

MIGRATION INTIMITÉ

prendre soin de sa santé sexuelle
en toute confiance

tél. 0840 844 844



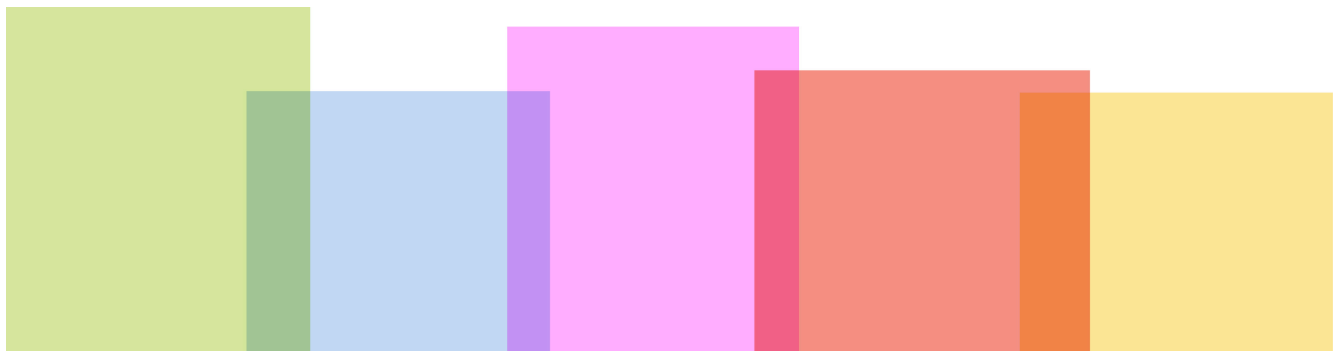
Ateliers de sensibilisation en matière de
santé sexuelle et reproductive pour femmes
et hommes migrants

GUIDE D'ANIMATION

**Thème : Contraception : une histoire à deux.
Comment en parler et la choisir avec son/sa partenaire ?**

Myrian Carbajal
Nadia Pasquier

© Fondation Profa, Lausanne, 2008



centre LAVI | planning familial | conseil en périnatalité | consultation conjugale | éducation sexuelle

Citation suggéré : CARBAJAL M., PASQUIER N., *Guide d'animation des ateliers de sensibilisation en matière de Santé sexuelle et reproductive pour femmes et hommes migrants. Thème : Contraception : une histoire à deux. Comment en parler et la choisir avec son/sa partenaire ?*, Lausanne, Fondation Profa, 2008.

Présentation

L'accès à la santé sexuelle et reproductive (SSR) ne représente pas une priorité pour certains migrants¹ qui arrivent en Suisse. Ceux-ci cherchent à accomplir des objectifs économiques, de formation professionnelle ou de recherche d'indépendance familiale et/ou sociale. Leurs préoccupations principales sont plutôt tournées vers la recherche d'un emploi stable, d'une sécurité économique et matérielle ou vers l'obtention d'un statut légal. Leur vie quotidienne est, en effet, dominée par les soucis du présent (« vivre au jour le jour »). Pourtant, la santé et la SSR fait partie de leur vie et indirectement de leurs préoccupations. Ainsi, une grossesse non désirée ou le fait de contracter une infection sexuellement transmissible (IST dont le VIH/sida) peuvent entraver la réalisation de leur projet migratoire.

C'est dans ce contexte que s'insère le programme **Migration & Intimité**. Ayant pour mission d'apporter plus de stabilité aux migrants dans le domaine de la santé sexuelle, il cherche à favoriser l'égalité de chances et à améliorer l'accès aux soins et aux services de SSR. Les ateliers de sensibilisation constituent ainsi une des composantes de ce programme. Il s'agit de séances de discussion et d'information animées par une conseillère en planning familial et/ou une éducatrice/formatrice en SSR organisées avec les institutions/associations du réseau socio-sanitaire vaudois. Ces séances se déroulent dans les lieux de rencontre de ces associations/institutions et/ou de formation (ex. cours de français) sous forme d'atelier et en intégrant des aspects d'interculturalité et de genre.

Les « ateliers » favorisent la discussion et le développement d'un sujet intime (la sexualité) de manière interactive à un niveau horizontal. Le rôle des animatrices consiste à susciter le dialogue, à partager leur savoir-faire à travers la clarification des doutes et le renforcement des connaissances et à transmettre des messages préventifs qui atteignent plus directement les personnes. Le fait d'avoir accès à ce type d'informations, dans un cadre de confidentialité, devrait permettre aux participants de faire des choix en vue d'améliorer leur santé et ainsi de mieux vivre en Suisse.

