EDITION DU 20 AVRIL 2009

Journal des acteurs de la lutte contre le SIDA

Rirage

île de la Réunion

encarté dans le JI

LE RESPECT
S'APPLIQUE AUX AUTRES
MAIS AVANT TOUT
À SOI-MÊME.

L'ESTIME DE SOI, LE RESPECT DE SES CHOIX, DE SON CORPS, C'EST IMPORTANT.

anis

POUR ÊTRE RESPECTÉ,

RESPEKT A OU !

édito

Ce numéro de Rivage et la campagne grand public qui l'accompagne, traitent une nouvelle fois de sexualité, et surtout du respect de soi et de l'autre. A l'adolescence les jeunes ont à vivre toutes sortes de changements physiques. Les questions à cette période de la vie sont nombreuses, afin d'apprivoiser un corps qui change d'apparence et qui est en proie à de nombreuses réactions, parfois inattendues, plus ou moins comprises et plus ou moins contrôlées.

A cette période, les angoisses liées à la sexualité, commencent à apparaître. Les interrogations des jeunes sur la sexualité, sont souvent accompagnées d'idées fausses et de stéréotypes, parfois véhiculés par les images pornographiques captées sur Internet. C'est à cette époque que certaines peurs commencent à s'installer, risquant de perdurer à l'âge adulte.

Lorsque l'on évoque les causes psycho-comportementales des troubles sexuels, on retrouve, entre autre, le manque d'informations sur son propre corps et sur la sexualité, les rapports douloureux ou insatisfaisants, l'éducation pendant l'enfance, avec de forts interdits (interdit de la nudité, de la masturbation et de tout plaisir…), l'anxiété, l'angoisse de la performance, la peur de l'échec, une trop grande tension émotionnelle incontrôlable. C'est pourquoi, il faut anticiper avant que tous ces facteurs psychiques s'installent et délivrer continuellement une information grand public, mais aussi, au sein de l'école et des familles.

Les adolescents ressentent ce besoin d'information, mais n'osent s'adresser aux adultes. Ceux-ci doivent savoir faire le premier pas et les aider à acquérir une maturité sexuelle, mais aussi affective. Le but de l'éducation sexuelle est d'aider les jeunes à développer leurs connaissances physiques et affectives, favorisant la communication avec l'autre, les processus de décision et de négociation. On apprendra à se respecter soi-même, à respecter l'autre, à connaître et gérer les émotions impliquées dans l'expérience sexuelle. Ainsi la sexualité sera considérée comme une partie intégrante et positive de la vie, incitant à l'égalité des sexes, à l'estime de soi et au respect des droits d'autrui.

Catherine GAUD
Présidente de RIVE

Les associations réunionnaises de lutte contre le SIDA

RIVE
11, rue du Four à Chaux
97400 St-Denis - Réunion
Tél : 0262 20 28 56
Fax : 0262 94 14 48
E-Mail: asso.rive@wanadoo.fr
Site : www.sante-sexualite.re
L'association est ouverte du lundi au vendredi de 9h à 17h30.
Tous les mardi et jeudi midi, un déjeuner est offert aux usagers.

ARPS
11 bis, rue Saint Jacques
97400 St-Denis - Réunion
Tél : 0262 21 88 77
Fax : 0262 94 12 60
E-Mail: arps@wanadoo.fr
Site : www.arps-info.com
L'association est ouverte du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 16h30.

SID'AVENTURE
33, rue François Isautier
97410 St-Pierre
Tél : 0262 25 80 81
Fax : 0262 25 12 79
E-Mail: sida.venture@wanadoo.fr
Site : www.sidaventure.org
L'association est ouverte du lundi au vendredi de 9h à 16h.

> Demandez à votre médecin de vous prescrire le test de dépistage VIH ou rendez vous dans l'un des centre de prévention CDAG/CIDDIST

Centre de Dépistage Anonyme et Gratuit / Centre d'Information, de Dépistage et de Diagnostic des IST

CHR Nord - Centre Hospitalier Régional Nord
Saint-Denis - Bellepierre
Service Immunologie
0262 90 55 69

CHI - Centre Hospitalier Intercommunal
Saint-André/Saint-Benoît
2 rue Montfleury
97470 Saint-Benoît
0262 50 84 84

GHSR - Groupe Hospitalier Sud Réunion
Saint-Pierre
Service des maladies infectieuses
0262 35 91 65

Centre de Prévention de l'Ouest
4 rue des Salins
97460 Saint-Paul
0262 34 13 13

sommaire

édito 2
Association de lutte contre le SIDA
Centre de prévention, CDAG/CIDDIST
Les autres acteurs de lutte contre le SIDA

DOSSIER : Estime de soi 3
Pour être respecté, Respekt a ou, té !
Missions Locales :
Vers une éducation à la santé des jeunes 5
Parole aux jeunes 6
Regards croisés sur la reconquête de l'estime de soi :
Prendre positivement sa place dans la société 7
Témoignage :
Apprendre à prendre soin de moi 8
Le CEVIF (Collectif pour l'Elimination des Violences Intrafamiliales) :
Réaliser qu'on est capable 9
Se faire accompagner :
Retrouver l'estime de soi en élaborant un projet de vie

INFOS VIH/SIDA
CROI 2009 :
Des traitements de plus en plus puissants 10
Droits humains et VIH/SIDA 11
La Déclaration Universelle des droits de l'homme fête ses 60 ans
La HALDE : l'accompagnement des victimes de discrimination
EDWIN CAMERON : la criminalisation de la transmission du VIH/SIDA 12
ARASA : ateliers sur Droits Humains et VIH
ZONE OI ET COOPÉRATION RÉGIONALE 13
Vers une réconciliation avec le passé
L'estime de soi minimise la stigmatisation
Un numéro vert à Mayotte
DU CÔTÉ DE LA VIE ASSOCIATIVE 14

RIVAGE, édition du 20 avril 2009
Journal des acteurs de la lutte contre le SIDA
Responsable rédaction :
Marie-Laure Veyrat /Christine Moucazambo
Maquette : Marie-Laure Veyrat
Contact : asso.rive@wanadoo.fr
Photos DR - © Doorgesh Mungur, Moncef

Les autres acteurs de la lutte contre le VIH/SIDA

PEEP DE SAINT-PAUL
27, rue de l'Aérospostale
97411 BOIS-DE-NEFLES SAINT-PAUL
Tél. : 0262 45 62 37

MFPF – Ad 974
mail : planningfamilial.974@hotmail.fr
web : www.planning-familial.org
Tél : 0692 53 36 51

MISSION LOCALE DE L'EST
58 bis, Rue Amiral Bouvet
BP 57 – 97470 SAINT-BENOIT
Tél : 0262 92 31 37
Fax : 0262 50 39 27

MISSION LOCALE DU SUD
69/71, rue des Bons Enfants
97410 Saint-Pierre
Tél : 0262 25 77 20
Fax : 0262 35 25 16
siege.social@missionlocalesud.com

Réseau Périnatal Réunion
46D, allée des Aubépines - Bassin Plat
97410 Saint-Pierre
Tél : 0262 35 15 59
Fax : 0262 35 16 65
repere@wanadoo.fr
www.perinat-reunion.org

dossier

Pour être respecté, **Respekt a ou, té !**

Le respect est l'affaire de tous : hommes, femmes, enfants. Les institutions qui structurent la vie en société véhiculent chacune à leur manière cette valeur, en insistant plus particulièrement sur le respect d'autrui, qui est fondamental dans toute organisation où se met en place le vivre ensemble. Que ce soit au sein de la famille, de l'école, du milieu professionnel, d'une communauté religieuse etc…Cette valeur est sans cesse mobilisée. Mais qu'en est-il du respect de soi, de l'estime de soi ?

Les associations de lutte contre le VIH/ SIDA, RIVE et Sid'aventure, les Missions Locales du Sud et de l'Est, le Planning Familial, le Réseau Périnatal REPERE, la PEEP travaillent en grande proximité avec la population réunionnaise. Réuni dans un comité de pilotage, ce groupe axe ses réflexions sur des thèmes liés à la santé/sexualité qui vise à offrir à la population des campagnes de sensibilisation et de prévention au plus prés de ses préoccupations. Une confrontation des différentes expériences du terrain enrichit la réflexion afin de répondre au mieux à cet objectif.

Pour cette première campagne 2009, le COPIL a souhaité promouvoir l'estime de soi dans le cadre de >

Définir l'estime de soi :
Vision d'un psychologue, professionnel de terrain

L'estime de soi, qu'est-ce que c'est ?
L'estime de soi peut se traduire comme étant le regard et le jugement qu'un individu porte sur sa personne. Cette pensée intime fait que selon le regard et le jugement, une personne peut s'estimer d'une façon positive ou négative.

Qu'est-ce qui détermine l'estime de soi ?
Il y a tout d'abord les facteurs externes, à commencer par la famille et l'histoire personnelle d'un individu. Une personne rejetée ou marginalisée aura forcement une plus grande probabilité de s'estimer d'une façon négative. Toutefois, il faut savoir que cette estime n'est pas quelque chose de constant, c'est un processus qui évolue en fonction des événements qui nous arrivent. S'il nous arrive des événements douloureux, elle baisse, s'il arrive des choses où l'on est aimé ou reconnu, notre estime augmente.
Puis viennent les facteurs internes comme les petites voix intérieures qui nous poussent à nous déprécier parfois. A contrario une personne qui se fait plaisir et qui prend du temps pour se remettre en question et se remotiver, qui se donne du temps pour établir une relation avec elle-même, aura forcément une grande estime d'elle-même. L'estime de soi dépend aussi des choix d'un individu. Un individu vivant en accord avec ses propres valeurs (honnêteté, fraternité, coopération, amour…) conforte l'estime de soi. Quant aux blessures de l'enfance, on peut apprendre à les dépasser, mais souvent ce travail nécessite une aide extérieure.

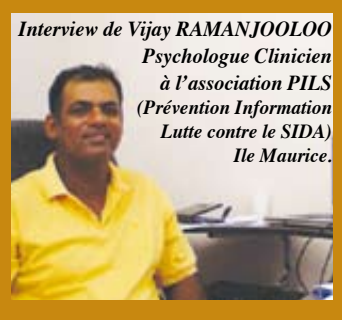
Et la confiance en soi, comment ça se traduit ?
La confiance en soi, c'est différent, elle se situe au niveau du coeur. C'est un élan du coeur, c'est avoir foi en soi et ses capacités : «Est-ce que je peux compter sur moi ? Qu'est-ce que je ressens pour moi ?». En effet, on ne peut pas avoir confiance en soi si on n'a pas d'estime de soi. La confiance en soi est un sentiment, ça se situe donc au niveau émotionnel. Il y a un lien évidemment entre les deux. Quand on a confiance en soi, on réactive l'estime de soi.

En quoi trop d'estime de soi peut a contrario nous desservir ?
Selon moi, on n'a jamais trop d'estime de soi. Les gens narcissiques qui affichent une trop grande estime sont en fait des gens qui ont des faiblesses et qui les cachent. Trop d'estime de soi couvre une faille. Les personnes narcissiques ont des grosses blessures qu'elles camouflent par ce trop plein d'estime de soi.

L'estime de soi, à quoi ça sert ?
L'estime de soi va renforcer la confiance en soi, le sentiment d'être à la hauteur et d'être fiable, elle va permettre de prendre des initiatives et d'oser : oser changer de travail, faire des changements dans sa vie, créer, réaliser ses rêves...

