CAHIER D'EXERCICES CONTRE LA STIGMATITE

LA MALADIE DU REGARD QUI DISCRIMINE LES PERSONNES QUI VIVENT AVEC LE VIH



sérophobie

CONTRE LA ~~STIGMATITE~~,
INFORMEZ-VOUS,
CHANGEZ DE REGARD.

1ER DÉCEMBRE
JOURNÉE MONDIALE DE LUTTE CONTRE LE SIDA

LA PLATEFORME SANTÉ SEXUELLE
AVIQ
Cocof Commission communautaire française Bruxelles
loterie nationale BIEN PLUS QUE JOUER

LA STIGMATITE

LA MALADIE DU REGARD QUI DISCRIMINE LES PERSONNES QUI VIVENT AVEC LE VIH

Préjugés persistants ?
Peurs mal placées ?
Difficultés à voir les personnes au-delà du VIH ?

Vous présentez peut-être les symptômes de la STIGMATITE,
une maladie du regard qui déforme votre perception des personnes vivant avec le VIH.

CAUSES FRÉQUENTES

Manque d'informations
Préjugés chroniques
Rumeurs laissées sans traitement

SYMPTÔMES

Vision déformée de la réalité
Peur mal placée
Jugements hâtifs
Réactions d'évitement

TRAITEMENT

Information fiable sur le VIH, à prendre régulièrement jusqu'à disparition complète des préjugés.

Ce carnet d'exercices est un traitement à dose unique contre les fausses informations et idées préconçues, qui causent la stigmatite.
Si les symptômes persistent, nous recommandons vivement l'abonnement à nos pages sur les réseaux sociaux et à notre newsletter.

La Plateforme

linktr.ee/la_plateforme.be

1ER DÉCEMBRE
JOURNÉE MONDIALE DE LUTTE CONTRE LE SIDA

TEST VISUEL N°1

VRAI OU FAUX ?

	✓	✗
1. LE VIH PEUT SE TRANSMETTRE EN PARTAGEANT UN REPAS.	☐	☐
2. UNE PERSONNE SÉROPOSITIVE SOUS TRAITEMENT NE TRANSMET PLUS LE VIRUS.	☐	☐
3. EN BELGIQUE, LE DÉPISTAGE DU VIH PEUT SE FAIRE DE MANIÈRE ANONYME ET GRATUITE.	☐	☐
4. ON PEUT RECONNAÎTRE UNE PERSONNE SÉROPOSITIVE À SON APPARENCE.	☐	☐
5. LES MOUSTIQUES PEUVENT TRANSMETTRE LE VIH.	☐	☐
6. APRÈS UNE PRISE DE RISQUE, UN TRAITEMENT D'URGENCE EXISTE.	☐	☐
7. LE VIH ET LE SIDA, C'EST EXACTEMENT LA MÊME CHOSE.	☐	☐
8. LE PRÉSERVATIF PROTÈGE AUSSI DE LA PLUPART DES AUTRES INFECTIONS SEXUELLEMENT TRANSMISSIBLES.	☐	☐
9. UN TEST VIH NÉGATIF FAIT LE LENDEMAIN D'UNE PRISE DE RISQUE EST FIABLE.	☐	☐
10. UNE MÈRE SÉROPOSITIVE AU VIH TRANSMET FORCÉMENT LE VIH À SON BÉBÉ.	☐	☐

SOLUTION

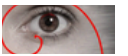
1 faux - 2 vrai - 3 vrai - 4 faux - 5 faux - 6 vrai - 7 faux - 8 vrai - 9 faux - 10 faux

EXERCEZ VOTRE REGARD

VIH ≠ SIDA

Le VIH (virus de l'immunodéficience humaine) est un virus qui s'attaque aux cellules du système immunitaire et affaiblit les défenses de l'organisme contre les infections.
Le SIDA (syndrome d'immunodéficience acquise) est le stade avancé de l'infection au VIH, en l'absence de traitement. Il survient lorsque le système immunitaire est très affaibli, rendant le corps vulnérable aux maladies opportunistes.
Les traitements empêchent d'arriver à ce stade.

1ER DÉCEMBRE
JOURNÉE MONDIALE DE LUTTE CONTRE LE SIDA



TRANSMISSION

OUI

En l'absence de protection ou de traitement, le VIH se transmet par

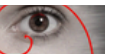
- Sang
- Sperme & liquide pré-séminal
- Sécrétions vaginales
- Partage de seringue
- De la mère à l'enfant pendant la grossesse, l'accouchement ou l'allaitement

NON

Vous n'attraperez pas le VIH

- Embrasser
- Partager un verre
- Toilettes
- Moustique
- Serrer quelqu'un dans ses bras

1ER DÉCEMBRE
JOURNÉE MONDIALE DE LUTTE CONTRE LE SIDA



SE PROTÉGER

PRÉSERVATIF

Le préservatif (externe ou interne) est l'outil le plus utilisé et le plus accessible pour se protéger et protéger son·sa·ses partenaire·s contre le VIH et les IST.

PREP

La PrEP est un médicament qu'une personne qui n'a pas le VIH peut prendre pour s'en protéger. La PrEP empêche le virus du VIH d'entrer dans le corps. Notez bien que la PrEP ne protège pas contre les autres IST.

TPE

Le Traitement Post Exposition ou TPE, est un traitement d'urgence donné à une personne séronégative après une prise de risque élevée par rapport au VIH afin d'éviter qu'elle soit infectée par le virus.
Le TPE doit être pris au plus vite (maximum 72 heures après la prise de risque).

1ER DÉCEMBRE
JOURNÉE MONDIALE DE LUTTE CONTRE LE SIDA



TEST VISUEL N°2

7 DIFFÉRENCES

7 différences se cachent entre ces deux images.
L'une d'elles permet-elle de savoir qui vit avec le VIH ?





SOLUTION

Les différences sont : la couleur de la tasse, le citron, le pot de fleurs de la façade, le ruban rouge, le pot de fleurs sur la table, la cuillère, la couleur de la chaise. Aucune de ces différences ne permet de dire qui a le VIH, car le VIH ne se voit pas. Seul un test de dépistage permet de connaître son statut VIH.

EXERCEZ VOTRE REGARD



LE SEUL MOYEN DE SAVOIR EST DE FAIRE UN TEST DE DÉPISTAGE.

Le test de dépistage est le seul moyen de savoir si on a contracté le VIH.
Pour un résultat fiable, il faut attendre 6 semaines après la prise de risque pour un test par prise de sang, ou 3 mois pour un test rapide.

1ER DÉCEMBRE
JOURNÉE MONDIALE DE LUTTE CONTRE LE SIDA





UNE PERSONNE SÉROPOSITIVE SOUS TRAITEMENT ET DONT LA CHARGE VIRALE EST INDÉTECTABLE NE TRANSMET PAS LE VIH.

C'est la révolution du **TasP,** (**T**reatment **as P**revention ou le traitement comme prévention).
Même si on ne peut pas encore guérir du VIH, les traitements actuels permettent de réduire la quantité de virus dans le corps jusqu' à un niveau tellement faible que le VIH ne se transmet plus.
À partir de ce moment, une personne séropositive qui a une charge virale indétectable grâce à son traitement reste en bonne santé et peut avoir des relations sexuelles sans préservatif sans aucun risque de transmettre le VIH à son·sa·ses partenaire·s, quelles que soient les pratiques (rapports vaginaux, anaux, oraux). Elle peut aussi donner naissance à des enfants séronégatifs.

1ER DÉCEMBRE
JOURNÉE MONDIALE DE LUTTE CONTRE LE SIDA



TEST VISUEL N°3

MOTS CACHÉS

Retrouvez les mots clés de la prévention du VIH
et de la lutte contre la sérophobie.

O	E	U	Q	I	N	O	R	H	C	U	D	V	E	K	N	Ç
M	P	R	É	V	E	N	T	I	O	N	E	T	H	O	Q	J
A	É	T	N	A	S	T	K	R	A	T	Q	D	T	S	E	T
A	C	C	O	M	P	A	G	N	E	M	E	N	T	A	I	N
E	Q	D	A	B	D	I	H	D	U	A	V	É	A	O	E	C
L	L	D	É	P	I	S	T	A	G	E	É	P	R	E	P	Ç
A	H	O	A	E	A	O	V	I	H	C	J	I	B	S	N	D
R	T	I	N	D	E	T	E	C	T	A	B	L	E	C	T	R
I	L	E	G	R	É	M	A	=	F	N	D	B	I	É	C	O
V	I	N	T	R	A	N	S	M	I	S	S	I	B	L	E	I
E	S	P	R	O	T	E	C	T	I	O	N	O	R	É	I	T
G	U	A	L	T	N	E	M	E	T	I	A	R	T	E	X	S
R	R	E	P	N	B	E	I	G	O	L	O	R	É	S	O	J
A	I	O	S	O	L	I	D	A	R	I	T	É	E	G	I	N
H	V	O	T	S	E	T	O	T	U	A	V	S	T	T	L	I
C	O	L	A	P	R	É	S	E	R	V	A	T	I	F	E	O
O	E	S	P	O	I	R	S	S	E	J	C	Z	J	B	A	S

