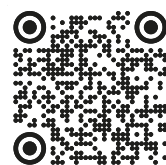




Aids-Hilfe Schweiz
Aide Suisse contre le Sida
Aiuto Aids Svizzero

PODCAST FUCK, FIGHT, CARE

Dossier pédagogique



Bonjour !

Le podcast « FUCK, FIGHT, CARE » retrace l'histoire de 40 ans de VIH en Suisse à travers des expériences personnelles et des perspectives historiques. Ses trois épisodes mettent en lumière l'impact du VIH sur l'amour et la sexualité, les luttes sociales et politiques liées à la crise du sida ainsi que le rôle central du soin et de la solidarité.

Le présent dossier pédagogique, conçu à partir du podcast, s'adresse aux adolescent·x·e·s et aux jeunes adultes. Il propose des pistes de réflexion et des ressources pour approfondir les thèmes abordés, transmettre des connaissances sur le VIH et le sida et favoriser un dialogue ouvert et respectueux sur la stigmatisation, la prévention et le vivre-ensemble.

Vous avez une contribution à apporter ou des informations à partager ?

Contactez-nous à l'adresse suivante : **aids@
aids.ch**

Sommaire

Présentation → p. 3

Objectifs → p. 3

**Présentation de la séquence
→ p. 3**

**Séquence pédagogique
→ p. 3**

Introduction → p. 3

Épisode 1 : Fuck → p. 4

Activité 1a : Définir le VIH → p. 4

Activité 2a – 2b : Le VIH d'hier
à aujourd'hui (moments clés) → p. 5

Épisode 2 : Fight → p. 6

Activité 3a – 3b :

Les défis de la lutte contre le VIH
en Suisse et au Burundi → p. 6

Activité 4a – 4h : Informer sur le VIH,
des années sida jusqu'à ce jour (articles
de journaux, campagnes de prévention)
→ p. 8

Épisode 3 : Care → p. 10

Activité 5a – 5b : Accompagner les
personnes vivant avec le VIH → p. 10

Activité 6a – 6d : Yannick – un soutien
connecté comme alternative → p. 11

Pour aller plus loin → p. 12

Ressources → p. 12

**Informations supplémentaires
pour les intervenant·x·e·s → p. 12**

Le VIH et la science → p. 12

Vivre avec le VIH et discrimination → p. 12

La sexualité → p. 13

Présentation

Informations : le dossier pédagogique a été construit à partir d'un podcast en trois épisodes intitulé FUCK, FIGHT, CARE et réalisé dans le cadre des 40 ans de l'Aide Suisse contre le Sida.

Production : Aide Suisse contre le Sida, Podcastschmiede, RADAR RP

Format : 3 épisodes de 30 minutes, disponibles en français et en allemand → aids.ch/podcast

Style : narration mêlant témoignages, archives sonores et ambiances immersives

Activités : séquence pédagogique en lien avec les thématiques traitées dans les épisodes du podcast

Public cible : jeunes de 16 à 25 ans

Avertissement : ce podcast aborde des sujets susceptibles de heurter la sensibilité de certaines personnes. Il évoque des récits de vie difficiles et comprend un témoignage, dans l'épisode intitulé « Fuck », où la sexualité est abordée de manière directe.

Objectifs

- Sensibiliser à l'histoire du VIH et aux enjeux actuels en la matière
- Déconstruire les stéréotypes liés au fait de vivre avec le VIH
- Informer sur les progrès médicaux et la prévention (PrEP, I=I) ainsi que sur les droits des personnes vivant avec le VIH
- Encourager l'engagement et la solidarité

Le podcast FUCK, FIGHT, CARE et son dossier pédagogique s'inscrivent dans les objectifs du Lehrplan 21 et du Plan d'études romand (PER), notamment dans les domaines suivants :

- Santé et bien-être
- Citoyenneté et vivre-ensemble
- Éducation aux médias
- Compétences sociales et communication

Ils permettent de travailler des compétences clés telles que :

- l'analyse critique
- l'expression personnelle
- la réflexion éthique
- la sensibilisation aux diversités

Liens avec le Plan d'études romand (PER) :

- Formation générale – Santé et bien-être : aborde les questions de santé sexuelle, de prévention, de respect de soi et des autres
- Formation générale – Vivre-ensemble et exercice de la démocratie : traite des discriminations, de l'inclusion, des droits humains
- Langues – Compréhension et production de l'écrit et de l'oral : analyse critique de témoignages et de contenus (podcasts, journaux, affiches)
- Éducation numérique : analyse des représentations sociales du VIH

Liens avec le Lehrplan 21 (Suisse alémanique) :

- Éducation à la santé : comprendre les enjeux liés au VIH, à la prévention, aux traitements et à la santé sexuelle
- Éthique et société : aborder les discriminations, les droits humains, la solidarité
- Éducation aux médias et à l'information : analyser les représentations du VIH dans les médias, développer une pensée critique
- Compétences sociales : respect, empathie, expression personnelle

Présentation de la séquence

Les épisodes du podcast FUCK, FIGHT, CARE proposent une immersion dans 40 ans d'histoire du VIH en Suisse à travers des récits intimes, des archives sonores et des témoignages de personnes concernées. Ils permettent aux jeunes de 16 à 25 ans de mieux comprendre les enjeux liés à la sexualité, à la stigmatisation, à l'activisme et aux soins. Cette séquence vise à ouvrir un espace de dialogue bienveillant, informatif et critique sur des thématiques souvent taboues, mais essentielles.