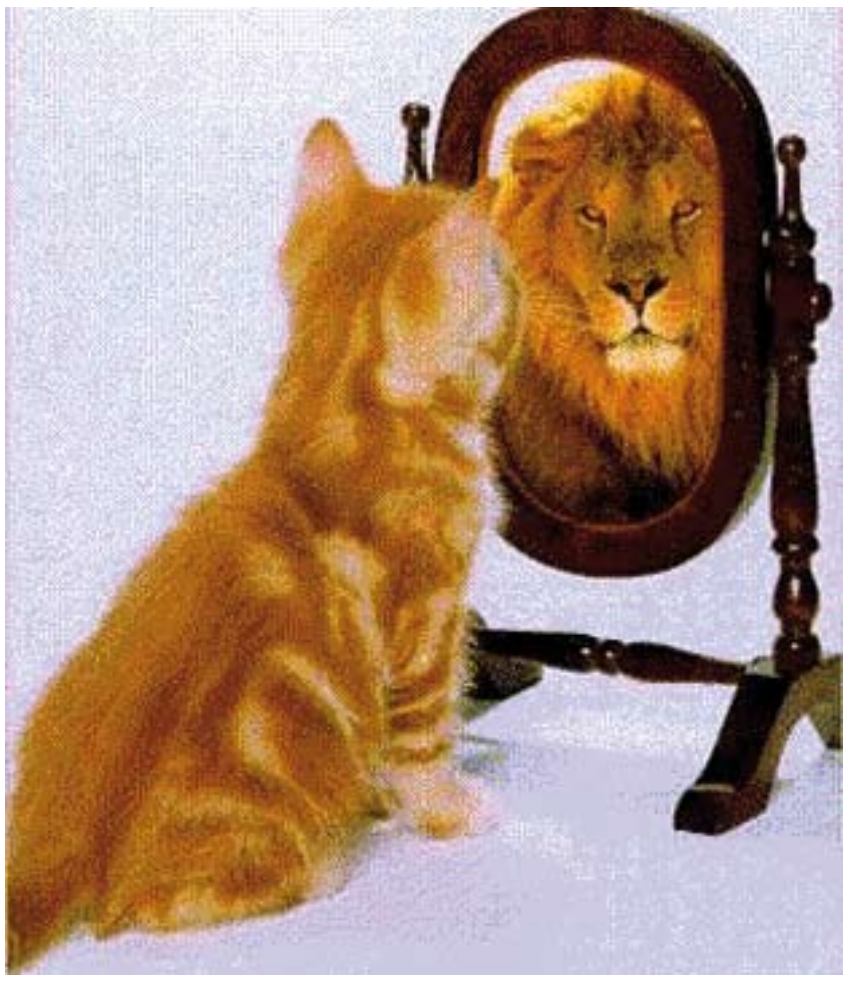
Quels sont les freins à l'estime de soi ?
Tout d'abord, c'est se comparer aux autres. Cette comparaison est souvent une auto dévalorisation. Un autre frein à l'estime de soi, c'est imaginer le futur en négatif, être pessimiste, mais également ne pas se faire de compliments. A bannir aussi : ressasser les blessures du passé et ne pas prendre de mesures pour les évacuer et en parler. Les personnes qui n'ont pas une bonne estime de soi ont tendance à ne pas prendre soin d'elles, et à ne pas prendre de temps pour elles, par exemple à ne pas prendre de pauses au travail. Il faut éviter de se maltraiter, de maltraiter son corps, il est important de savoir se faire plaisir car ce sont, pour moi, les petits plaisirs au quotidien qui font la différence. Enfin, favoriser les conflits, critiquer, entretenir des rapports de compétition, tout ceci est préjudiciable à notre estime de soi.

Pouvez-vous nous donner quelques astuces pour augmenter notre estime de soi au quotidien ?
Ma première astuce est de se faire un compliment par jour. Il faut savoir tout simplement se faire plaisir, écouter de la musique, prendre soin de son corps, aider son prochain etc. Enfin il faut savoir se respecter et penser positivement.



Interview de Vijay RAMANJOOLOO
Psychologue Clinicien
à l'association PILS
(Prévention Information
Lutte contre le SIDA)
Ile Maurice.

Estime de soi

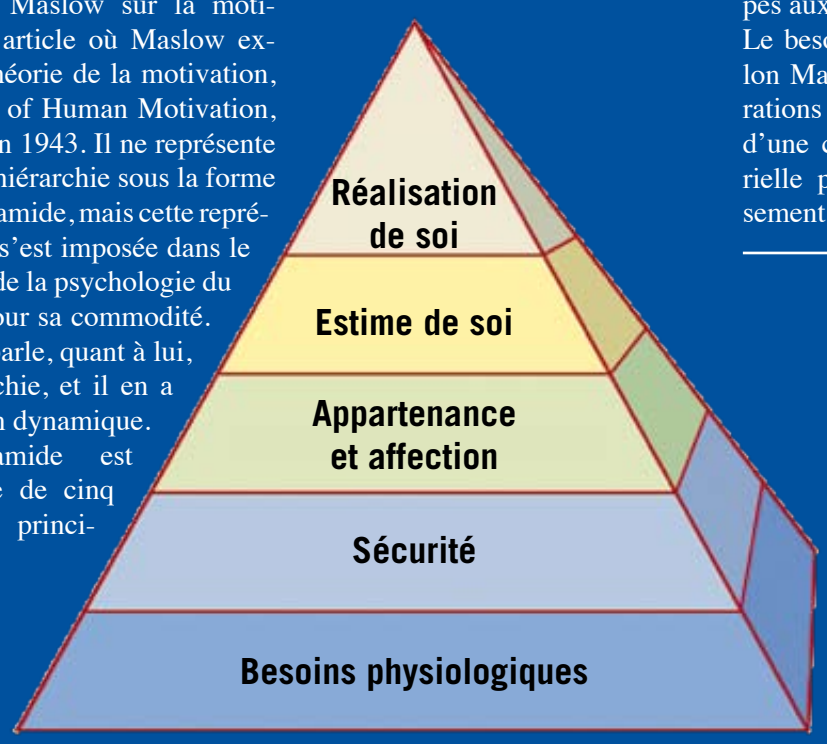


La pyramide de Maslow est une classification hiérarchique des besoins humains

Aborder la notion d'estime de soi n'est pas chose facile, à la fois socle identitaire fondamental, c'est aussi une valeur mouvante qui a un impact transversal sur nos comportements.
Théorie contestée pour son aspect jugée trop simplificateur pour certain scientifiques, la pyramide de Maslow présente l'avantage d'offrir une modélisation du besoin d'estime accessible à tout un chacun.
La pyramide des besoins est une théorie élaborée à partir des observations réalisées dans les années 1940 par le psychologue Abraham Maslow sur la motivation. L'article où Maslow expose sa théorie de la motivation, A Theory of Human Motivation, est paru en 1943. Il ne représente pas cette hiérarchie sous la forme d'une pyramide, mais cette représentation s'est imposée dans le domaine de la psychologie du travail, pour sa commodité. Maslow parle, quant à lui, de hiérarchie, et il en a une vision dynamique.
La pyramide est constituée de cinq niveaux principaux.

Nous recherchons d'abord, selon Maslow, à satisfaire chaque besoin d'un niveau donné avant de penser aux besoins situés au niveau immédiatement supérieur de la pyramide
Maslow distingue cinq grandes catégories de besoins humains :
Les besoins physiologiques sont directement liés à la survie des individus ou de l'espèce : la sexualité, la nécessité de manger, boire etc…
Le besoin de sécurité consiste à se protéger contre les différents dangers qui nous menacent.

Il s'agit donc d'un besoin de conservation d'un existant, d'un acquis. Il s'inscrit dans une dimension temporelle.
Le besoin d'appartenance révèle la dimension sociale de l'individu qui a besoin de se sentir accepté par les groupes dans lesquels il vit (famille, travail, association, ...). L'individu se définissant par rapport à ses relations, ce besoin appartient au pôle «relationnel» de l'axe ontologique.
Le besoin d'estime prolonge le besoin d'appartenance. L'individu souhaite être reconnu en tant qu'entité propre au sein des groupes auxquels il appartient.
Le besoin de s'accomplir est selon Maslow le sommet des aspirations humaines. Il vise à sortir d'une condition purement matérielle pour atteindre l'épanouissement.



Autre traduction de la pyramide

Developpement personnel et réalisation de soi

Etre reconnu et appprécié

Développement de la marge d'autonomie
Sentiment d'appartenance,
Connaissance de l'information.
Possibilité d'expression

Physique :
pas d'accidents, ni maladies
Psychologique :
équilibre psychologique
Economique :
stabilité et sécurité de l'emploi

Manger, dormir, boire,
se chauffer, se vêtir

> Pour être respecté Respekt a ou !

la santé/sexualité. Promouvoir la santé, c'est avant tout rappeler à chacun qu'il mérite le meilleur de la vie. Pour entendre ce message, il faut déjà se reconnaître le droit d'exister tel que l'on est ; c'est à partir de ce préalable que l'on peut alors prendre conscience de la responsabilité que nous avons à l'égard de nous-mêmes et que cela passe nécessairement par la préservation de sa santé et par une sexualité responsable.
L'estime de soi, c'est s'aimer tel que l'on est, c'est avoir confiance en ses valeurs, c'est aussi aimer son corps et le respecter en se protégeant. C'est oser dire non aux comportements sexuels à risques. Et là, le problème est entier car plusieurs signaux sont actuellement «au rouge».

Une recrudescence des IST

En 2008, le COREVIH qui observe l'évolution du VIH à la Réunion relève 45 nouveaux cas séropositifs contre 29 en 2007. Ce résultat est-il lié à une augmentation des dépistages effectués ou est-ce une véritable tendance à la hausse de nouvelles infections ? L'augmentation des cas de syphilis par exemple et d'autres infections sexuellement transmissibles, est révélatrice d'un relâchement dans les comportements sexuels liés à une sexualité non protégée.

Les bases brouillées de la découverte de la sexualité

Une découverte saine et épanouissante de la sexualité passe nécessairement par le respect de son corps et le respect de l'autre. Cependant la pornographie et les clichés sexistes véhiculés par les médias brouillent les repères à partir desquels le jeune va appréhender la sexualité. Certaines images vont donner place à des angoisses et des idées fausses sur ce que peut être une relation à deux.
De plus, on observe que la consommation d'alcool et/ou autres formes d'addictions s'invite de plus en plus dans les moments de convivialité que partagent les adolescents.
Ces différents facteurs auxquels on peut dans certains cas ajouter les effets de groupes, favorisent des comportements sexuels à risques : rapports non protégés, violences sexuelles, rapports consentis sous effet de l'alcool ou pour faire comme les autres.

Les conséquences peuvent être lourdes : transmission d'une IST, grossesses non désirées, angoisses qui peuvent s'installer et se poursuivre jusqu'à l'âge adulte…
Ce numéro du Rivage consacre un dossier à l'estime de soi et à travers différents regards croisés, tente d'éclairer le lecteur sur ce sujet complexe, souhaite inciter celui-ci à porter sur lui-même un regard bienveillant. ***CM***

Cercle vicieux de l'effet d'un manque d'estime de soi :

En tant que processus, l'estime de soi est sans cesse en construction et sujette à variations en fonction des circonstances, des rencontres, des rôles occupés. Une estime de soi positive est un carburant essentiel qui permet d'avoir confiance dans ce que l'on entreprend, de porter un regard positif sur les évènements, de se fixer des objectifs, d'établir des relations harmonieuses avec les autres.
A l'inverse, une mauvaise estime de soi nous pousse à percevoir continuellement le poids d'un regard intérieur qui nous critique, nous dévalorise et nous bloque. Cet état est propice à entrer dans le cercle vicieux du manque d'estime de soi.

Les Missions Locales :

Vers une promotion et une éducation à la santé des jeunes…

Les Missions Locales sont un lieu de repérage et d'accompagnement pour les jeunes de 16/25 ans en difficulté d'insertion professionnelle et sociale. Leur nombre n'est pas à négliger puisqu'on recense sur les quatre structures de l'île plus de 35 000 jeunes inscrits.

MLS, la Mission Locale Sud a, pour sa part, accompagné près de 10 000 jeunes sur l'année 2008 en prenant en compte ses 11 points d'accueil implantés sur le territoire Sud.

Cette frange de la population jeune est « à risque renforcé » sur les diverses problématiques de santé. Il faut y ajouter les corrélations lourdes entre état de santé et situation de précarité dans lesquelles bon nombre d'entre eux se retrouvent.

