



Native Women's  
Association of Canada

L'Association des  
femmes autochtones  
du Canada



**Suivre**  
**le chemin rouge**

# UN GUIDE D'ACTIVITÉS : **VIH, VHC et autres ITSS**



85, rue Albert, 12e étage Ottawa, Ontario K1P 6A4  
Tél. : (613) 722-3033 | Téléc. : (613) 722-7687  
Sans frais : 1-800-461-4043 [reception@nwac.ca](mailto:reception@nwac.ca)



## L'ASSOCIATION DES FEMMES AUTOCHTONES DU CANADA

L'Association des femmes autochtones du Canada (AFAC) est une organisation autochtone nationale qui représente la voix politique des femmes et des filles autochtones et des personnes de diverses identités de genre au Canada. Constituée en société en 1974, l'AFAC s'efforce de promouvoir le bien-être et l'égalité des femmes et des filles autochtones et des personnes de diverses identités de genre par la défense des droits, l'éducation, la recherche et les politiques. Regroupant treize organisations de femmes autochtones, l'AFAC a été fondée dans le but collectif d'améliorer, de promouvoir et de favoriser le bien-être social, économique, culturel et politique des femmes autochtones au sein de leurs communautés respectives et des sociétés canadiennes.

### Énoncé de mission de l'AFAC

**Défendre et inspirer les femmes et les familles de nombreuses nations autochtones.**

### Énoncé de vision de l'AFAC

**Nous aspirons à un monde inclusif qui comprend et respecte la diversité et le caractère unique de toutes les femmes et familles autochtones.**



## SUIVRE LE CHEMIN ROUGE PROJET VIH ET VHC

**R**ecréer des liens

**E**ncourager le changement pour un avenir sain, et

**D**onner aux femmes indigènes les moyens de guérir

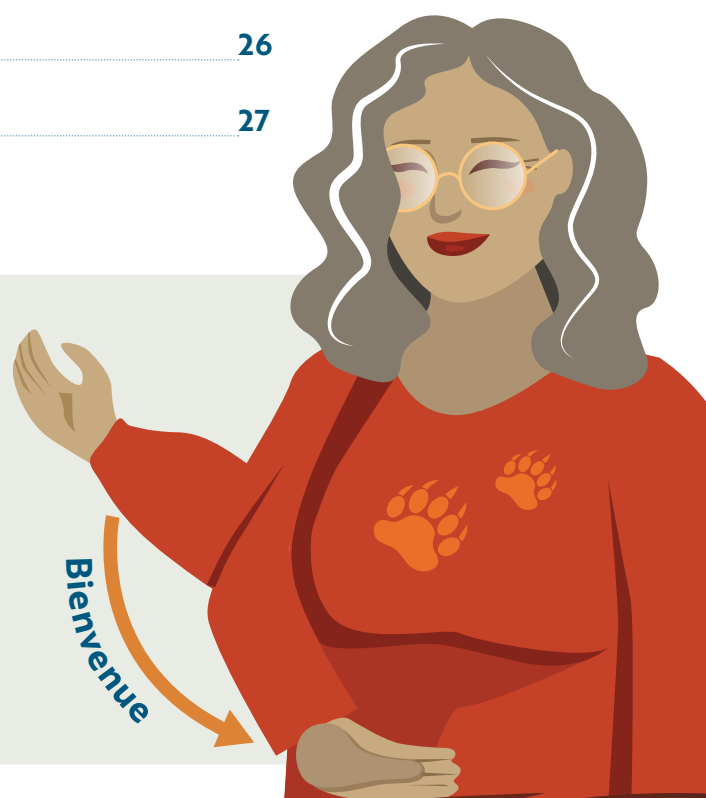
RED Path est un projet de cinq ans financé par le Fonds d'action communautaire sur le virus de l'immunodéficience humaine (VIH) et l'hépatite C (VHC) de l'Agence de la santé publique du Canada. Le projet vise à développer des interventions durables, fondées sur des données probantes et respectueuses des valeurs culturelles, en matière de VIH et de VHC pour les femmes autochtones dans les établissements correctionnels fédéraux. Par ces interventions, le projet vise à renforcer les capacités, à identifier et à réduire les obstacles aux services sanitaires et sociaux, à la prévention, au diagnostic et au traitement du VIH, du VHC et d'autres infections transmissibles sexuellement et par le sang (ITSS).

