



Réponses pour elles

GUIDE PRATIQUE

Animer des groupes de parole autour
de la santé sexuelle à destination des
femmes migrantes originaires d'Afrique
subsaharienne



GUIDE PRATIQUE RÉPONSES POUR ELLES

Animer des groupes de parole autour
de la santé sexuelle à destination des
femmes migrantes originaires d'Afrique
subsaharienne

SOMMAIRE

INTRODUCTION ----- page 7

PARTIE 1 ----- page 11

Présentation de l'outil de sensibilisation « Réponses pour Elles »

PARTIE 2 ----- page 31

Animation d'un groupe de parole avec l'outil « Réponses pour Elles »

CONCLUSION ----- page 43

INTRODUCTION

« Réponses pour Elles » est un outil qui contribue à **accroître l'autonomie, les capacités et le pouvoir d'agir** des femmes migrantes originaires d'Afrique subsaharienne sur les questions de santé sexuelle.

Ce guide pratique a pour objectif d'accompagner les professionnels du secteur médico-social à la mise en place de groupes de parole autour de la santé sexuelle en s'appropriant l'outil de prévention « Réponses pour Elles ».

CONTEXTE D'INTERVENTION

Les femmes migrantes présentent un ensemble de facteurs de vulnérabilités économique, sociale, juridique et épidémiologique. Elles sont exposées à de multiples risques liés à leur santé sexuelle : complications propres à la grossesse et à l'accouchement, et violences sexuelles notamment. Selon la stratégie nationale de santé sexuelle 2017-2030, entre 35 et 49% des migrantes subsahariennes suivies pour le VIH en Île-de-France ont contracté le virus après leur arrivée¹.

Face à cet enjeu, les actions de sensibilisation en santé sexuelle sont nécessaires pour permettre aux femmes migrantes d'améliorer leurs connaissances et leurs compétences en matière de santé sexuelle et ainsi prévenir les risques d'exposition ou d'aggravation de leur santé.

1 - Ministère des Affaires sociales et de la santé (2017) - Stratégie nationale de santé sexuelle 2017-2030

Desgrées du Loû, A., Ravalihasy, A. & Pannetier, J. (2017). Des situations de précarité qui exposent aux risques sexuels et au VIH [1]. Dans : Annabel Desgrées du Loû. Parcours de vie et santé des Africains immigrés en France (pp. 139-159). Paris : La Découverte.

UN OUTIL RÉALISÉ PAR DES ACTEURS RECONNUS DE LA PRÉVENTION : LE CRIPS & IKAMBERE

L'association IKAMBERE

Créée en 1997, l'association IKAMBERE, est un lieu ressource dédié à la prise en charge personnalisée des femmes en situation de précarité vivant avec le VIH en Île-de-France. En 24 ans d'existence, IKAMBERE a mis en place une méthodologie d'accompagnement global permettant aux femmes en situation de précarité, vivant avec le VIH, d'apprendre à vivre avec la maladie, de retrouver confiance et estime de soi afin d'évoluer progressivement vers l'autonomie.

IKAMBERE mène également des actions de médiation à l'hôpital, de prévention des IST et de dépistage VIH/VHC à destination du grand public et notamment à destination des personnes migrantes originaires d'Afrique subsaharienne. IKAMBERE a développé une expertise spécifique dans la prise en charge de ce public, et en particulier des femmes migrantes qui sont exposées à des problématiques particulières. En 2016, l'association a d'ailleurs mené une étude interne et a publié un livret sur les pratiques sexuelles à risque chez les femmes migrantes originaires d'Afrique subsaharienne.

contact@ikambere.com
www.ikambere.com
01 48 20 82 60

Le CRIPS Île-de-France

Depuis 1988, le CRIPS est l'organisme associé de la Région Île-de-France en charge de développer les politiques de prévention santé sur le territoire francilien. Au travers de son programme Prev'ensemble, le CRIPS Île-de-France intervient depuis une dizaine d'années auprès des personnes migrantes ou d'origine étrangère.

prevention@lecrips.net
www.lecrips-idf.net
01 84 03 96 96

PARTIE 1

Présentation de l'outil de sensibilisation «Réponses pour Elles»

L'outil « Réponses pour Elles » a été conçu par IKAMBERE qui s'appuie sur son expertise de l'accueil et de la prise en charge au quotidien de femmes originaires d'Afrique subsaharienne depuis 1997. Il tient compte des codes culturels (la perception du corps, de la sexualité, des rapports de genre) des niveaux de connaissance, de lecture et de pratiques.

