outil de sensibilisation concret, pratique, ludique et convivial ;
- Diffuser une information pertinente et actualisée pour amener les camionneurs à aborder ouvertement les questions liées au VIH/SIDA.

II. MODE D'EMPLOI

Le jeu de cartes s'utilise aussi bien en séance de causerie conviviale ciblée en association, que lors de séances de sensibilisation ou de causeries éducatives sur le terrain (parc à camions). Il peut également servir d'amorce au dialogue en séance de causerie interpersonnelle ou appuyer une conversation plus ciblée avec les camionneurs si cela est possible.

IMPORTANT PREAMBULE

Les cartes n'ont pas vocation à être systématiquement TOUTES utilisées lors d'une animation. Il revient au préalable à l'animateur d'adapter le jeu de cartes en sélectionnant les cartes les plus pertinentes selon son temps d'animation disponible, les préoccupations du public présent, les thèmes qu'il doit aborder en causerie, etc....

C'est pourquoi ce jeu doit obligatoirement être précédé d'un dialogue avec les camionneurs afin que l'animateur puisse déterminer avec plus de précision le type de questions qu'il devra/pourra aborder avec son auditoire et donc sélectionner ses cartes.

Voici quelques exemples de questions à poser aux camionneurs avant d'entamer un jeu :

En préambule avant de démarrer et de se présenter :

- Comment était la route ? Avez-vous bien voyagé ?

Par la suite après s'être présenté :

- Avez déjà entendu parler du VIH ? du SIDA ?
- Vous posez vous des questions sur cette maladie ?



- Quelles sont les choses plus incroyables que vous avez entendu sur cette maladie ? (les noter et y répondre par la suite)
- Etc...

En profiter alors pour sortir le jeu et expliquer ce que vous allez leur proposer comme animation.

Nous avons imaginé plusieurs manières de jouer et plusieurs types de parties possibles avec cet outil pédagogique. En fonction du profil des camionneurs et du temps qui lui est imparti, l'animateur choisira les règles les plus adaptées. Nous proposons ci-dessous 2 versions du jeu.

1. Versions de jeu chacun pour soi

Version simple, pas de matériel nécessaire

Un joueur choisit une carte au hasard, soit disposée à l'envers sur la table, soit en éventail entre les mains de l'animateur si il n'y a pas de table disponible. L'animateur lit la carte, la montre au joueur en prenant bien soin de masquer la réponse avec son doigt et demande au joueur de se positionner sur la véracité de l'information. Le joueur doit dire « rumeur » ou « vérité » et donner une justification à son opinion. Le public et/ou les autres joueurs peuvent être invités à compléter les arguments du premier joueur. L'animateur vérifiera le cas échéant dans le manuel pour s'assurer que les informations clés ont été toutes citées et soulignées. Dans le cas contraire, ou si les informations données par le public sont incorrectes, il apportera une explication claire aux joueurs et au public.

Si le joueur donne la bonne réponse, on lui donne la carte qu'il garde en main le temps de la causerie. Si la réponse est mauvaise l'animateur conserve la carte et la remet dans son jeu.

On passe au joueur suivant qui va à son tour choisir une carte.

Au bout d'un certain temps : ex 20 min, ou après avoir utilisé toutes les cartes sélectionnées, celui qui a donné le plus de bonnes réponses et donc qui a le plus de cartes en main, est considéré avoir remporté la partie.

2. Versions en équipe

Version pour 2 équipes (5 personnes par équipe maximum) avec comptage de points, besoins d'une grille de comptage et d'un crayon. Vous pouvez répartir les camionneurs d'un côté et les moteurs boys de l'autre par exemple pour créer une dynamique. Il faut nommer un chef d'équipe par groupe

On divise les cartes en 2 tas égaux et on en confie 1 tas à un responsable d'équipe.

La première équipe tire une carte dans sa pioche et lit l'affirmation à l'autre équipe. L'équipe 2 doit se concerter et se positionner en disant « Rumeur » ou « Vérité ». L'animateur demande aux joueurs des deux équipes de donner des arguments.

L'animateur vérifiera le cas échéant dans le manuel pour s'assurer que les informations clés sont toutes citées et soulignées. Dans le cas contraire, ou si les informations données sont erronées, il donnera une explication claire aux joueurs. Si l'équipe 1 a donné la bonne réponse, sans justifications ou avec de mauvaises justifications, on lui attribue 1 point ; si elle a donné la bonne réponse et les bonnes justifications, on lui attribue 3 points. Si c'est l'équipe 1 qui a donné une mauvaise réponse,

elle ne marque aucun point.

C'est ensuite l'équipe 2 qui pioche une carte et lit l'affirmation à l'équipe 1 qui doit se positionner ainsi de suite.

C'est l'équipe qui a marqué le plus grand nombre de points à la fin qui gagne la partie.

Attention : Cette version nécessite de pouvoir enregistrer les points sur un cahier !

