

# d' Ikambere

*"La maison accueillante"*



Association pour une prise en charge globale des femmes vivant avec le VIH

## Édito

### De nouvelles arrivées pour développer les projets d'Ikambere

Le premier semestre 2017 a été marqué par de nouvelles arrivées au sein de l'équipe d'Ikambere et par la volonté d'enrichir l'accompagnement des femmes que nous accueillons.

Des présentations de ces nouvelles actrices importantes de la vie d'Ikambere sont exposées dans cette lettre. Nous vous laissons prendre connaissance de leurs interviews.

Au milieu de ce semestre, un temps fort a été la journée internationale des droits des femmes à Ikambere le 8 mars 2017. Le thème de la journée a été « La prévention et la santé sexuelle des femmes vivant avec le VIH ».

Des semaines thématiques autour du bien-être et de la citoyenneté ont été mises en place pour ouvrir les femmes à de nouvelles pratiques.

Le semestre s'est terminé par la traditionnelle sortie à la plage qui a marqué le début de la période estivale. Un moment unique d'évasion au grand air. La vie d'Ikambere, ce sont aussi ces petits moments de liberté, de plein air et de joies simples.

Dr Abdon Goudjo  
Président d'Ikambere



## Sommaire

### Édito ..... 1

- De nouvelles arrivées pour développer les projets d'Ikambere

### Interviews ..... 2-3

- Assita Maïga : « Les femmes doivent devenir actrices de leur prise en charge »
- Fatem-Zahra Bennis : « Nous souhaitons valoriser le savoir-faire d'Ikambere »

### Brèves ..... 4

## Ikambere

39, boulevard Anatole France  
93200 Saint-Denis  
Tél : 01 48 20 82 60 - fax : 01 42 43 69 92  
Mail : contact@ikambere.com  
Accueil et permanence téléphonique :  
du Lundi au Vendredi de 9h à 18h.

[www.ikambere.com](http://www.ikambere.com)

## « Les femmes doivent devenir actrices de leur prise en charge »

Assita Maïga, médiatrice de santé, a rejoint Ikambere en avril dernier pour renforcer entre autres le projet « d'éducation thérapeutique du patient ».



**Q** u'est ce qui vous a convaincu de rejoindre l'équipe d'Ikambere ?

J'avais connaissance du travail réalisé par Ikambere notamment auprès des femmes et dans les hôpitaux. En rejoignant Ikambere, j'ai le sentiment de contribuer au mieux-être des femmes atteintes par le VIH/Sida et de rejoindre une belle et grande famille, accueillante et unie. Aussi, j'avais envie de rejoindre une équipe de professionnels, d'experts qui contribuent depuis 20 ans, à la lutte contre le sida.

**Pourriez vous nous expliquer votre rôle au sein d'Ikambere ?**

Je suis médiatrice de santé. J'interviens au sein des permanences dans 12 hôpitaux en Ile-de-France. Je mène également des actions de prévention et d'information dans les foyers de travailleurs migrants, et enfin je suis en charge du projet d'éducation thérapeutique auprès des femmes accompagnées par l'association Ikambere, depuis avril dernier.

**En quoi consiste le projet d'éducation thérapeutique ?**

Les femmes accompagnées à Ikambere bénéficient d'une prise en charge globale pour améliorer leurs conditions de vie et les accompagner vers l'autonomie. Le projet d'éducation thérapeutique contribue à cette approche globale et a pour objectif de former et d'accompagner les femmes à devenir actrices de leur santé et de leur prise en charge. Pour mieux gérer la maladie, elles doivent devenir des patientes éclairées et informées.

Mon rôle est de les conduire à cela en établissant un lien de confiance pour qu'elles puissent se confier et exprimer leurs questionnements, angoisses et besoins.

Je les aide à prendre conscience de l'intérêt de l'observance et des conséquences concrètes d'une bonne hygiène de vie. Quand les femmes respectent leur traitement, ont une alimentation saine et effectuent de l'exercice physique, elles peuvent vivre aussi longtemps qu'une personne séro-négative. C'est un message fort que j'essaie de leur transmettre !