« Réponses pour Elles » prend la forme d'un jeu de cartes illustré et attractif et est conçu comme un outil informatif.

OBJECTIFS

L'outil vise à renforcer :

- Les comportements favorables à la santé sexuelle ;
- Les connaissances en matière de droits ;
- La capacité d'agir grâce à l'identification de lieux et de personnes ressources.

Mon corps est à moi, je suis seule à choisir.



1 Mon corps est à moi, ça veut dire que je suis seule à choisir.

Si je veux avoir des rapports sexuels ou non. Personne n'a le droit de me forcer.

et même pas mon mari !



Ça veut dire aussi que j'ai le droit :



de choisir mon partenaire sexuel.



d'être libre de mon orientation sexuelle.



de décider si je veux des enfants ou pas. Combien d'enfants je veux.



île de France
prévention | santé | sida

MON CORPS EST À MOI, JE SUIS SEULE À CHOISIR

Questions qui peuvent guider les échanges :

→ Qu'est-ce que le consentement ?

Donner son consentement, c'est donner une autorisation, un accord. Le consentement doit toujours être libre et éclairé. Le consentement sexuel peut être défini comme l'accord libre et éclairé que l'on donne à une personne au moment d'avoir une activité sexuelle. Le consentement doit être mutuel. Le consentement ne peut pas être obtenu par la crainte, la force, sous l'usage de menace ou de chantages. Il n'a pas de caractère permanent et peut changer selon le contexte et même au cours d'un même acte sexuel. www.amnesty.fr

→ Que signifie le terme « violences sexuelles » ?

Les violences à caractère sexuel recouvrent les situations dans lesquelles une personne impose à autrui un ou des comportements, un ou des propos (oral ou écrit) à caractère sexuel. En d'autres termes, elles sont subies et non désirées par la victime. Elles sont l'expression d'une volonté de pouvoir de l'auteur sur la victime. Ces violences portent atteinte aux droits fondamentaux de la personne, notamment à son intégrité physique et psychologique. Elles sont interdites par la loi et sanctionnées pénalement. arretonslesviolences.gouv.fr

→ Qu'est-ce que le mariage forcé ?

Le mariage forcé est une violence qui consiste à marier une personne contre sa volonté. En France, le mariage forcé est interdit.

www.planning-familial.org / federationgams.org

→ Qu'est-ce que sont les mutilations sexuelles féminines ?

Les mutilations sexuelles féminines sont des interventions qui altèrent ou lèsent intentionnellement les organes génitaux externes de la femme pour des raisons non médicales (clitoridectomie, excision, infibulation, etc.). www.excisionparlonsen.org

→ Qu'est-ce que le droit à l'IVG (interruption volontaire de grossesse) ?

En France, toute femme enceinte, y compris mineure, qui ne souhaite pas poursuivre une grossesse peut en demander l'interruption. La pratique est réglementée et plusieurs étapes doivent être respectées, avant et après l'intervention. L'IVG est parfois aussi appelée « avortement ».

www.ivg.gouv.fr

J'ai le droit d'être bien informée.



2 Quelle que soit ma situation, que je sois :

étrangère séropositive sans papier pauvre handicapée lesbienne



J'ai le droit :



d'être soignée



d'être informée



à un interprète



J'AI LE DROIT D'ÊTRE BIEN INFORMÉE

Questions qui peuvent guider les échanges :

→ Qu'est que le droit à l'information médicale ?

L'information du patient est un principe fondamental défini par la loi.

« Le médecin doit à la personne qu'il examine, qu'il soigne ou qu'il conseille, une information loyale, claire et appropriée sur son état, les investigations et les soins qu'il lui propose. Tout au long de la maladie, il tient compte de la personnalité du patient dans ses explications et veille à leur compréhension. » (Article R.4127-35 du code de la santé publique).

www.conseil-national.medecin.fr

→ En quoi consiste le secret médical ?

La notion de secret médical signifie que l'ensemble des informations portées à la connaissance du professionnel de santé sont strictement confidentielles. www.france-assos-sante.org

→ Que sont les PASS (Permanences d'accès aux soins de santé) ?