Les objectifs de ces ateliers se situent à deux niveaux :

- Initier un dialogue sur la SSR par des séances portant sur l'utilisation du préservatif (et sa négociation en cas de refus) ainsi que sur la promotion de la pilule d'urgence².
- Contribuer à une meilleure connaissance du réseau socio-sanitaire vaudois

Ce guide s'adresse aux professionnels -futurs animateurs et animatrices de ces ateliers- et il a pour but de faciliter leur tâche d'animation. Il est composé d'une brochure permettant de guider méthodologiquement l'animatrice pendant les ateliers de sensibilisation et de faciliter la conduite des discussions de groupes dans un cadre d'interculturalité. Il contient également une fiche d'auto-évaluation.

Nous vous souhaitons une bonne lecture et une bonne utilisation de ce guide !

Myrian Carbajal & Nadia Pasquier

¹ Nous utilisons la formulation générique qui intègre les hommes et les femmes.

² En fonction d'autres thèmes (grossesse, parentalité responsable, IST/sida, etc.), ce guide sera adapté.

Remerciements

Nos chaleureux remerciements à l'équipe d'animation qui a participé à la conception, animation et évaluation des ateliers de sensibilisation en SSR pour femmes et hommes migrants :

Liliane de Souza, conseillère en planning familial, Centre de planning familial et grossesse Profa Vevey, Fondation Profa

Isabelle Cuche-Monnier, éducatrice/formatrice en santé sexuelle, service de l'Education sexuelle, Fondation Profa

Martine Aeby, conseillère en planning familial, Centre de planning familial et grossesse Nyon, Fondation Profa

Et à celles qui ont rejoint l'équipe et sont venues la renforcer :

Brigitte Juillerat, éducatrice/formatrice en santé sexuelle, service de l'Education sexuelle, Fondation Profa

Merci également à Emmanuelle Wyss, conseillère en planning familial, service de consultation Vevey, Fondation Profa, qui a fait partie de l'équipe de départ.

L'animation des groupes

« [l'animation] c'est ce qui permet à des individus et à des groupes, à travers diverses activités impliquantes, d'élargir, ne serait-ce que de façon microscopique, leur sphère d'autonomie, de liberté, de créativité et d'expressivité »³

Dans le cadre des ateliers de sensibilisation, ce sont la conseillère en planning familial (PF) et /ou l'éducatrice/formatrice en SSR qui assument cette tâche d'« animation ». Par leur présence, elles *encouragent* la participation, permettent la discussion en *priviliégiant la parole* aux femmes et aux hommes migrants. Celles-ci et ceux-ci sont considérés comme des sujets ayant des potentialités et des ressources, capables de faire des choix. Il s'agit donc d'abandonner les images d'un sujet « porteur de manques, de connaissances de base, de possibilités intellectuelles limitées, etc. » pour lui accorder l'espace de participation (travail en groupe, jeux de rôles, démonstration, etc.) où leurs ressources et leurs capacités sont valorisées. Il s'agit de leur faire acquérir une plus grande confiance en eux-mêmes, une meilleure aptitude à analyser les problèmes, une plus grande objectivité, un sentiment accru d'autonomie et l'accès à la compréhension des aspects techniques du problème⁴.

Quelles compétences d'animation ?

- **Se sentir à l'aise avec le groupe et être capable de créer un climat de confiance** : l'animatrice doit connaître les techniques d'animation à employer afin de réussir à ce que les participants s'impliquent dans le déroulement de l'atelier en apportant leurs expériences et proposant des solutions.
- **Transmettre son savoir-faire et ses connaissances** : elle doit bien connaître le sujet et le présenter de manière claire et structurée. Elle doit faire preuve de clarté dans son discours et ses messages. En cas de mauvaise compréhension de la part des participants, elle doit mettre en place des modalités d'animation pour améliorer son travail d'animation.

Qu'est-ce qu'on attend de l'animatrice ?

- **Evaluation** : une prise de distance pour l'évaluation objective de l'atelier et de proposer des propositions constructives pour améliorer l'outil d'animation. Elle remplit la grille d'évaluation respective (voir annexe).
- **Valorisation et partage de l'expérience** : faire un compte rendu périodique aux collègues sur ce que le travail avec les migrants apporte au monde professionnel, les défis et les questions qui s'ouvrent.

³ Extrait du Guide d'accompagnement des étudiants en animation culturelle, p.6, publié dans le cadre du module d'Animation et Recherche Culturelle, Famille des Lettres et Communication, U.Q.A.M. (Université de Québec à Montréal), Mai 1989.