Séquence pédagogique

Introduction

La séquence s'articule autour de trois épisodes d'un podcast intitulé FUCK, FIGHT, CARE. Elle comporte donc trois parties, également nommées FUCK, FIGHT, CARE. Chaque partie commence par une activité directement en lien avec l'écoute d'un épisode. Une deuxième activité vise à approfondir la thématique abordée.

Le slogan FUCK, FIGHT, CARE a été choisi pour les raisons suivantes :

Fuck : ce terme renvoie à la sexualité, aux peurs liées à la transmission du VIH, au consentement et aux relations intimes. Le mot « Fuck » est volontairement provocateur pour, idéalement, ouvrir la discussion sur un sujet souvent tabou.

Fight : ce terme fait référence aux luttes communautaires, à l'activisme et aux campagnes de prévention.

Care : ce terme explore les dimensions du soin, de l'accompagnement et de la vie avec le VIH aujourd'hui.

Le slogan ainsi formé reflète les trois axes de la thématique abordée dans la séquence pédagogique : vivre sa sexualité, se battre contre les injustices, prendre soin de soi et des autres.

La séquence a pour but de traiter une problématique qui reste entourée de tabous et de stigmatisation. Il est important que les jeunes puissent accéder à des informations sur le VIH. Beaucoup étant sexuellement actifs, ils sont donc généralement concernés par la question et on sait que certaines peurs ou représentations erronées persistent à propos du virus.

Les explications ci-dessus concernant la construction de la séquence autour de trois thématiques (FUCK, FIGHT, CARE) ainsi que l'intérêt d'aborder la question du VIH auprès du public cible semblent importantes à exposer aux jeunes en guise d'introduction, avant de se lancer dans les activités qui suivent.

Afin de garantir un cadre respectueux pour tout le monde, notamment pour les personnes qui peuvent être concernées directement par le VIH, voici une proposition de règles à présenter au groupe :

- On parle à la première personne (« je ») : chacun·x·e exprime son ressenti personnel, sans généraliser.
- On respecte l'intimité : les échanges restent sur le plan collectif, jamais individuel.
- On accueille les émotions : si un propos heurte, on peut en parler et débriefer.
- On refuse la stigmatisation : aucun propos discriminant ne sera toléré.
- On s'appuie sur les faits : les échanges reposent sur des connaissances scientifiques et sur l'expérience empirique des personnes concernées.
- On chasse les rumeurs : les fausses informations sont identifiées et déconstruites.
- On reste dans le cadre éducatif : parler du VIH est une démarche pédagogique essentielle.
- On évite les débats politiques : il ne s'agit pas d'un sujet partisan, les opinions politiques restent hors cadre.

Épisode 1 : Fuck

Ce volet de la séquence pédagogique traite des thèmes suivants, qui sont abordés dans le premier podcast ainsi que dans les deux activités associées : l'histoire du VIH et du sida, la sexualité et les relations intimes, les discriminations et les traitements antirétroviraux.

Activité 1a : Définir le VIH

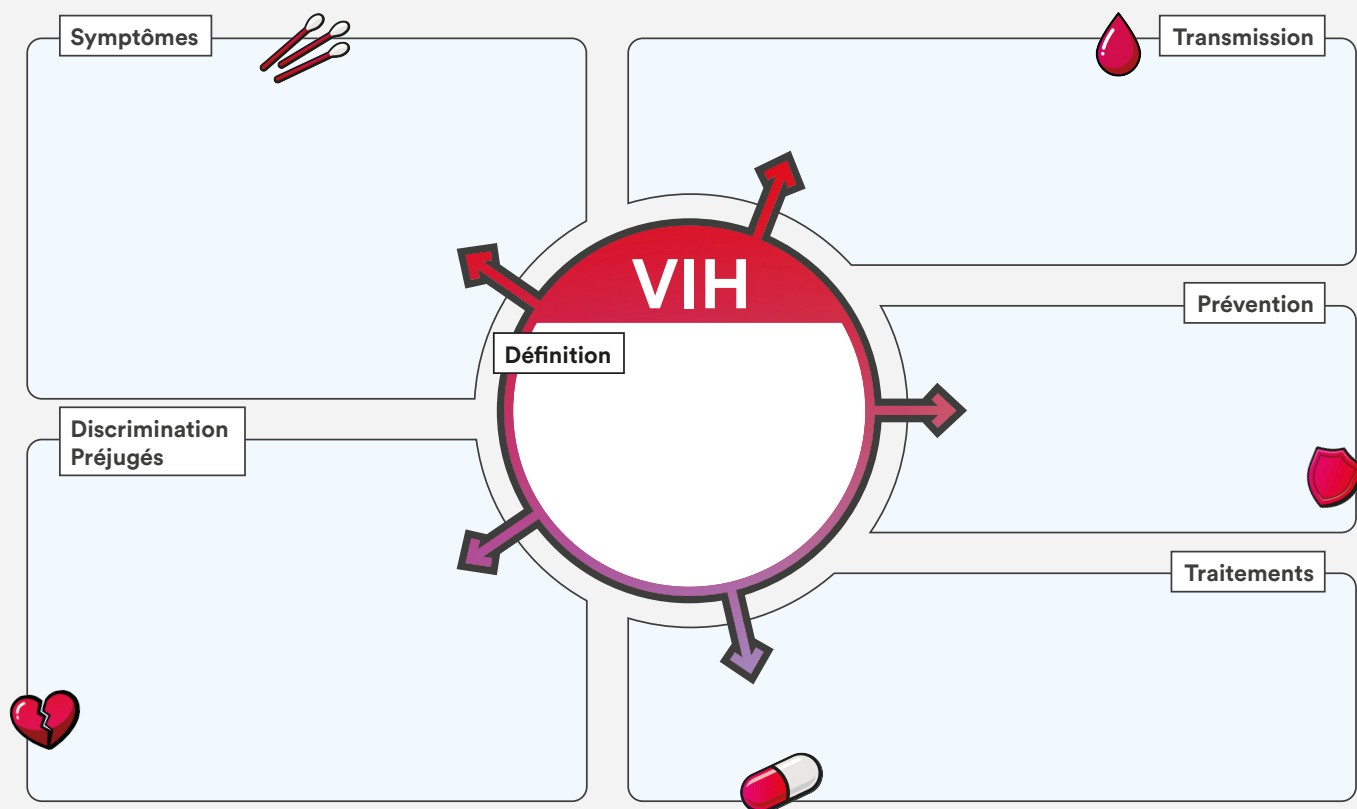
Objectifs : cette activité, présentée sous la forme d'une carte mentale, vise à permettre aux jeunes de définir le VIH à partir de certaines de ses caractéristiques, tout en intégrant leurs connaissances éventuelles sur le sujet.