Afin de clarifier les connaissances et les perspectives concernant les interventions efficaces fondées sur des données probantes ainsi que les lacunes en ce qui concerne l'accès actuel aux services de santé, sociaux et de soutien, l'équipe du projet a organisé des cercles de partage avec des femmes autochtones incarcérées à l'Établissement de la vallée du Fraser pour femmes, à l'Établissement d'Edmonton pour femmes, à la Maison de ressourcement Buffalo Sage et au Pavillon de ressourcement Okimaw Ohci pour femmes Autochtones. Les connaissances, les perspectives et les données recueillies dans le cadre de ces cercles de partage ont été synthétisées et utilisées pour orienter l'élaboration d'une activité interactive de trois jours d'échange de connaissances sur les STBBI et de ce livre d'activités.

# TABLE DES MATIÈRES

La chanson des femmes fortes	4
Fiches d'information sur les infections transmises sexuellement et par le sang	5-9
<i>Virus de l'immunodéficience humaine (VIH)</i>	5
<i>Chlamydia</i>	6
<i>Gonorrhée</i>	7
<i>Syphilis</i>	8
<i>Hépatite C</i>	9
L'enseignement en quatre directions de l'aînée Roseann sur les ITSS	10
ITSS Activités	11-15
<i>Questionnaire 1 : Hépatite C</i>	11
<i>Questionnaire 2 : Virus de l'immunodéficience humaine</i>	12
<i>Mots-cachés VIH, VHC et ITSS</i>	13
<i>Mots croisés VIH et SIDA</i>	14
<i>Mots croisés VHC et hépatite C</i>	15
Pages à colorier	16-23
Réponses	24-25
Références	26
Dédicace et remerciements	27

**Welcome**      **Pìjàshìg**  
**Weltasualul**   **Tungasugit**  
**Tansi**          **Bi-zhaazhìg**



Bienvenue

## La chanson des femmes fortes

Whey hey ya . . . . . Whey hey ya hey yo

Whey hey ya . . . . . Whey hey ya hey yo

Whey hey ya way hiyo

Whey hey ya, Whey hey ya, Whey hey ya

Whey hiyo

Whey hey ya, Whey hey ya way hiyo

Whey hey ya, Whey hey ya, Whey hey ya

Whey hiyo

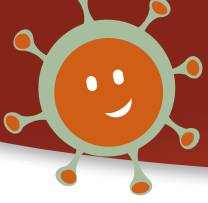
*Répétez quatre fois*



Selon l'histoire orale, la chanson des femmes fortes provient de deux femmes Anishinaabe, Anishinabe Kwewag et Zhoganosh Kwewag, qui étaient en isolement dans une prison pour femmes à Kingston, Ontario, dans les années 1970 (1,2). Les conditions de vie dans la prison étaient très mauvaises et de nombreuses femmes ont perdu la vie. On chantait cette chanson pour demander au Créateur la force et le pouvoir d'avancer dans son cheminement, peu importe les obstacles, et pour rester en vie et se soutenir les unes les autres. La chanson est maintenant chantée pour honorer ces femmes et toutes les femmes et est utilisée pour l'autonomisation, la guérison et la résilience (1,2).

## Références

1. Davis M, Rice B. Daughters, Sisters, Mothers and Wives: An Anishnaabe Reader [internet]. Ontario Native Literacy Coalition; Accessible à partir de : <https://onlc.ca/wp-content/uploads/2017/05/Anishinaabe-Language-Workbook.pdf>
2. La chanson des femmes fortes [internet]. Ojibwe.net. Accessible sur le site : <https://ojibwe.net/songs/womens-traditional>



# VIRUS DE L'IMMUNODÉFICIENCE HUMAINE (VIH)

## Qu'est-ce que l'infection par le VIH?

Une infection au VIH est causée par le virus de l'immunodéficience humaine (VIH). Le VIH attaque le système immunitaire de l'organisme, affaiblissant sa capacité à combattre les maladies et les affections (1). S'il n'est pas traité, le VIH peut gravement endommager le système immunitaire et entraîner le syndrome d'immunodéficience acquise (SIDA).

## Le VIH au Canada

En 2018, il y a eu 2561 nouveaux cas de VIH diagnostiqués au Canada (2). Bien que les communautés autochtones du Canada ne représentent que 5 % de la population canadienne, 19,3 % des cas signalés se sont produits au sein de ces communautés (2). On estime que 1 à 9 % des femmes incarcérées dans les prisons fédérales canadiennes vivent avec le VIH.