**Expliquez-nous comment vous mettez en place le projet d'éducation thérapeutique ?**

Je travaille en étroite collaboration avec les assistantes de service social qui réalisent un questionnaire et m'orientent les femmes. J'élabore ensuite avec chacune un accompagnement personnalisé et suivi sur 5 séances. Pendant ces séances, j'établis un diagnostic des pratiques et je réponds à leurs questions. Beaucoup d'entre elles se questionnent sur la maternité ou les effets indésirables des traitements.

J'organise aussi des ateliers collectifs pour favoriser les discussions et permettre l'intervention de professionnels de santé (médecins, pharmaciens, diététiciennes, etc.). J'utilise également des jeux ludiques pour aborder des thèmes comme l'estime de soi ou le regard des autres.

Enfin, je dirais que l'éducation thérapeutique permet de faire le lien entre l'accompagnement social et la prise en charge médicale. J'observe des femmes plus responsables, mieux informées avec une meilleure estime d'elles-mêmes ! ♦

# « Nous souhaitons valoriser le savoir-faire d'Ikambere »

Après quelques années passées en fondation d'entreprise, Fatem-Zahra a rejoint l'équipe pour y apporter son expertise du mécénat d'entreprise.

## **P**ourriez-vous nous présenter votre parcours ?

Après plusieurs années passées au sein d'une fondation d'entreprise dont la mission est de financer et d'accompagner des projets associatifs en faveur des femmes, j'ai fait le choix de rejoindre l'équipe d'Ikambere. J'avais le souhait de passer sur le terrain, de rejoindre une association agissant concrètement en faveur de l'autonomie des femmes.

## **Quel est votre rôle à Ikambere ?**

Je travaille à diversifier et à développer les ressources de l'association. En d'autres termes, mon rôle est de convaincre de nouveaux partenaires financiers à rejoindre l'aventure Ikambere et aussi de fidéliser nos partenaires historiques en développant de nouvelles approches et projets. Je travaille en collaboration avec toute l'équipe pour identifier leurs besoins et essayer d'y apporter des solutions concrètes avec l'expertise et la participation de partenaires externes. Ikambere est une structure idéale pour proposer des approches innovantes.

## **Quels sont les projets à venir ?**

Nous souhaitons renforcer le projet d'insertion professionnelle pour apporter des solutions et des débouchés aux femmes accompagnées. Dans cette démarche, je suis en lien avec plusieurs structures de l'économie sociale et solidaire pour créer des passerelles et renforcer notre approche. Aussi, je crois beaucoup au partage d'expertises notamment via le mécénat de compétences. Il s'agit de permettre à des salariés d'entreprises classiques, d'apporter sur leur temps de travail, leurs compétences à l'association ou à ses bénéficiaires. Il s'agit d'une opportunité pour renforcer le professionnalisme du secteur associatif et aussi d'ouvrir les femmes à de nouveaux profils. A titre d'exemple, dans le cadre du projet d'insertion professionnelle, nous avons accueilli des salariés qui ont coaché et mené des entretiens professionnels à une dizaine de femmes. Une expérience très bénéfique pour toutes les parties prenantes et je suis convaincue qu'il s'agit d'une voie intéressante pour renforcer notre impact.



Aussi, Ikambere a développé depuis 20 ans une formidable expertise dans la prise en charge globale des femmes vivant avec le VIH. Je souhaite que cette expertise soit diffusée et partagée largement. C'est la raison pour laquelle, je souhaite que nous renforçons notre projet « Formation, information » en structurant notre offre de formations et enfin devenir organisme de formation. Enfin, nous allons lancer dans quelques mois notre première campagne de « crowdfunding » ou financement participatif. Ce dispositif mis à disposition des associations permet, sur des projets précis, de lever des fonds auprès du grand public. Nous souhaiterions, utiliser cet outil, pour financer la rénovation des appartements passerelles dans lesquels sont hébergés 10 femmes suivies par Ikambere.