⁴ SALBERG, J-F., WELSH-BONNARD, S., *Action Communautaire*, Paris, Ouvrières, 1970, p. 40.

Il faut :

- Utiliser un langage adéquat et adapté au niveau des participants tout en sachant qu'il existe du langage verbal et non verbal.

Une animation interculturelle :

- Décider la langue dans laquelle l'atelier va se dérouler : il s'agit d'avoir une langue commune entre les animatrices et les participants. Prévoir des interprètes communautaires si nécessaire et ne pas oublier de faire des pauses afin que la traduction puisse se réaliser.
- Accorder de l'importance au rôle des médiateurs*. Ils constituent des ressources importantes pour l'animation des groupes. En encourageant et motivant la participation, ils sont des « relais » entre les professionnels et les participants.
- Si l'atelier se déroule en français, il faut veiller davantage à utiliser un langage simple et adapté à tout public. N'oubliez pas que vous vous trouvez face aux personnes qui ne sont pas de langue maternelle française et qui entendent probablement pour la première fois certains mots.
- Accorder de l'importance aux effets de groupe : certaines personnes n'exprimeront pas qu'elles ne comprennent pas le français. Elles acquiesceront en affirmant « oui, oui ». Veillez donc dès le départ, au choix d'une langue compréhensible pour tout le monde surtout, dans des situations où ce choix devrait se faire sur le moment.

*Dans certains associations/institutions, les médiateurs peuvent être des personnes de référence pour la communauté ou des médiateurs interculturels qui ont préalablement suivi une formation de base et qui ont un contrat en tant que tel.

➡ Mais il faut éviter de :

- Parler trop vite ou trop lentement, très haut, ou très bas.
- Etre monotone
- Transmettre des doutes

➡ Les groupes interculturels :

« (...) le professionnel travaillant avec les migrants a avantage à développer des connaissances sur les différentes cultures mais **il doit surtout développer un mode d'écoute qui permette de repérer dans le discours de l'interlocuteur des éléments qui lui échappe car faisant appel à un référentiel culturel spécifique (...)** Il ne faut pas former des spécialistes culturels mais des professionnels capables de recevoir les hommes et les femmes de culture diverses, voire de double ou triple-culture ! le Métissage nous empêche d'avoir des certitudes préalables, la seule solution est **le dialogue**" (AUFFRET C., « Sexualités et femmes étrangères : représentations et réalités » in ARFIS, *Affectivité et sexualité féminine dans un contexte migratoire*, Actes de la journée du 13 mars 1999, Lausanne).

Le fait d'animer des groupes interculturels implique d'avoir et de développer une profonde capacité d'écoute et une capacité d'empathie nécessaire pour comprendre l'autre à partir de ses valeurs et de ses représentations. C'est sur cette base, qu'un dialogue interculturel peut s'initier. Or, ce processus de communication interculturel implique d'abord de surmonter certaines barrières comme celle de la langue.

Méthodologie⁵ : Les ateliers de sensibilisation en SSR pour femmes et hommes migrants utilisent les techniques suivantes :

Discussion en groupe : un groupe de personnes se réunit pour échanger, partager et confronter les idées et expériences.

Avantages :

- Il est informel et dynamique.
- Il permet une grande participation.
- Il y a des réactions immédiates.
- Encourage la prise de décisions de manière collective et démocratique.

Désavantages :

- C'est facile de s'éloigner du thème principal.
- Son impact se réduit au groupe.
- Le modérateur devrait avoir de l'expérience.
- Il peut y avoir des réactions de gêne de la part des participants, du fait des thèmes abordés.

Démonstration : en donnant d'abord un cadre théorique, il s'agit de montrer comment se réalise une action et ensuite de demander aux participants de le faire.

Avantages :

- Les participants assimilent facilement ce qui a été appris grâce à l'observation directe.
- On peut mettre l'accent sur les aspects les plus remarquants du sujet.
- On peut développer des habilités, augmenter leurs connaissances.

Désavantages :

- Il se pratique seulement en petits groupes.
- L'animatrice doit posséder de l'expérience dans le sujet.

Jeux de rôles : présentation sous forme de théâtre d'une situation ou d'un sujet de la vie quotidienne afin de produire un effet éducatif à travers des mots, des gestes et des actions. Avec l'accord des participants, on leur demande de jouer un rôle spécifique. Il est recommandé de finir avec une synthèse et une discussion de groupe.