## Comment le VIH se propage-t-il?

Le VIH est transmis par cinq fluides corporels, à savoir le sang, le sperme (et le liquide pré-éjaculatoire), les sécrétions vaginales, les sécrétions rectales et le lait maternel (1). Ces liquides doivent entrer en contact avec les muqueuses se trouvant à l'intérieur du rectum, du vagin, du pénis ou de la bouche. Cela peut se produire par des rapports sexuels non protégés, le partage de seringues,

l'allaitement et plus rarement de la mère au bébé pendant la grossesse et l'accouchement (1).

## VIH, grossesse et allaitement

Le VIH peut être transmis de la mère au bébé pendant la grossesse, la naissance et l'allaitement. Une mère vivant avec le VIH peut avoir un bébé séronégatif si elle prend des médicaments et réduit sa charge virale (1). Sur les 259 nourrissons exposés au VIH en 2018 au Canada, seuls cinq ont été infectés par le virus. Cela est dû au fait que 96,5 % des mères vivant avec le VIH ont suivi une thérapie antirétrovirale pendant leur grossesse (2).

## Dépistage du VIH

Quatorze pour cent des personnes vivant avec le VIH ne savent pas qu'elles sont infectées (2). La seule façon de savoir si vous avez le VIH est de faire un test sanguin (3).

## Traitement du VIH

Il n'y a pas de remède contre le VIH, mais les médicaments anti-VIH appelés thérapie antirétrovirale peuvent le garder sous contrôle en diminuant les copies du virus dans votre sang et en vous empêchant de le transmettre à d'autres personnes (1). La thérapie antirétrovirale doit être prescrite par votre médecin et consiste généralement en un comprimé par jour (1).

## Signes et symptômes du VIH

La plupart des personnes ne présentent pas de symptômes au cours des 10 à 15 premières années de l'infection.



fièvre



frissons



éruption cutanée



perte de poids

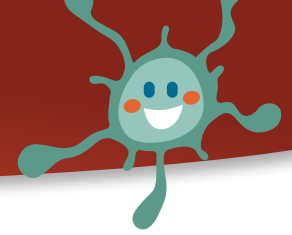


maux de tête



perte d'appétit (1).





## Qu'est-ce que la chlamydia?

La chlamydia est une infection causée par une bactérie et se propage lors d'une activité sexuelle non protégée (4). Si elle n'est pas traitée, elle peut entraîner la stérilité et des complications douloureuses (5).

## La chlamydia au Canada

La chlamydia est l'infection transmissible sexuellement la plus courante au Canada. Les taux de chlamydia ont augmenté de 39 % entre 2008 et 2017. Parmi les nouveaux cas de chlamydia chez les femmes, 97,4 % concernaient des personnes âgées de 16 à 44 ans (7).

## Comment la chlamydia se propage-t-elle?

La chlamydia est une infection transmise sexuellement et par le sang. Elle se propage principalement par des rapports sexuels vaginaux, anaux ou oraux non protégés. Elle peut également se propager pendant la grossesse et l'accouchement (4).

## Chlamydia, grossesse et allaitement

La chlamydia peut être transmise de la mère au bébé pendant la grossesse, la naissance et l'allaitement. Elle peut entraîner des naissances prématurées, des infections oculaires et des pneumonies (4). Pour prévenir la transmission de la chlamydia pendant la grossesse et l'accouchement, les femmes enceintes doivent être testées pour la chlamydia et traitées immédiatement. Vous pouvez allaiter votre bébé si vous avez la chlamydia sans risque d'infection (5).

## Dépistage de la chlamydia

Vous ne pouvez pas déterminer si vous avez la chlamydia en fonction des symptômes que vous ressentez. Une analyse d'urine ou un prélèvement vaginal, rectal ou de la gorge est nécessaire pour savoir si vous avez la chlamydia (4).

## Traitement de la chlamydia

La chlamydia peut être traitée par des antibiotiques. Plus tôt vous commencez le traitement, moins vous risquez de souffrir de complications comme une infection pelvienne ou l'infertilité (4).

## Signes et symptômes de la chlamydia

Certaines personnes ne présentent aucun symptôme et peuvent avoir contracté la chlamydia sans le savoir. Certaines femmes peuvent remarquer des symptômes différents selon le lieu de l'infection (5).