Les PASS permettent une prise en charge médicale et sociale pour des personnes ayant besoin de soins mais ayant du mal à y accéder, du fait de l'absence de protection sociale, de leurs conditions de vie, ou de leurs difficultés financières. Elles donnent accès à des consultations de médecine générale ou spécialisée.

Les PASS sont généralement situées dans les grands centres hospitaliers des territoires.

J'ai le droit d'avoir des rapports sexuels en toute sécurité.



3 J'ai le droit d'avoir des rapports sexuels en toute sécurité



Je peux choisir le préservatif que je veux : masculin/externe ou féminin/interne.



Je peux refuser un rapport sexuel sans préservatif.



Le **préservatif** protège du vih et des infections sexuellement transmissibles (IST) et des grossesses non désirées.



Il existe d'autres moyens pour se protéger du vih comme la PrEP (voir carte 8).



île de France
prévention | santé | sida

J'AI LE DROIT D'AVOIR DES RAPPORTS SEXUELS EN TOUTE SÉCURITÉ

Questions qui peuvent guider les échanges :

→ Qu'est-ce qu'un rapport sexuel à risque ?

Il s'agit de rapports non protégés. Ne pas mettre de préservatif peut entraîner des conséquences telles que des infections sexuellement transmissibles (IST) dont le VIH/SIDA, et des grossesses non désirées.

→ Comment négocier le port du préservatif ?

Recommandation : privilégier les mises en situation lors du groupe de parole.

→ **Si la question est :** « Tu prends la pilule donc pourquoi mettre un préservatif ? » // **La réponse peut être :** « La pilule empêche les grossesses mais seul le préservatif protège des IST et du VIH. »

→ **Si la question est :** « Pourquoi tu insistes ? Tu ne me fais pas confiance ? Tu ne m'aimes pas ? » // **La réponse peut être :** « Cela 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. »

→ **Si la question est :** « Juste une fois s'il te plaît ! Qu'est-ce qu'on risque ? » // **La réponse peut être :** « Malheureusement, une seule fois suffit ! Alors justement, pourquoi prendre des risques inutiles ? »

→ Qu'est-ce que la prévention diversifiée ?

La prévention diversifiée consiste à combiner plusieurs outils de prévention en fonction de sa situation, de ses besoins, de ses pratiques sexuelles ou de son mode de vie. La prévention diversifiée repose sur plusieurs principes :

- L'utilisation des préservatifs internes et externes
- Le recours au dépistage
- La PrEP (se référer à la carte 8)
- Le TPE – « traitement post exposition » : traitement d'urgence après une exposition au VIH afin d'éviter l'infection.
- Le traitement comme prévention (TasP) : le traitement antirétroviral abaisse très fortement la présence du VIH dans le sang jusqu'à l'obtention d'une charge virale indétectable, ainsi elle ne peut pas le transmettre.

www.preventionsida.org

→ Comment se porte un préservatif externe ou interne ?

Recommandation : Demander à l'une des participantes de faire la démonstration ou la faire.

Ne mettez rien dans votre vagin.



4 Ne mettez rien dans votre vagin :



Produits chimiques :
bleu de méthylène,
naphtaline.



Pierre d'alun.



Plantes traditionnelles, ovules naturels, décoctions.



Citron,
gingembre,
miel, menthe,
feuilles de chanvre...

Ces produits détruisent l'intérieur de votre vagin et sont dangereux pour votre santé. Le vagin se nettoie tout seul.



NE METTEZ RIEN DANS VOTRE VAGIN *

Questions qui peuvent guider les échanges :

→ Quelles sont les fonctions du vagin ?

Les quatre principales fonctions du vagin sont :

- Servir de voie de passage à l'écoulement de sang et de tissus muqueux provenant de l'utérus lors des menstruations;
- Recevoir le pénis lors des relations sexuelles;
- Retenir le sperme jusqu'à ce qu'il passe dans l'utérus;
- Servir de voie de passage à l'enfant lors de l'accouchement.

→ Qu'est-ce que la flore vaginale ?

La flore désigne la population bactérienne située dans le liquide qui recouvre les parois du vagin. Ces bactéries jouent un rôle protecteur essentiel. Elles préservent un pH (potentiel Hydrogène) acide à l'intérieur du vagin et empêchent le développement de maladies comme les mycoses.

→ Quelles sont les conséquences de l'introduction de produits ?