Avantages :

- C'est dynamique.
- Maintient l'intérêt des participants.
- Facilite la pensée et l'agir à travers des situations de la vie réelle.

Désavantages :

- Il faut préparer une histoire.
- Toutes les personnes n'ont pas des aptitudes pour jouer un rôle.

⁵ La description de ces techniques a été traduite et adaptée du Proyecto Multisectorial de Población, *Guía para facilitadores en cursos de capacitación de promotores en Planificación Familiar*, Care : Lima, Perú, 1993.

CONTEXTE	OBJECTIFS	SOUS THEMES	PROCEDURE
			<p>beaucoup de place et on oublie un peu la santé. C'est seulement quand il y a un problème qu'on s'en occupe par exemple :</p> <ul style="list-style-type: none"> - une grossesse imprévue - une infection chez l'homme ou chez la femme (brûlures en urinant, démangeaisons, rougeurs ...) <p>Leur préciser que ces soucis (travail, argent, permis, etc.) sont légitimes mais que des problèmes de santé peuvent devenir des obstacles à la réalisation de leurs buts. Inciter à poursuivre la réflexion à travers les questions suivantes : Comment donner un meilleur avenir aux enfants si tout à coup on attrape une maladie, si tout à coup on est enceinte et qu'on doit l'assumer seul-e-s ? Pourrait-on continuer à travailler ? Pourrait-on continuer à envoyer de l'argent pour nos familles ? Pour finir, indiquer qu'il existe des moyens simples pour se protéger et prendre en charge sa santé. Leur expliquer qu'ils ne sont pas seuls, qu'il y a des professionnels qui sont là pour les écouter, pour leur donner des informations et pour les accompagner dans la prise de décision. Même s'ils n'ont pas de permis, ils ont droit à ces soins et à ces informations. Faire le lien avec le but de l'atelier qui est celui de proposer des outils /moyens pour éviter une grossesse non désirée et/ou une IST (dont le VIH/sida).</p>

CONTEXTE	OBJECTIFS	SOUS THEMES	PROCEDURE
<p>2. Contexte</p> <p>La migration indépendante des femmes provenant des pays du Sud, implique des changements dans les rôles de celles-ci et de ceux des hommes. Les femmes assument des rôles de production. Cela n'implique pas forcément un meilleur positionnement de la femme vis-à-vis de l'homme ce qui est mis en évidence par des relations inégalitaires dans le couple. Dans le domaine de la sexualité, nous pouvons citer : les rapports sexuels sous contrainte (où le plaisir de l'homme est privilégié), rapports non protégés, risque des IST, grossesse non désirées, etc.</p> <p>En outre, la sexualité, en tant que thème tabou, constitue une barrière pour en parler de manière naturelle dans l'entourage (avec les enfants mais aussi avec le partenaire) et pour aborder des notions qui y sont associées (contraception, planning familial, etc.). Par conséquent, les outils pour négocier des relations plus égalitaires avec les partenaires sont faibles. Le fait d'initier un dialogue sur le sujet de la SSR devrait inciter ce dialogue entre partenaires et viser des relations plus égalitaires.</p>	<p>2. Promouvoir un échange interculturel entre les participants sur les thèmes suivants : le bon moment pour avoir un bébé, la contraception et la décision de son utilisation (qui décide : l'homme ? la femme ? le couple ?)</p>	<p>Travail en groupes : Images « ici » et « là-bas » par rapport au bon moment d'avoir un bébé, à la contraception et au choix de son utilisation</p>	<p>Diviser les participants en 3 groupes (5 personnes, à adapter selon le nombre). Préciser clairement les consignes pour le travail en groupe :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Chaque groupe élit un modérateur. Cette personne doit veiller à ce que tout le monde participe, à qu'il y ait du respect de tous les points de vue. Indiquer qu'il ne s'agit pas d'être pour ou contre, ni de parler de sa vie personnelle. Il s'agit d'échanger et partager sur ce que l'on connaît/entend (représentations sociales) en prenant des exemples de l'entourage. - Les conclusions du travail en groupe sont écrites sur une grande feuille blanche et c'est le modérateur qui fait la restitution dans le grand groupe. - Les questions à travailler sont les suivantes : <p>Groupe 1 : Y a-t-il un bon moment pour avoir un bébé « ici » et « là-bas » (dans son pays) ?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Qu'est-ce qu'on entend ? - Qu'est-ce qu'on dit ? - Qu'est-ce que les hommes disent ? - Qu'est-ce que les femmes disent ? <p>Groupe 2 : Contraception « ici » et « là-bas » :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Qu'est-ce qu'on entend ? - Qu'est-ce qu'on dit ? - Qu'est-ce que les hommes disent ? - Qu'est-ce que les femmes disent ? <p>Groupe 3 : Qui choisit / qui décide de l'utilisation de la contraception ? Pourquoi ?</p> <p>Chaque groupe travaille de manière indépendante et les animatrices circulent entre les groupes afin de vérifier la compréhension des consignes et de recadrer les questions.</p>