### AU NIVEAU VAGINAL :



**Douleur lors de la miction**



**Douleurs lors des rapports sexuels**



**Saignement pendant ou après un rapport sexuel**



**Un écoulement vaginal anormal**

### AU NIVEAU RECTAL :



**Douleur rectale**



**Sécrétions**



**Saignement**

### AU NIVEAU DE LA GORGE :



**Mal de gorge**



**Lésions buccales douloureuses**



**Fièvre**



**Ganglions lymphatiques enflammés dans le cou**



## Qu'est-ce que la gonorrhée?

La gonorrhée est une infection causée par une bactérie et se propage lors d'une activité sexuelle non protégée. Si elle n'est pas traitée, elle peut entraîner la stérilité, des complications douloureuses et une grossesse extra-utérine (une grossesse qui se produit en dehors de l'utérus) (8).

## La gonorrhée au Canada

La gonorrhée est la deuxième infection transmise sexuellement la plus courante au Canada. Les taux de gonorrhée ont augmenté de 109 % au Canada entre 2008 et 2017 (7).

## Comment la gonorrhée se propage-t-elle?

La gonorrhée est une infection transmise sexuellement et par le sang. Elle se propage principalement par des rapports sexuels vaginaux, anaux ou oraux non protégés. Elle peut également se propager pendant la grossesse et l'accouchement (8).

## Gonorrhée, grossesse et allaitement

La gonorrhée peut être transmise de la mère au bébé pendant la naissance. Elle peut entraîner des fausses couches, des naissances prématurées et des infections oculaires qui peuvent conduire à la cécité (5). Pour prévenir la transmission de la gonorrhée pendant la grossesse et l'accouchement, les femmes enceintes doivent être testées pour la gonorrhée et traitées immédiatement. Vous pouvez allaiter votre bébé en toute sécurité si vous avez la gonorrhée.

## Dépistage de la gonorrhée

Une analyse d'urine ou un prélèvement vaginal, rectal ou de la gorge vous permettra de savoir si vous avez la gonorrhée (5).

## Traitement de la gonorrhée

La gonorrhée peut être traitée par des antibiotiques. Plus tôt vous commencez le traitement, moins vous risquez de souffrir de complications comme une infection pelvienne ou l'infertilité (5).

## Signes et symptômes de la gonorrhée

Certaines personnes ne présentent aucun symptôme et peuvent avoir contracté la gonorrhée sans le savoir. Les symptômes suivants peuvent être ressentis par ceux qui en souffrent :



**Écoulement vaginal épais, trouble ou sanglant**



**Douleur ou sensation de brûlure en urinant**



**Menstruations abondantes ou saignements entre les règles**



**Selles douloureuses**



**Démangeaisons anales**





## Qu'est-ce que la syphilis?

La syphilis est une infection causée par une bactérie et se propage lors d'une activité sexuelle non protégée (9). Si elle n'est pas traitée, la syphilis peut causer des dommages graves et permanents, voire la mort (9).

## La syphilis au Canada

La syphilis est la troisième infection transmissible sexuellement la plus courante au Canada. Les taux de syphilis ont augmenté de 167 % au Canada entre 2008 et 2017 (6).

## Comment la syphilis se propage-t-elle?

La syphilis est une infection transmise sexuellement et par le sang. Elle se propage principalement par des rapports sexuels vaginaux, anaux ou oraux non protégés. Elle peut également se propager par le partage de seringues, ainsi que pendant la grossesse et l'accouchement (10).

## Syphilis, grossesse et allaitement

La syphilis peut être transmise de la mère au bébé pendant la grossesse et la naissance et peut provoquer des anomalies congénitales et des mortinaissances. Au Canada, le nombre de bébés nés avec la syphilis est en hausse (6). Pour prévenir la transmission de la syphilis pendant la grossesse et l'accouchement, les femmes enceintes doivent être testées pour la syphilis et traitées immédiatement. L'allaitement est possible s'il n'y a pas de plaies sur les seins.

## Dépistage de la syphilis

Vous ne pouvez pas déterminer si vous avez la syphilis en fonction des symptômes que vous ressentez. Une analyse du sang ou à un prélèvement est nécessaire pour déterminer si vous avez la syphilis (6).

## Traitement de la syphilis

Des antibiotiques peuvent traiter la syphilis à un stade précoce (6).



## Signes et symptômes de la syphilis

L'infection à la syphilis comporte trois stades : primaire, secondaire et tertiaire. Chaque stade peut présenter des symptômes différents.