Fiches de travail pour l'activité 1a : il s'agit d'une suggestion qui peut évidemment prendre d'autres formes selon les besoins. Le support proposé peut être diffusé de différentes manières (papier A4, papier A3, projection, etc.) en fonction des modalités de travail envisagées (travail individuel ou en groupe avant une mise en commun, voire construction directe de la carte mentale avec la classe). Les documents avec les propositions de corrigé sont disponibles dans le dossier « Fiches de travail et corrigés » sur aids.ch/school.

Définition : le VIH est un rétrovirus humain qui, une fois dans l'organisme, affaiblit progressivement le système immunitaire. En l'absence de traitement, il peut évoluer vers le sida (syndrome d'immunodéficience acquise), qui est

Fiche de travail pour l'activité 1a : Définir le VIH

→ Support et proposition de corrigé disponibles dans le dossier pédagogique « Fiches de travail et corrigés » sur aids.ch/school.



Fiches de travail pour l'activité 2a – 2b : Le VIH d'hier à aujourd'hui (moments clés)

→ Support et proposition de corrigé disponibles dans le dossier pédagogique « Fiches de travail et corrigés » sur aids.ch/school.

Vie de Stefan	Histoire du VIH	FUCK : l'histoire du VIH et la vie de Stefan
1969 : naissance	1969 (États-Unis, New York) :	1) Quels sont les deux moyens de prévention mentionnés dans le podcast ? Quels avantages et inconvénients comportent-ils ?
1982–83 (13–14 ans) :	5 juin 1981 (États-Unis) :	2) Quelles sont les deux formes de traitement dont parlent Raphaël et Anthony ? En quoi le traitement pris par Raphaël comporte-t-il des avantages selon Anthony ?
1989 (20 ans) :	1983 (France) :	3) Pourquoi n'est-il plus indispensable aujourd'hui pour les personnes sous traitement de dire à un·x·e partenaire qu'elles vivent avec le VIH ?
1991 (22 ans) :	1984 (Suisse) :	
	1985 (Suisse) :	
	1996 (pays occidentaux) :	
Aujourd'hui (56 ans) :	2008 (Suisse) :	

le stade le plus avancé de l'infection. Le virus détruit les cellules immunitaires, ce qui rend la personne vulnérable à des infections opportunistes (tuberculose, pneumonie, etc.) ou à certains types de cancer.

Transmission : en Suisse, la majorité des transmissions se font par voie sexuelle. Les transmissions par voie sanguine ou de la mère à l'enfant sont aujourd'hui très rares, ce qui n'est pas le cas ailleurs dans le monde.

Symptômes : il n'y a pas de symptômes typiques lors du premier contact avec le VIH. Un état grippal est possible, mais ce n'est pas un élément significatif. Les symptômes n'apparaissent généralement qu'au stade sida, avec souvent des complications sévères. Il est toutefois possible de revenir à un stade VIH avec les traitements.

Traitement : il n'existe pas de traitement curatif, mais les traitements antirétroviraux (TAR) permettent que le virus ne se réplique plus, ce qui a pour conséquence de préserver la santé de la personne et d'empêcher la transmission du virus.

Prévention :

- L'information : connaître le VIH ainsi que les moyens de diminuer les risques de transmission pour soi et pour les autres (stratégies de réduction des risques).
- Le préservatif : il reste un moyen simple et très efficace pour se protéger du VIH. Il agit comme une barrière physique.
- La PrEP (prophylaxie pré-exposition) : il s'agit d'un traitement préventif destiné aux personnes au statut sérologique négatif exposées à un risque élevé de contracter le VIH. Il est prescrit et remboursé pour des groupes spécifiques (p. ex. les hommes ayant des rapports sexuels avec des hommes).
- La PEP (prophylaxie post-exposition) : ce traitement d'urgence doit

être commencé dans les 48 heures suivant une situation à risque (rapport non protégé, rupture de préservatif, etc.). Il dure 28 jours et peut empêcher l'infection s'il est pris à temps.

- Le dépistage : un dépistage régulier permet de connaître son statut sérologique. En cas de diagnostic précoce, un traitement peut être mis en place rapidement, ce qui protège la santé de la personne et réduit le risque de transmission.

Discrimination et préjugés : malgré les avancées médicales et sociales, les personnes vivant avec le VIH en Suisse font encore face à plusieurs formes de discrimination comme des licenciements abusifs (des personnes sont renvoyées après la révélation de leur statut sérologique). Il peut également y avoir des atteintes à la confidentialité médicale, des refus d'assurance privée et une stigmatisation sociale.

Le VIH est criminalisé dans plusieurs pays.