L'introduction de produits dans le vagin (citron, gingembre, naphtaline, etc.) est dangereuse pour l'équilibre naturel du pH (potentiel Hydrogène) vaginal et peut favoriser la destruction de la flore vaginale, la transmission d'IST/VIH et l'infertilité.

→ Quelle hygiène adopter pour nettoyer le vagin ?

Le vagin secrète naturellement des liquides qui ont un caractère « autonettoyant ». Une toilette quotidienne peut être réalisée avec l'application de savon sur les parties externes seulement.

NB : projeter un schéma de l'appareil génital féminin et demander aux participantes d'identifier les différentes parties et leurs fonctions (vagin, clitoris, utérus, orifice urinaire, anus etc.)

* Sauf prescription médicale

Si ça vous dérange en bas, consultez un professionnel de santé.



5 Si ça vous dérange en bas, consultez un professionnel de santé.



Vous pouvez aller au centre de dépistage gratuit près de chez vous, Appelez le 0 800 840 800 ou www.sida-info-service.org ou en parler à un professionnel de santé.



Certaines infections sexuellement transmissibles (IST) non soignées peuvent donner des maladies ou vous empêcher d'avoir des enfants (stérilité).



Même si vous êtes en bonne santé, il est important de consulter une fois par an un gynécologue, un médecin ou une sage-femme.



SI ÇA VOUS DÉRANGE EN BAS, CONSULTEZ UN PROFESSIONNEL

Questions qui peuvent guider les échanges :

- ➔ **Quelles sont les types d'infections génitales ?**
Elles sont nombreuses : chlamydia, gonorrhée, mycose, etc. Lors de dépistages précoces, la plupart des infections peuvent être soignées.
- ➔ **Quelles sont les conséquences des infections génitales non soignées ?**
Les infections génitales peuvent provoquer des conséquences plus ou moins graves en fonction de la durée et des symptômes.
- ➔ **Quels thèmes peuvent être abordés lors des rendez-vous gynécologiques ?**
Le dépistage des IST (dont le VIH), les dépistages des cancers du sein et du col, le plaisir/les douleurs lors des rapports sexuels, la contraception, les mutilations sexuelles féminines et leur prise en charge etc. Le médecin est là pour répondre à toutes les questions.
- ➔ **Quand faut-il consulter un.e médecin, sage-femme ou gynécologue ?**
Il est bien sûr important de prendre rendez-vous en cas de douleur ou de symptôme, mais il est également important d'effectuer un suivi gynécologique régulier, même en absence de symptôme

Se faire dépister, c'est prendre soin de soi et des autres.



6

Si vous avez eu un rapport **sans préservatif** avec une personne qui n'a pas fait son test du vih

Faites
votre test



au centre de dépistage, gratuit
et près de chez vous.
Appelez le 0800 840 800
ou www.sida-info-service.org.



En parlant
avec un médecin



En achetant
un auto-test
en pharmacie

Pour les personnes séropositives, il existe des traitements qui vous permettent de vivre longtemps, en bonne santé, et d'avoir des enfants.



île de France
prévention | santé | sida

SE FAIRE DÉPISTER, C'EST PRENDRE SOIN DE SOI ET DES AUTRES

Questions qui peuvent guider les échanges :

→ Qu'est-ce que le dépistage ?

Le dépistage VIH a pour but de détecter la présence dans le corps humain du virus de l'immunodéficience humaine (VIH).

→ Quel est le coût d'un test de dépistage et où peut-il être réalisé ?

Un test de dépistage du VIH est gratuit s'il est réalisé dans un CEGIDD (Centre Gratuit d'information, de Dépistage et de Diagnostic). Un test peut également être réalisé dans un laboratoire d'analyses médicales (avec ou sans ordonnance selon les laboratoires), dans des locaux associatifs ou des dispositifs mobiles habilités (TROD), à l'endroit de son choix avec un autotest du VIH. www.sida-info-service.org – 0 800 840 800

→ Quelle est la signification de « indétectable = intransmissible », ou « i = i » ?

« i = i » veut dire qu'une personne séropositive qui a une charge virale indétectable, depuis plus de 6 mois, grâce à son traitement peut avoir des relations sexuelles avec son-sa partenaire sans préservatif sans aucun risque de transmettre le VIH, quelles que soient les pratiques (rapports vaginaux, anaux, oraux). Elle peut aussi avoir des enfants séronégatifs de manière naturelle (sans assistance médicale).

→ Qu'est-ce que le TROD (Test Rapide d'Orientation Diagnostique) VIH ?