Dans tous les cas à la fin vous pouvez faire gagner des lots, des préservatifs par exemple ou des dépliants de prévention.

III. DEFINITIONS DES TERMES CLES CONTENUS DANS LE JEU

Blinder son corps	Action de munir son corps physique ou encore une dimension invisible de celui-ci (âme, esprit) d'un moyen de protection contre une maladie, un virus, une agression ou un effet néfaste en utilisant des objets et/ou rituels.
Camionneur	Personne dont l'activité principale et régulière consiste en la conduite de camion généralement affectés au transport de marchandises sur de moyennes ou longues distances.
Charge virale	C'est un test qui permet, par une prise de sang, d'évaluer la quantité de virus par millilitre de sang. Ces résultats indiquent donc si le virus est très actif dans sa reproduction (charge virale élevée) ou bien s'il est moins actif (charge virale plus basse).
Devoir	Obligation particulière imposée par la morale, la loi, un règlement, les conventions sociales, etc. ; tâche à accomplir ; responsabilité, charge.
Droit	Faculté, légalement ou réglementairement reconnue à quelqu'un par une autorité publique, d'agir de telle ou telle façon, de jouir de tel ou tel avantage. Possibilité morale qu'on a d'agir de telle ou telle manière.
Ejaculation	C'est l'expulsion d'un liquide biologique, à l'approche ou au moment de l'orgasme lors d'un rapport sexuel, d'une masturbation, ou d'une pollution nocturne (rêve érotique). Chez l'homme, l'éjaculation est constituée de sperme et de liquide séminal.
Hygiène intime ou toilette intime	Ensemble des pratiques concernant la façon de se laver les organes génitaux, les gestes à faire et ne pas faire. La toilette intime consiste à assurer une hygiène locale parfaite, tout en respectant l'organisme (par exemple la fragilité du vagin). Une bonne hygiène intime prévient des IST/VIH chez l'homme et la femme.



Muqueuse	Membrane tapissant les organes creux : la totalité du tube digestif (de la bouche au rectum), l'appareil respiratoire, l'appareil urinaire, les appareils génitaux masculin et féminin ainsi que la face postérieure des paupières et la face antérieure du globe oculaire (conjonctive).
Organes génitaux	Organes sexuels, encore appelés organes reproducteurs. Ils sont situés au niveau du bas-ventre. , ils servent à la reproduction, à faire l'acte sexuel.
Pratiques à risques	Actes durant la relation sexuelle favorisant la transmission des IST/VIH.
Préservatif	Le préservatif ou condom est un étui mince et souple, imperméable au sang ainsi qu'aux sécrétions vaginales et péniennes, fabriqué en latex ou en polyuréthane. Il en existe deux types : le préservatif masculin et le préservatif féminin.
Séropositif	Se dit d'une personne porteuse d'un virus, dans le cas du VIH on devrait dire séropositif au VIH.
SIDA	Syndrome de l'Immuno-déficience Acquise : c'est donc lorsque le VIH a, avec le temps, affaibli le système immunitaire et qu'une personne commence à développer des signes de l'infection.
Statut sérologique	Etat d'infection ou non à un virus.
TPE	C'est le Traitement post-exposition (TPE) au VIH. C'est-à-dire un traitement qui, pris dans les heures qui suivent une prise de risque, réduit de façon importante le risque de contamination par le virus. Il ne le supprime pas totalement. Ce traitement est parfois appelé aussi prophylaxie post-exposition (PPE).
Travailleur, travailleuse de sexe, prostitué, prostituée	Personne dont l'activité consiste à échanger des relations sexuelles contre une rémunération.
VIH	Virus de l'Immunodéficience Humaine : Le VIH est donc un virus qui affaiblit le système immunitaire chez l'être humain.

IV. INFORMATIONS A FAIRE PASSER POUR CHAQUE CARTE

Le jeu comporte 25 cartes Rumeurs et Vérités sur le VIH. Sur chaque carte est indiquée : La question posée et en bas, en écriture inversée, la réponse brève « Rumeur » ou « Vérité » avec parfois un complément de réponse. Ci-dessous et pour chaque carte, vous trouverez en italique, une liste d'informations clés à transmettre à votre public camionneurs. Ces informations peuvent venir du public lui-même mais devront être confirmées et soulignées par l'animateur.

Enfin, pour chaque carte nous avons proposé des relances possibles pour entamer de nouvelles causeries ou approfondir le sujet. Elles sont fournies uniquement à titre indicatif et leur utilisation dépendra en grande partie de la méthode de jeu choisie par l'animateur et du type de public. En effet, elles seront plus faciles à utiliser dans les versions de jeu où les joueurs jouent chacun pour soi.