Voici quelques exemples :

- États-Unis : certaines lois punissent la non-divulgaration du statut VIH avant un rapport sexuel, même si la personne est sous traitement et donc indétectable.
- Afrique subsaharienne : il existe des lois très sévères, qui sont parfois utilisées contre des femmes enceintes ou des personnes marginalisées.
- Europe de l'Est et Asie centrale : la criminalisation s'accompagne souvent d'une stigmatisation et d'un accès limité aux soins.

Activité 2a – 2b : Le VIH d'hier à aujourd'hui (moments clés)

Objectifs : cette activité s'appuie sur le podcast « Fuck », essentiellement composé de témoignages. Elle revient sur certains éléments vus dans

→ l'activité 1 et permet d'aller plus loin en s'intéressant à l'impact que peut avoir le VIH/sida dans la vie de certaines personnes, quel que soit leur statut sérologique, notamment au niveau de leur sexualité. Il s'agit également de mettre en avant certains moments clés de l'histoire du VIH qui vont logiquement influencer la vie de ces personnes.

Le podcast et sa transcription sont accessibles par un lien sur lequel il suffit de cliquer. Comme pour l'activité 1, le support proposé (tableau et questions) peut prendre d'autres formes selon les besoins et peut être diffusé de différentes manières (papier A4, papier A3, projection, etc.) en fonction des modalités de travail envisagées (travail individuel, en groupe ou collectif).

Résumé de l'épisode :

en 1991, Stefan, jeune serveur à Montreux, croise Freddie Mercury, gravement malade du sida. Cette rencontre le confronte brutalement à la réalité de la maladie et à la stigmatisation. Le podcast raconte l'histoire du VIH en Suisse, son impact sur la communauté gay, la peur, la discrimination, mais aussi la solidarité et l'auto-organisation. Grâce aux avancées médicales, vivre avec le VIH est aujourd'hui possible, même si le combat contre la stigmatisation continue. Des témoignages illustrent l'évolution des traitements, la diversité des parcours, la sexualité et l'importance de l'information et du soutien.

Supports :

→ aids.ch/podcast

Épisode 2 : Fight

Ce volet de la séquence pédagogique traite des thèmes suivants, qui sont abordés dans le deuxième podcast ainsi que dans les deux activités associées : lutte contre le VIH, activisme et politique, usage de substances et réduction des risques, désinformation, discrimination, VIH dans le monde, migration.

Activité 3a – 3b : Les défis de la lutte contre le VIH en Suisse et au Burundi

Objectif : L'écoute du deuxième podcast « Fight » doit permettre aux élèves de comprendre les défis d'hier et d'aujourd'hui auxquels sont confrontées les différentes personnes engagées, à l'image de

Fiches de travail pour l'activité 3a – 3b : Les défis de la lutte contre le VIH en Suisse et au Burundi

→ Support et proposition de corrigé disponibles dans le dossier pédagogique « Fiches de travail et corrigés » sur aids.ch/school.

Témoignage de Bea

Contexte	Thématique	Quelles difficultés rencontrées ?
Suisse, 1985	Dépistage	
Prison de Witzwil (Suisse), 1993	Prévention (prisons)	
Suisse (1985–2020)	Discrimination	
Suisse 2005, puis 2025 avec le présentateur qui en parle	Prévention (écoles)	
Monde, horizon 2030	Discrimination (système de santé)	
Suisse, 1985	Prévention, traitements	



Témoignage d'Espérance

Contexte	Thématique	Quelles difficultés rencontrées ?
Suisse, 2020–2025 (Bea et le présentateur en parlent également)	Traitement (personnes migrantes, sans papiers, demandant l'asile)	
Burundi, 2000	Discrimination	
Burundi, 2000	Traitement (enfants)	
Burundi, 2000	Traitement (adultes)	

Bea et Espérance qui témoignent dans ce podcast. Il s'agit ainsi d'identifier certains enjeux de la lutte contre le VIH qui sont propres à un contexte spécifique (époque : 1985–2025 ; pays : Suisse et Burundi). Le podcast et sa transcription sont accessibles par un lien sur lequel il suffit de cliquer. Le support proposé (tableau) peut prendre d'autres formes selon

les besoins et peut être diffusé de différentes manières (papier A4, papier A3, projection, etc.) en fonction des modalités de travail envisagées (travail individuel, en groupe ou collectif).



Cérémonie du « quilt » à l'occasion des 40 ans de l'Aide Suisse contre le Sida – Photographie : Mary Manser, Landesmuseum Zurich, 13 juin 2025



➤ **Résumé de l'épisode :**

Témoignage de Bea : Bea, ancienne directrice de l'Aide contre le Sida à Berne, raconte la perte de son mari avant 1995, à une époque où il n'existait pas de traitement contre le VIH. Elle dénonce les lenteurs du dépistage, le manque de soutien et la stigmatisation sociale et médicale, notamment chez les dentistes. Elle critique aussi les résistances à la prévention dans les écoles et prisons, ainsi que les obstacles aux soins pour les personnes migrantes, aujourd'hui aggravés par les politiques de Trump. Elle évoque enfin les « quilts », ces couvertures en patchwork créées par les proches des victimes du sida comme symboles de solidarité et de mémoire collective.

Témoignage d'Espérance : en 2000, enceinte au Burundi, Espérance vit dans la peur avec des difficultés d'accès aux soins. Elle rejoint la Suisse 20 ans plus tard, car elle subit des discriminations importantes au Burundi. En Suisse, l'accès aux services de soins est plus facile, mais la stigmatisation subsiste. Elle souligne les freins à la prévention et l'impact des politiques internationales sur l'accès aux traitements pour les personnes migrantes. Son récit met en lumière le décalage entre les avancées médicales et les réalités sociales.

Informations sur le contexte évoqué : l'épisode retrace la violence humaine de l'épidémie avant 1996 : décès multiples, deuils prolongés et failles du système (lenteur des dépistages, absence de protocoles, manque de confidentialité). Malgré les connaissances sur la transmission, la peur et l'exclusion perdurent.



Deux quilts composés de 8 panneaux – Photographie : Mary Manser, à l'occasion des 40 ans de l'Aide Suisse contre le Sida, Landesmuseum Zurich, 13 juin 2025

Fiches de travail pour l'activité 4a – 4d : Informer sur le VIH, des années sida jusqu'à ce jour (articles de journaux, campagnes de prévention)

→ Support et proposition de corrigé disponibles dans le dossier pédagogique « Fiches de travail et corrigés » sur aids.ch/school.

Article de journal de 2024 : extrait du Blick, 17 septembre 1986 (en allemand)

SIDA : déjà 72 morts en Suisse Nous sommes le pays d'Europe le plus touché par le SIDA

Par Helmut Ograjenshek

Le SIDA, cette « épidémie sexuelle » à l'issue mortelle, est plus inquiétant que la peste et plus mystérieux que le cancer. Plus de 150 Suisses sont atteints et 72 malades – parmi lesquels Viktor Latscha, « le plus bel homme de Suisse » – ont déjà été emportés par le virus meurtrier.

Parmi les malades du SIDA signalés à l'Office fédéral de la santé publique à Berne, quatorze étaient des femmes. Trois nourrissons innocents (tous des filles) ont également contracté le virus. Leurs mères faisaient partie d'un groupe à risque ou avaient eu des relations intimes avec des personnes appartenant à l'un de ces groupes.

[...] Autre constatation alarmante des médecins : le SIDA ne touche plus seulement les homosexuels et les toxicomanes.

Pour autant, être infecté par le SIDA ne signifie pas nécessairement que l'on va déclarer la maladie. Certaines personnes peuvent porter l'agent infectieux dans leur sang toute leur vie sans jamais développer le SIDA.

Autre triste record : rapportée à l'ensemble de sa population, la Suisse – à égalité avec le Danemark – présente le taux de SIDA le plus élevé d'Europe, soit 21,2 cas par million d'habitants.

Environ 30 000 cas de SIDA sont recensés dans le monde, dont 25 000 rien qu'aux États-Unis.

Il n'y a aucun remède contre le SIDA

[...] De fait, les infections virales sont un domaine dans lequel la science continue d'échouer lamentablement. Il n'existe toujours pas de remède efficace contre un simple rhume, par exemple.

Les chercheurs annoncent régulièrement avoir réussi à stopper la maladie lors d'essais de vaccins sur des singes. Le système immunitaire humain semble toutefois bien plus complexe. À ce jour, aucun vaccin n'est parvenu à empêcher la propagation du virus du SIDA chez l'homme.

Comparer deux articles de journaux (objectifs d'un article de journal = attirer l'attention pour vendre et informer de manière claire et précise)

Article de journal de 1986 et article de journal de 2024

1. Thème abordé : quel est le sujet de l'article ? Quels termes sont utilisés pour en parler ? Ces termes sont-ils adéquats ?

2. Informations données : les informations sont-elles complètes ? Les sources sont-elles mentionnées ? Les informations sont-elles fiables ?

3. Pistes d'action proposées : des manières de combattre le virus sont-elles évoquées ?

4. Comparaison des deux articles : comment expliquer les différences dans le traitement d'un même sujet (objectif, époque, etc.) ?



Article de journal de 2024 : extrait du Blick, 30 novembre 2024 (en français)

Des « obstacles significatifs » perdurent dans la lutte contre le VIH

Malgré les nombreuses ressources à disposition, la lutte contre le sida en Suisse rencontre encore des « obstacles significatifs », selon la professeure Alexandra Calmy. Elle s'exprime samedi dans la presse, après la publication cette semaine de chiffres encourageants.

« Nous pouvons être fiers du chemin parcouru, affirme Alexandra Calmy, responsable de l'unité VIH/sida des HUG, membre de l'OMS et de la Société internationale sur le sida dans La Liberté, ce samedi matin devant la presse. Mais il est crucial de maintenir nos efforts. »

Le pays dispose à ses yeux de nombreuses ressources, dont l'utilisation rencontre toutefois « encore des obstacles significatifs ». Le dépistage ne touche pas encore l'ensemble des populations, déplore-t-elle. Et l'accès aux traitements de prévention, « encore rarement prescrits par les médecins de premier recours », demeure restreint. Sans oublier la stigmatisation, « qui demeure en 2024 un obstacle majeur à des soins pleinement intégrés ».



La stigmatisation demeure l'un des obstacles majeurs dans la lutte contre le VIH, selon l'infec-tiologue genevoise Alexandra Calmy.

Les associations font face à des résistances institutionnelles : refus de seringues en prison, censure de brochures, discriminations médicales. Les publics précarisés (personnes demandant l'asile, sans-papiers) ont un accès inégal aux soins, bien que des solutions locales existent.

À l'échelle mondiale, les progrès restent fragiles : les coupes budgétaires menacent l'accès aux traitements ainsi que les objectifs à l'horizon 2030 (zéro nouvelle transmission du VIH). Le témoignage d'Espérance illustre les obstacles à l'accès aux traitements qui persistent au Burundi.

