

## Activités pédagogiques

Vous trouverez les consignes détaillées relatives à chaque activité pédagogique ci-dessous. Voici un aperçu des activités pédagogiques parmi lesquelles l'instructeur peut choisir :

Référence	Nom	Méthodes	Durée
3.9.1	Connaître le VIH / SIDA	Réflexion, discussion en groupe	15-45 minutes
3.9.2	Démonstration de pose du préservatif	Démonstration	15 minutes
3.9.3	« Nous vivons tous avec le VIH »	Affirmation, discussion	25 minutes

## Activité pédagogique

3.9.1

### Connaître le VIH / SIDA

---

#### MÉTHODE

Réflexion, discussion en groupe

#### OBJECTIF

Mobiliser et renforcer les connaissances des participants sur le VIH / SIDA.

#### DURÉE

Option abrégée : 15 minutes

- Réflexion : 5-7 minutes
- Discussion : 5-7 minutes

Option longue : 45 minutes – intégrées au cours

#### CONSIGNES

- Qu'est-ce que le VIH ? Qu'est-ce que le SIDA ?
- Comment le VIH se transmet-il ?
- Comment prévenir la transmission du VIH ?

#### RESSOURCES

- Activité pédagogique : consignes

*Conseils d'utilisation : Cette activité pédagogique doit être utilisée comme partie intégrante du cours 3.10, car les bonnes réponses au travail de groupe se trouvent dans le contenu du cours. Livrez les diapositives et le contenu liés au cours tout de suite après.*

### **Préparation**

- Sélectionnez des questions pour amorcer le brainstorming. Prévoyez de les intégrer au cours. Imprimez les titres en grand, qu'ils soient prêts pour une réflexion spontanée. Voir photo.

#### **Exemples de questions**

- Qu'est-ce que le VIH ? (*Syndrome de l'Immunodéficience Humaine – un virus qui affaiblit le système de défense humain contre les maladies*)
- Qu'est-ce que le SIDA ? (*Syndrome d'Immunodéficience Acquis*)
- Comment le VIH se transmet-il ? (*Relations sexuelles non protégées avec un partenaire contaminé, sang ou produits sanguins contaminés, partage d'aiguilles contaminés, mère-enfant pendant la grossesse, l'accouchement ou l'allaitement*).
- Peut-on savoir si une personne est séropositive ? (*Non*)
- Comment réduire le risque de contraction du VIH ? (*B-A - Ba*)
- Vous apprenez que vous avez peut-être été exposé au VIH - que faites-vous ? (*Dépistage et conseil anonymes. Le seul moyen de savoir si vous portez le VIH est de procéder à un dépistage.*)
- Vous apprenez que vous êtes séropositif - et maintenant ? (*Informer vos partenaires, voir un médecin pour le traitement ou pour prévenir différentes sortes d'infections qui apparaissent avec un système immunitaire affaibli, adapter son mode de vie.*)
- Comment devez-vous traiter les gens quand vous savez qu'ils sont séropositifs ou qu'ils ont le SIDA ? (*Avec le même respect que pour tout le monde. Les effets de la stigmatisation, de la disgrâce sociale et de l'exclusion peuvent être pires que les effets sur la santé. Ne colportez pas de commérages. L'ONU exige de son personnel qu'il garantisse le respect total des droits de chacun à l'anonymat, l'égalité et la non-stigmatisation pour les personnes séropositives.*)
- Préparez un tableau ou un paperboard pour noter les réponses.

### **Consignes**

1. Suivez votre plan de cours, en intégrant les questions et la réflexion au fur et à mesure. Récapitulez les bonnes réponses à la fin du cours.
2. Synthétisez et concluez avec les messages clés :
  - a) Il est possible d'éviter la transmission du VIH.
  - b) Protégez-vous grâce au B-A Ba : abstinence, fidélité, utilisation d'un préservatif quand c'est nécessaire.
  - c) Passez un dépistage pour savoir si vous avez le VIH ou le SIDA. Protégez-vous et protégez votre partenaire.
  - d) Respectez les personnes qui vivent avec le VIH et le SIDA. Tout le monde peut contracter le virus !
  - e) Prévenez le VIH / SIDA pour participer à la légitimité de la mission de maintien de la paix, tout comme pour votre propre sécurité et votre propre santé.

### **Variantes**

Demandez à différents participants de mener la réflexion et les réponses aux questions clés.

## Activité pédagogique

3.9.2

---

### Démonstration de pose du préservatif

#### MÉTHODE

Démonstration

#### OBJECTIF

S'assurer que tous les participants sachent utiliser correctement les préservatifs féminins et masculins.

#### DURÉE

15 minutes

- Introduction : 2 minutes
- Points clés : 6 minutes
- Démonstration : 6 minutes – y compris les questions / réponses
- Conclusion : 1 minute

#### CONSIGNES

- Regardez la démonstration.
- Avez-vous des questions?

#### RESSOURCES

- Activité pédagogique : consignes
- Support d'activité

### **Préparation**

- Préparez des préservatifs pour la démonstration - un masculin, un féminin. Si vous n'avez pas de préservatif féminin, téléchargez une image.
- Parcourez les instructions. Passez à la démonstration.
- Faites passer les emballages de préservatifs aux participants pendant la démonstration.

### **Consignes**

1. Présentez l'activité de manière neutre. Savoir utiliser un préservatif est une technique de survie aussi importante que la sécurité routière. Les deux partenaires sexuels doivent avoir ces connaissances.
2. Suivez les étapes de la démonstration. Demandez s'il y a des questions, répondez-y.
3. En conclusion, insistez sur le fait que l'ONU souhaite que l'ensemble de son personnel du maintien de la paix soit en sécurité. Il est possible d'éviter le VIH. Respectez les conseils de base pour minimiser les risques.

### 3.9.2 Support pédagogique : Démonstration de pose du préservatif

#### Préservation masculin

1. Vérifiez la date de péremption. Vérifiez que l'emballage du préservatif est intact. *(Montrez aux participants l'endroit où se trouve la date sur l'emballage. Pressez l'emballage pour montrer la poche d'air qui indique que l'emballage a été endommagé.)*
2. Ouvrez l'emballage avec précaution du côté dentelé sans endommager le préservatif. Ne vous servez pas de vos dents, de vos ongles ou d'un instrument coupant, afin de ne pas déchirer le préservatif.
3. N'enfilez le préservatif qu'une fois le pénis en érection complète. N'effectuez aucun acte sexuel impliquant une pénétration sans utiliser un préservatif.
4. Pincez l'air au bout du préservatif afin de laisser de la place pour le sperme. Placez le préservatif au bout du pénis en érection. Attention à ce qu'un ongle tranchant ne déchire pas le préservatif !
5. Déroulez le préservatif avec soin et le long du pénis en érection, jusqu'à ce que le pénis soit entièrement recouvert. Vérifiez qu'il n'y a pas d'air dans le préservatif.
6. Si vous avez besoin de lubrifiant, n'utilisez pas de Vaseline, d'huile pour bébé ni d'autre lubrifiant à base d'huile. Ils peuvent affaiblir le préservatif. Utilisez des lubrifiants à base d'eau comme le liquide ou la gelée KY.
7. Après l'acte sexuel, retirez-le alors que le pénis est encore en semi-érection : maintenez la base du pénis pour vous assurer que le préservatif ne glisse pas.
8. Ôtez le préservatif : tenez la base du préservatif et faites-le glisser. Faites attention de ne pas vous mettre du sperme sur les mains.
9. Ne pratiquez pas une nouvelle pénétration après avoir ôté le préservatif. Ne laissez pas votre partenaire toucher votre pénis non protégé, car il peut toujours y avoir du sperme sur la peau ou sur le gland.
10. Enveloppez le préservatif dans du papier toilette ou un mouchoir, et éliminez-le de manière appropriée – poubelle, feu, ou enfouissement. Ne le jetez pas dans les toilettes ; cela peut boucher les canalisations.

### 3.9.2 Support pédagogique : Démonstration de pose du préservatif

#### Préservatif féminin

1. Vérifiez la date de péremption. Vérifiez que l'emballage du préservatif est intact.
2. Ouvrez l'emballage avec soin, en déchirant depuis la flèche sur le dessus. Ne vous servez pas de vos dents, de vos ongles ou d'un instrument coupant, afin de ne pas déchirer le préservatif.
3. Insérez toujours le préservatif avant la pénétration. Le préservatif féminin peut s'insérer jusqu'à 8 heures avant le début des ébats.
4. Pressez le petit anneau sur le bout couvert et insérez le préservatif dans le vagin. Avec les doigts, poussez-le plus loin dans le vagin, jusqu'à ce qu'il se place confortablement contre le col de l'utérus, derrière le pubis. L'anneau externe reste à l'extérieur.
5. La partenaire doit maintenir l'anneau externe contre sa chair et guider son partenaire afin qu'il ne pénètre pas accidentellement sur le côté, ou qu'il ne pousse pas le préservatif à l'intérieur du vagin. Au moment de la pénétration, le pénis est « entouré » par l'anneau externe.
6. Après l'acte sexuel, maintenez l'anneau externe et faites-le tourner deux fois avant de le retirer, afin d'éviter un écoulement ou un contact avec le sperme.
7. Ne pratiquez pas une nouvelle pénétration après avoir ôté le préservatif. Ne touchez pas le pénis non protégé de votre partenaire, car il peut toujours y avoir du sperme sur la peau ou sur le gland.
8. Jetez le préservatif usagé de manière appropriée : poubelle, feu ou enfouissement.

## Activité pédagogique

## 3.9.3

« Nous vivons tous avec le VIH »

### MÉTHODE

Affirmation, discussion

### OBJECTIF

Prendre en compte les différentes manières dont le VIH / SIDA affecte les gens.

### DURÉE

25 minutes

### CONSIGNES

- Réfléchissez à la déclaration du Secrétaire général des Nations Unies sur le VIH.
- Que signifie « nous devons tous assumer la responsabilité de la riposte » ?

### RESSOURCES

- Activité pédagogique : consignes



### Préparation

- Préparez une diapositive ou un document portant cette citation du secrétaire général de l'ONU.

*« Quel que soit notre rôle dans l'existence, quel que soit le pays où nous habitons, nous vivons tous d'une façon ou d'une autre avec le VIH. Nous sommes tous concernés par le VIH. Nous devons tous assumer la responsabilité de la riposte. »*

*Ban Ki-moon, secrétaire général des Nations Unies.*

- Choisissez les questions qui guideront la discussion. Exemples :
  - Connaissez-vous quelqu'un qui a contracté le VIH ? Quelqu'un qui est mort du SIDA ? Quelqu'un qui est séropositif ? En quoi les infections par le VIH ou les décès du SIDA ont-ils affecté les partenaires, les familles, les communautés ?
  - Quel type de couverture médiatique y a-t-il pour le VIH / SIDA dans votre pays ? Avez-vous remarqué un changement de type de couverture ces dernières décennies ?
  - En vous appuyant sur le cours, jusqu'ici, que pensez-vous que le secrétaire général veut dire avec : *« Nous devons tous assumer la responsabilité de la riposte. »* (Les points clés comprennent l'absence de discrimination et de stigmatisation, ainsi que la réduction des risques personnels grâce au B-A-Ba).

### Consignes

1. Présentez l'activité en lisant la citation sur la diapositive projetée. Demandez aux participants d'y réfléchir.
2. Ouvrez la discussion en demandant aux participants ce que veut dire le secrétaire général selon eux.

### Variantes

- Invitez un participant à lire la citation.
- Demandez à des groupes par tables de discuter de la citation pendant environ 5 minutes, avant une discussion générale.