**Syphilis primaire :** Plaie indolore sur le pénis, le vagin, le rectum, la bouche ou les zones environnantes



**Syphilis secondaire :** Fièvre, fatigue, gonflement des ganglions lymphatiques, éruption cutanée (généralement sans démangeaison)

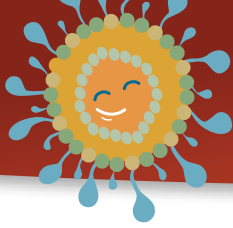


**Syphilis tertiaire :** À ce stade, la syphilis peut endommager votre système nerveux, votre cerveau et d'autres organes et peut entraîner la cécité, la paralysie, des tumeurs et la démence (10).



**Certaines personnes ne présentent aucun symptôme et peuvent avoir contracté la syphilis sans le savoir.**





# HÉPATITE C

## Qu'est-ce que l'hépatite C?

L'hépatite C est une infection virale du foie causée par le virus de l'hépatite C (VHC) (11).

## Hépatite C au Canada

Environ 1 % des Canadiens ont été infectés par l'hépatite C au cours de leur vie et un détenu fédéral sur quatre vit avec l'hépatite C (12).

## Comment l'hépatite C se propage-t-elle?

L'hépatite est une infection transmise sexuellement et par le sang. Elle se propage principalement par contact avec du sang infecté lors du partage de matériel de consommation de drogues, notamment d'aiguilles, du partage de matériel de tatouage, de perçage corporel et de matériel d'hygiène personnelle qui ont été contaminés par du sang. Elle peut également se propager par des relations sexuelles vaginales, anales ou orales non protégées, ainsi que pendant la grossesse et l'accouchement (11).

## Hépatite C, grossesse et allaitement

L'hépatite C peut être transmise de la mère au bébé pendant la grossesse et la naissance et peut provoquer des anomalies congénitales et des mortinaissances. Les mères peuvent allaiter tant que leurs mamelons ne sont pas fissurés ou ne saignent pas.

## Dépistage de l'hépatite C

Vous ne pouvez pas déterminer si vous avez l'hépatite C en fonction des symptômes que vous ressentez. Des tests sanguins sont nécessaires pour déterminer si vous avez l'hépatite C (14).

## Traitement de l'hépatite C

Les médicaments antiviraux peuvent guérir l'hépatite C et sont généralement pris sous forme de pilules (12).

## Signes et symptômes de l'hépatite C

Certaines personnes ne présentent aucun symptôme et peuvent avoir contracté l'hépatite C sans le savoir. D'autres connaissent :



fièvre



peau ou yeux jaunâtres



fatigue



urine foncée



manque d'appétit



perte de poids (11).

# L'ENSEIGNEMENT EN QUATRE DIRECTIONS DE L'ÂÎNÉE ROSEANN SUR LES INFECTIONS TRANSMISSIBLES SEXUELLEMENT ET PAR LE SANG

La roue de la médecine est un outil précieux et je pense que tout en fait partie. Dans cet exercice, je vais utiliser la roue de la médecine pour illustrer l'évolution des ITSS dans le corps humain. Comme toute maladie, elles ont un début et une fin.

À la **porte nord** (blanche) : la **quatrième phase** est consacrée à la guérison et à l'autogestion de la santé, et c'est là qu'intervient l'éducation.

À la **porte de l'ouest** (noire) : la **troisième phase** est caractérisée par des symptômes importants et nécessite une aide professionnelle. Un suivi est nécessaire et des médicaments sont administrés.



À la **porte de l'est** (jaune) : nous avons une maladie qui commence par un grain. Elle connaît une période d'incubation avant de passer à la phase suivante. Pendant ce temps, elle n'est pas visible, ou elle peut passer pour un simple malaise.

À la **porte sud** (rouge) : la **phase secondaire** est celle où les gens commencent à ressentir les symptômes d'une infection et c'est parfois à ce stade qu'une personne doit consulter un professionnel.