Supports :
→ aids.ch/podcast

Activité 4a – 4h : Informer sur le VIH, des années sida jusqu'à ce jour (articles de journaux, campagnes de prévention)

Objectif : cette activité permet de travailler sur des articles de journaux et des campagnes de prévention qui traitent tous du VIH, mais avec des objectifs sensiblement différents. L'analyse de ces documents doit aboutir à

Fiche de travail pour l'activité 4e – 4h : Informé sur le VIH, des années sida jusqu'à ce jour (articles de journaux, campagnes de prévention)

→ Support et proposition de corrigé disponibles dans le dossier pédagogique
« Fiches de travail et corrigés » sur aids.ch/school.

Comparer trois campagnes de prévention (attirer l'attention pour faire passer un message de prévention clair)

Campagne 1 :
« STOP SIDA », 1987 (Suisse)



Campagne 2 : Affiche de
Keith Haring, 1989 (États-Unis)



Campagne 3 : « Journée mondiale de lutte contre le sida », 2025 (Suisse)



→ une comparaison permettant de distinguer les enjeux liés au VIH/sida dans les années 1990 (manque d'informations, ignorance, discrimination, inaction, etc.) des enjeux liés au VIH aujourd'hui (principalement la discrimination en Suisse).

Le podcast et sa transcription sont accessibles par un lien sur lequel il suffit de cliquer. Le support proposé (articles, affiches et questions) peut prendre d'autres formes selon les besoins et peut être diffusé de différentes manières (papier A4, papier A3, projection, etc.) en fonction des modalités de travail envisagées (travail individuel, en groupe ou collectif).

Campagne 1 – 3



1. Qui est à l'origine de cette campagne de prévention ?

.....

2. Quel est l'objectif de la campagne ? Comment le message est-il véhiculé (texte, illustration, couleur, etc.) ?

.....

3. Comparaison des trois campagnes de prévention : quel est le point commun entre les personnes ou les entités à l'origine de ces campagnes de prévention ? Comment l'expliquer ?

.....

4. Comparaison des trois campagnes de prévention : comment expliquer les différences dans le traitement d'un même sujet ?

.....



Épisode 3 : Care

Ce volet de la séquence pédagogique traite des thèmes suivants, qui sont abordés dans le troisième podcast ainsi que dans les deux activités associées : soins et accompagnement du sida (passé) au VIH (aujourd'hui), vivre avec le VIH aujourd'hui.

Activité 5a – 5b : Accompagner les personnes vivant avec le VIH

Objectif : l'écoute du troisième podcast « Care » doit permettre aux jeunes de mieux comprendre les types d'accompagnement et de soutien qui existaient à l'époque du sida et qui peuvent être mis en place aujourd'hui pour les personnes vivant avec le VIH. Il s'agit ainsi de retracer l'évolution

de l'accompagnement possible entre hier et aujourd'hui, tout en faisant émerger les besoins actuels des personnes concernées, notamment par rapport à leur entourage lors de l'annonce du diagnostic.

Le podcast et sa transcription sont accessibles par un lien sur lequel il suffit de cliquer. Le support, pensé sous la forme de cartes à distribuer, peut prendre d'autres formes selon les besoins et peut être diffusé de différentes manières (papier A4, papier A3, projection, etc.) en fonction des modalités de travail envisagées (travail individuel, en groupe ou collectif).

Résumé de l'épisode : l'épisode raconte une fondue partagée par sœur Margrit avec trois hommes atteints du sida à la veille de Noël 1998 et témoigne de ce moment en mettant en avant l'importance de la dignité et de la chaleur humaine en fin de vie.

Si aujourd'hui, la situation s'améliore en Suisse grâce aux traitements et à la réduction des risques, la stigmatisation et les difficultés d'accès aux soins persistent pour certaines personnes.

Les témoignages de Margrit, Claude et Julia montrent ainsi la force du lien, de l'accompagnement, de la mémoire et de la solidarité, qui apparaissent essentiels pour soutenir les personnes vivant avec le VIH.

L'épisode rappelle enfin que, malgré les progrès, il reste des défis à relever, notamment en matière de dépistage et de lutte contre la discrimination.

Supports :
→ aids.ch/podcast

Fiche de travail pour l'activité 5a – 5b : Accompagner les personnes vivant avec le VIH

→ Support et proposition de corrigé disponibles dans le dossier pédagogique « Fiches de travail et corrigés » sur aids.ch/school.

Carte 1

La fondue de Noël

Contexte : sœur Margrit organise une fondue pour trois hommes atteints du sida.

Question : qu'est-ce qui rend un moment « ordinaire » si précieux dans l'accompagnement ? Comment créer de tels instants aujourd'hui ?

Carte 2

Une présence nécessaire

Contexte : à l'hôpital, une présence humaine semble aussi nécessaire que des soins strictement médicaux.

Question : pourquoi la présence humaine est-elle essentielle dans le soin ? Comment la valoriser dans nos pratiques ?

Passé

Carte 3

Respecter les souhaits

Contexte : Heinz veut être enterré avec sa veste préférée. Un autre avec de la musique des Rolling Stones.

Question : comment respecter les choix et les volontés des personnes en fin de vie ?

Carte 4

Les défis du quotidien

Contexte : sœur Margrit doit faire face à la douleur et à la précarité.

Question : Quels petits gestes ou astuces peuvent améliorer le quotidien des personnes en difficulté ou malades ? Quelles sont les difficultés rencontrées dans l'accompagnement ?

Carte 5

Le poids du secret

Contexte : Julia vit avec le VIH, garde le secret, puis se libère en en parlant à ses proches.

Question : pourquoi le secret peut-il être lourd à porter ? Comment encourager la parole et le soutien autour de soi ?

Carte 6

Le soutien des proches

Contexte : l'amie de Julia l'accompagne tout au long du processus, ce qui l'aide à avancer.

Question : quel rôle jouent les proches dans le parcours de soin ? Comment mieux les inclure et les soutenir ?

Aujourd'hui

Carte 7

Stigmatisation, l'enjeu

Contexte : les personnes vivant avec le VIH sont encore stigmatisées.

Question : comment lutter contre la stigmatisation aujourd'hui ? Pourquoi est-il important de conserver la mémoire des histoires vécues ?

Carte 8

Claude, la mémoire vivante

Contexte : Claude accompagne depuis 30 ans des personnes vivant avec le VIH. Elle garde en mémoire leurs histoires, leurs victoires et leurs deuils, et se considère un peu peu comme leur « biographe ».

Question : pourquoi est-il important de conserver la mémoire des personnes accompagnées ? Comment soutenir les personnes concernées aujourd'hui ?

Fiche de travail pour l'activité 6a – 6d : Yannick – un soutien connecté comme alternative

→ Support et proposition de corrigé disponibles dans le dossier pédagogique « Fiches de travail et corrigés » sur aids.ch/school.



Questions

1. Pourquoi Yannick prône-t-il la tolérance et le respect ?

.....

.....

2. Que découvre-t-il au Brésil ?

.....

.....

3. Quand Yannick a-t-il supprimé toutes ses applications de rencontres ? Pourquoi ?

.....

.....

4. Pourquoi est-il dit que Yannick est une personne engagée ?

.....

.....

5. Que fait concrètement Yannick pour soutenir d'autres personnes via les réseaux sociaux ?

.....

.....

6. Pourquoi est-il dit que Yannick est résilient ?

.....

.....

7. Que penses-tu de son parcours ?

.....

.....

8. T'engages-tu, toi aussi, pour une cause ?
Laquelle et pourquoi ? Ou pourrais-tu le faire ?
Pour quelle cause et pourquoi ?

.....

.....

Activité 6a – 6d : Yannick – un soutien connecté comme alternative

Objectif : cette activité, basée sur la lecture d'un article publié dans le « Positive Life Magazine », vise à rendre compte d'une forme d'engagement alternatif, celui d'un jeune homme vivant avec le VIH qui représente la nouvelle génération et soutient d'autres personnes grâce à son compte TikTok « yannick_y », suivi par 40 000 abonné·x·e·s.

Fiches de travail pour l'activité 6a – 6d : l'article « Yannick – un pionnier des réseaux sociaux parle de sa vie avec le VIH » a été publié dans le numéro 5 du Positive Life Magazine (mars 2024, p. 4-7). Les documents et l'article, avec la proposition de corrigé, sont disponibles dans le dossier « Fiches de travail et corrigés » sur aids.ch/school.

Le support proposé (questions) peut prendre d'autres formes selon les besoins et peut être diffusé de différentes manières (papier A4, papier A3, projection, etc.) en fonction des modalités de travail envisagées (travail individuel, en groupe ou collectif).

En guise d'accroche ou de conclusion à l'activité, il peut être intéressant de diffuser une vidéo extraite du compte de Yannick pour rendre plus concrets certains aspects de son engagement (témoignage, informations, soutien).

Pour aller plus loin

Ressources

- **Positive Life Magazine** : ce magazine sur la vie avec le VIH peut être commandé en ligne. Il contient de nombreux articles et témoignages.
- **Autres supports d'information** : divers produits et brochures sur le thème du VIH sont disponibles en ligne.
- **Site web de l'Aide Suisse contre le Sida** : le site aids.ch propose des informations complètes sur le VIH et le sida.
- **Reportage** : émission de la SRF sur la façon dont les personnes vivent aujourd'hui avec le VIH. Le sujet montre que le traitement permet d'avoir une espérance de vie normale, mais que les préjugés et la stigmatisation subsistent.
- **Histoire du VIH et du sida** : article sur l'histoire de l'Aide Suisse contre le Sida.

Options supplémentaires

Offre Talk+ : inviter une personne vivant avec le VIH pour un échange ou contacter un centre spécialisé.

Informations supplémentaires pour les intervenant·x·e·s

Le VIH et la science

I = I : indétectable = intransmissible

Le slogan U=U (undetectable = untransmittable), en français I=I (indétectable = intransmissible), repose sur une base scientifique solide.

Depuis le Swiss Statement de 2008, plusieurs études majeures (HPTN 052, PARTNER 1 et 2) ont confirmé qu'une personne vivant avec le VIH sous traitement efficace, avec une charge virale indétectable, ne transmet pas le virus lors de rapports sexuels.

En 2023, l'OMS a précisé que tant que la charge virale reste sous 1000 copies/ml, le risque de transmission est nul. Les traitements actuels permettent souvent d'atteindre des niveaux bien inférieurs à ce seuil.

Réalité médicale des personnes vivant avec le VIH

Les personnes vivant avec le VIH ont aujourd'hui une espérance de vie comparable à celle de la population générale. Les traitements antirétroviraux sont bien tolérés, avec peu d'effets secondaires, et permettent d'avoir une vie normale : travail, études, sexualité, parentalité, voyages. Les représentations sociales sont souvent en décalage avec la réalité médicale, ce qui alimente la stigmatisation.

Conditions de non-transmissibilité

La non-transmissibilité est garantie si :

- La personne suit un traitement efficace.
- La charge virale est indétectable depuis au moins six mois.
- Le traitement est pris régulièrement, même si un oubli ponctuel n'annule pas la protection.