CONTEXTE	OBJECTIFS	SOUS THEMES	PROCEDURE
<p>3. b. Les rôles attribués aux hommes et aux femmes au niveau de la sexualité peuvent être à la base d'un partage inégale des responsabilités au niveau de contraception. Dans certains contextes, on attribue à l'homme un rôle actif au niveau de la sexualité, celui-ci affirme sa virilité par le fait d'avoir plusieurs rapports sexuels et par sa capacité à avoir beaucoup d'enfants. La femme, quand à elle, acquiert une reconnaissance sociale par la maternité ; associée à la fidélité, elle devrait arriver vierge au mariage et en cas d'utilisation d'une contraception, c'est à elle de s'en occuper. Dans ces conditions, l'utilisation d'une contraception est souvent liée à la prostitution et à</p>	<p>3. b. Inciter une discussion sur le rapport homme-femme vis-à-vis de l'utilisation d'un moyen de contraception</p>	<p>Négociation de l'utilisation d'un moyen de contraception</p>	<p>choix et ne pas être imposé. Lors d'une consultation dans un centre de planning familial ou chez un médecin gynécologue privé, il ne faut donc pas hésiter à parler des expériences qui ont pu être faites avec les moyens de contraception précédemment utilisés dans le pays d'origine et à demander des informations quant à l'offre disponible en Suisse », (Brochure Migration & Intimité, <i>Contraception : questions, rumeurs et confusions. Des réponses à vos questions</i>, Lausanne, Fondation Profa (éd.), 2007, p. 6-7.) Ensuite, passez à l'explication des deux méthodes de contraception qui seront choisies en fonction des participant-e-s.</p> <p>L'animatrice invite 2 personnes du public à faire un « jeu de rôles ». Après avoir expliqué à chacun la situation imaginaire qu'ils doivent jouer, ceux-ci représentent la scène demandée (voir annexe N°3). L'animatrice peut interrompre la scène afin de demander les interventions du groupe ou même si quelqu'un le veut, prendre la place d'un acteur. Au terme du jeu de rôle, l'animatrice suscite une discussion et propose une analyse. Pour inciter la discussion utiliser éventuellement les questions suivantes : « <i>Mon/ma partenaire ne veut pas que j'utilise un moyen contraceptif, que faire ?</i> ». Il s'agit de mettre l'accent sur l'importance de la négociation (en parler !) en reprenant les éléments du travail en groupe. Pour les arguments à mettre en avant (voir annexe). Variantes : les animatrices ou une animatrice et une personne du groupe jouent le « jeu de rôles ».</p>

CONTEXTE	OBJECTIFS	SOUS THEMES	PROCEDURE
<p>l'infidélité (Carbajal, 2007). Ainsi, il n'est pas évident pour beaucoup de migrant-e-s de promouvoir et/ou générer une discussion sur la SSR et sur les thématiques qui leur sont associées : utilisation d'un moyen de contraception, désir d'enfant (quand ? et où ?), choix et décision d'utiliser un moyen de contraception (qui choisit ?), risques sexuels (IST, VIH/sida, grossesse non désirées, IG), etc.</p> <p>4. En outre, le fait de mettre à disposition des brochures et dépliants sur diverses institutions et associations du réseau socio-sanitaire du canton de Vaud, devrait faciliter l'accès à ce réseau et améliorer par là son utilisation. Le fait de mieux connaître les possibilités et les ressources existantes aura certainement des effets positifs sur la capacité de choix et d'action des migrants.</p>	<p>4. Contribuer à une meilleure connaissance du réseau socio-sanitaire vaudois</p>	<p>Mise à disposition des dépliants / brochures réseau socio-sanitaire</p>	<p>L'animatrice invite les participants à s'approcher pour consulter et prendre les brochures et dépliants qu'elle avait préalablement disposées sur une table. Elle explique que ces documents contiennent les adresses, les numéros de téléphone et les prix des services que diverses institutions et/ou associations offrent. Les participants peuvent s'approcher sans craindre qu'ils soient dénoncés (au cas où ils n'auraient pas de permis de séjour). L'animatrice invite également à prendre de la documentation sur les thèmes traités ainsi que sur d'autres méthodes contraceptives.</p>