S'agissant plus particulièrement des comportements sexuels : les tabous persistent chez beaucoup et le préservatif est loin d'être perçu comme le moyen pouvant les protéger des IST (Infections Sexuellement Transmissibles). Et le SIDA dans tout cela ? La tendance est parfois à la banalisation « *Ça n'arrive qu'aux autres !* ».

Les indicateurs spécifiques en corollaire nous alertent un peu plus. Dans le récent rapport de 2008 *«Etat de Santé de la Population à la Réunion»* finalisé par l'ORS (Observatoire Régionale de la Santé) et la DRASS (Direction Régionale des Affaires Sanitaires et Sociales), il est mentionné que le taux de fécondité est beaucoup plus élevé à la Réunion : 9% des mères ont moins de 20 ans, ce qui est près de cinq fois plus que le taux observé en Métropole. Les IVG (Interruption Volontaire de Grossesse) notamment chez les mineures connaissent aussi un taux supérieur. Ces éléments nous révèlent bel et bien le contexte d'isolement dans lequel se retrouvent souvent nos jeunes dans leurs premières expériences sexuelles. Les choix opérés au niveau du partenaire ne sont pas non plus toujours bien vécus.

Un accompagnement par une prise en charge globale

Alors oui, une Mission Locale a toute sa place pour favoriser auprès de son public jeune la promotion et l'éducation à la santé, notamment sur les approches de la sexualité. C'est dans cette logique qu'elle est membre du comité de pilotage pour l'élaboration des campagnes grand public sur les thèmes de la santé/sexualité.

Cependant, assigner cette place d'une manière pleine et entière exige une double condition. Celle qui consiste d'une part, à reconnaître que l'accompagnement d'un jeune vers une professionnalisation et l'emploi impose la prise en compte de sa situation dans sa globalité. Ici, les freins liés à sa santé ne sont pas à déconsidérer.
D'autre part, les Missions Locales face à un public de masse trouvent leurs propres limites pour jouer véritablement un rôle de prévention. La question des moyens consentis à ces structures pour développer ces axes d'interventions devient donc un enjeu fort.

Aidée TESTAN
Responsable du Pôle Social
Mission Locale Sud

La confiance en soi :

un emploi à temps plein

Se respecter… Se connaître… Savoir dire NON… Pouvoir dire OUI… Etre… Etre soi… Avec ou sans les autres, savoir qui je suis, ou je vais et pourquoi j'y vais…

Voilà tout l'enjeu du travail de renarcissisation à engager avec une partie de la jeunesse, celle qui rencontre des difficultés d'insertion. Trop souvent la valeur de l'individu se définit sur des réussites professionnelles. L'être humain est beaucoup plus que ça. En Mission Locale, nous observons et interagissons avec des jeunes qui ont de nombreuses étapes à franchir avant de pouvoir dire « je vais chercher et trouver un emploi ».
Le travail sur la confiance en soi est une des étapes majeures de la perpétuelle construction des individus car c'est elle qui permet de s'inscrire « positivement » dans la société.
« Celui qui s'estime a tendance à mettre ses aspirations en avant et à se développer. Au contraire, l'individu dont l'estime est faible peut facilement renoncer à repousser ses limites. Par ailleurs, une forte estime de soi favorise la réussite. Elle aide à prendre des risques, à chercher des solutions innovantes, à faire preuve de ténacité et de persévérance » (L'estime de soi ; Michelle LARIVEY).
En lisant ces deux phrases, il apparaît évident que la notion « d'approche globale » est un fondamental auquel il est impossible de déroger. Nous ne pouvons pas dire que nous allons les aider si nous ne sommes que dans la recherche de solutions emplois ou formations. Ce serait nier qu'ils sont un tout, complexes avec des besoins de constructions qui le sont tout autant. Nous sommes face à des individus qui se cherchent alors même qu'ils sont, pour la plupart depuis l'enfance, dans une spirale d'échec et d'humiliation qui les amène à toujours plus d'échecs. Rompre cette spirale est le préalable à la prise en charge et doit être l'objectif principal de l'accompagnement proposé aux jeunes. C'est leur offrir la liberté de choisir, de penser et d'agir.

Pour mettre en œuvre le processus de renarcissisation, nous devons valoriser toutes les actions et/ou pensées qui peuvent inscrire les jeunes dans un processus de réussite et de confiance. Un jeune se révèle être capable de démonter et de remonter dans son intégralité une moto doit être valorisé dans ce qu'il fait, afin qu'il entende ces mots : *« tu as fait quelque chose d'extraordinaire et qui n'est pas à la porté de tous. Tu es spécial et tu as réussi »*. Cet exemple est reproductible sur sa capacité à faire du sport, s'habiller, interagir avec les autres, être médiateur en cas de conflit, être une maman attentive, aimer de la musique etc. « Etre reconnu » c'est être non plus repéré par les manques et les échecs, mais plutôt par les possibilités et les réussites.
Chaque jeune, chaque humain a un potentiel à exploiter. Le plus important est de s'en rendre compte afin de pouvoir s'auto-évaluer et s'auto-valoriser au quotidien. C'est cela être acteur de sa vie et de sa réussite.

En tant «qu'adultes accompagnants», nous sommes souvent confrontés à une incompréhension mutuelle entre les jeunes et nous-mêmes. Souvent l'explication est simple et très en lien avec la notion d'estime de soi. Dans leur groupe de pair, les jeunes sont valorisés lorsque leurs actions sont reconnues comme ayant une valeur pour le groupe. Si les individus formant le groupe ont une faible estime d'eux-mêmes, les actions posées, les réflexions et les interactions entraînent tous les membres du groupe vers le bas, l'échec et la reproduction d'échec.
Nous pouvons contre balancer cette aspiration négative en leur permettant de s'identifier à ce qu'ils ont de meilleur en eux, à chercher une gratification personnelle et collective.

Cette analyse est fondatrice de la prise en charge que propose le pôle social de la MLE. Le travailleur social reçoit les jeunes qui en font la demande (ou sur orientation du conseiller en insertion professionnelle) afin d'offrir un espace de parole, de liberté et commence alors un travail de fond de renarcissisation. Une psychologue rencontre les jeunes les plus malmenés, en perte de repères et de confiance afin d'accompagner l'approche globale pensée par les Missions Locales.
Confiance… Indépendance… liberté… mèneront les hommes vers un chemin qui sera le leur … en conscience… et choisi…

Caroline Roselli
Coordinatrice Mission Locale Est

Estime de soi

La paroles aux jeunes…

Valérie Almard est une jeune collégienne de 14 ans qui se distingue par son goût pour les Belles Lettres. Son cœur balance entre le cours Florent et une école de journalisme. En attendant, elle met ses talents d'oratrice et sa force de conviction au service de la Jeunesse et de la Réunion. Valérie, vice-présidente du Conseil Général des Jeunes, a accepté de nous confier ses réflexions sur l'estimede soi.

Rivage : Peux-tu nous dire ce que t'évoque spontanément le concept d'estime de soi ?
VA : C'est avoir une force morale très forte qui permet de résister aux influences. C'est peut-être bien de vouloir s'amuser mais il faut mesurer les conséquences. Pour moi, avoir une bonne estime de soi est fondamental si l'on veut pouvoir faire les bons choix pour son avenir. J'ai des projets qui me tiennent à cœur, que ce soit dans le domaine professionnel ou pour ma vie privée, et je me dis que, pour que tout se concrétise, je dois dès maintenant prendre les bonnes décisions. Je ne veux pas être déstabilisée par un échec.

Rivage : Qu'est-ce que tu appelles une bonne décision ?
VA : On est jeune et on a le droit de se tromper. Certaines erreurs sont réparables mais dans d'autres cas elles peuvent complètement bouleverser notre vie. Pour moi une bonne décision c'est celle que l'on prend parce qu'on est convaincu que c'est la meilleure pour nous. Ce n'est pas celle que l'on prend pour plaire aux copains ou pour faire comme tout le monde. Certains vont faire comme tout le monde pour ne pas être exclus.
Par exemple, ce n'est pas parce que beaucoup de filles de mon âge disent avoir couché avec un garçon, que je dois le faire à mon tour. Je ne veux pas prendre, sur un simple coup de tête, le risque d'attraper une IST ou de tomber enceinte. Ce n'est pas comme ça que j'imagine mon avenir.

Rivage : Tu sembles certaine ; il t'arrive pourtant d'hésiter entre deux possibilités, non ?
VA : Bien sûr, à ce moment là, je me rappelle toutes les bonnes raisons qui me poussent à résister. J'ai tellement de projets que je fais tout pour qu'ils se réalisent. Par exemple en cours je m'accroche même quand c'est difficile, je ne lâche jamais. Je crois en moi et je sais qu'à force de ténacité, je parviendrai à y arriver.

Rivage : Tu as l'air d'avoir une bonne estime de toi, comment l'expliques-tu ?
VA : J'ai la chance d'être bien entourée. Je communique beaucoup avec mes parents. Ils me valorisent et m'aident à avoir confiance en moi. Quand je butte sur un problème un peu compliqué, je n'hésite pas à leur en parler. Ils sont toujours prêts à m'écouter et à me conseiller. En général, c'est beaucoup plus facile pour moi de prendre mes décisions après ces petites mises au point.

Rivage : Lorsque tu regardes autour de toi, as-tu le sentiment que les choses sont aussi évidentes pour ceux de ta génération ?
VA : Non, je pense que pour la plupart d'entre nous, ce n'est pas si évident. Il faut avoir une vraie force pour rester fidèle à ce qu'on a décidé. On n'a pas envie que les copains se moquent de nous, être traité d'attardé ou de trouillard. En plus, certaines séries télé nous font croire qu'à tel âge, on doit être comme-ci et avoir fait cela pour être un adolescent dans le coup. Franchement, il y a de quoi douter de soi et céder à l'envie de coller à un modèle qui ne nous correspond pas.

Rivage : Quels conseils donnerais-tu à quelqu'un qui manque d'estime pour sa personne ?
VA : En premier lieu, je lui conseillerais de parler de ce problème à ses parents ou à quelqu'un de son entourage proche qui saura l'écouter et le rassurer. Je sais que ce n'est pas forcément facile dans toutes les familles. Dans ce cas là, il ne faut pas hésiter à aller chercher de l'aide ailleurs, comme l'infirmière scolaire.

Propos recueillis par CM

Gilles LEPERLIER, Président de l'UNEF Réunion, nous donne une définition de l'estime de soi.

«Baromètre révélant dans quelle mesure nous vivons en concordance avec nos valeurs, l'estime de soi est le résultat d'une auto-évaluation.
Or en étant jeune dans les sociétés modernes cette auto-évaluation est parfois viciée. Très souvent enclavé entre le monde adulte et l'enfance, le jeune souffrant de manque de repères et de réelles convictions morales ou autres, se retrouve souvent l'éponge des convictions des autres.
L'évaluation de soi, étant une valeur fragile et changeante, augmente chaque fois que nous agissons en respectant nos standards et diminue chaque fois que notre comportement les contredit. Il est donc possible qu'elle soit très haute ou très basse selon les périodes de notre vie. Cette variation est encore plus accentuée dans l'adolescence où ces standards fluctuent souvent au gré des rencontres et des influences familiales.
L'estime de soi est essentielle pour une qualité de vie. Ainsi celui qui s'estime, a tendance à mettre ses aspirations en avant et à se développer. Au contraire, l'individu, dont l'estime de soi est faible, peut facilement renoncer à repousser ses limites. Or, en se dénigrant face aux autres jeunes ou devant les regards des autres, le jeune renonçant à repousser ses limites va très vite se retrouver prisonnier de sa propre prison.
L'estime de soi influence aussi la relation amoureuse. Il est difficile de croire en l'amour de l'autre quand notre propre opinion de nous est négative. Il nous arrive donc de contester les manifestations amoureuses et même de mépriser l'amant qui nous exprime son amour ou son désir.

Or ce renoncement à soi-même est très présent par exemple chez les homosexuels. Face aux stéréotypes de la société, ils peuvent avoir une opinion très négative d'eux-mêmes et renoncer au plaisir et à l'amour qu'ils finissent parfois par mépriser.

Par ailleurs, avec le tabou qui règne sur les pratiques sexuelles des jeunes et l'approche moraliste de la société, le jeune, victime de cette censure morale réprime ce désir, ou parfois s'y adonne avec un sentiment de culpabilité. Ce déni découlera sur une mauvaise évaluation, fragilisant ainsi l'estime de soi du jeune. S'assumer pleinement est un atout essentiel à l'épanouissement de tout être humain et principalement des jeunes.»

Nicolas Wattiez est âgé de 16 ans. Elève en première scientifique, il est aussi le porte parole local de l'Union Nationale des Lycéens (UNL).

« Lorsqu'on arrive au lycée on est étonné par la différence de mentalité avec le collège. Les gens paraissent plus ouverts, plus tolérants. Les lycéens sont une foule bigarrée, chacun essayant de se démarquer par un look, un discours, etc. Il n'est pas rare non plus de croiser des groupes qui ne se cachent pas d'être gay, lesbienne ou bisexuel. Bref à première vue on pourrait se dire que pour ceux de ma génération, il est plus simple de s'accepter et d'accepter l'autre tel qu'il est.
Pourtant les choses ne sont pas aussi évidentes. L'estime de soi est une valeur changeante, je peux être content de moi aujourd'hui et ne plus pouvoir me regarder dans une glace demain. Si l'estime de soi est une valeur changeante, cela signifie aussi que je peux l'utiliser comme un moyen de m'améliorer, je peux faire en sorte d'avoir une meilleure estime de moi-même ; l'estime de soi peut être un formidable vecteur de progrès personnel.
Nous devrions garder cette idée en tête afin d'apprendre de nos erreurs, nous forger une opinion personnelle et renforcer notre confiance en nous.
En effet, on constate encore trop souvent que certains de nos jugements et de nos comportements sont sous influence, dictés par le poids des à priori, des préjugés, des stéréotypes...
Par exemple, au lycée où les flirts sont fréquents, on remarque qu'un garçon qui change régulièrement de petites copines sera valorisé alors que c'est plutôt le contraire qui se produit lorsqu'il s'agit d'une fille.
Notre génération est certainement moins machiste que les générations précédentes mais des efforts restent à faire pour pleinement respecter les filles.
Les garçons ne sont pas non plus à l'abri du poids des à priori, combien n'ont pas osé sortir le préservatif qu'ils avaient en poche de peur que leur partenaire se fasse des idées fausses. Pourtant nous connaissons les risques liés à une sexualité non protégée…

Nous devons prendre une part active à la diffusion de ce message sur la valorisation de l'estime de soi, du respect de son corps et du respect d'autrui. Déjà en nous appropriant pour notre propre compte ces questionnements mais aussi en prenant l'initiative d'organiser des séances d'informations et de préventions dans nos lycées avec l'aide du personnel de l'établissement et les associations …Si les jeunes s'investissent pour les jeunes peut être réussirons nous à faire en sorte que la génération lycéenne de demain évolue dans un environnement où chacun pourra être reconnu et valorisé pour ce qu'il est vraiment. »

Regards croisés sur la reconquête de l'estime de soi :

Rupture sociale, violence intrafamiliale, maladie… quand la vie nous fait violence, comment se reconstruire ? Expérience de professionnels ou histoires vécues, les témoignages s'accordent sur l'importance de reconstruire une image positive de soi pour pouvoir surmonter ces difficiles épreuves de la vie.

PJJ : Prendre positivement sa place dans la société

La Protection Judiciaire de la Jeunesse accompagne les adolescents suivis par décision de justice suite à un délit. Eric Serenne, Animateur Départemental du Dispositif d'Insertion et Andy Natacha, psychologue au foyer d'action éducative, accompagnent quotidiennement ces jeunes adolescents de 13 à 16 ans cette laborieuse reconstruction d'une image positive acceptable à leurs yeux et à ceux de la société.

Rivage : Comment certains jeunes sont amenés à croiser votre route ?
ES : L'irruption de la délinquance dans le parcours de vie n'est pas réservée à un profil type. Sur dix adolescents qui un jour sont amenés à rendre compte de leurs agissements devant un magistrat, sept ne feront plus entendre parler d'eux. En général, l'intervention du juge suffit à rappeler la loi, les règles de la vie en société, c'est aussi l'occasion d'affirmer l'autorité parentale. Enfin, c'est le moment d'inciter ces adolescents à prendre positivement position dans une société dont l'avenir dépend aussi d'eux en tant que citoyen en devenir. Concrètement notre action s'adresse aux trois adolescents qui restent sur les dix de départ, ceux-là sont plus profondément inscrits dans la délinquance.

Rivage : Comment expliquez-vous cette profonde rupture sociale ?
AN : La qualité de l'environnement dans lequel grandit un enfant est un élément majeur dans la constitution de l'estime de soi et dans la définition des choix qu'il fera par rapport à la société.
La psychanalyse a mis en évidence l'importance de la petite enfance et de l'adolescence dans le développement de l'individu. Ce sont deux périodes sensibles qui nous livrent souvent une partie des clefs pour comprendre un comportement délinquant.

Rivage : Comment s'appréhende la notion d'estime de soi pendant la prime enfance et pendant l'adolescence?
AN : La petite enfance est une période de construction de l'identité primaire. Les personnes qui entourent l'enfant vont favoriser sa construction narcissique en le valorisant régulièrement. Cet investissement affectif de l'entourage sur l'enfant va constituer le socle sur lequel va se déployer l'estime de soi. A contrario, l'adolescence est une période dite de destructivité, où les valeurs, les discours de l'environnement vont être remis en cause avec plus ou moins de violence. En effet, l'apparition de la sexualité va provoquer chez l'enfant, une réévaluation du lien qui l'unit à ses parents. Pour devenir adulte l'enfant est contraint de se penser dans cette nouvelle altérité avec l'adulte référent. Cet éloignement contraint par la sexualisation des rapports est un mouvement douloureux pour l'adolescent.
Il s'accompagne souvent d'une attitude de rejet des valeurs portées par les repères affectifs et peut notamment se traduire par des comportements transgressifs ou violents.

Rivage : Pouvez-vous nous dépeindre les situations que vous rencontrez le plus régulièrement ?
ES : Sans vouloir stigmatiser un modèle familial, on observe que la plupart des adolescents que nous accompagnons ont subi dès leur plus jeune âge des ruptures importantes sur le plan familial.
Il s'en suit que le lien avec l'adulte, parents ou tierce personne, sera dépourvu de confiance et souvent vécu sous le mode du conflit.
Nous savons que l'estime de soi a besoin d'être étayée par l'environnement pour se développer correctement. Face à cette carence du milieu familial, le phénomène de bande peut apparaître comme une solution car en tant que membre on est valorisé par le groupe. De plus, la bande offre une identité préconstruite, rassurante pour un jeune qui n'arrive pas se projeter dans un rapport individuel avec un adulte.

Cependant la délinquance juvénile ne concerne pas exclusivement les enfants qui ont souffert de carences affectives.
Elle s'inscrit parfois dans la reproduction d'un schéma familial persistant. Un adolescent dont les parents, les oncles, les grands-parents auront déjà eu des démêlés avec la justice n'est pas dans une remise en cause des repères de son environnement mais dans un mouvement d'appropriation et de continuité des valeurs familiales.
On relève aussi le cas de jeunes issus de milieu parfaitement intégré à la société, au moment de leurs crises d'adolescence, ils éprouvent le besoin de trouver des valeurs « narcissisantes » ailleurs que dans le milieu familial. Souvent l'école peut répondre à ce besoin de se construire loin du cercle familial mais en cas d'échec scolaire les adolescents peuvent se replier vers des bandes marginales.
Enfin il ne faut pas sous-estimer le plaisir de la transgression qui

Estime de soi

> Prendre positivement sa place dans la société

amène certains de ces adolescents à défier les valeurs et les règles transmises par leur environnement.

Rivage : Concrètement comment se traduit votre accompagnement sur le terrain ?

ES : L'essentiel de notre tâche consiste à recréer le lien de confiance entre l'adulte et l'adolescent. Le foyer d'action éducative offre l'avantage de pouvoir structurer l'espace et le temps. Dans ce cadre rassurant, les journées sont rythmées par des activités qui sont autant d'opportunités pour l'équipe d'éducateurs spécialisés de mettre en confiance ces adolescents et de développer chez eux le respect d'eux-mêmes et des autres.

Parallèlement à cela nous allons à la rencontre des familles. La délinquance juvénile stigmatise la famille entière, c'est un moment douloureux de l'histoire familiale, où les parents sont confrontés au regard de la société, confrontés à leurs propres doutes et angoisses. Les familles éprouvent alors le besoin d'être accompagnées et informées.

Certains parents développent un sentiment d'échec et d'impuissance, ils culpabilisent et craignent d'être jugés. En les associant au projet de réinsertion de l'enfant, nous leurs redonnons un peu d'estime d'eux-mêmes et surtout nous donnons de meilleures chances à l'adolescent de réussir sa réinsertion.

Rivage : Quels conseils donneriez-vous à un parent confronté à une situation conflictuelle avec un adolescent ?

ES : L'important est de « *tenir debout dans la tempête* ». Ces mots de Winnicot, célèbre psychanalyste britannique, résume, à mon sens, la meilleure attitude à adopter. L'adolescent a besoin de tester la solidité du lien qui l'unit à l'adulte. Le conflit est une violence qu'il inflige, à la société, à sa famille mais surtout à lui-même.

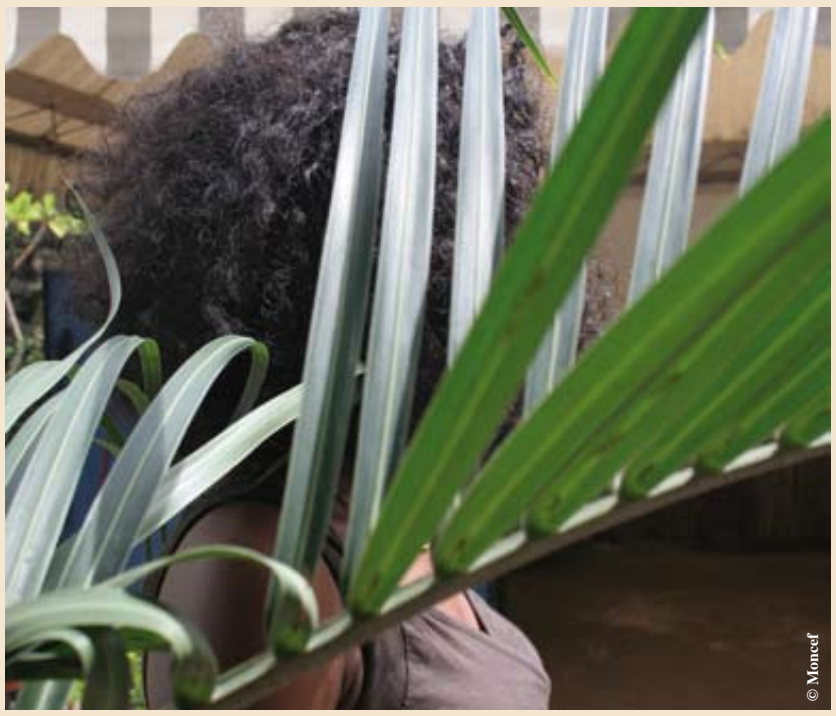
Pour résister à cette vague, les parents ne doivent surtout pas hésiter à s'informer et à se faire accompagner. Plusieurs institutions peuvent les conseiller et particulièrement la maison des adolescents «KAZ'ADO», 2 rue Parny à Saint-Denis, qui est un lieu de médiation, une plateforme neutre qui prend en compte les besoins du parent et de l'adolescent.

Propos recueillis par CM

Témoignage :

Apprendre à prendre soin de moi

Maêllis[1], 48 ans est une femme active, mère d'une jeune femme et grand mère depuis peu. Dynamique et volontaire, elle a trouvé la force de mettre un terme à dix années de violence conjugale. Six ans après, elle accepte de nous dire ce qu'elle pense de l'estime de soi.


© Moncef

« Lorsqu'on a été trahi par quelqu'un qu'on aime et qu'on a subi des violences de la part de cette personne, c'est difficile de retrouver l'estime de soi. On se demande même si on n'a jamais eu une bonne estime de soi car au début on se sent toujours un peu coupable de ce qui est arrivé. On doute de sa capacité à faire les bons choix.

Depuis toute petite j'ai intériorisé un schéma de violence familiale. Mon père était un homme formidable pour moi, je l'aimais et l'admirais, ce qui ne l'empêchait pas de battre ma mère. J'ai le sentiment que toute mon histoire amoureuse a été la reproduction de ce schéma. Je n'ai jamais parlé de tout ça avec ma mère, c'était tabou, si bien que lorsqu'elle s'est aperçue que je m'engageais dans la même voie, elle a tenté à demi-mots de m'avertir mais j'ai ignoré ses signaux. Tant que je n'avais pas mis de mots sur cette violence, je continuais à rechercher chez mon compagnon l'image de ce père héros et bourreau à la fois.

J'ai rencontré mon mari très jeune, je l'ai suivi en laissant derrière moi toutes mes attaches familiales et amicales. Malgré les signes évidents de son alcoolisme, ses propos méprisants et les coups, j'avais si peu d'estime de moi en tant que femme que je n'osais même pas le remettre en cause dans son rôle d'époux.

S'il y avait un problème, je ne pouvais qu'être à l'origine de tout ça. Alors je faisais de mon mieux pour prévenir ses besoins et m'attacher à être une épouse parfaite, à la fois amie, amante, voire mère. Bref je faisais tout pour monter dans son estime à lui.

J'aurais supporté la situation pendant longtemps encore s' il n'avait pas levé la main sur notre fille.

Je me rends compte que je n'avais peut être aucune estime de moi en tant qu'épouse mais j'ai toujours voulu être une bonne mère pour ma fille et je n'allais pas le laisser détruire ça.

A l'époque je me suis tournée vers le milieu associatif. Là, j'ai trouvé un accueil et une première écoute qui m'a préparée à une thérapie avec un psychologue. Souvent les femmes font le premier pas vers le psy mais elles n'osent pas y retourner tellement c'est dur de parler de soi, tellement on a honte ou peur de passer pour une menteuse, peur d'être jugée.

L'association est un peu comme un refuge où l'on prend le temps de soigner les premières plaies, où l'on est écouté avec patience, où l'envie de s'en sortir et l'idée qu'on peut y arriver mûrissent.

La vie reprend son cours et on continue à avancer. Un jour on réalise qu'on n'est pas coupable, un autre qu'on est plus victime et enfin, on avance la tête haute même si l'on sait qu'on gardera toujours des traces de notre histoire.

Dans tous les cas on doit rester vigilant, s'obliger à prendre soin de soi.

Récemment j'ai entamé une nouvelle histoire d'amour et je réalise que sans faire preuve de violence physique, cet homme me fait subir des pressions psychologiques. Lorsque mon entourage me l'a fait remarquer j'ai ressenti un gros sentiment d'échec, comme si une fois de plus je m'étais arrangée pour me mettre dans ce genre de situation. Mais c'est justement parce que j'ai réussi à reconstruire un peu d'estime de moi-même que je sais que je ne mérite pas ça et que ce scénario n'est pas inéluctable. Je me suis rapprochée d'un groupe de parole pour femmes battues parce que c'est important d'en parler et de rompre avec l'isolement qui est le début de cette spirale infernale. »

Propos recueillis par CM

1) Le nom et d'autres éléments du témoignage sans incidence sur la véracité des propos ont été modifié avec l'accord du témoin pour protéger son anonymat.

Se faire accompagner :

Retrouver l'estime de soi en élaborant un projet de vie

Andréa LE CALVE, référente sociale à l'association RIVE, accompagne les usagers dans l'élaboration ou la réappropriation d'un projet de vie.

Dans leur récit de vie, de nombreux patients parlent du jour où ils ont appris leur séropositivité comme le jour où ils ont perdu leur identité, où « ils se sont perdus ». Il semblerait qu'à cette annonce, ils ne soient devenus qu'un corps malade, un objet de sciences, un objet de honte.
Le regard de l'autre, la peur du jugement des proches (famille, amis, collègues de travail), la peur du rejet sont autant de facteurs favorisant l'exclusion et/ou l'auto exclusion.
L'intensité des traitements, les troubles secondaires ont pour effet de faire entrer le patient dans un statut nouveau : le statut d'une personne dont la santé constitue une activité à temps complet. Il est difficile de demander à une personne aux prises avec sa maladie de se projeter dans l'avenir. Cependant, si on ne fait rien, elle réduit peu à peu à néant sa vie sociale parce que personne ne la sollicite émotionnellement et on observe alors très vite une dégradation où les pulsions de vie cèdent la place aux pulsions de mort.

L'association RIVE accompagne les usagers dans l'élaboration ou la réappropriation d'un projet de vie. Pour le travailleur social, l'accompagnement d'une personne séropositive nécessite la prise en compte de l'infection et de ses répercussions physiques, psychologiques et sociales. Les objectifs de cet accompagnement sont de permettre à la personne :
• de trouver ou de retrouver les moyens qui donneront un sens à sa vie
• de maintenir la relation dans les moments difficiles
• d'aider la personne à conserver son emploi ou s'inscrire dans un nouveau projet professionnel
• d'aider la personne à conserver son logement ou à accéder à un logement adapté
• de soutenir la personne pour rompre son isolement
• de bénéficier des soins adaptés à l'évolution de son état de santé.

© Moncef

Reconnaître le statut d'individu jouissant de droits

Pour les personnes en rupture d'hébergement, l'association propose un hébergement temporaire.
Chaque personne hébergée par l'association signe un contrat d'hébergement qui définit le cadre de la prise en charge. Signer un contrat, c'est reconnaître aux personnes leur statut d'individu, qui jouit de droits que l'on doit respecter. C'est un signe fort pour restaurer une partie de l'estime de soi.
L'association propose un accompagnement social global : des visites à domicile, une écoute et une présence quotidienne sont assurées aux personnes prises en charge pour permettre de réintégrer les gestes simples de la vie de tous les jours (en termes d'alimentation, de sommeil, d'hygiène corporelle…).

Préserver des capacités d'autonomie, et d'autodétermination

Le référent social soutient les usagers dans la gestion de leurs ressources, élabore avec chacun un budget mensuel pour que ceux-ci retrouvent des repères qui leur permettront une fois sortis de la structure, d'assurer la charge des dépenses quotidiennes.
Pour permettre le retissage des liens sociaux, les référents sociaux font le lien avec les différentes structures et partenaires et donnent les informations nécessaires au rétablissement des droits sociaux, aide à l'insertion (réinsertion) professionnelle et l'information sur les droits des PVVIH.
Dans la relation individuelle avec l'usager, le travailleur social doit garder à l'esprit les valeurs qui pourront garantir la liberté et la responsabilité de l'usager et favoriser son narcissisme.
Autonomie et autodétermination : au-delà de la situation de dépendance circonstancielle et provisoire, il s'agit pour l'usager de garder ses capacités d'autonomie et de responsabilité. Sa participation active aux décisions, ses choix de vie restent de son ressort exclusif.
Confiance et respect de l'autre : respecter la personne, en tant que telle, est indispensable : le respect de son autodétermination, de sa souffrance, respect de son intégrité et de sa dignité, de ses opinions, de ses croyances, de sa culture, de ses choix de vie ; recherche de sa libre adhésion aux actions proposées, valorisation de ses potentialités. Il est important de comprendre l'usager tel qu'il est et non tel que l'on souhaiterait qu'il soit.
Lors de discussions sur la maladie et façon de vivre au mieux la séropositivité, les PVVIH disent ne pas chercher le dialogue permanent sur leur maladie, mais elles aimeraient plutôt pouvoir se sentir libres d'en parler, chaque fois qu'elles en ont besoin. Pour elles ceci reviendrait à cesser de se soucier de la réaction des autres, de se préoccuper des retombées professionnelles, sociales, relationnelles. Encore très rattaché à un acte de responsabilité manquée, le VIH/SIDA soulève jugement là ou le cancer soulève compassion.

Andréa LE CALVE
Référente sociale à l'association RIVE

Le Cevif

Réaliser qu'on est capable…

Le Collectif pour l'Elimination des Violences Intrafamiliales regroupe des associations familiales, féminines, d'éducation populaire, humanitaires et tout type d'associations qui luttent contre la discrimination et la violence.

Le but du CEVIF est de faire évoluer les mentalités en soulignant les valeurs de respect de soi et d'autrui. Il vise la garantie et l'égalité des chances pour chaque individu. Sa Présidente, Thérèse Baillif, est reconnue pour son action au service du bien-être de la famille et notamment pour son engagement auprès des femmes victimes de violence intrafamiliale.

« Notre travail ne consiste pas à juger ou à conseiller les personnes que nous accompagnons. Non pas qu'elles refusent d'être conseillées, mais même si elles entendent volontiers le message d'espoir que nous portons, ce dernier n'aura aucun effet si elles ne prennent pas conscience dans un premier temps qu'elles ne sont pas coupables de ce qui leur arrive et dans un second temps qu'elles ont en elles les ressources nécessaires pour s'en sortir.
Ici, nous leur proposons surtout une oreille attentive et nous les guidons, au travers d'un certain nombre de questionnement, sur le chemin d'une réappropriation de l'estime de soi.
Ces personnes souffrent en effet d'une énorme carence en ce domaine ; elles sont persuadées qu'elles n'ont aucun talent, qu'elles sont inutiles à la société. Or je suis convaincue que chaque individu a une richesse propre, quelque chose dont il peut être fièr, quelque chose à donner aux autres. C'est par des choses simples et concrètes qu'on réussit à mettre en évidence cette réalité. En général j'invite la personne à s'exprimer sur elle-même, ses besoins, sa situation… C'est un exercice difficile quand on s'est perdu dans une relation. Pourtant c'est le premier pas pour prendre conscience de soi. Ensuite il suffit de leur démontrer qu'elles sont capables de changer leurs destins et pour cela je les mets en situation de le faire. Par exemple une femme qui aurait besoin de rédiger une demande mais qui n'ose pas le faire sera accompagnée dans sa démarche. Mais c'est elle qui aura réfléchi au contenu de sa lettre, ce sera la sienne, notre travail se limitant à la mise en forme. Cette femme réalisera alors que malgré son manque de confiance en elle, elle est bel et bien capable de faire quelque chose de positif et de constructif pour elle ; et c'est déjà un premier pas vers une réappropriation de l'estime de soi, réaliser « qu'on est capable de ».

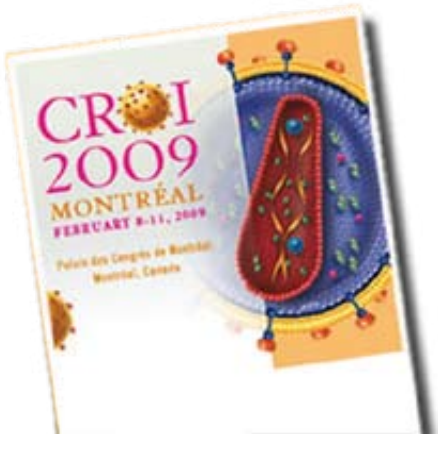
Propos recueillis par CM

CROI 2009

Des traitements de plus en plus puissants pour une espérance de vie normale

C'est à Montréal, par moins dix-huit degrés, qu'à eu lieu la CROI 2009. Cette grande messe annuelle a habituellement lieu aux Etats-Unis, mais cette année nos cousins canadiens étaient les organisateurs pleins d'entrain et de bonne humeur de l'événement regroupant les spécialistes mondiaux du VIH triés sur le volet (l'accès est limité et la fourniture d'un CV est obligatoire pour accéder au congrès).

Une première communication s'est intéressée aux origines du virus. Grâce à des prélèvements africains conservés dans la paraffine à température ambiante, des spécialistes de l'archéologie virale ont pu retrouver de l'ARN du virus dans plusieurs prélèvements.
Ces échantillons ont permis de dater le début de l'infestation virale chez l'homme entre 1884 et 1924 chez l'homme et en Afrique Centrale. La zone géographique d'origine se situe aux confins du Cameroun, de la République du Congo et de la République Centre Africaine.
Jusqu'en 1910 cette zone était éloignée de toute population. L'épidémie a lentement augmenté au cours de la première moitié du XX éme siècle, puis la zone s'est urbanisée et l'augmentation rapide de la population s'est traduite par une expansion de la maladie à partir de la petite population coloniale atteinte.
A titre d'exemple Kinshasa ne comptait que quelques centaines d'habitants en 1880 et quelques milliers en 1950.



Des études virologiques ont montré que plus le temps passe, plus les sous-types de virus sont mélangés, multiples et se recombinent les uns avec les autres. Il est important, lorsque l'on découvre un nouveau patient d'identifier à quel sous type viral il est infecté, car certains d'entre eux sont résistants naturellement à certains anti-rétroviraux. De même, certains virus, qui infectent un nouvel individu, sont porteurs de résistances aux médicaments, qui ont été acquises par l'exposition imparfaite aux anti-rétroviraux chez la personne à l'origine de la contamination. Ainsi, dans les pays riches, un sérotypage et un test de résistance sont systématiquement effectués chez tous les nouveaux patients. La bonne nouvelle de la CROI est que, contrairement aux autres années, en 2008, on a observé une diminution de la transmission de virus résistants, probablement car les nouveaux anti-rétroviraux sont plus puissants et plus faciles à prendre, permettant une meilleure observance aux traitements, gage de l'absence d'apparition de résistances.

Des essais de traitements préventifs de l'infection ont été rapportés. On se souvient que les congrès précédents avaient montré l'inefficacité, voire la dangerosité des microbicides. Ont été rapportés des essais très encourageants chez le macaque, de traitement préventif par pré exposition au Truvada donné par voix orale, un des médicaments les plus utilisés comme traitement des personnes infectées actuellement, mais aussi par gel intra vaginal de cette substance.

Deux études ont montré, la possibilité de persistance de virus dans le sperme des patients ayant une charge virale indétectable dans le sang, même si on ne sait pas si ces virus sont infectants. Dans ces études, le nombre d'échantillons de sperme porteurs de virus est faible, mais elles démentent celles venant de Suisse qui affirmaient que charge virale du sang indétectable égal charge virale du sperme indétectable. La conclusion actuelle est que la charge virale indétectable dans le sang, diminue considérablement la charge virale du sperme et donc le risque de transmission du virus, mais ne stérilise pas le sperme à 100%.

Plusieurs études ont montré qu'il y avait un net intérêt à débuter plus tôt le traitement anti-rétroviral. Une grande étude regroupant 22 cohortes canadiennes et Nord-américaines, portant sur plus de 9000 patients suivis pendant dix ans entre 1996 et 2006, a montré un bénéfice en terme de survie quand le traitement est débuté vers 500 CD4 et un risque accru de mortalité et de SIDA quand celui-ci est débuté à moins de 350 CD4. Un résultat identique a été retrouvé par l'université de Bristol sur 24 500 patients. Ainsi les normes de mise au traitement évoluent d'années en années vers un début de plus en plus précoce. Actuellement la norme française préconise un début de traitement vers 350 CD4, mais il est probable que celle-ci sera revu, pour traiter dès 500 CD4 les nouveaux patients.

De nombreuses nouvelles molécules, de plus en plus efficaces et n'ayant pas de résistances croisées avec les anciennes générations ont été présentées. Certaines sont déjà accessibles en pratique courante, d'autres sont encore en développement, mais du point de vue des traitements anti-rétroviraux nous pouvons être très optimistes, autant que nous pouvons être pessimistes pour le vaccin dont la mise au point n'avance pas.

Une publication suédoise, pour l'instant très pilote, a montré une diminution de 68% des virus dans les réservoirs chez 9 patients traités par immunoglobulines intra veineuses. Ces réservoirs sont un des principaux obstacles à l'éradication virale. Cette étude est donc très intéressante pour l'avenir.

Du point de vue clinique l'attention a été une nouvelle fois attirée vers le cerveau des patients, vivant avec le virus depuis de nombreuses années. Plusieurs publications ont montré que même avec une charge virale indétectable dans le sang, une atteinte du système nerveux était possible, avec une présence de virus dans le liquide céphalo-rachidien (celui qui entoure le cerveau). Les facteurs de risque sont un âge supérieur à 50 ans, une exposition prolongée au virus sans traitement, un taux minimal de CD4 très bas, une charge virale élevée pendant longtemps. Le plus souvent cette atteinte se traduit par des troubles minimes de la mémoire ou de l'intellect, mais parfois l'atteinte est plus franche, discrètement invalidante pour les patients et elle est sévère dans 2% des cas. L'IRM est souvent anormale et la charge virale du liquide céphalo-rachidien est positive. La solution réside dans la modification du traitement antirétroviral, qui doit comporter des molécules passant bien dans le cerveau.

Enfin plusieurs études ont passé en revue les complications propres aux virus et celles liées aux traitements. Ainsi, le suivi de personnes vivant avec le VIH est de plus en plus pluridisciplinaire : cardiologique, pulmonaire, osseux, rénal, métabolique… Les hôpitaux de jours de synthèse sont recommandés, afin de permettre aux patients de vieillir tranquillement avec leur virus et d'avoir une espérance de vie normale, ce qui est le cas aujourd'hui si une immunité normale est restaurée.

Catherine GAUD

Droits de l'homme et VIH/SIDA

La Déclaration Universelle des droits de l'homme fête ses 60 ans…

Il y a 60 ans, le 10 décembre 1948, l'assemblée générale de l'ONU adoptait la Déclaration universelle des droits de l'homme. Un texte fondateur qui reconnait aux individus un certain nombre de droits et de libertés. Un idéal souvent inaccessible aux personnes vivant avec le VIH/sida.

Il faut bien reconnaître que l'idéal de 1948 a beaucoup de mal à devenir réalité. L'engagement humaniste d'origine s'efface hélas devant un cortège grandissant de réalités. Il n'existe aucun domaine ni aucun pays où l'on ne constate pas des violations des droits de l'homme.
Dans certains cas, ces atteintes sont si nombreuses, si fréquentes, qu'elles constituent malheureusement « la norme ». Plus encore lorsqu'il s'agit du VIH/sida : ce dernier, et c'est une triste évidence, fait partout dans le monde l'objet d'un traitement à part.
Un mauvais traitement qui débouche bien souvent sur des discriminations, de la violence et des atteintes aux droits humains.
Là ce sont des personnes séropositives que l'on « isole » pour les « soigner ». Ailleurs ces sont des personnes séropositives enfermées qu'on prive de soins. Là ce sont des séropositifs qu'on poursuit en justice. Ailleurs l'entrée du pays ou le droit au séjour leur sont interdits. Là on prive les personnes séropositives des soins pourtant indispensables à leur survie parce qu'elles vivent dans un pays du sud ou qu'elles sont pauvres. Ailleurs encore le seul fait de porter ce virus fait perdre son travail, prive d'un logement ou d'un service. Quelle autre maladie au monde fait l'objet d'un aussi mauvais traitement ?
En 2006 l'ONUSIDA publiait une déclaration politique sur le VIH demandant à chaque pays de s'engager à protéger contre la discrimination les personnes séropositives, à protéger contre le dépistage obligatoire, contre l'emprisonnement, la ségrégation ou l'isolement dans une salle d'hôpital spéciale, à faciliter l'accès à tous les services de santé, au test volontaire et aux préservatifs masculins et féminins.
La déclaration demandait aux pays de défendre le droit de ne pas être maltraité, le droit de ne pas se voir refuser les soins, le droit de ne pas être arrêté et incarcéré, le droit de ne pas être renvoyé de l'école, de ne pas être licencié, le droit de ne pas se faire refuser des services du fait de la séropositivité. Or les témoignages affluent, les atteintes aux droits de l'homme se multiplient.
Quand les résolutions seront-elles réellement appliquées ? Quand les engagements seront-ils enfin tenus ?

JR

La HALDE

L'accompagnement des victimes de discrimination

L'un des acteurs privilégiés dans l'accompagnement des victimes de discrimation en France est la Halde, la Haute Autorité de Lutte contre les Discriminations, Didier Lefèvre son délégué régional à la Réunion, nous rappelle ici les compétences et les actions de cette institution.

La Haute Autorité de Lutte contre les Discriminations et pour l'Egalité a été créée pour lutter contre toutes les formes de discriminations. Cette institution existe depuis mars 2005, la délégation à la réunion a été installée en novembre 2006.
La HALDE est compétente pour toutes les discriminations prohibées par les lois françaises ou tout engagement international ratifié ou approuvé.

Une discrimination, c'est traiter différemment des personnes placées dans des situations identiques en se fondant sur un ou des critères prohibés par la loi ou les engagements internationaux.

Les discriminations peuvent notamment s'exercer à l'embauche, dans l'emploi, pour l'accès à un logement, dans un lieu public, pour l'accès à des biens et des services. Elles peuvent aussi se traduire par un harcèlement moral ou sexuel.

Les critères de discrimination sont : le sexe, l'âge, l'origine, l'état de santé, le handicap, l'orientation sexuelle, les mœurs, les caractéristiques génétiques, la situation de famille, le patronyme, les opinions politiques, les convictions religieuses, les activités syndicales, l'apparence physique, la grossesse.

A La Réunion, la délégation a reçu prés de 500 réclamations depuis son installation, principalement dans le domaine de l'emploi, public (en majorité) et privé. Les principaux critères invoqués sont : l'origine, l'activité syndicale, l'âge, le handicap et l'état de santé.
Dans notre département, de nombreuses demandes concernent des situations de conflit dans le travail. On constate que les personnes qui frappent à la porte de la HALDE sont souvent en situation de grande souffrance. Elles éprouvent pour la plupart un sentiment d'injustice à leur égard et d'impuissance face au système. Elles se sont, depuis longtemps parfois, repliées sur elles-mêmes en exprimant une lassitude et une incapacité de réagir ou de se défendre seules. Dans ces circonstances, leur santé physique et/ou psychologique est profondément affectée.

Dans certains cas, le désespoir de leur situation les pousse à exprimer leur colère et l'intention d'en découdre avec la partie adverse ou même de mettre fin à leurs jours.
Ces personnes ont avant tout besoin d'être écoutées et conseillées.

S'il s'agit d'une situation discriminatoire, elle sera accompagnée par la HALDE pour la rétablir dans son bon droit.

Dans les autres cas, la HALDE se doit néanmoins d'écouter la personne, de la conseiller sur le plan juridique et de l'orienter de manière pertinente vers une institution compétente.
Pour cela, il est essentiel de tisser un solide réseau partenarial d'écoute et d'accompagnement autours des personnes en souffrance et estimant être victimes d'injustice.

Didier Lefèvre
Délégué régional
de la HALDE
à la Réunion
Tel : 02 62 55 15 16

Infos VIH/SIDA

> Droits de l'homme et VIH/SIDA

Dix raisons qui font des poursuites et des lois criminalisant la transmission une mauvaise politique de lutte contre le SIDA

Extrait de la présentation d'Edwin Cameron, juge à la Cour suprême de Pretoria (Afrique du Sud)

1. La criminalisation est inefficace : ces lois n'arrêtent pas le virus qui se transmet le plus souvent entre deux adultes consentants qui ignorent leur statut.

2. Les lois et les poursuites judiciaires sont un pauvre substitut aux mesures qui permettraient de protéger réellement ceux qui sont le plus à risque : nous n'avons pas besoin de lois mais d'une prévention efficace, de protection contre la discrimination, de réduire la stigmatisation, d'un leadership puissant, d'un accès au test, et – le plus important – d'un accès au traitement. Le VIH n'est pas un crime, c'est un virus.

3. La criminalisation victimise, oppresse et met en danger les femmes : en appliquant ces lois on aggrave la vulnérabilité des femmes.

4. Les lois et les poursuites qui criminalisent sont appliquées de façon sélective et injuste : ce sont souvent les individus des groupes les plus vulnérables (sex workers, MSM, Africains immigrés en Europe) qui sont poursuivis.

5. La criminalisation pointe la faute sur une seule personne au lieu de faire porter la responsabilité sur les deux : le monde entier sait que les relations sexuelles sont potentiellement porteuses d'un danger. On ne peut plus prétendre que la personne séropositive est seule responsable pour avoir apporté ce risque dans l'environnement.

6. Les lois criminalisant la transmission du VIH sont difficilement applicables et humiliantes : quand il y a intention délibérée, il est facile d'utiliser l'arsenal judiciaire existant, mais il n'y a pas besoin de loi spécifique pour cela. Quand il n'y a pas intention délibérée, ces lois ne font qu'introduire de l'incertitude.

7. La plupart de ces lois sont très mal rédigées : elles sont parfois tellement vagues que de simples gestes d'affection peuvent être poursuivis.

8. La criminalisation renforce la discrimination : ces lois spécifiques nourrissent la conviction que le VIH est une condition honteuse, dégradante et repoussante qui nécessite des mesures d'isolement des personnes atteintes.

9. La criminalisation est un repoussoir pour se faire tester : pourquoi savoir si je suis infecté si je risque des poursuites ?

10. La criminalisation pointe du doigt les séropositifs et punit la vulnérabilité : le plus grand effet de la criminalisation est de renforcer la stigmatisation, la solitude, la peur et la crainte des poursuites et de l'ostracisme, tous ces facteurs qui éloignent les gens du test et du traitement.

Jacques Rollin, directeur de RIVE, chargé de coopération régionale de RIVE OCEAN INDIEN et Vive-Président de RAVANE + (Réseau océan Indien des personnes vivant avec le VIH) a été invité à participer, en février 2009 à Johannesbourg, à un atelier de travail sur le thème des droits humains et VIH/sida.

Cet atelier,organisé par l'association ARASA (AIDS and Rights Alliance for Southern Africa) a rassemblé une vingtaine de membres d'ONG provenant essentiellement de pays africains.

Une première session a abordé la notion des droits humains et a permis aux participants de mettre en parallèle leurs propres conceptions des droits humains et la réalité dans leurs pays en terme de préjudices et de stigmatisation.

Une deuxième session leur a permis d'étudier et de comprendre les liens existants entre les doits humains et le VIH/SIDA et d'échanger sur leurs propres pays.

Une troisième session a permis d'analyser et de comprendre toute une série d'outils régionaux et internationaux sur l'application des droits humains, leurs liens avec le VIH/SIDA et leurs mécanismes de renforcement. Une présentation pays par pays de la notion VIH/SIDA sous l'angle des droits à la santé a permis de faire émerger tous les dysfonctionnements et toutes les différences de traitements : politique de santé, lois et programmes nationaux, accès aux soins et aux traitements, prises en charge des patients (médicale, psychologique, sociale).

Au cours de la session portant sur le thème de la Criminalisation de la transmission volontaire du VIH/SIDA, chaque pays a été invité à présenter les lois ou articles de lois relatifs à ce thème. De longs échanges portant sur la transmission volontaire et mère enfant en ont découlé.

Enfin une dernière session avait pour objet de permettre aux participants d'être en mesure d'élaborer un plaidoyer et un plan d'actions en faveur de la promotion, de la protection et du renforcement des droits humains. A cette occasion, J. Rollin a été amené à élaborer un plaidoyer avec deux ressortissants de la République Démocratique du Congo portant sur l'article 45 ***«Will be sentenced to 5 – 10 years in prison any person willfully transmitting HIV»*** contenu dans la loi relative à la protection des personnes vivant avec le VIH/sida..tout un paradoxe en soi !

Atelier de travail sur les droits humains et le VIH/SIDA

LA CRIMINALISATION DE LA TRANSMISSION VOLONTAIRE DU VIH/SIDA

Cas de la République démocratique du Congo

I. PROBLEMATIQUE :

• Une loi qui est censée protéger une catégorie de personnes ne peut pas en même temps les soumettre à des sanctions pénales ;

• La connaissance du statut sérologique étant un élément constitutif de l'infraction de transmission volontaire du VIH/SIDA, elle risque de nuire aux efforts de prévention en inspirant aux gens la peur de faire des tests et ou de divulguer leur statut sérologique ;

• La majorité des personnes vivant avec le VIH/SIDA est déjà dans une situation matérielle et financière précaire qui ne peut pas leur permettre de payer les amendes prévues ;

• Etant donné que les femmes connaissent leur statut sérologique plus avant que leurs partenaires, cette disposition risque d'être utilisée abusivement contre elles ;

• Cette disposition risque d'aggraver la stigmatisation, le dénigrement et la discrimination dont les personnes vivant avec le VIH/SIDA sont déjà victimes ;

• Le risque de voir la personne vivant avec le VIH/SIDA condamnée abandonnée en prison sans aucune prise en charge, ce qui risquerait de précipiter sa mort.

Considérant que la stigmatisation, le dénigrement et la discrimination sont des facteurs qui favorisent la propagation du VIH/SIDA,

Considérant que la lutte contre lesdits facteurs est essentielle pour la protection de tous les citoyens vivant sur le territoire de la République Démocratique du Congo,

Considérant que la proposition de loi portant protection des droits des personnes vivant avec le VIH/SIDA et des personnes affectées, actuellement en discussion au Sénat, est une initiative que nous soutenons et encourageons ;

Considérant, cependant, que l'article 45 de cette proposition est en contradiction avec le but qu'elle poursuit, celui de protéger les personnes vivant avec le VIH/SIDA et des personnes affectées.

Le groupe de travail décide d'organiser un plaidoyer à ce sujet :

1. OBJECTIF GENERAL :
Amener le parlement à retirer l'article 45 de lois sensées protéger les PVVIH

2. CHANGEMENT SOUHAITÉ :
Le retrait de l'article 45 de lois portant protection des PVVIH et personnes

3. CIBLE
- Le parlement (Assemblée Nationale et le Sénat)
- La communauté

4. RESSOURCES
- Partenaires
- Société civile
- Leaders d'opinion
- Confessions religieuses

5. ACTIONS A MENER
- Recruter les personnes
- Renforcer les capacité des acteurs (formation)
- Sensibiliser la communauté pour l'appropriation du problème
- Elaborer les stratégies
- Mobiliser les ressources (logistique, matériels, financière et humain)
- Travailler avec les parlementaires aquis à la cause
- Organiser les ateliers de rencontre

6. ACTIVITES
- Mémo et ou pétition
- Conférence de presse
- Emission radio et télévision
- Suivi et évaluation
- Caravane motorisée
- Marche spécifique
- Manifestation publique
- Occupation du parlement
- Suivi et évaluation
- Sitting

La résolution est le retrait pur et simple de la disposition de l'article 45.

La Chrysalide :

Vers une réconciliation avec le passé

Ce centre ouvert depuis 2004 à Bambou (Ile Maurice) accueille des femmes toxicomanes, travailleuses du sexe ou vivant avec le VIH/SIDA ainsi que leurs enfants. C'est un centre résidentiel qui offre un programme de réadaptation dans le but d'une ré-insertion dans la vie sociale.

Quatre programmes thérapeutiques sur-mesure sont proposés en fonction des problèmes présentés : consommation de drogues et d'alcool, prostitution, réinsertion post-carcérale. Celui-ci passe par un réapprentissage de l'hygiène, une récupération de la dignité. Chrysalide offre une aide psychologique, un soutien thérapeutique, une surveillance médicale, des ateliers pour améliorer les changement de vie de chacune de ces femmes. Suivant les résultats, des stages sont mis en place dans des entreprises afin de tendre vers une ré-insertion ou insertion professionnelle.

Pour de nombreuses femmes fréquentant l'association Chrysalide, l'estime de soi est un slogan véhiculé par les bienpensants et qui n'a aucune résonance dans le quotidien. Eh oui ! Quand à douze ans, votre mère, à qui vous avez fait une confiance absolue pour acquérir une sécurité affective, vous vend dans un « bordel » pour ne plus revenir vous chercher : imaginez cette femme aujourd'hui qui a 35 ans mais reste limitée dans sa façon de créer des liens avec autrui. Continuellement, c'est la méfiance, l'instabilité et même la dépendance. Elle ne peut plus être elle-même sans l'approbation de l'autre. Chaque regard, chaque mot de la part d'autrui sont un plus pour elle ou un anéantissement.
Du coup la thérapie est compliquée parce qu'il faut traiter une personne avec un profil de toxicomane c'est-à-dire la réhabiliter à une discipline de vie et en même temps il faut la valoriser dans ce qu'elle est, ce qu'elle veut être.

Chrysalide accueille les femmes avec leur enfant, bien souvent il y a contradiction entre ce qu'elles disent de leur rôle comme mère et ce qu'elles font avec leur enfant.
C'est une lutte acharnée que les résidentes et les animatrices mènent chaque jour pour que les résidentes retrouvent leur équilibre psychologique afin de croire qu'elles sont capables de vivre en relation interpersonnelle avec les autres, qu'elles sont capables d'aimer leur enfants, qu'elles sont capables d'apporter leur contribution dans l'économie du pays, qu'elles sont capables de prendre des responsabilités.

Pour résumer, il y a un masque à faire tomber, une réconciliation avec un passé lourd, faire l'exercice de vivre dans le présent (ici et maintenant) et prendre le risque de voler de ses propres ailes…

La Chrysalide
Route Royale, Bambous
Tel: (00230) 452 5509
Fax: (00230) 452 5504
E-Mail: crysalid@intnet.mu

L'estime de soi minimise la discrimination et la stigmatisation

**La vie quotidienne soulève la nécessité pour l'individu de se faire confiance.
Il est donc fondamental de s'estimer capable de suivre le cours des événements, alors que nombreux d'entre eux nous surprennent, qu'ils soient agréables ou tristes.**

L'estime de soi est donc une des facultés humaines les plus sollicitées de par son importance fondamentale dans les prises de décisions, dans l'adoption de comportement.
Pourrions-nous résister devant les persécutions dont nous sommes victimes pour les seules raisons que nous sommes noirs, homosexuels, PVVIH … si nous n'avions pas confiance en nous ? Comment faire face à un environnement dangereusement hostile aux Personnes Vivant avec le VIH, si ces dernières avaient perdu la confiance en elles.
L'estime de soi est sans doute capitale. Elle nous permet d'affronter la vie, le quotidien avec force et confiance. Elle témoigne donc de notre capacité à donner un sens aux choses et d'agir avec conviction. Opérant dans un pays à forte discrimination et stigmatisation à l'encontre des PVVIH, l'association Tous pour Agir contre le Sida (TAS), première ONG nationale des Comores spécialisée dans la lutte contre le Sida n'avait de première alternative que de travailler avec les PVVIH dans le sens de l'estime de soi.

Cette étape était indispensable dans la mesure où la traque, les propos injurieux, les attitudes les plus cruelles dont les PVVIH sont la cible, leur imposent l'isolement et le retrait. Des comportements qui sont souvent fatals. Fatal parce que de nombreuses personnes restent dans l'anonymat et meurent sans assistance malgré les fortes opportunités qui s'offrent et cela parce que la confiance en soi est absente.

Sortir les PVVIH des Comores de l'isolement, de l'anonymat paraissait utopique. Mais en leur donnant la possibilité de recouvrer leur estime de soi, leur confiance en soi, nous offrons la possibilité de lutter efficacement contre la discrimination et la stigmatisation.

