



## Comment le VIH se propage-t-il ?



### Pourquoi utiliser cette activité ?

Pour montrer comment le VIH et les infections sexuellement transmissibles (IST) peuvent se propager dans une communauté, et pour aider les gens à engager une réflexion personnelle sur les risques et les conséquences que pourrait avoir le VIH sur leur vie.

Veuillez lire l'**Outil A1 : Révéler le VIH : informations pour les facilitateurs** pour en savoir plus, ainsi que les « Informations de base » à la fin de cette activité.



### Brève description

Cette activité montre de quelle façon le VIH peut se propager dans une communauté, à l'aide d'une salutation de la main insolite qui représente des rapports sexuels non-protégés. Elle permet une discussion sur la transmission du VIH, les risques personnels et le dépistage du VIH.



### Ce qu'il vous faut

- papier et ciseaux
- des photocopies de la partie « VIH et sida : informations de base » à la fin de cette activité (pour les participants qui savent lire et voudront s'y reporter)



### Temps nécessaire

30 à 40 minutes



### Que faut-il faire ?

- Découpez suffisamment de petits bouts de papier pour qu'il y en ait un par participant. S'il y a moins de 20 participants, notez le chiffre zéro « 0 » sur deux des morceaux de papier, le numéro « 1 » sur deux morceaux, et un « X » sur deux morceaux. (S'il y a plus de 20 participants, notez le numéro « 0 » sur quatre morceaux, le numéro « 1 » sur quatre morceaux et un « X » sur deux morceaux.) Pliez tous ces morceaux de papier et placez-les dans une boîte, un sac ou un bol.
- Faites passer le récipient contenant les morceaux de papier et demandez à chaque personne d'en prendre un et de le déplier.
- Faites une démonstration de cette manière insolite et amusante de se saluer et expliquez-la.  
Dites : *Tenez-vous le nez ou le menton avec la main gauche, puis enfillez votre bras droit au travers de l'espace créé par votre bras gauche, et avec votre main droite, donnez une poignée de main à quelqu'un qui fait de même.*
- Faites une démonstration de cette manière de serrer la main avec quelqu'un d'autre.

Sensibilisation

Enfants et jeunes

Climat et environnement

Conflits et consolidation de la paix

Gouvernance et corruption

Gestion des risques de catastrophe

Discrimination et inclusion

Alimentation et moyens de subsistance

Égalité des sexes et Violences sexuelles

Santé et VIH

Influencer les décideurs

Migration et traite des personnes

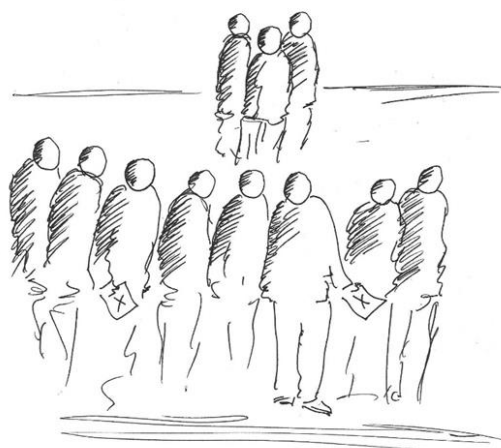
Eau, assainissement et hygiène

- **Dites** : *S'il y a un « 0 » sur votre morceau de papier, vous ne devez serrer la main de personne, uniquement faire un geste de salut de la main. S'il y a un « 1 » sur votre morceau de papier, vous pouvez serrer la main à une seule personne. S'il n'y a rien sur votre morceau de papier, ou un « X », vous pouvez saluer un **maximum de trois autres personnes** de cette façon. Ceci n'a rien d'obligatoire : vous pouvez refuser de serrer la main de quelqu'un si vous n'en avez pas envie. Maintenant, que tout le monde se promène et commence à se serrer la main.*

- Quand tout le monde a fini, demandez-leur de se mettre au fond de la pièce ou de l'espace que vous utilisez.

### Expliquez la signification de cet exercice et discutez-en

- Demandez aux deux personnes qui ont un « X » sur leur bout de papier de s'avancer.
- Dites : *Imaginez que, dans le jeu, ces deux personnes étaient séropositives dès le début. Le reste d'entre vous étiez séronégatifs.*
- Dites : *Dans le jeu, saluer quelqu'un de cette façon insolite représente le fait d'avoir un rapport sexuel non protégé avec elle / lui. Donc, tous ceux qui vous ont donné une poignée de main ont, selon le jeu, « eu un rapport sexuel non protégé » avec vous et se sont exposés au risque d'infection par le VIH. Que ceux qui ont serré la main de l'un d'entre eux viennent nous rejoindre devant.*



Puis, adressez-vous à ceux qui se trouvent encore à l'arrière...