CONTEXTE	OBJECTIFS	SOUS THEMES	PROCEDURE
		Résumé	<p>3 idées à retenir :</p> <ul style="list-style-type: none"> - La contraception relève de la responsabilité de la femme et de l'homme. Le choix et l'utilisation d'un moyen de contraception constituent l'occasion d'initier un dialogue avec son/sa partenaire sur la sexualité, en exprimant ses besoins, ses désirs ou ses frustrations. - C'est aux personnes concernées directement de choisir la méthode de contraception qui vous convient le mieux !!! (et non au professionnel). N'hésitez pas à poser des questions et à parler de vos soucis à votre médecin ou gynécologue, conseillère en planning familial, etc. - L'utilisation d'un moyen de contraception permet à chaque personne de vivre sa sexualité en toute liberté et prévient l'éventualité d'une grossesse imprévue. - Des aides existent ! Prenez des brochures, dépliants, petites cartes, etc. qui présentent les institutions et associations existantes (Planning familial CHUV, Profa, etc.). - Etre un « relais » d'information pour les autres par exemple : s'engager à diffuser de la documentation, à parler aux membres de leur communauté de ce qu'ils ont appris et/ou de ce à quoi l'atelier les a fait réfléchir, etc.

Références bibliographiques :

CARBAJAL M., *Actrices de l'ombre. La réappropriation identitaire des femmes latino-américaines sans-papiers*. Thèse présentée à la Faculté des Lettres de l'Université de Fribourg (Suisse) pour obtenir le grade de docteur. Fribourg, mars 2004.

CARBAJAL M., « Quand ce n'est pas le moment. Les interruptions volontaires de grossesse chez les femmes latino-américaines » in BOLZMAN C., CARBAJAL M., MAINARDI G. (s/s la dir. de), *La Suisse au rythme latino. Dynamiques migratoires des Latino-américains:logiques d'action, vie quotidienne, pistes d'intervention dans le domaine du social et de la santé*, Genève, IES, 2007.

Isabel Eíriz, Nathalie Bennoun, *Diagnostic communautaire en santé sexuelle et reproductive auprès des communautés d'Afrique Subsaharienne et d'Amérique du Sud* (dans le cadre du projet « Amélioration de l'information et de l'accessibilité à la contraception auprès des femmes migrantes »), Appartenances, juin 2004.

Migration & Intimité, « *Contraception: questions, rumeurs et confusions. Des réponses à vos questions* » (brochures disponibles en langues française, espagnole et portugaises), Fondation Profa (éd.), 2007.

Matériel requis:

- Une grande feuille blanche avec les règles de l'atelier en français, espagnol, portugais, ... (selon les langues du groupe)
- Des grandes feuilles blanches avec les questions pour le travail en groupe (1 pour chaque groupe à afficher).
- Diverses brochures et dépliants sur le réseau socio-sanitaire vaudois
- Diverses brochures et dépliants sur la SSR, les différentes méthodes de contraception (fiches en différentes langues) et les IST dont le VIH/sida.
- Des grandes feuilles blanches, feutres, scotch

Temps prévu: 2 heures et 15' de pause

**ANNEXE N°1 :
REGLES DU GROUPE**

**REGLES DU GROUPE
(version française)**

- Confidentialité
- Droit de dire et de non dire
- Respect et droit à la différence
- S'il vous plaît, éteindre vos natels

**REGLAS DE GRUPO
(version español)**

- Confidencialidad
- Derecho a “decir” y “no decir”
- Respeto y derecho a la diferencia
- Por favor, apagar sus natels

ANNEXE N°2 : TEMOIGNAGES - FRANÇAIS

Le cas de Ana

Je m'appelle Ana. J'ai 28 ans et je viens du Venezuela. Dans mon pays je me suis séparée du père de mes deux filles il y a deux ans. Comme je n'ai pas trouvé de travail, je n'ai pas assez d'argent pour payer leur école. J'ai décidé de venir en Suisse pour travailler comme employée de maison et ma mère s'occupe de mes enfants au pays.

Je suis arrivée en Suisse il y a une année mais je n'ai pas de permis ni d'assurance maladie. La famille où je travaille est gentille et j'envoie presque tout l'argent que je gagne à ma mère. J'ai un ami depuis 6 mois. Il est équatorien. Je suis contente d'être avec lui mais j'ai aussi peur quand les règles ont du retard. Je calcule mes jours féconds mais je ne suis pas très sûre et je sais que maintenant je ne peux pas avoir un autre enfant.