**Il existe de nombreuses ITSS et notre peuple doit en être conscient et pratiquer des pratiques sexuelles sûres. Le mot clé est PROTECTION.**



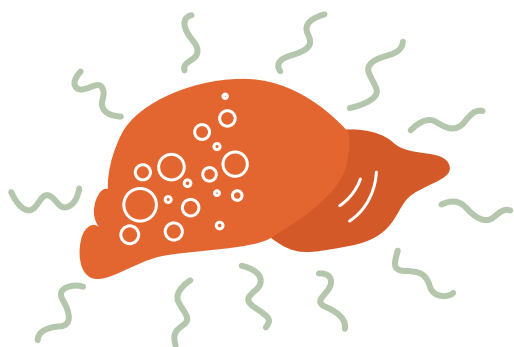
L'ainée Roseann Martin est née à Listuguj, au Québec, le 2 septembre 1952, elle est la fille de Howard Metallic et Rebecca Wysote. Roseann est une survivante des pensionnats et une grand-mère et une aînée mi'gmaq; elle est gardienne du calumet, gardienne de tambour et protectrice de l'eau et aime partager ses enseignements. Le parcours de Roseann n'a pas été sans traumatismes, colère et consommation de substances. Cependant, grâce à sa force et à sa résilience, elle a pu surmonter les obstacles et compte plus de 25 ans de sobriété et de guérison. Roseann partage volontiers son histoire afin que les générations futures puissent entamer le processus de guérison. Roseann siège au conseil d'administration de l'Association des femmes autochtones du Québec et travaille également à l'Association des femmes autochtones du Canada.

# QUESTIONNAIRE 1 : HÉPATITE C



## VRAI OU FAUX

1. L'hépatite C est rare.  VRAI  FAUX
2. Le foie est la partie du corps la plus touchée par l'hépatite C.  VRAI  FAUX
3. Le premier symptôme de l'hépatite C est une forte fièvre.  VRAI  FAUX
4. On peut contracter l'hépatite C par des relations sexuelles.  VRAI  FAUX
5. Se faire tatouer ou percer peut vous mettre à risque de contracter l'hépatite C.  VRAI  FAUX
6. Un vaccin peut prévenir l'hépatite C.  VRAI  FAUX
7. L'hépatite C peut être traitée avec des médicaments.  VRAI  FAUX
8. Une fois que vous avez été traité pour l'hépatite C, vous ne pouvez pas l'attraper à nouveau.  VRAI  FAUX



# QUESTIONNAIRE 2 : VIRUS DE L'IMMUNODÉFICIENCE HUMAINE



REPLISSEZ L'ENCADRÉ EN SÉLECTIONNANT LA BONNE RÉPONSE.

1. Le VIH est transmis lorsque  d'une personne infectée entre en contact avec le sang ou la muqueuse d'une personne saine.
- A) les vêtements ou la peau  
B) le sang ou d'autres fluides corporels  
C) de la drogue ou de l'alcool  
D) le sang ou les cheveux
- 
2. Le VIH est .
- A) un virus qui attaque le système immunitaire  
B) un virus transmissible sexuellement  
C) le virus qui cause le SIDA  
D) toutes les réponses ci-dessus
- 
3. Les consommateurs de drogue risquent d'être infectés par le VIH .
- A) uniquement lorsqu'ils s'injectent de la drogue  
B) parce que les drogues peuvent affecter la prise de décision  
C) lorsqu'ils partagent du matériel d'injection de drogues  
D) B et C
- 
4. Le VIH détruit certaines cellules de l'organisme, appelées CD4+, qui sont importantes pour .
- A) envoyer des messages au cerveau  
B) lutter contre les germes et les maladies  
C) empêcher les dépendances  
D) conserver la mémoire
- 
5. La consommation de drogues non injectables est la cause de/du  , qui est plus susceptible de conduire à des comportements à risque et une augmentation des chances de contracter le VIH.
- A) mauvais jugement  
B) l'altération de l'esprit critique  
C) partage de fluides provenant d'aiguilles  
D) A et B