Dites : *Tous ceux qui ont serré la main à l'un de ceux qui se trouvent devant, rejoignez-nous aussi devant. Dans le jeu, vous vous êtes également exposés au risque d'une infection par le VIH, en ayant un « rapport sexuel non protégé » avec quelqu'un qui a eu un « rapport sexuel non protégé » avec quelqu'un de séropositif.*

À ce stade, la plupart des participants devraient se trouver devant.

Demandez : *Avec combien de personnes avez-vous eu des « rapports sexuels non protégés » ? (Autrement dit, à combien avez-vous serré la main ?)*

- Si quelqu'un dit « personne », (p. ex. ceux qui avaient un « 0 » sur leur morceau de papier), expliquez-leur soit qu'ils se sont « abstenus », soit qu'ils ont systématiquement utilisé un préservatif correctement lorsqu'ils ont eu un rapport sexuel. Demandez-leur comment ils se sont sentis lorsqu'ils ont refusé de serrer la main à quelqu'un.
- Si quelqu'un a serré la main à une seule autre personne (p. ex. ceux qui avaient un « 1 » sur leur morceau de papier), dites-leur qu'ils ont été « fidèles », mais qu'ils pourraient

## A2 COMMENT LE VIH SE PROPAGE-T-IL ?

tout de même avoir été exposés à un risque d'infection si leur partenaire a eu des « rapports sexuels non protégés » avec d'autres personnes.

- Demandez si certains ont eu des « rapports sexuels non protégés » avec (c'est-à-dire serré la main à) plus de trois personnes (le maximum mentionné dans les instructions). Qu'est-ce qui les y a poussés ? Était-ce parce que les autres continuaient et qu'ils se sentaient poussés à faire la même chose, ou parce que c'était amusant ? Était-ce parce qu'ils ne voulaient pas offenser quelqu'un par leur refus ? Comment peut-on transposer cela à la vie réelle ?

**Discutez :**

- Combien de personnes au départ étaient porteuses du VIH ?
- Combien sont désormais exposées au risque d'infection ?
- Que cela nous explique-t-il concernant la propagation du VIH dans notre communauté ?

**Expliquez :** *D'après ce jeu, les relations sexuelles ont exposé beaucoup d'entre vous au risque d'infection par le VIH. Nous avons vu comment l'infection par le VIH peut se propager comme un feu de forêt. Mais vous ne savez pas si vous vivez avec le VIH ou non. Si nous savons et nous comprenons comment le VIH se propage, nous pouvons le stopper.*

Récupérez les morceaux de papier que vous aviez donnés aux participants en début d'activité.

**Clarifiez les informations de base concernant le VIH et le sida**

Vérifiez que les participants ont bien compris les informations de base sur le VIH et le sida. Posez-leur des questions et clarifiez les réponses en vous aidant des notes ci-dessous :

**Demandez :**

- Par quels moyens le VIH se transmet-il ?
- Par quels moyens n'est-il **pas possible** de transmettre le VIH ?
- Résumez la différence entre VIH et sida.

Sensibilisation
Enfants et jeunes
Climat et environnement
Conflits et consolidation de la paix
Gouvernance et corruption
Gestion des risques de catastrophe
Discrimination et inclusion
Alimentation et moyens de subsistance
<b>Égalité des sexes et Violences sexuelles</b>
<b>Santé et VIH</b>
Influencer les décideurs
Migration et traite des personnes
Eau, assainissement et hygiène



## Notes

Cette activité est extraite du manuel de Tearfund (2009) intitulé *Gardiens de la santé de nos enfants* [http://tilz.tearfund.org/en/themes/hiv/preventing\\_parent-to-child\\_transmission/gooch/?d=1%3Fd%3D1](http://tilz.tearfund.org/en/themes/hiv/preventing_parent-to-child_transmission/gooch/?d=1%3Fd%3D1)