Est-ce que je risque quelque chose ? Qu'est-ce que je peux faire pour me protéger ?

Le cas de Nicolas

J'ai 37 ans, je suis Camerounais. Je suis venu en Suisse seul ; après plusieurs mois ma famille m'a rejoint. J'ai une femme et deux enfants. Ma femme et moi aimerions avoir un autre enfant mais ce n'est pas possible en ce moment. Notre situation est difficile, nous avons un statut de requérants, même si nous travaillons nous ne savons pas si nous devons repartir. Ma femme a de l'hypertension, elle ne peut pas utiliser la pilule. Il y a les préservatifs mais je n'aime pas ça et dans un couple marié cela ne se fait pas... De toute manière, avec moi, il n'y a pas de soucis, je me maîtrise très bien et sait me retirer à temps.

Est-ce que c'est vraiment efficace ? Y a-t-il une autre contraception pour ma femme ?

Le cas de Juana

Je m'appelle Juana et je suis péruvienne. J'habite chez une cousine avec mon copain José, il aimerait faire une formation dans l'hôtellerie.

J'ai une petite fille de 6 mois, elle va bien. Elle commence à manger des fruits et des légumes mais je l'allaite encore. Cela nous permet de faire des économies car le lait c'est cher ici et puis cela me protège aussi de la grossesse. José et moi on est très amoureux mais on ne veut pas un autre enfant trop vite.

Est-ce que je suis vraiment protégée ? Est que je peux prendre la pilule si j'allaite ?

ANNEXE N°2 : TEMOIGNAGES - ESPAGNOL

El caso de Ana

Me llamo Ana. Tengo 28 años y vengo de Venezuela. Estando en mi país, hace dos años me separé del padre de mis dos hijas. No encontraba trabajo y no tenía suficiente dinero para pagarles la escuela.

Entonces decidí venir a Suiza para trabajar como empleada doméstica. Mi madre, en mi país, se ocupa de mis hijas.

Llegué a Suiza hace un año, no tengo permiso ni seguro de salud. La familia donde trabajo es gentil conmigo. Envío a mi madre casi todo el dinero que gano. Tengo un amigo desde hace 6 meses; él es ecuatoriano. Estoy contenta con él pero al mismo tiempo también tengo miedo cuando la regla se retrasa. Calculo mis días fértiles pero no estoy muy segura. Sé que ahora no es el momento para tener otro hijo.

¿Corro algún riesgo ? ¿Qué puedo hacer para protegerme ?

El caso de Nicolás

Tengo 37 años y vengo de Camerun. He venido a Suiza solo. Después de muchos meses mi familia ha venido a vivir conmigo. Tengo mujer y dos hijos. A mí y a mi mujer, nos gustaría tener otro hijo pero, por el momento, no es posible. Nuestra situación es difícil. Tenemos un estatuto de requerentes de asilo; y, a pesar de que trabajamos, no sabemos si tendremos que irnos de Suiza. Mi esposa tiene hipertensión y no puede tomar la píldora. Hay los preservativos pero a mí no me gusta usarlos y en una pareja de casados los preservativos no se utilizan... De todas maneras, yo no tengo problemas y me controlo muy bien y sé retirarme a tiempo.

¿Esta manera de protegerse (la retirada) es realmente eficaz ?

¿Existe otro método anticonceptivo que mi esposa pueda utilizar ?

El caso de Juana

Me llamo Juana y soy peruana. Vivo en la casa de una prima con mi compañero José. A él, le gustaría hacer una formación en la hotelería.

Tengo una hijita de 6 meses, ella está bien y ya comienza a comer frutas y verduras pero yo continúo a darle de lactar. Esto nos permite ahorrar porque la leche es cara; y, además, la lactancia me protege también de un embarazo. José y yo, estamos muy enamorados pero no queremos tener otro hijo muy rápido.

¿Estoy realmente protegida ?

¿Puedo tomar la píldora si doy de lactar ?

ANNEXE N°3 : JEUX DE RÔLES - FRANÇAIS

Situation 1

Cadre: première soirée ensemble après 3 ans de séparation
Personnages : un couple de migrants.
Situation: le couple était séparé pendant 3 ans par l'émigration de la femme. C'est la femme qui est venue en Suisse il y a 3 ans. Lors du premier moment d'intimité, comment vont-ils aborder la question de la sexualité et la contraception ?