→ **Cela signifie qu'il n'y a aucun risque de transmission par voie sexuelle, même sans préservatif, si ces conditions sont réunies.**

Terminologie et communication

Il est essentiel d'utiliser un langage non stigmatisant :

- Préférer « personnes vivant avec le VIH » à « personnes infectées ».
- Éviter le terme « sida », sauf pour désigner le stade avancé de la maladie.
- Parler de « dépistage du VIH » et non de « test du sida ».

Avancées médicales et perspectives

La recherche progresse vers un traitement curatif. Des études récentes explorent l'immunothérapie, l'édition génomique et des stratégies antivirales innovantes. Le cas du « patient de Genève », en rémission après une greffe de moelle osseuse, illustre ces avancées. Il faudra toutefois encore plusieurs années avant de voir se développer un traitement curatif généralisé.

Vivre avec le VIH et discrimination

Grâce aux avancées médicales, vivre avec le VIH est devenu une réalité stable et durable. En Suisse, 97 % des personnes vivant avec le VIH suivent un traitement efficace, ce qui rend la transmission du virus impossible. Le VIH est désormais considéré comme une maladie chronique.

Les personnes vivant avec le VIH peuvent :

- avoir une vie affective et sexuelle épanouie.
- voyager, travailler, fonder une famille.
- vieillir avec le VIH tout en conservant une bonne qualité de vie.

Discriminations vécues

Malgré les progrès médicaux, les discriminations persistent dans de nombreux domaines :

- Milieu médical et social : comportements inappropriés, refus de soins, doubles gants, désinfection excessive, transmission du statut sérologique sans consentement.
- Langage stigmatisant : des expressions comme « les séropositifs » ou « les personnes infectées » renforcent les préjugés.
- Jugements moraux sur les modes de vie ou les origines des personnes.
- Invisibilisation de certains groupes : femmes, personnes migrantes, personnes trans, travailleur·x·euse·s du sexe, etc.

Ces discriminations peuvent être multiples et croisées (intersectionnalité), notamment chez les personnes âgées vivant avec le VIH qui cumulent plusieurs facteurs de vulnérabilité.

Droits et protection

Les personnes vivant avec le VIH ont des droits fondamentaux :

- Respect de la vie privée et du secret médical.
- Accès à des soins adaptés à leur réalité.
- Droit à l'autodétermination et au consentement éclairé.
- Protection contre les discriminations dans les institutions médicales, sociales ou administratives.

Des services comme le Centre de déclaration des discriminations ou le service juridique de l'Aide Suisse contre le Sida permettent de signaler les abus et d'obtenir un soutien.



Statistiques clés sur les discriminations

Étude ECDC & EATG 2024 (Europe) dans le domaine de la santé

- 48 % des professionnel·x·le·s de santé ne connaissent pas le principe I=I (indétectable = intransmissible).
- 57 % disent avoir des inquiétudes lors d'une prise de sang avec une personne vivant avec le VIH.
- 26 % utilisent une double paire de gants par précaution.
- 12 % refusent de traiter les personnes faisant usage de substances.
- 6 % discriminent les hommes ayant des rapports sexuels avec des hommes, les personnes trans et les travailleur·x euse·s du sexe.

Point de vue des personnes vivant avec le VIH :

- Une personne sur cinq (21 %) a redouté de se rendre dans un service de santé par crainte que son statut VIH soit divulgué.
- Une personne sur sept (16 %) a évité complètement les services de santé de peur d'être traitée différemment.
- Une personne sur trois (33 %) a déclaré avoir déjà eu le sentiment d'être mal traitée dans un cadre médical (11 % au cours de l'année écoulée).
- Une personne sur quatre (23 %) a déclaré s'être déjà vu refuser des soins ou avoir subi un retard de traitement en raison de son statut VIH (7 % au cours de l'année écoulée).

En Suisse (1015 personnes interrogées, population générale) Étude « Connaissances et perceptions-attitudes sur le VIH » (2024) :

- 56 % ne connaissent pas le principe I=I, 22 % ne sont pas d'accord.
- 20 % pensent que les personnes vivant avec le VIH sont souvent ou toujours un danger pour la société.
- Transmission périnatale par une femme sous TAR : 45 % ne savent rien sur le sujet.
- Source d'information sur le HIV → médias : 55 %
- 13 % pensent que le VIH peut se transmettre par une pique d'insecte, 7% par l'utilisation des mêmes WC, 8% par le partage de la même vaisselle.
- 14 % ne démarreraient pas une relation d'amitié avec une personne vivant avec le VIH, 57 % ne se marieraient pas avec une personne vivant avec le VIH et 76 % ne voudraient pas avoir de relation sexuelle.

Pour les personnes vivant avec le VIH, cela se traduit par :

- une anticipation ou une intériorisation de la stigmatisation
- une mauvaise observance du traitement
- un désengagement des soins
- une non-divulgaration de leur statut sérologique
- un faible dépistage des autres IST
- une consommation accrue d'alcool
- davantage d'automutilation
- une augmentation des idées suicidaires et des troubles de santé mentale

Comportements discriminants fréquents

- Questions inappropriées
- Refus de soins ou de traitements
- Traitements différenciés (heures de rendez-vous, matériel spécifique)
- Manque de confidentialité ou divulgation du statut VIH sans consentement

Responsable de Aide Suisse contre le Sida
Raphaël Depallens, responsable de projet
Florian Vock, directeur adjoint
Jan Müller, chef communication
Marlon Gattiker, responsable de projet

Dossier pédagogique
Auteure : Vanessa Depallens, chercheuse FNS senior & enseignante au degré secondaire
Traduction : Interna Translations AG
Conception : Midada GmbH, Saskia Goslings