LISTE DES CARTES

1

Ejaculer hors du vagin de la femme empêche la transmission du VIH/SIDA

RUMEUR : Les sécrétions pré-éjaculatoires et vaginales contiennent également le VIH. Tu peux donc être contaminé ou contaminer ta partenaire juste pendant la pénétration.

RELANCE: Quels sont les modes de transmission et de prévention du VIH ?

REPONSE: Il peut se transmettre par le sang, par les relations sexuelles non protégées ou d'une mère atteinte à l'enfant (au cours de la grossesse ou de l'accouchement et lors de l'allaitement maternel).

2

Se laver le corps et les organes génitaux avec du savon avant et après le rapport sexuel non protégé protège de la transmission du VIH/SIDA

RUMEUR : Seul le port correct et systématique du préservatif protège efficacement du VIH/SIDA. Le savon ne contient aucun composant susceptible de tuer le virus du VIH.

Durant le rapport tu seras donc exposé au virus même si tu as lavé tes parties intimes.

Commentaire : Un rapport sexuel non protégé favorise l'échange des liquides et augmente la possibilité de transmission du VIH.

RELANCE : Chez les femmes certaines pratiques de lavage intime fragilisent leurs parois et les rendent plus vulnérables au virus du VIH/SIDA, les connais-tu ?

REPONSE : Il s'agit de racler son vagin avec le doigt, ou d'introduire des pierres ou tout autre corps étranger dans le vagin. Cela irrite les parois et peut provoquer des infections.

3

On peut attraper le VIH en se couchant sur les draps des auberges

RUMEUR : Le VIH ne peut pas survivre hors du sang, des sécrétions séminales, du lait maternel. Le virus VIH/SIDA ne survit pas à l'air libre, ni sur des objets. Une fois en contact avec l'air, le VIH n'est plus infectieux, tu ne peux donc pas être contaminé par les draps des auberges même s'ils ne sont pas très propres.

RELANCE : Parlez-moi des auberges, les fréquentez-vous ? Disposent-elles de préservatifs pour les clients? Comment faites-vous pour vous protéger quand vous les fréquentez ?

4

On peut attraper le sida autrement qu'en ayant des rapports sexuels non protégés

VERITE : Le VIH se transmet aussi par le sang et de la mère à l'enfant au cours de la grossesse, lors de l'accouchement et pendant l'allaitement.

RELANCE : dans votre métier à quel moment risquez-vous le plus d'être contaminé par le VIH en dehors des rapports sexuels non protégés ?

REPONSE : Si je viens en aide à des personnes accidentées qui saignent et serait porteuses du VIH et si je ne porte pas de gants et que j'ai moi-même une micro plaie ; suite à l'utilisation de lames souillées sur une personne ayant une micro-plaie (scarifications, tatouages, coiffeur...)



5

Les préservatifs viennent déjà contaminés par le virus du Sida

RUMEUR : Le VIH ne peut pas survivre hors du sang, des sécrétions séminales, du lait maternel. Le virus VIH/SIDA ne survit pas à l'air libre, ni sur des objets. Une fois en contact avec l'air, le VIH n'est plus infectieux, les préservatifs avant d'être emballés sont tous contrôlés et vérifiés, leur emballage est hermétique. Il est impossible de transporter le virus hors des sécrétions humaines.

RELANCE : Quels sont les indicateurs ou éléments à vérifier sur le préservatif masculin ou féminin avant son utilisation ?

REPONSE : Qu'il soit fermé, pas déjà utilisé, pas cassé, que sa date de péremption ne soit pas passée, qu'il comporte les normes NF.

6

La Bible et le Coran interdisent le préservatif pendant le rapport sexuel

RUMEUR : Le préservatif n'est pas cité ni dans le Coran ni dans la Bible. Par contre la Bible comme le Coran interdisent les rapports sexuels hors de l'union conjugale.

RELANCE : Si vous croyez en Dieu et vous savez que Dieu aime les Hommes pourquoi pensez-vous qu'il pourrait interdire le port du préservatif ?

REPONSE : La Bible et le Coran prescrivent l'abstinence et/ou la fidélité. Toutefois, lorsqu'on ne sait s'y tenir, le préservatif est le seul moyen pour continuer à s'aimer soi et à aimer les autres dans le respect des principes religieux.

7

Avoir des rapports sexuels avec sa régulière est sans danger

RUMEUR : Nous ne savons pas comment se comporte notre régulière lorsque nous ne sommes pas là. Elle même peut avoir d'autres amis épisodiques ou réguliers ou tout simplement être tentée un jour car on ne la fréquente pas tous les jours. Toi-même tu peux également avoir plusieurs régulières n'est-ce pas ? Seul le port correct et systématique du préservatif protège efficacement du VIH

RELANCE 1 : Comment négocier le port du préservatif avec sa régulière ?

REPONSE : Voir page 12 Carte 10 relance 2

RELANCE 2 : Le multi partenariat est-il source d'exposition aux risques du VIH/Sida ?

REPONSE : En multipliant le nombre de partenaires concomitantes et donc le nombre de rapports sexuels, si tu ne te protèges pas, tu multiplies le risque d'être infecté et de transmettre le VIH/Sida ou des IST à tes partenaires.

8

L'apparence physique d'une femme peut nous dire si elle a le VIH

RUMEUR : Le VIH ne se voit pas à l'œil nu. Le VIH ou même le SIDA ne se lisent pas sur le visage. Seul le test de dépistage permet de savoir si on est porteur du virus ou séropositif.

Le VIH, à un stade avancé et sans prise en charge adaptée ne permet plus au système immunitaire de se défendre. Les patients développent alors des maladies dites opportunistes telles que la tuberculose, les dermatoses etc. On dit alors que la personne a le SIDA (Syndrome d'immunodéficience acquise). Les personnes concernées par le SIDA développent des pathologies différentes, c'est pourquoi il n'y a pas de signe distinctif particulier.

RELANCE : Quel est le bon comportement à adopter quand on est séropositif au VIH ?

REPONSE : Il est conseillé à tous ceux et toutes celles qui ont un statut séropositif au VIH d'être mis le plus rapidement possible sous traitement ARV, d'être suivi régulièrement dans une unité de prise en charge, d'adhérer au traitement en respectant les prises, les dosages, en évitant toute association avec d'autres médicaments non prescrits par le médecin. Et en cas de rapports sexuels de toujours et systématiquement porter son préservatif.

9

Une femme qui a une bonne odeur naturelle au niveau des parties génitales ne peut pas avoir le VIH

RUMEUR: le VIH ne se voit pas sur le corps. Il n'a pas une odeur spécifique. Une mauvaise odeur corporelle peut avoir plusieurs autres causes comme par exemple une IST mal ou non soignée.

RELANCE : Y-a-t-il risque de contamination du VIH et des IST lors de la période de menstrues ou règles de la femme ?

REPONSE : Les situations à risques de transmission du VIH chaque fois que des partenaires ont un rapport sexuel avec pénétration sans préservatif sont: lorsque l'un des partenaires est atteint par le VIH ; lorsque les partenaires n'ont pas la certitude qu'aucun d'eux n'est atteint par le VIH.

Les rapports sexuels avec pénétration anale ou vaginale sans préservatif sont le principal mode de transmission du virus. Un seul rapport sexuel avec une personne atteinte par le VIH est suffisant pour qu'une contamination ait lieu. En raison de la plus grande fragilité des muqueuses le risque est encore plus grand:

- au cours du premier rapport sexuel;
- lors des règles de la femme (la présence accrue d'afflux sanguin,);
- si l'un des partenaires est porteur d'une maladie sexuellement transmissible;
- si le rapport s'accompagne de violence, ce qui peut provoquer des lésions, même invisibles.

10

Le préservatif tue le pénis au moment du rapport sexuel

RUMEUR : Il ne peut pas techniquement empêcher votre érection, mais la baisse d'érection lorsque vous enfiler un préservatif peut arriver à cause d'un excès du désir, du stress et de la peur de ne pas convaincre votre partenaire.

RELANCE 1 : A quel moment faut-il enfiler son préservatif ?

RELANCE 2 : Comment négociez-vous le port du préservatif avec votre partenaire ?

REPONSE : La méthode de négociation du port du préservatif efficace est le dialogue entre deux partenaires. Il est possible qu'au cours de cette négociation, un partenaire soit réfractaire à l'idée de le porter ou voit en celui-ci un tueur de sa virilité. La meilleure négociation consiste à mettre en avant les arguments sur la bonne utilisation du préservatif qui assure et garantit une meilleure protection des deux partenaires. Il s'agit aussi de faire prévaloir les arguments sur la protection contre les IST et que seul le préservatif reste à ce jour le moyen efficace de se protéger du VIH et des IST. De plus, la femme peut proposer à l'homme de lui mettre le préservatif en vue de rendre son utilisation plus érotique et faisant partie intégrante de la relation sexuelle et non plus de le voir seulement comme un corps étranger.

Face à certaines résistances au port du préservatif, il existe des arguments à titre indicatifs qu'on peut avancer :



Perte d'érection avec le préservatif	Faire dérouler le préservatif par sa (son) partenaire.
	Dédramatiser la situation (ce sont des choses qui arrivent), avoir le sens de l'humour.
Je ne sais pas comment aborder le sujet	Exprimer ce que l'on ressent.
	Installer le préservatif sans en parler.
	Mettre des préservatifs en vue.
Le préservatif met une barrière entre nous	C'est normal de craindre la réaction de l'autre (« Tu ne me fais pas confiance »), mais il faut faire valoir l'aspect positif de la situation (« Je veux te protéger », « On se respecte suffisamment pour vouloir se protéger »).
	Le sida et les autres infections pourraient aussi mettre une barrière.
	C'est normal d'avoir une période d'adaptation.
	Reconnaître le côté contraignant du préservatif, mais passer outre
Je veux qu'il mette un préservatif, mais il/elle refuse	Insister, ou refuser la relation sexuelle.
	Aller passer des tests : si tous les deux sont négatifs, faire une entente de fidélité.
	Éviter la pénétration, faire d'autres caresses.
	La fille peut dire que le préservatif est son unique moyen de contraception.
Je n'aime pas les préservatifs, ça me fait perdre mon érection	Ce sont des choses qui arrivent... Occupe-toi de mettre un préservatif. Moi je m'occupe de ton érection !
Pourquoi tu insistes ? Tu ne me fais pas confiance ?	Tu ne m'aimes pas ? Ça n'a rien à voir avec les sentiments qu'on éprouve l'un pour l'autre. N'importe qui peut avoir une IST ou le VIH sans le savoir.
Juste une fois s'il-te-plaît ! Qu'est-ce qu'on risque ?	Malheureusement, une seule fois suffit ! Alors justement, pourquoi prendre des risques inutiles ?

11

Le secours aux victimes pendant l'accident peut transmettre le VIH

VERITE: Le VIH vit dans le sang et se transmet au contact des lésions ou muqueuses. Au cours d'un accident, au moment de secourir une victime vous pouvez être exposé au VIH.

RELANCE: Comment se protéger du contact du sang et de la transmission du VIH dans une telle circonstance ?

REPONSE : Pour se protéger du contact direct du sang et réduire toute possibilité de transmission du VIH dans de telle circonstance, il faut porter des gants de soins avant de toucher toute personne blessée et s'assurer soi-même qu'on n'a pas de blessure sur ses mains ou sur une partie de son corps susceptible d'être en contact avec le sang des victimes.

12

Le test du dépistage VIH n'est pas un moyen de prévention du VIH

VERITE : le test de dépistage VIH permet seulement de connaître son statut sérologique à un instant donné et d'adopter ensuite des comportements à moindre risques.

RELANCE : Quels sont les réels comportements à risques qui exposent les camionneurs au VIH ?

RELANCE 2 : A quelle fréquence faut-il faire le test ?

RELANCE 3 : Si le test est négatif, quand faut-il refaire un test ?

REPONSES : En cas de sérologie négative, il est conseillé de refaire une fois le test trois mois après. Et entre temps, adopter le port systématique du préservatif en cas de rapport sexuel vaginal ou anal. Si le deuxième test est négatif, il n'est pas nécessaire de refaire d'autres tests mais il faut continuer à porter systématiquement et correctement le préservatif. Un autre test ne sera utile qu'en cas d'exposition au risque du VIH.

13

Les docteurs indigènes et les naturopathes des villages peuvent soigner le Sida et enlever le VIH

RUMEUR : Aucun traitement réel et sérieux pour guérir le Sida et ayant fait ses preuves n'existe jusqu'à ce jour. Il n'existe pas à ce jour une médecine capable de guérir ou d'extraire ou faire disparaître le VIH d'un corps infecté.

RELANCE : Quel est le rôle des ARV ? Qu'est-ce qu'une charge virale indétectable ?

REPONSE : Les ARV ou anti rétroviraux sont des médicaments qui limitent la multiplication du VIH en bloquant soit une étape de son cycle de réplication, soit son entrée dans la cellule. Ils ont pour rôle soit de diminuer ou rendre nul le taux de virus dans l'organisme (on parle de charge virale indétectable), soit de remonter le taux de globules blancs dans l'organisme.

Une personne séropositive sous traitement antirétroviral bien conduit et bien suivi, avec une charge virale indétectable, ne transmet pas le VIH.

Le terme « indétectable » est utilisé lorsque la quantité de virus présents dans le sang (la charge virale) est très faible. La charge virale indétectable ne signifie pas l'absence du virus, mais indique plutôt que la quantité de VIH dans un liquide organique atteint un niveau inférieur au seuil de détection par les tests. Cela indique que le VIH est moins actif dans sa réplication ou multiplication. Et ce ralentissement de l'activité du virus permet au système immunitaire de se reconstruire.



14

Le séropositif avait une mauvaise vie

RUMEUR : Le VIH ne fait aucune distinction de sexe, d'âge, de métier, de style de vie. Une seule et simple exposition à un risque peut conduire à contracter le VIH, un simple contact avec du sang souillé peut te contaminer. Il ne s'attrape pas seulement durant des rapports sexuels non protégés. Et un seul rapport peut te contaminer. Dire que le séropositif a une mauvaise vie c'est le stigmatiser et risquer de l'isoler encore plus en lui faisant perdre courage.

RELANCE : Quelles sont les conséquences de la stigmatisation chez une personne séropositive ?

REPONSE : Un bon moral est essentiel pour garder en santé une personne séropositive. Le repli sur soi, la dépression, la honte, l'isolement et la ségrégation familiale peuvent l'amener à se décourager et stopper son traitement. La dépression peut le fragiliser et affaiblir encore plus son système immunitaire.

15

On peut embrasser et toucher une personne séropositive sans risque d'infection

VERITE : Le VIH ne se transmet pas par des gestes de tendresse ni par la salive.

Il existe trois modes de transmissions du VIH : la voie sexuelle, la voie sanguine et celle de la mère à l'enfant.

RELANCE 1 : Peut-on être heureux avec une personne vivant avec le VIH ?

REPONSE : Oui on peut être heureux avec une personne vivant avec le VIH. Une personne vivant avec le VIH ne présente pas des signes de démence et n'est pas un obstacle à notre bonheur. Bien au contraire les personnes vivant avec le VIH ressentent toute une gamme d'émotions - peur, perte, chagrin, dépression, déni, colère, anxiété et ont plus besoin de nous pour les soutenir, les accompagner dans leur nouvelle vie. En effet, les problèmes psychologiques auxquels font face la plupart des personnes infectées par le VIH tournent autour de l'incertitude. Leurs espoirs et attentes futurs, leurs relations et leur carrière exigeront un certain ajustement afin qu'elles puissent faire face au VIH et mener une vie heureuse et productive.

RELANCE 2 : Un baiser profond peut-il transmettre le VIH ?

Non. Embrassez qui vous voulez ! Le baiser le plus profond qui soit n'est pas un danger, pour le sida en tout cas ! Certaines personnes se demandent si les éventuelles petites plaies ou lésions dans la bouche pourraient constituer un risque de transmission. Eh bien NON, redisons-le encore une fois : le baiser profond n'est pas une voie de transmission.

RELANCE 3 : Peut-on être contaminé par les pratiques suivantes : fellation, anulingus, doigté, cunnilingus ?

Oui : Si l'un des partenaires est infecté ou porteur du VIH avec saignement de sang, présence des sécrétions pré-éjaculatoire ou éjaculation dans la bouche. Dans ce cas, le sperme ou les autres liquides entre en contact avec les muqueuses de la bouche. Le risque est encore augmenté si la personne qui fait la fellation, le cunnilingus, ou l'anulingus a des petites plaies dans la bouche, comme par exemple après des soins dentaires, ou si elle vient de se laver les dents. Sachez aussi qu'à défaut du VIH, d'autres IST (infections sexuellement transmissibles) peuvent être transmises lors de ces pratiques : l'hépatite B et C, la syphilis, la blennorragie...

On ne peut pas être contaminé par le VIH en introduisant ses doigts (doigté) dans le vagin ou l'anus d'une personne, même s'il existe des plaies superficielles sur vos doigts (ongles rongés ou avec des peaux arrachées).

16

Avoir le sang fort protège du VIH

RUMEUR : Le virus peut se développer dans tous les sangs. Les seuls moyens pour se protéger du VIH restent à ce jour : l'abstinence (chasteté), le port correct du préservatif et la fidélité si on en est capable. Avoir le sang fort ne veut rien dire, c'est le système immunitaire (son système de défense) qui peut être fort ou faible. On peut être résistant à certaines maladies et pas à d'autres. On peut être fort physiquement ou très courageux et pourtant tomber malade. On peut avoir été épargné par la vie pendant longtemps et tomber malade un jour. Il suffit d'un contact entre ton sang et celui d'une personne contaminée, de ton liquide séminal avec celui d'une personne contaminée.

RELANCE 1 : Nommez quatre liquides corporels qui peuvent transmettre le VIH.

REPONSE : Sperme / liquide pré-séminal / Sécrétions vaginales / Lait maternel.

RELANCE 2 : Comment savez-vous que vous avez le sang fort ? De toutes les personnes que vous avez connues et qui sont décédées ou ont été victime d'un accident certaines n'avaient-elles pas aussi soit disant le sang fort ?

17

Si on est séropositif et qu'on ne se protège pas, on peut se réinfecter

VERITE : Tout rapport sexuel non protégé augmente le risque de contracter d'autres virus et IST. Une sur-contamination est une réinfection d'une personne séropositive par une différente variante ou souche du VIH lors d'un rapport sexuel non protégé avec une autre personne séropositive. Une réinfection par le VIH risque d'augmenter la charge virale et donc d'aggraver la maladie.

RELANCE: Quelles sont les maladies qu'on retrouve fréquemment chez les personnes séropositives ?

REPONSE : Les maladies généralement retrouvées chez les personnes séropositives sont appelées les infections opportunistes. Les plus fréquemment rencontrées sont : diarrhées

candidoses, infections pulmonaires et du tube digestif, tuberculose, maladie de Kaposi, maladies de la peau, maladies du sang.

18

Le VIH et le Sida ce n'est pas la même chose

VERITE : Le VIH est le virus qui cause le Sida. Le Sida est le stade de la maladie quand le virus a affaibli tout le système de défense immunitaire de l'organisme.

RELANCE: A quel moment dit-on qu'on est au stade de Sida ? Qu'est ce qui caractérise ce stade ?

REPONSE : Le Sida, ou « Syndrome d'Immunodéficience Acquise », est la phase tardive de l'infection par le VIH. Elle correspond à l'affaiblissement du système immunitaire de l'organisme, par la destruction des lymphocytes T4 (globules blancs). Le stade Sida est marqué ou caractérisé par le développement de maladies dites « opportunistes » : candidoses, infections pulmonaires et du tube digestif, tuberculose...

19

Se blinder est une protection contre le VIH

RUMEUR : Se blinder avec des écorces, des décoctions, des gris-gris et autres médecines traditionnelles n'a jamais empêché le SIDA de progresser. La seule protection valable pour empêcher la transmission du virus est d'éviter tout contact avec des sécrétions humaines (sperme, sang, lait maternel).



RELANCE 1 : Comment sait-on si on est infecté par le VIH ?

RELANCE 2 : Quels médicaments prend-t-on quand on a le VIH ?

RELANCE 3 : Où les prend-t-on ?

REPONSES : Les médicaments qu'on prend lorsqu'on a le VIH s'appellent les antirétroviraux et en cas de besoin, le traitement antirétroviral peut être associé au traitement des infections opportunistes si la personne infectée par le VIH en est victime. Ces médicaments sont disponibles dans les unités de prise en charge ou dans les centres de traitement agréés.

La prière empêche la transmission du VIH/SIDA

20

RUMEUR : La prière peut soigner l'âme mais ne protège pas le corps. Seul le port correct et systématique du préservatif protège efficacement du VIH. La prière peut être un remède au découragement, au doute, aux difficultés morales et psychologiques, mais elle n'empêche pas la maladie d'exister.

RELANCE : Chez les hommes, quels sont les liquides qui peuvent transmettre le VIH ?

REPONSE : Le sang, le sperme, le liquide pré-séminal.

Les camionneurs sont plus vulnérables à la contraction du VIH/SIDA

21

VERITE : La longue absence hors du foyer, les conditions de travail et de repos difficiles, le besoin de distraction sont autant de raisons qui fragilisent le camionneur et favorisent des relations sexuelles non protégées.

RELANCE 1 : Que peux-tu faire pour éviter de prendre des risques ?

REPONSE :

- Toujours avoir des préservatifs sur toi ou dans ton camion
- Évitez-les sorties et les points chauds sources de tentation ou y aller toujours muni de ton présé.
- Te protéger avec un préservatif à chaque rapport sexuel durant ton voyage
- Avoir des gants dans ta voiture pour éviter le contact avec le sang d'autrui

RELANCE: Après une prise de risque (préservatif oublié ou qui a craqué, partenaire occasionnelle à risque et rapport non protégé...), sais-tu ce qu'il convient de faire ?

REPONSE : Se procurer un traitement post-exposition(TPE) dans une unité de prise en charge ou un centre de traitement agréé VIH/SIDA

Le Sida est une maladie guérissable par la médecine traditionnelle camerounaise

22

RUMEUR : Il n'existe aucun traitement réel et sérieux pour guérir le Sida. Il n'existe pas à ce jour une médecine capable de guérir ou d'extraire ou faire disparaître le VIH d'un corps infecté. Pour qu'un médicament soit considéré comme efficace il ne doit avoir prouvé son efficacité sur un très grand nombre de patient et n'avoir aucun effet secondaire dans le temps. C'est un long processus qui doit être validé par des instances scientifiques indépendantes. Certaines recherches prometteuses qui semblaient être des avancées tangibles n'ont finalement pas de données de résultats et ont dû être stoppées.

RELANCE : Comment faire pour que le traitement ARV soit efficace ?

REPONSE : Trois principes fondamentaux déterminent l'efficacité du traitement ARV. Il s'agit de :

- La compliance: c'est quand une personne prend son traitement avec assiduité et régularité selon les conditions prescrites et expliquées par le personnel soignant ;
- L'adhésion ; c'est-à-dire la capacité du patient à être partie prenante de son traitement et de ses soins avec un désir de s'impliquer dans le projet thérapeutique ;
- Et l'observance : c'est le fait de s'approprier son traitement de façon à le rendre le plus efficace en suivant les conseils donnés par l'équipe médicale ;
- Bien prendre son traitement aux moments de la journée indiqués par l'équipe médicale ;
- Bien respecter les moments de prise du médicament par rapport aux repas : (pendant le repas, avant ou après) ;
- Respecter les intervalles de temps nécessaires entre chaque prise ;
- Ne pas se tromper de dose ;
- Eviter d'associer son médicament avec d'autres remèdes non prescrits ou recommandés par le médecin.

Une personne séropositive peut avoir des enfants

23

VERITE : Il existe à l'hôpital un suivi médical pour les personnes séropositives qui leur permet d'avoir des enfants sains non porteurs du VIH même si le ou les parents sont infectés.

RELANCE: Comment reconnaît-on qu'on est séropositif ou séronégatif ?

REPONSE : Le seul et unique moyen de connaître son statut sérologique, positif ou négatif, est de faire un test de dépistage VIH dans une formation sanitaire. Il est recommandé que si le résultat est négatif et que vous n'avez pas eu de risque de risques d'exposition au VIH dans les trois derniers mois précédant ce test, cela signifie que vous n'êtes pas infecté par le VIH. Mais en cas de prise de risque avant le test, il est conseillé de refaire un autre test trois après la prise de risque. Si le résultat est positif, un test de confirmation est recommandé et si celui-ci est positif, le patient doit être directement mis sous traitement ARV.

RELANCE 2 : Sais-tu ce qu'est un couple séro-différent ou séro-discordant ?

24

L'homme peut connaître son statut sérologique grâce au résultat de sa partenaire

RUMEUR : Seul son propre test permet de connaître son statut sérologique. Le test de dépistage se base sur le prélèvement de sang d'une personne il ne peut en aucun cas être valable pour indiquer la composition du sang d'une autre personne. De plus, ta partenaire peut avoir été contaminée et pas toi ou le contraire. Et cela même si vous êtes fidèles tous les deux. Elle peut avoir été contaminée par accident ou transfusion de sang et toi chez le coiffeur par exemple. Donc seul le test individuel te donnera une indication fiable et précise sur ton statut sérologique.

RELANCE: Le test de dépistage du VIH est-il le même pour l'homme et la femme?

REPONSE : Oui. Pour réaliser un test de dépistage aussi bien pour la femme que pour l'homme, on utilise les mêmes produits (réactifs, tests, consommables médicaux etc). Ce qui diffère dans ce processus c'est le résultat. Il n'y a pas un test de dépistage pour la femme et un autre pour l'homme.



25

Un vrai homme doit avoir plusieurs partenaires sexuelles

RUMEUR : Ce n'est pas le nombre de partenaires qui fait d'un homme un vrai homme. Cela peut augmenter le risque d'attraper IST et le VIH/SIDA et accroître les charges économiques.

La force d'un homme ne se manifeste pas dans le nombre de partenaires qu'il aura puisque c'est cela même qui peut l'affaiblir. Un vrai homme par contre doit être capable de faire des choix de vie, de soutenir sa famille, d'éduquer ses enfants, d'avoir une activité professionnelle, bref de rester le plus longtemps possible en bonne santé.

RELANCE: Qu'est-ce qui poussent les camionneurs à avoir des partenaires sexuels multiples le long de leur trajet routier ?

REPONSE : Les camionneurs sont très mobiles et ils passent plus de jours en dehors de leurs familles ou domiciles que les autres hommes. Leur absence du foyer est souvent difficile à vivre et à supporter. Ils peuvent donc être amenés à chercher du réconfort ou une compensation à leur éloignement familial. L'absence de confort le long de la route (pour se laver, se reposer) les amène aussi parfois à rechercher un lieu accueillant pour se poser la nuit. C'est pourquoi ils sont généralement plus enclins que les autres à avoir des partenaires sexuelles durant leur parcours

V. CLOTURE DU JEU

A la fin du jeu il est important de prendre le temps de recueillir un à un les ressentis des participants. Qu'ont-ils retenu de ce jeu ? Ont-ils découvert de nouvelles informations ? De nouvelles pistes de réflexion ? Cela va-t-il changer quelque chose dans leur croyance, leur comportement et/ou leur attitude. Il faut amener les participants à faire ce bilan pour leur permettre de prendre conscience de leurs acquis, mais aussi d'évacuer et d'exprimer leurs doutes, leurs ressentis négatifs sur certains sujets qu'ils auraient jugés choquants ou désagréables afin que l'animateur les aide à recentrer, nuancer ou préciser certaines positions.



DISTRIBUTION

Ce jeu est un outil pédagogique professionnel. Il est exclusivement distribué par l'organisation MOTO ACTION. Il ne peut être vendu ni reproduit sans l'autorisation expresse de MOTO ACTION. Il ne peut être exploité et/ou utilisé sans qu'au préalable des animateurs et/ou conseillers psychosociaux qualifiés aient bénéficié d'une formation spécifique délivrée par MOTO ACTION.

POUR EN SAVOIR PLUS :

ASSOCIATION MOTO ACTION

FRANCE CAMEROUN

Valérie SANDRES Yves MANGA

+33 6 84 04 40 74 +33 6 76 95 10 59

+237 698 51 28 38 +237 699 65 07 49

valerie@motoaction.org yves@motoaction.org

Email : info@motoaction.org

www.motoaction.org