~~INDÉTECTABLE~~
~~INTRANSMISSIBLE~~
VIH
PREP
TEST
DÉPISTAGE
AUTOTEST
TRAITEMENT
VIRUS
ESPOIR
SANTÉ
SOIN
PRÉVENTION
PROTECTION
PRÉSERVATIF
CHARGE VIRALE
CHRONIQUE
SÉROLOGIE
SOLIDARITÉ
DROITS
ACCOMPAGNEMENT

EXERCEZ VOTRE REGARD

LUTTER CONTRE LA SÉROPHOBIE

La sérophobie, c'est la peur, le rejet, la stigmatisation, voire même la discrimination envers les personnes qui vivent avec le VIH.
Elle est souvent alimentée par des idées reçues, des préjugées et des fausses croyances. Elle se manifeste dans les sphères familiale, communautaire, sociale, professionnelle et de soin.
Elle affecte la vie privée, la santé mentale et l'estime de soi des personnes qui vivent avec le VIH, les isole socialement et les empêche de mener une vie digne et égalitaire. La lutte doit donc être collective.

IL N' Y A PAS DE RAISON D'AVOIR PEUR OU DE REJETER LES PERSONNES VIVANT AVEC LE VIH



Le **ruban rouge** du 1er décembre est un symbole de solidarité avec les personnes qui vivent avec le VIH.

PORTEZ-LE.
PARLEZ-EN.
CHANGEZ DE REGARD.

TEST VISUEL N°4

LA CHASSE AUX RUBANS

Cette ville est très engagée dans la lutte contre la sérophobie. Trouve les 7 rubans dans l'image !



SOLUTION

Dans la vitrine à gauche, sur la veste de l'homme, sur le panier en osier, sur le vélo, sur la jardinière, sur la couverture verte, sur la tranche du livre à droite.

EXERCEZ VOTRE REGARD

TEST VISUEL N°5

Pouvez-vous lire et désormais expliquer chacun de ces mots ?

VIH

PREP

i = i

DÉPISTAGE

TRAITEMENT

PRÉSERVATIF

INDÉTECTABLE

INTRANSMISSIBLE

TRAITEMENT CONTRE LA STIGMATITE

Une dose d'informations fiables par jour,
sous forme de jeu, de quiz, de mots fléchés,
jusqu'à disparition complète des préjugés.

Traitement préventif:

www.la-plateforme.be

Délivrance libre.

EXERCEZ VOTRE REGARD

AVEC LA PLATEFORME,

JE PEUX

prendre soin de ma santé sexuelle.
Simplement. Gratuitement. Sans jugement.

M'INFORMER **ME PROTÉGER**

ME DÉPISTER **ÊTRE ACCOMPAGNÉ·E**

QUOI ?

Des informations fiables et accessibles, des campagnes et outils de prévention, des actions de terrain, une orientation vers les services adaptés, et un appui aux professionnel·les.

POUR QUI ?

Tout le monde, avec une attention particulière aux personnes issues de la migration, aux personnes vivant avec le VIH, ainsi qu'aux associations, organisations et professionnel·les du secteur de la santé.

Des questions ? Contactez-nous !

Anonyme & confidentiel

LA PLATEFORME PRÉVENTION SIDA

02 733 72 99

@la_plateforme.be

www.la-plateforme.be


Merci à tous les joueurs
de la Loterie Nationale.
Grâce à eux, La Plateforme peut
sensibiliser le public au VIH, renforcer
la prévention et contribuer à lutter
contre les préjugés.
Et vous, vous jouez aussi, non ?
loterie
nationale
BIEN PLUS QUE JOUER

DANS LA RÉALITÉ

LA STIGMATITE N'EXISTE PAS.
LA SÉROPHOBIE, OUI.

La sérophobie est réelle.
Elle blesse, isole et discrimine.

Vous avez complété vos tests visuels et vous voulez plus de jeux ?
Poursuivez votre parcours de soin contre la sérophobie sur
www.worldaidsday.be
et remportez des cadeaux !

Editeur responsable : Th. Martin, La Plateforme, Place de la Vieille Halle aux Blés 29/28, 1000 Bruxelles. – Image modifiée avec des outils IA.

LA PLATEFORME REMERCIE SES PARTENAIRES ET SPONSORS