Je suis très enthousiaste à l'idée de participer au développement de ces nouveaux projets et de contribuer à la mission d'Ikambere. ♦

## SANTÉ ET BIEN-ÊTRE À IKAMBERE

Ikambere a organisé du 3 au 7 juillet 2017 une semaine dédiée au « Bien-être ». Au delà des activités régulières mises en place, l'équipe a souhaité faire découvrir de nouvelles activités favorisant le bien-être et le lien social. Au programme, séance de Yoga, sortie à la piscine ou encore atelier d'olfaction grâce à l'intervention d'un parfumeur bénévole.



A cette occasion, un nouveau partenariat a été noué avec l'association ADSF (Agir pour la Santé des Femmes) pour réaliser une séance d'information et de dépistage des cancers du sein et de l'utérus. L'association réalise des maraudes grâce à des équipes mobiles pour aller à la rencontre des plus démunies et en particulier des femmes vivant dans les hôtels d'hébergement d'urgence, squats ou bidonvilles. Dans le cadre de la semaine « Santé & Bien être », l'association ADSF a mis à disposition sa salle d'examen mobile (dans un camion) où deux sages-femmes ont réalisé des examens et rappelé l'importance du dépistage !

Ikambere a également bénéficié de l'expertise du Docteur Ghada Hatem (Fondatrice de la Maison des Femmes de Saint-Denis), gynécologue et spécialiste de la prise en charge des mutilations sexuelles féminines. Le Docteur Hatem a animé un groupe de paroles autour de l'excision et des réparations possibles.

Une discussion riche en questions et en partage d'expériences pour alerter les femmes sur la dangerosité de ces pratiques et informer sur les solutions de prise en charge possibles.



## JOURNÉE DES DROITS DES FEMMES

À l'occasion de la Journée Internationale des droits des Femmes, Ikambere s'est mobilisée pour sensibiliser les femmes à leurs droits.

Le thème de la journée du 8 mars 2017 était « La prévention et la santé sexuelle des femmes vivant avec le VIH ». Trois intervenants nous ont fait l'honneur de leur présence pour aborder ce thème : le Docteur Marie Poupard qui a traité le sujet « La prévention combinée et diversifiée », le Docteur Sévéne qui est intervenu sur « La santé sexuelle et les droits sexuels », tandis que Catherine Kapusta du planning familial a rappelé aux femmes les différents moyens de contraception à leur disposition.

Après une ambiance studieuse, il y eut alors un moment de détente.

L'ambiance de fête était au rendez-vous car les femmes devaient concourir à la fois sur la gastronomie du pays natal, sur la plus belle tenue présentée au défilé de mode et enfin sur la plus belle danse traditionnelle.

## L'ARTISANAT DES FEMMES ROSEAUX

Un groupe de femmes de plus de 50 ans s'est constitué à Ikambere. Elles se prénomment les « Femmes Roseaux ». A l'image des roseaux qui poussent le long des rivières, elles se courbent sans jamais rompre malgré la vieillesse et la maladie. Elles constituent un groupe solidaire, un groupe de paroles où elles partagent leur quotidien, leurs angoisses et leurs joies. Coordonné par Marietou Ratier, assistance de service social, le groupe a pour objectif de maintenir le lien social, développer des activités et favoriser l'entraide entre ces femmes souvent isolées.

A titre d'exemple, elles se réunissent une fois par semaine pour confectionner des bijoux fantaisies. L'objectif est à la fois de se retrouver et de créer ensemble. Afin de financer quelques-unes de leurs actions, elles ont même décidé d'exposer et de vendre leurs créations. Pari tenu grâce à notre partenaire Vinci qui leur a mis à disposition un stand de vente au sein de leurs locaux. Les « femmes roseaux » ont ainsi pu présenter leur travail et récolter quelques euros pour organiser des sorties culturelles. Une belle initiative qui valorise l'engagement du groupe !