Le TROD VIH permet d'avoir un résultat en 15 minutes. Il est totalement fiable 3 mois après une prise de risque VIH. Le test rapide est anonyme et confidentiel. Il est le plus souvent réalisé sur une goutte de sang prélevé au bout du doigt par des professionnels.

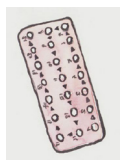
→ Qu'est-ce que l'autotest ?

Les autotests de dépistage de l'infection par le VIH sont des TROD utilisables par toute personne souhaitant se dépister seule à domicile. Le prélèvement et l'interprétation sont effectués par l'intéressé.e. Les autotests s'achètent en pharmacie ou sont distribués gratuitement par certaines associations.

A chaque femme sa contraception.



7 Vous pouvez choisir la contraception qui vous va :



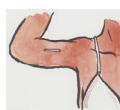
La pilule



Le stérilet (DIU)



Le patch



L'implant



Les préservatifs



L'anneau



En cas de grossesse non désirée, vous pouvez voir un professionnel de santé pour faire une interruption volontaire de grossesse (IVG) appelée aussi avortement.

L'avortement doit se faire avec un médecin ou une sage-femme pour protéger votre santé. L'avortement est autorisé et gratuit en France.



À CHAQUE FEMME SA CONTRACEPTION

Questions qui peuvent guider les échanges :

→ Qu'est-ce que la contraception ?

La contraception est l'ensemble des moyens visant à éviter une grossesse (pilule, implant, patch, dispositif intra-utérin (stérilet), anneau vaginal etc.) Le remboursement dépend notamment du dispositif choisi.

→ À qui s'adresser pour obtenir une contraception ?

Seule un.e professionnel.le de santé (un médecin généraliste, un gynécologue, etc.) peut prescrire un moyen de contraception autre que le préservatif : pilule, implant, patch, stérilet, anneau vaginal, etc. Un rendez-vous peut également s'obtenir dans un centre de planification familiale pour obtenir une consultation gratuite. www.jeunes.gouv.fr

→ Que faire en cas de problème avec une contraception ?

Un préservatif qui se déchire ou une pilule oubliée ? Après un rapport sexuel mal ou non protégé, il existe la contraception d'urgence. C'est une méthode de « rattrapage » face à une situation à risque de grossesse. Pour l'obtenir, il faut s'adresser à un.e professionnel.le de santé (pharmacien, médecin, sage-femme) ou prendre rendez-vous dans un centre de planification familiale de proximité. La contraception d'urgence est gratuite et anonyme pour les mineures. www.choisirsacontraception.fr

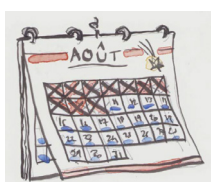
La PrEP est un médicament qui protège du vih.



8 La PrEP est un médicament qui protège du vih :



La PrEP est un médicament qui **protège** du vih



On la prend tous les jours (comme la pilule)



La PrEP est **gratuite** pour toutes et tous.

Pour en savoir plus, appelez sida info service au 0 800 840 800 (appel gratuit) ou www.sida-info-service.org



Île de France
prévention | santé | sida

LA PrEP EST UN MÉDICAMENT QUI PROTÈGE DU VIH

Questions qui peuvent guider les échanges :

→ Qu'est-ce que la PrEP ?

La prophylaxie pré-exposition (PrEP) est un outil préventif qui permet à une personne séronégative exposée au VIH de se protéger en prenant un traitement antirétroviral.

→ Quel est l'intérêt de la PrEP pour les femmes ?

La PrEP permet aux femmes de maîtriser leur protection sans dépendre de leurs partenaires.

→ Qui peut la prescrire ? À quel prix ?

Ce médicament peut être prescrit par un médecin généraliste, un infectiologue et les médecins des CeGIDD (centre gratuit d'information et de dépistage).

La PrEP est entièrement prise en charge par l'Assurance Maladie.

→ Comment faut-il prendre la PrEP ?

Pour les femmes, le médicament doit être pris tous les jours. Pour les hommes, la PrEP peut être prise tous les jours ou à la demande.

La PrEP est compatible avec la contraception.

→ Quel est le suivi ?

Lors de la prescription, il est nécessaire de réaliser un dépistage et un bilan de santé. Ensuite, un suivi se fait tous les trimestres par le médecin prescripteur.

ANNUAIRE

Sexualité, contraception et avortement (IVG)

- ☎ 0 800 08 11 11
- www.planning-familial.org
- www.ivg.gouv.fr

Violences sexuelles et violences conjugales

- ☎ 39 39
- ☎ 17 si vous êtes en danger immédiat
- ☎ le 114 par sms

Bien être et santé mentale

- Comité médical pour les exilés (Comede)
- ☎ 01 45 21 38 40
- www.comede.org

VIH et Infections Sexuellement Transmissibles (IST)

- ☎ Sida info service : 0800 840 800 (*numéro gratuit et anonyme*)
- www.sida-info-service.org
- ☎ Ikambere : 01 48 20 82 60
- www.ikambere.fr

Excision et autres mutilation sexuelles féminines

- www.excisionparlonsen.org
- www.federationgams.org
- ☎ 01 43 48 10 87

L'accès aux soins et aux droits

- Il existe des permanences d'accès aux soins de santé dans certains hôpitaux (PASS)
www.soliguide.fr
(dans « recherche », taper « PASS » pour trouver la PASS la plus proche de vous)

Discriminations (Homophobie, sérophobie)

- ☎ Ligne Azur : 0810 20 30 40
- ☎ SOS Homophobie : 01 48 06 42 41

Orientation sexuelle et identité de genre

- ☎ Centre LGBT Paris : 01 43 57 21 47
- www.centrelgbtparis.org

Hébergement d'urgence

- Samu social
- ☎ 115

Hygiène, alimentation, logement, pauvreté, etc.

- www.soliguide.fr

Tous ces services sont gratuits. Ils sont ouverts à tou.te.s, sans exception, même aux personnes sans papiers. En France, l'accès aux soins est un droit pour tou.te.s, quelle que soit la situation administrative.

PARTIE 2

Animer un groupe de parole avec l'outil «Réponses pour Elles»

Le jeu de cartes « Réponses pour Elles » est un support d'animation de groupes de paroles. Il est composé de 9 cartes qui permettent de donner des informations concrètes sur la santé sexuelle.

PUBLIC CIBLE

Ce jeu est destiné à sensibiliser les femmes sur les questions de santé sexuelle. Il a été conçu avec une attention particulière pour répondre aux enjeux des femmes migrantes originaires d'Afrique subsaharienne.

LIEU ET MISE EN PLACE DU JEU

L'animation se fait dans une salle pouvant accueillir un maximum de 16 personnes. Le présentoir doit contenir les 9 cartes avant le début de l'animation. Il est placé au milieu de la salle et doit être visible pour permettre aux participantes d'y accéder facilement.



RÔLE ET POSTURE DE L'ANIMATEUR-TRICE

L'animateur-trice doit être un.e professionnel.le du secteur médico-social avec un intérêt pour la prévention en santé ou un.e bénévole formé.e à la prévention et à l'outil « Réponses pour Elles ».

L'animateur-trice doit être dans le non-jugement et la bienveillance pour accueillir la parole de toutes.

Grâce à ce jeu de cartes, l'animateur-trice va :

- ➔ Amorcer un débat sur la santé sexuelle.
- ➔ Apporter des informations clés sur la prévention et les bonnes pratiques à adopter en termes de santé sexuelle.
- ➔ Favoriser les échanges en assurant un espace sécurisant pour les participantes.
- ➔ Confronter les idées des participantes.
- ➔ Déconstruire les représentations et les fausses idées.
- ➔ Compléter les informations données.
- ➔ Inciter les femmes à adopter des comportements ou des pratiques qui protègent leur santé.

LES RÈGLES DE L'ANIMATION

Les règles sont les suivantes :

- 1 **Instructions** : suivre les instructions données par l'animateur-trice.
- 2 **Pose du cadre de l'animation par l'animateur-trice** : mise en place d'un espace de parole bienveillant et d'un climat de confiance.
- 3 **Liberté de s'exprimer** : l'animateur-trice ne doit pas forcer une participante à parler si elle n'en a pas envie.
- 4 **Participation** : les participantes volontaires tirent une carte au choix.
- 5 **Prise de parole** : seule la participante qui a tiré une carte a le droit de s'exprimer en priorité.
- 6 **Non jugement** : la violence verbale est bannie de même que les expressions du visage ou du corps qui dénigrent une femme quand elle parle.
- 7 **Respect de la parole** : les participantes doivent pouvoir s'exprimer sans tabous.
- 8 **Prise en compte du niveau d'instruction** : l'animateur-trice doit pouvoir anticiper que certaines participantes ne sont pas forcément à l'aise avec la lecture voire ne savent pas lire, sans que cela ne crée une gêne.

DURÉE DE L'ANIMATION

L'animation doit durer au maximum 2h.

DÉROULEMENT DE L'ANIMATION

Après la présentation du jeu de cartes, l'animateur-trice invite les participantes à commencer à jouer. Une participante volontaire se propose et tire une carte sur le présentoir en fonction du thème ou des images qui lui parlent.

L'animateur-trice l'invite à expliquer pourquoi elle a choisi cette carte. Les questions suivantes peuvent être posées :

- ➔ Pourquoi avez-vous choisi cette carte ?
- ➔ Qu'est-ce que vous voyez ?
- ➔ Lisez si vous le souhaitez ce qui est écrit sur la carte.
- ➔ Qu'est-ce que vous en pensez ?

NB : Toutes les questions développées dans la première partie du livret permettent également d'animer les échanges.

Version 1 : Groupe de 10 participantes minimum

- 1 Au début de l'animation, une personne du groupe se porte volontaire pour choisir une carte de son choix. Elle explique les raisons pour lesquelles elle a choisi cette carte puis décrit ce qu'elle comprend sur le recto et le verso de la carte.
- 2 A la suite de son intervention, l'animateur-trice ouvre la discussion avec l'ensemble des personnes volontaires pour s'exprimer.
- 3 L'animateur-trice synthétise la discussion, apporte des informations précises sur les thèmes abordés et, si le temps le permet, questionne les femmes sur des thématiques annexes (se référer à la partie 2 du livret).
- 4 Une autre volontaire choisit la carte de son choix et l'animation se poursuit sur le même principe.

NB : compte tenu du nombre important de participantes, un nombre restreint de cartes pourra faire l'objet de discussion.

Version 2 : Groupe de 6 participantes maximum

- 1 Au début de l'animation, une personne du groupe se porte volontaire pour choisir une carte de son choix. L'animateur-trice distribue cette même carte à l'ensemble des membres du groupe.
- 2 La volontaire explique les raisons pour lesquelles elle a choisi cette carte puis décrit ce qu'elle comprend sur le recto et le verso de la carte.
- 3 L'animateur-trice ouvre la discussion et invite chacune des participantes à s'exprimer afin de favoriser les échanges entre elles.
- 4 L'animateur-trice synthétise la discussion, apporte des informations précises sur les thèmes abordés et, si le temps le permet, questionne les femmes sur des thématiques annexes (se référer à la partie 2 du livret).

Ce format permet d'animer des échanges sur l'ensemble des cartes.

A la fin de l'atelier l'animateur-trice invite les participantes à emporter les cartes qui leur sont utiles.

NB : chaque animateur-trice peut adapter sa séance en fonction de son public et du temps qui lui est accordé. Cependant, il-elle doit s'assurer que toutes les personnes présentes participent en distribuant équitablement la parole et en s'exprimant avec un français simple.

Pour les deux versions

Si la participante sait lire : elle explique son choix en lisant les textes qui sont sur la carte ou en commentant les images.

Si la participante ne sait pas lire : l'animateur-trice lui propose d'expliquer son choix en commentant les images.

Les temps forts de l'animation - débat

Une animation-débat peut comprendre **cinq temps forts** s'adaptant à la courbe de l'attention des participantes.

Les différentes temporalités donnent alors un fil rouge aux animateurs-trices sur la dynamique de groupe et sur le contenu.

- 1 Attirer l'attention :** assurer le commencement de l'animation en créant un climat de confiance.
- 2 Susciter l'intérêt :** donner la possibilité d'être actrice de l'animation en donnant la parole aux participantes sur les attentes et le cadre de l'animation.
- 3 Développer :** échanger, transmettre, débattre, apprendre, se questionner, questionner, s'amuser...
- 4 Retranscrire :** reprendre ensemble les étapes ou les moments forts de la séance.
- 5 Conclure :** c'est la fin de l'animation, mais une invitation à aller plus loin.

Les petits conseils en plus pour l'animateur-trice

- **Prendre le temps de préparer son animation** (Quel est le public rencontre ? Quelle sera la disposition de la salle ? De quel matériel ai-je besoin ?).
- **Avoir conscience de ses atouts et de ses limites** en tant qu'animateur-trice.
- Le démarrage d'une séance constitue une vraie étape, qui peut être délicate, notamment lorsque les participantes ne se connaissent pas. Il sera donc important de « **briser la glace** » et de **créer une dynamique positive et conviviale** pour faciliter les échanges.
- **Gérer le groupe :** faciliter la circulation de la parole, réguler les tensions.
- **Impliquer l'ensemble du groupe.**
- **Jouer l'alternance** pour donner du rythme.
- Et surtout... **prendre du plaisir** dans son animation !

Pour aller encore plus loin : vous pouvez compléter cette animation avec l'utilisation d'autres outils pédagogiques qui seront complémentaires lors de l'abord de différents sujets. Exemples : clitoris 3D, dessins anatomiques, différents contraceptifs, pénis pour pose du préservatif, etc.

RÉSULTATS ATTENDUS

L'objectif principal est de favoriser l'autonomie des femmes dans la prise en charge de leur santé sexuelle en leur permettant de :

- Acquérir et développer des connaissances sur la santé sexuelle.
- Déconstruire les représentations sur certaines pratiques sexuelles à risque.
- Connaître leur corps.
- Être actrices de leur santé.
- Adapter leurs comportements ou leurs pratiques dans un sens favorable à leur santé.
- Être informées de leurs droits en matière de santé sexuelle.
- Être des relais d'information dans leur communauté.

ÉVALUATION DE LA SÉANCE D'ANIMATION

À l'issue de la séance, l'animateur-trice évalue la bonne compréhension des thématiques clés en posant les questions suivantes :

- Qu'avez-vous appris aujourd'hui ?
- Pensez-vous pouvoir utiliser les conseils que vous avez reçu ?
- En quoi cela pourra vous aider ?
- Qu'est-ce qu'il vous serait possible de changer dès aujourd'hui dans vos pratiques pour protéger votre santé ?

CONCLUSION

IKAMBERE organise à la demande des acteurs de terrain des sessions de formation à l'utilisation de l'outil « Réponses pour Elles ». La formation peut se dérouler dans les locaux des structures intéressées ou dans ceux de l'association à Saint-Denis. La formation peut être organisée pour 6 personnes minimum ou 16 personnes maximum.

La formation permet d'aborder le contexte d'intervention et de définir le concept de « santé sexuelle », de présenter l'outil de prévention « Réponses pour Elles » et enfin d'organiser des exercices pratiques de mises en situation. Elle permet aux personnes formées de bénéficier de l'expérience de l'équipe d'IKAMBERE dont l'expertise sur la santé sexuelle se forge depuis plus de 20 ans au contact quotidien des femmes.

Pour toute demande, merci de bien vouloir contacter l'association IKAMBERE :

contact@ikambere.com
01.48.20.82.60

GLOSSAIRE

CRIPS : Centre régional d'information et de prévention du sida et pour la santé des jeunes (Ile-de-France Prévention Santé Sida)

IST : Infections Sexuellement Transmissibles (anciennement appelées MST)

PreP : Prophylaxie Pré-Exposition (comprimé qui protège du VIH)

TPE : Traitement Post Exposition (traitement qui évite de contracter le VIH après une prise de risque)

TROD : Test Rapide D'orientation Diagnostique (dépistage communautaire pratiqué sur une goutte de sang prélevé au bout du doigt)

SIDA : Syndrome d'Immunodéficience Acquise

VIH : Virus de l'Immunodéficience Humaine (virus du sida)



Ce livret a été réalisé en collaboration avec le CRIPS Île-de-France et le soutien institutionnel de GILEAD Sciences.

Coordination Bernadette RWEGERA, Directrice-fondatrice d'IKAMBERE
Fatem-Zahra BENNIS, Directrice Adjointe

Rédaction Fatem-Zahra BENNIS
Aminata SINON
Rose NGUEKENG
Roukhaya HASSAMBAY

Relecture Dr Abdon GOUDJO, Président d'IKAMBERE
Damien RWEGERA, Administrateur
Sophie RIGOT, CRIPS Île-de-France

**Graphisme
du livret** Marie QUILVIN, graphiste

**Conception
des cartes** Elodie AÏNA, We Love Stories

**Illustration
des cartes** Jano DUPONT, illustrateur

Imprimé en octobre 2021