Achirafi Ahamed
Président de TAS

Assocition TAS
Tous Agir contre le SIDA
Tel : +2693331962
+2693335025
Mail : tas_ong@yahoo.fr

L'importance du téléphone anonyme, seul espace d'expression dans un contexte d'auto-exclusion

MAYIS
(Mayotte Info Sida)
Numéro vert : 7432

Dans un contexte où la maladie est taboue, Nariké M'sada a créé depuis décembre 2005, MAYIS (Mayotte Info Sida). MAYIS, numéro vert gratuit et accessible à partir d'un portable SFR, est le résultat d'un partenariat entre l'association Nariké M'sada et la Société Française de Radiotéléphonie (SFR). Il s'inscrit dans le but de lutter contre le VIH/ SIDA à travers l'offre de service d'information, d'accompagnement et d'orientation aux populations sur des questions relatives aux IST et au SIDA. Les femmes, comme les hommes qui se laissent aller sur cet espace où la parole est libérée, sont à la recherche d'une information de qualité et de soutien, sous le couvert de l'anonymat et de la confidentialité.
De plus en plus, ce numéro est utilisé par les PVVIH qui sont à la recherche d'écoute tout simplement. En ce qui concerne les PVVIH mahorais, on peut parler d'auto exclusion. Il faut savoir qu'à Mayotte le regard de la société prime sur tout. Ce qui entraine une grande solitude pathologique. Récemment, une femme qui venait de découvrir sa séropositivité a tenu à me rencontrer après un échange au téléphone. Lors de notre entretien, elle me confiait son désarroi face à la déception que sa situation pourrait causer à son futur époux. Pendant toute la durée de notre échange, elle ne s'est jamais mise au premier plan.

Moncef Mouhoudhoire
Président de Narike M'sada

Du côté de la vie associative

Une nouvelle formation «addictologie / VIH / Hépatites»

L'explosion des contaminations par voie intraveineuse à l'Ile Maurice fait craindre une propagation de ce mode de contamination lié à l'usage des drogues dans les autres îles. Une formation sera mise en place par RIVE OI grâce au projet AIRIS-COI en direction des médecins et des membres des ONG de la zone impliqués dans la prise en charge des patients vivant avec le VIH.

Le nombre de contamination au VIH/SIDA connait une explosion à Maurice, les cas de contamination ont été multipliés par dix en l'espace de 3 ans. Ainsi, la file active est passée de 356 cas en 2003 à 3 000 en 2006 ; l'épidémie continue sa progression avec 3 721 cas dénombrés en 2008. Ces chiffres alarmants sont en grande partie dus à l'augmentation de l'usage des drogues par intraveineuse. Les observateurs de la zone ont toutes les raisons de craindre que le phénomène se propage aux autres îles, comme c'est déjà le cas aux Seychelles.
L'accompagnement de ces nouveaux patients implique la prise en compte de nombreuses spécificités liées à l'addiction mais aussi à leur grande détresse sociale.
Le projet AIRIS (financé par la Banque Africaine de Développement) vise à garantir la qualité de la prise en charge médicale des PVVIH dans la zone océan Indien en favorisant une formation spécifique du personnel soignant de la zone (Maurice, Seychelles, Madagascar et Les Comores).
Réunis en comité de pilotage en janvier 2009 à Moroni, les membres de la Commission de l'Océan Indien, en charge du projet, ont donc décidé d'élargir le programme de formations médicales et paramédicales à la prise en charge de la toxicomanie intraveineuse.
Depuis le lancement du projet AIRIS, l'association Rive Océan Indien est présente en tant qu'opérateur. Pour l'année 2008, elle a organisé la formation spécifique de 39 médecins, 13 infirmiers, 10 sages femmes, 14 préparateurs en pharmacie et 16 pharmaciens de la zone Océan Indien.
Dans la continuité de son action, RIVE Océan Indien a été choisi pour mettre en place ce nouveau volet « addictologie/VIH/Hépatites», une première dans la zone. Deux sessions de cinq jours de formation sont prévues, l'une en direction de 21 médecins et l'autre pour 21 membres d'ONG, tous en provenance des pays de la zone.

Solidays 2009

26, 27 et 28 juin, trois jours où l'hippodrome de Longchamp va vibrer avec les Solydays.

Plus de 150 artistes ont répondu à l'appel de l'association **Solidarité-Sida** et le public aussi puisque la billetterie a été épuisée en trois heures !!!
Les Solidays, c'est plus qu'un festival, c'est l'occasion de rappeler à tous la nécessité de se mobiliser contre le VIH. Depuis des années, **Solidarité-Sida** soutient RIVE dans la mise en œuvre des actions qu'elle met en place pour rompre l'isolement des personnes vivant avec le VIH et venir en aide aux plus précaires d'entre elles.
Solidarité-Sida participe au financement des deux repas offerts chaque semaine à la Maison de Vie. L'occasion de partager un moment convivial entre usagers, bénévoles et membres de l'association et de combattre l'exclusion dont certains sont victimes.
De la même manière, **Solidarité Sida** nous permet d'améliorer et de compléter l'accompagnement social que nous avons mis en place, en fournissant ponctuellement des paniers alimentaires et en pourvoyant aux frais des soins dentaires et d'acquisition de lunettes pour des usagers qui autrement n'auraient pas accès à ces soins.
A travers un grand moment artistique, les Solidays participent à nos efforts.

Gilles POINY TOPLAN, Conseiller en Insertion Professionnelle, salarié de la Mission Locale Sud pose à sa manière une réflexion sur cette pandémie qu'est le SIDA.

SIDA TOUT SEZON

***Dabor-inn* bann *do*moune la done *lokazion* koz désí.**

té, koman koz si li
san koz èk li
koman mazine ali
san mazine èk li
pou kosa rod ali
san rod èk li
akoz moin lé la èk li
akoz moin lé pala èk li
Kosa toute bann késtion moin la fine pozé
koz si li, oui
di moin la moud poiv, oui
lo zour son non la rante dan mon vi,
son maladi, son kisa li,
son zourné mondial li…
kansréti in kozman siantifik
in kozman politik
in kozman mazik
in kozman véridik
in kozman trazik
in kozman papetik
Kansréti, in kozman an nik...
moin mi voudré zis,
konm in savat zortèy
larg mon kozman la riyèl
rouv mon gran guèl
fé pèt lo fyèl
dékarti lo syèl
mazine ali, mazine aèl
la fine alé la trapé
la rodé la guingné
non ! lapa rodé …
sidaté pa sidaté
viris la dévoré po dévoré…
azot i fé lo zès pou soigné
azot toulézour lé malbaré
azot lé moukaté lé plis émé
azot pou vanzvanzé lé révolté
anouzot lé riskab somanké
anouzot lapa li lo promié
lapa li lo dèrnié
saminm moin noré anvi kozkozé
sida moin néna sida moin napoin
sida mi dépiss sida mi dépiss pa
sida lamour san traka sida lamour èk traka
sida ou lé la moin lé la…

Gilles Poiny-Toplan.

RIVE a fêté ses 15 ans

Le 20 avril 2009, les étoiles s'étaient données rendez-vous au-dessus de Château Morange à Saint-Denis, un peu comme si nos amis trop tôt partis à cause du VIH voulaient, à leur manière, célébrer avec nous les 15 ans de Rive.

Les toiles d'Adrien, cofondateur de l'association, ont embelli le patio où usagers, adhérents, bénévoles, bailleurs, partenaires et amis s'étaient réunis pour un moment de partage, de gaieté, de solidarité et d'amitié.
Catherine Gaud, Présidente de RIVE a profité de l'occasion pour réaffirmer avec force et conviction la nécessité de maintenir nos efforts afin d'éradiquer le VIH. Dans une intervention émouvante, Jacques Rollin, directeur de l'association et personne vivant avec le VIH a pris la parole, pour rappeler à quel point l'engagement humain, la générosité et la solidarité étaient des point fondamentaux qui bien souvent faisaient la différence dans la lutte contre le VIH. Madame Aboubacar, épouse du Vice-Président de l'Union des Comores a exprimé sa gratitude à l'association lors d'un discours.
RIVE est un élan d'espoir, un maillon de cette chaîne solidaire qui lie patients, soignants, associations et institutions qui luttent, ici à la Réunion mais aussi au cœur de l'Océan Indien. Ce soir là, le personnel soignant du service immunologique du CHR était présent mais aussi des médecins de la zone Océan Indien.

Depuis ses débuts, l'association est fidèlement soutenue par les artistes de la Réunion, ce soir encore ils étaient là pour faire de cet anniversaire, une soirée haute en couleurs. Grâce à Joël Manglou ainsi que Tikok Vellaye et leurs musiciens, au groupe IV play et à Olivier, notre DJ maison, nous avons eu droit à une programmation musicale épicée.
Les danseuses de la compagnie les Créoles Orientales ont apporté à la soirée une touche de sensualité tandis que les comédiens de Talipot nous ont offert un grand moment d'émotion au travers d'un extrait de leur spectacle dernier né «Ma Ravan».
Alain Batz ainsi que d'autres peintres étaient présents, exposant une vingtaine de toiles des membres de l'UDAR (Union des Artistes de la Réunion) qui a généreusement offert 50% des bénéfices des ventes de la soirée à RIVE.
L'association RIVE tient encore à exprimer sa reconnaissance et ses remerciements à toutes les personnes présentes et à celles qui lui ont manifesté soutien et intérêt durant ces quinze années.

Infocom a 20 ans et le cadeau est pour RIVE

Vous les avez sûrement vus au côté de Christophe Bégert. Sandra, Antoine, Cindy, Anthony et Valérie, étudiants en Information-Communication ont participé à l'émission «Tout le monde joue» d'Antenne Réunion diffusée du 23 au 27 mars 2009.

Sensibles au combat contre le VIH/SIDA, les étudiants d'Infocom ont souhaité apporter leurs contributions. A tour de rôle, ils ont profité de leur passage médiatique pour rappeler des messages sur la prévention, le dépistage et la lutte contre les discriminations à l'égard des personnes vivant avec le VIH. Le 17 avril 2009, ils ont remis à l'association Rive le gain de leur participation à l'émission, soit 875 euros qui nous permettrons d'apporter une aide complémentaire aux PVVIH les plus démunis. Enfin, pour reprendre une belle image évoquée par l'un de nos jeunes bienfaiteurs : ***«à l'image d'une goutte d'eau, un petit geste de solidarité peut devenir pour l'association une rivière de possibilités »***. Nous sommes d'autant plus sensibles à ce geste qu'il émane d'une jeunesse réunionnaise généreuse et vigilante.

LA PREVENTION S'AFFICHE

Une exposition itinérante

Dans le cadre de la journée mondiale de lutte contre le SIDA du 1er décembre 2008, l'association RIVE a lancé auprès des établissements scolaires, un concours de création d'affiches sur le thème du dépistage VIH. Ce projet a associé quinze collèges et lycées de l'Ile. Un jury a été constitué, au sein de chaque établissement, avec la lourde tâche de désigner le lauréat du concours, honoré par le titre d' «Ambassadeur de la prévention».
Le collège de la pointe des Châteaux à Saint-Leu a été le premier à accueillir l'exposition itinérante. En février, les affiches des quinze ambassadeurs sont venues enrichir la rétrospective des campagnes de prévention grand public à la médiathèque François Miterrand. Elles ont ensuite rejoint le collège Reydellet avant de s'installer début avril au lycée du Verger à Sainte-Marie. Les prochaines escales sont prévues au Lycée Georges Brassens et au Lycée Leconte de Lisle.

SFR Et le monde est à vous.

SRR SCS au capital de 3 375 165€. RCS St-Denis 393 551 007.

Envie d'une sortie cinéma ?

Pas de souci, toute l'info cinéma est sur votre portable 3G+ avec Ti'web

Rubrique Sortir/Cinéma : retrouvez les films à l'affiche, par ville, les horaires des séances, les bandes annonces et plus encore...
Avec Ti'web toute l'info est à portée de main sur votre mobile SFR.

www.sfr.re

Coût à la connexion sous couverture 2G : abonnés : 0,20€/connexion, Compte Liberté et SFR La Carte : 0,30€/connexion. Coût à la connexion sous couverture 3G : 0,50€/connexion jusqu'à 3 Mo. Au-delà : 0,50€/Mo supplémentaire. Coûts hors forfait.