## Pour en savoir plus

- Tearfund et Samaritan's Purse UK (2011) *Pensez moyens de subsistance ! Manuel du facilitateur pour l'adoption d'une optique basée sur les moyens de subsistance dans son travail avec les personnes, les ménages et les communautés touchés par le VIH* [http://tilz.tearfund.org/fr/themes/hiv/sustainable\\_livelihoods/](http://tilz.tearfund.org/fr/themes/hiv/sustainable_livelihoods/)
- Tearfund (2009) *Gardiens de la santé de nos enfants* [http://tilz.tearfund.org/fr/themes/hiv/preventing\\_parent-to-child\\_transmission/gooch/?d=1%3Fd%3D1](http://tilz.tearfund.org/fr/themes/hiv/preventing_parent-to-child_transmission/gooch/?d=1%3Fd%3D1)
- Tearfund (2011) *Le VIH et votre collectivité, supplément à Umoja : Guide de la facilitation* [http://tilz.tearfund.org/en/themes/hiv/church\\_mobilisation\\_on\\_hiv\\_issues/](http://tilz.tearfund.org/en/themes/hiv/church_mobilisation_on_hiv_issues/)

### Outils complémentaires

- A1 – Révéler le VIH : informations pour les facilitateurs [A1: Santé et VIH-1]
- A2 – Conseil et dépistage du VIH [A2: Santé et VIH-1]
- A2 – Mes supporteurs : lutter contre la stigmatisation liée au VIH [A2: Santé et VIH-3]
- A2 – Comment le VIH affecte-t-il les moyens de subsistance ? [A2: Santé et VIH-4]
- B – Attitudes à l'égard de la maladie et de la différence (étude biblique) [B: Discrimination & inclusion-1]
- B – Aimer les personnes marginalisées (étude biblique) [B: Discrimination & inclusion-2]
- B – Prendre soin de la veuve et de l'orphelin (étude biblique) [B: Discrimination & inclusion -3]
- B – Le VIH et le sida et la gloire de Dieu (étude biblique) [B: Santé et VIH-3]

Sensibilisation
Enfants et jeunes
Climat et environnement
Conflits et consolidation de la paix
Gouvernance et corruption
Gestion des risques de catastrophe
Discrimination et inclusion
Alimentation et moyens de subsistance
Egalité des sexes et violences sexuelles
Santé et VIH
Influencer les décideurs
Migration et traite des personnes
Eau, assainissement et hygiène

## **VIH et sida – informations de base**

### **Moyens de propagation du VIH**

Le virus d'immunodéficience humaine (VIH) vit dans le corps humain. Voici les seules façons dont le VIH peut être transmis :

**PAR DES RAPPORTS SEXUELS NON PROTÉGÉS** Le sexe est le moyen le plus courant de propagation du VIH. Ce dernier peut être transmis lors d'un rapport sexuel vaginal non protégé (sans préservatif) entre un homme et une femme. Le VIH peut aussi se transmettre entre deux hommes ou entre un homme et une femme qui ont des rapports anaux sans préservatif (lorsque le pénis d'un homme pénètre l'anus d'une autre personne), ou par le sexe oral (en léchant ou en suçant les organes sexuels d'une autre personne).

**TRANSMISSION DES PARENTS À L'ENFANT.** Si la mère vit avec le VIH, les bébés peuvent être infectés dans l'utérus, lors de l'accouchement ou par le lait maternel. Cela ne se produit pas systématiquement et il existe de nombreuses choses que les hommes et les femmes peuvent faire pour réduire ce risque.

**PAR LE SANG.** Si du sang provenant d'une personne séropositive est transfusé à une personne non infectée, cette personne contractera le VIH. Les dons de sang doivent toujours être testés pour le VIH et jetés s'ils sont infectés.

**PAR LES AIGUILLES ET LES LAMES.** Le VIH peut également être transmis par des aiguilles servant aux injections ou des lames qui ont déjà été utilisées sur une personne séropositive, sans être stérilisées. Le VIH peut également être transmis lors de cérémonies traditionnelles de tatouage ou de circoncision si la même lame est utilisée pour plusieurs personnes à la suite.

### **Les façons dont le VIH ne se transmet pas**

Le VIH ne se trouve en quantité suffisante pour pouvoir se transmettre que dans le sang, le sperme, le fluide vaginal et le lait maternel. (La salive, la transpiration et les larmes ne contiennent pas suffisamment de VIH pour infecter une autre personne.) Le VIH ne se transmet pas en s'embrassant, en serrant quelqu'un dans ses bras, en se tenant par / en se serrant la main, en utilisant les mêmes toilettes, en allant à l'école ou au travail ensemble, en portant les habits de quelqu'un d'autre, en partageant la même nourriture et les mêmes boissons, en éternuant, en toussant, ou par des piqûres de moustique.