Situation 2

Cadre: à la maison
Personnages: un homme et une femme sont mariés et ont deux enfants. Monsieur aimerait un troisième enfant. Madame suit une formation.
Situation : Une plaquette de pilule tombe du sac à main de madame, l'homme la remarque. Il demande des explications...

Arguments (soutien ou aide aux animatrices)

L'homme:

- Je ne veux pas que tu prennes des hormones
- Je maîtrise l'éjaculation
- C'est aux femmes de s'occuper de la contraception
- Je veux des enfants
- Le stérilet : ça rend stérile
- On se fait confiance...

La femme :

- Je n'ai pas de méthode de contraception (pour éviter une grossesse). C'est moi qui serai enceinte
- La femme le met, côté ludique
- La femme en a sur elle
- Détermination
- Parler grossesse, IST, HIV
- Mettre dans la balance quelques minutes de plaisir contre une grossesse, une maladie à vie est-ce que l'homme tient à vous ?
- Si l'homme refuse, proposition fémidon ou refuser la relation sexuelle
- C'est trop difficile d'y penser chaque jour (la pilule)
- Je ne veux pas prendre des hormones
- Ça rend stérile, grosse et nerveuse
- J'aime avoir mes règles tous les mois, ça purifie
- La pilule donne des maladies, cancer, et boutons
- On se fait confiance, je compte les jours
- La pilule ôte l'envie

ANNEXE N°3 : JUEGO DE RÔLES - ESPAGNOL

Situación 1

Contexte : primera noche juntos después de 3 años de separación

Personajes : una pareja de migrantes

Situación: la pareja estaba separada durante 3 años debido a la emigración de la mujer. Es la mujer que vino a Suiza hace 3 años. Durante el primer momento de intimidad, ¿cómo tratarán la cuestión de la sexualidad y la anticoncepción?

Situación 2

Contexto: en la casa

Personajes: un hombre y una mujer están casados y tienen dos hijos. A él, le gustaría tener un tercer hijo. Ella sigue una formación.

Situación : Una placa de píldoras cae de la cartera de la señora, el hombre se da cuenta. El le pide explicaciones...

Argumentos (elementos de apoyo para las animadoras)

El hombre:

- No quiero que tomes hormonas
- Yo controlo la eyaculación
- Es la responsabilidad de las mujeres ocuparse de la anticoncepción
- Yo quiero tener hijos
- La T de cobre (o el dispositivo intrauterino) produce esterilidad
- Nos tenemos confianza...

La mujer :

- Es muy difícil acordarse todos los días (de tomar la píldora)
- No quiero tomar hormonas
- Eso hace esteril, engorda y nos pone nerviosa
- Me gusta tener mis reglas todos los meses, esto purifica
- La píldora produce enfermedades, cáncer y aparecen granos
- Confiamos mutuamente, yo cuento los días
- La píldora quita el deseo

Fiche d'auto-évaluation
Atelier de sensibilisation et d'information sur la santé sexuelle et reproductrice pour les hommes et les femmes migrant-es

Date: _____

Lieu de l'atelier: _____

Organisation invitante: _____

Nom des intervenants: _____

Membre de l'organisation invitante: _____

Population touchée:

Nationalité ou ethnie: _____

Langue: _____

Groupe spécifique: _____

Ages approximatifs: _____

Nombre de participants (environ)

_____ moins de 10

_____ 10 à 20

_____ 20 à 30

_____ plutôt des femmes

_____ plutôt des hommes

_____ même proportion

Est-ce que tous les thèmes ont pu être abordés ?

Oui _____

Non _____

Pourquoi ? _____

Discussion ou débat:

_____ oui, animée

Si oui, thèmes ou préoccupations abordées :

___ oui, quelques questions. Lesquelles?

___ non

___ nsp (ne sait pas)

Y a-t-il un thème nouveau ? _____

L'aspect le plus positif (succès)

L'aspect le plus négatif (échec)

Aspects inattendus

Besoin d'outils supplémentaires et/ou ajustement

Matériel distribué: _____

Après l'intervention, quelques participants sont venus discuter:

_____ pour demander plus d'informations générales, _____ plus d'informations spécifiques
_____ problèmes personnels _____ demander une autre réunion.

Appréciation personnelle

Très satisfait <5-----4-----3-----2-----1> pas du tout

Aspects nouveaux appris concernant l'animation des groupes interculturels/concernant la compréhension de l'interculturalité:

Qu'est-ce qui pourrait être utile à mes collègues pour leur travail au quotidien avec les migrant-e-s ?

Comment transmettre et valoriser cette expérience ?

Remarques:

