ملحـق عـدد 2

دليل المنشط في ميدان الإعلام والتثقيف والاتصال حول الإصابة بفيروس السيدا

(لفائدة مجموعة متكوّنة من 10 إلى 20 شخص في حصّة تنشيط تدوم من 60 إلى 90 دقيقة)

I. قواعد عامّة :

1- حسن استقبال النّاس والبدء بتقديم المنشط لنفسه

2- الطلّب من المشاركين تقديم أنفسهم على الأقل بذكر الاسم.

3- تقديم الموضوع والهدف من الحصّة

4-التحدّث باللّغة التي يفهمها المشاركون مع الحرص على عدم إستعمال كلمات بلغة أجنبيّة أو جمل بلغة فصحى (أو علميّة) إذا كان مستوى الحضور لا يسمح بذلك .

5- طرح أسئلة مفتوحة في بداية الحصّة لتقييم المعلومات الأولية للمشاركين مثلا " ماذا تعرفون عن السيدا ؟ " ما هي العوامل التي تزيد في خطر العدوى ؟ " ما هي المجموعات الأكثر عرضة للعدوى ؟ " كيف يمكن لنا حماية أنفسنا من الإصابة بالسيدا ؟" إلخ ....

6- أثناء التحدّث على المنشط ألاّ ينظر في إتجاه واحد أو يتمعّن في النّظر لشخص واحد .

7- إعطاء فرصة المشاركة لكل أفراد المجموعة .

8- الانتباه للأشخاص الذين " يتكلّمون كثيرا " وللأشخاص الذين لا يتكلّمون بتاتا ويمكن معالجة هذه الوضعية كأن يلتفت المنشط إلى الشخص الذي لا يتكلّم و يطلب رأيه حول ما كان يقوله الشخص الذي "يتكلم كثيرا" مثلا:"ما كان يقوله فلان هامّ وأنت ما هو رأيك ؟ "

9- قبل المرور إلى العنصر الموالي تجدر حوصلة أهمّ الأفكار المتعلّقة بالعنصر السابق.

10- الانتباه للبقاء دائما في موضوع الحصّة : ففي بعض الأحيان يطرح مشارك سؤالا لا يتعلّق بالموضوع. في هذه الحالة لا يجب إغاظته بعدم إجابته أو التورّط في سؤال خارج عن الموضوع بل يجب شكره وإقتراح إجابته في آخر الحصّة رأسا برأس .

11- إجتناب الحوار الثنائي خاصّة مع مشارك " يتكلّم كثيرا " أو مع شخص لا يبدو عليه أنّه مقتنع بجوابك . في هذه الوضعية يمكن طلب رأي أفراد المجموعة الآخرين .

12- المحافظة على الحياد في تعابير قسمات الوجه لكي لا تصدم متدخّلا هو ربّما بصدد التعبير عن فكرة مغلوطة بل بالعكس يجب تشجيعه بحركات الرّأس .

13-اجتناب الألفاظ التي تحتوى على أحكام أو تحطّ من قيمة الشخص الإنسانية مثلا يمكن استعمال لفظ " مستهلكو المخدّرات بالحقن " عوضا عن " مدمن" أو" تاجرة الجنس " عوضا عن " بغي"أو " رجل له علاقات جنسيّة مع رجال آخرين " عوضا عن " شاذ جنسي " .

II. رسائل رئيسيّة للتبليغ :

1- التذكير بالثلاث طرق الرّئيسيّة لنقل فيروس السيدا مع الإشارة إلى استعمال المخدّرات عن طريق الحقن بالنسبة للعدوى عن طريق الدّم بما أنّ نقل الدّم مأمون ببلادنا.

2- العلاقات الجنسيّة عن طريق الشرج ترفع من خطر الإصابة لأنّ الغشاء المخاطي للشرج رهيف وغنيّ بالأوعية الشعريّة لذا يتحتّم إستعمال الواقي في مثل هذا النوع من العلاقات.

3- العلاقات الجنسيّة السطحيّة لا تحمي من الإصابة بفيروس السيدا والتعفنات المنقولة جنسيّا الأخرى ولا من الحمل لذا فاستعمال الواقي ضروري في مثل هذا النّوع من العلاقات .

4- إستعمال المخدّرات ولو غير المحقونة والكحول يزيد من خطر الإصابة لأنّها تفقد الإنسان وعيه وتحول دون أخذ القرار المناسب للوقاية.

5- حامل الفيروس يبقى بمعدّل ثماني سنوات في صحّة جيّدة ولا تظهر عليه أية علامة للمرض في الوقت الذي ينقل فيه العدوى إلى الآخرين وذلك مهما كان مظهره الخارجي " لائقا" أو " أنيقا " .

6-إستعمال الواقي ضروري خارج أي علاقة قارّة أحادية القرين .

7-مزايا الكشف الطوعي عن فيروس السيّدا: - إذا كانت النتيجة سلبيّة ، فإنّ الشخص الذّي كان في حيرة من أمره سيطمئن وسيكون مؤهلا أكثر لتغيير سلوكه الجنسي وحماية نفسه.

– إذا كانت النتيجة إيجابيّة تتوفّر للشخص فرصة لرعايته فورا وليبقى في صحّة جيّدة بفضل العلاج الثلاثي (Trithérapie) وهو متوفر ومجاني ببلادنا زيادة على ذلك يتمكّن الشخص من أخذ الاحتياطات اللازمة لحماية الآخرين عندما يعلم أنّه إيجابي المصل .

8- العلاج الثلاثي المضاد لفيروس السيدا يتكوّن من ثلاثة أدوية وهو يساعد الشخص المصاب على البقاء بصحّة جيّدة دون أن تظهر عليه الأمراض الانتهازية. فالعلاج الثلاثي قد حوّل مرض السيدا من مرض قاتل إلى مرض مزمن إضافة إلى ذلك يتناقص خطر نشر العدوى لدى الشخص الذي يتلقّى هذا العلاج رغم أنّ خطر نشر العدوى هذا يبقى واردا ويجب على المصاب أن يحافظ على علاقات جنسيّة محميّة .