### **Différence entre VIH et sida**

Le VIH (le virus) attaque et se reproduit à l'aide de certains globules blancs spécifiques contenus dans le sang du corps humain (cellules CD4). Pendant plusieurs années après l'infection, la personne peut avoir l'air en bonne santé et ne pas avoir de symptômes, car son système immunitaire est encore fort. Toutefois, le VIH finit par affaiblir le système immunitaire à tel point que d'autres « infections opportunistes » et maladies peuvent facilement pénétrer le corps et y rester. Cette étape s'appelle le sida (syndrome d'immunodéficience acquise). Avec un traitement ARV et une bonne alimentation, il est possible de retrouver une vie en bonne santé avec le VIH.

Sensibilisation

Enfants et jeunes

Climat et environnement

Conflits et consolidation de la paix

Gouvernance et corruption

Gestion des risques de catastrophe

Discrimination et inclusion

Alimentation et moyens de subsistance

Égalité des sexes et Violences sexuelles

Santé et VIH

Influencer les décideurs

Migration et traite des personnes

Eau, assainissement et hygiène



### Médicaments antirétroviraux (ARV)

Il existe des médicaments appelés antirétroviraux (ARV) qu'une personne vivant avec le VIH peut commencer à prendre quand son système immunitaire est trop affaibli pour lutter contre les autres infections et quand le sida fait son apparition. Les ARV peuvent aider le système immunitaire à se rétablir en réduisant la quantité de VIH dans le corps, parfois à tel point que les tests de dépistage du VIH ne peuvent plus le détecter. Toutefois, le VIH reste dans le corps, et si la personne arrête de prendre les ARV, la quantité de VIH dans son corps augmentera à nouveau à un moment ou à un autre. Une fois que la personne a commencé à prendre des ARV, si elle continue à les prendre tous les jours conformément à ce qui lui a été prescrit, elle restera généralement en forme et en bonne santé pendant encore de nombreuses années.

### Peut-on guérir du VIH ou du sida ?

Une personne vivant avec le VIH peut faire de nombreuses choses pour rester en bonne santé et vivre plus longtemps. Toutefois, il n'existe encore aucun médicament ni traitement curatif pour le VIH qui puisse détruire et éliminer de façon permanente le virus du corps. Les traitements antirétroviraux (ARV) actuels doivent être pris à vie pour garder le VIH sous contrôle.

Certains guérisseurs traditionnels affirment qu'ils peuvent guérir le VIH et le sida, et certains responsables d'Église affirment qu'ils peuvent guérir le VIH par la foi. Bien que nous ne puissions exclure la possibilité d'un tel miracle, il n'existe aucun cas prouvé et scientifiquement confirmé ou documenté. En matière de VIH et de sida, nous devons toujours nous efforcer de faire une distinction utile entre « guérison » et « remède ». La guérison peut prendre une diversité de formes : guérison psychologique, émotionnelle, spirituelle, nutritionnelle, réparation et restauration du système immunitaire, etc. Toutes ces formes de guérison peuvent résoudre les problèmes de santé causés par une inquiétude constante, l'anxiété, la dépression chronique et les privations.

Lorsque les gens prient, ils aspirent à la guérison de leur âme, de leur corps et de leur esprit. Dieu pourvoit également à notre santé par le biais de la nourriture, de l'eau et des médicaments, y compris les ARV. Lorsque les chrétiens prient et prennent des ARV, ils peuvent vivre en bonne santé et épanouis, bien que le VIH soit toujours présent dans leur corps. Il est donc très important que les leaders spirituels ne dissuadent pas les gens de prendre des ARV, mais plutôt qu'ils encouragent les membres de leur communauté qui vivent avec le VIH ou qui sont malades du sida (et ceux qui s'occupent d'eux) à rechercher une guérison holistique par le biais de la prière, de l'amour, de l'acceptation, de la miséricorde et du pardon, des soins, du soutien et des traitements ARV. Le Dieu des miracles spirituels et émotionnels est le même Dieu qui se trouve derrière les découvertes scientifiques qui nous aident à prévenir, interrompre et contrôler les maladies et les décès qui sont liés (ou non) au VIH et au sida.

Sensibilisation
Enfants et jeunes
Climat et environnement
Conflits et consolidation de la paix
Gouvernance et corruption
Gestion des risques de catastrophe
Discrimination et inclusion
Alimentation et moyens de subsistance
Egalité des sexes et violences sexuelles
<b>Santé et VIH</b>
Influencer les décideurs
Migration et traite des personnes
Eau, assainissement et hygiène