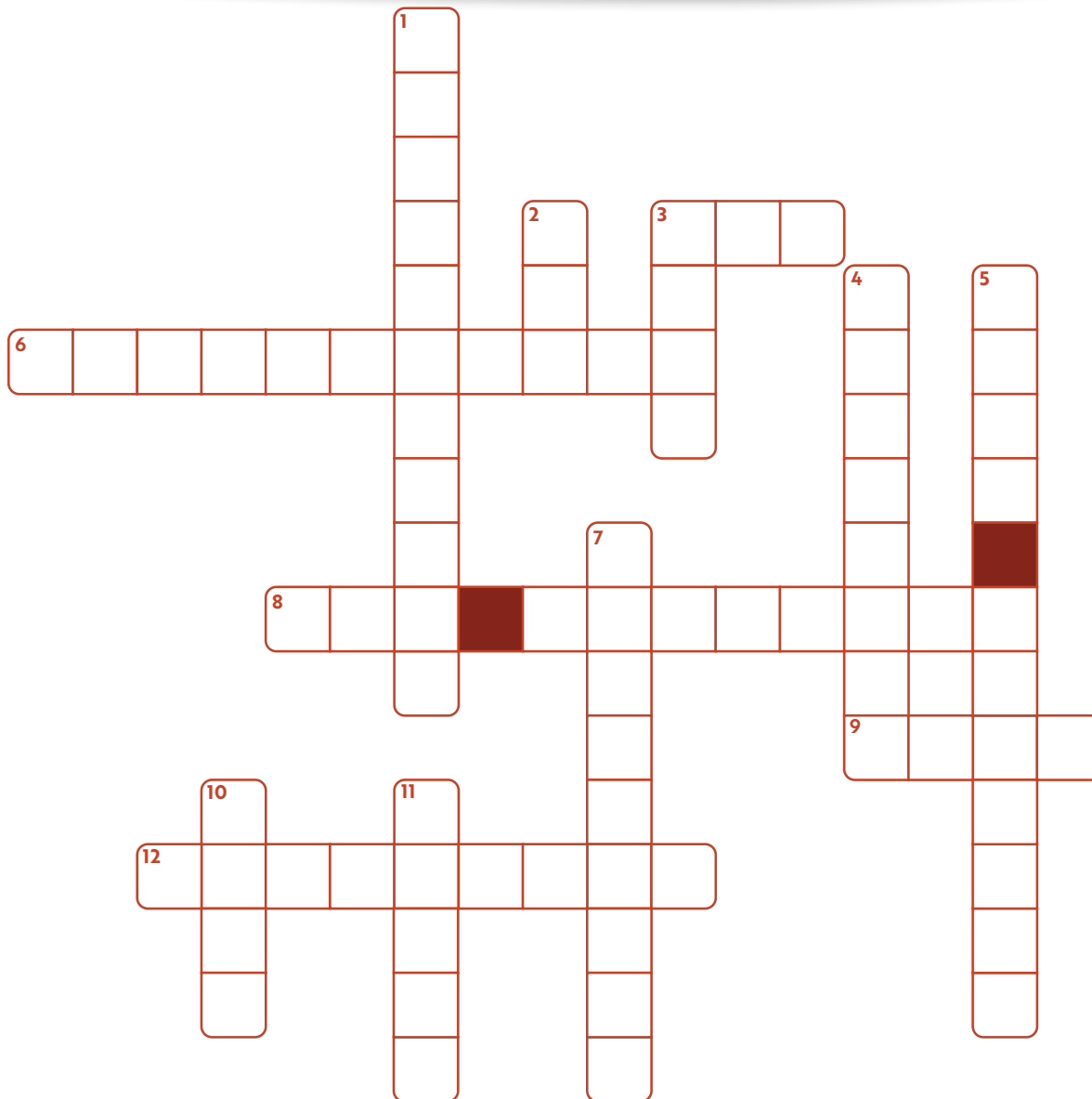
# MOTS CACHÉS VIH, VHC ET ITSS

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

## Recherchez les mots soulignés suivants :

- L'hépatite C est une infection qui affecte le foie
- Le VIH attaque le système immunitaire de l'organisme, affaiblissant sa capacité à combattre les maladies et les affections (1).
- Les ITSS peuvent se propager lors de rapports sexuels non protégés, par contact avec du sang, par l'injection de drogues avec des aiguilles contaminées et de la mère au bébé pendant la grossesse et parfois l'allaitement
- I = I signifie Indétectable = Intransmissible
- Vous pouvez vous protéger contre les ITSS en pratiquant des relations sexuelles protégées (en utilisant des préservatifs et des dignes dentaires), en utilisant de nouvelles aiguilles chaque fois que vous vous injectez de la drogue et en ne partageant pas votre matériel d'hygiène personnelle comme les rasoirs et les brosses à dents
- La prophylaxie pré-exposition ou PrEP, est un médicament que vous pouvez prendre quotidiennement pour vous protéger du VIH avant l'exposition
- La prophylaxie post-exposition ou PPE, est un médicament que vous pouvez prendre quotidiennement pour vous protéger du VIH après l'exposition
- L'hépatite C est guérissable avec des médicaments

# MOT CROISÉ VIH ET SIDA



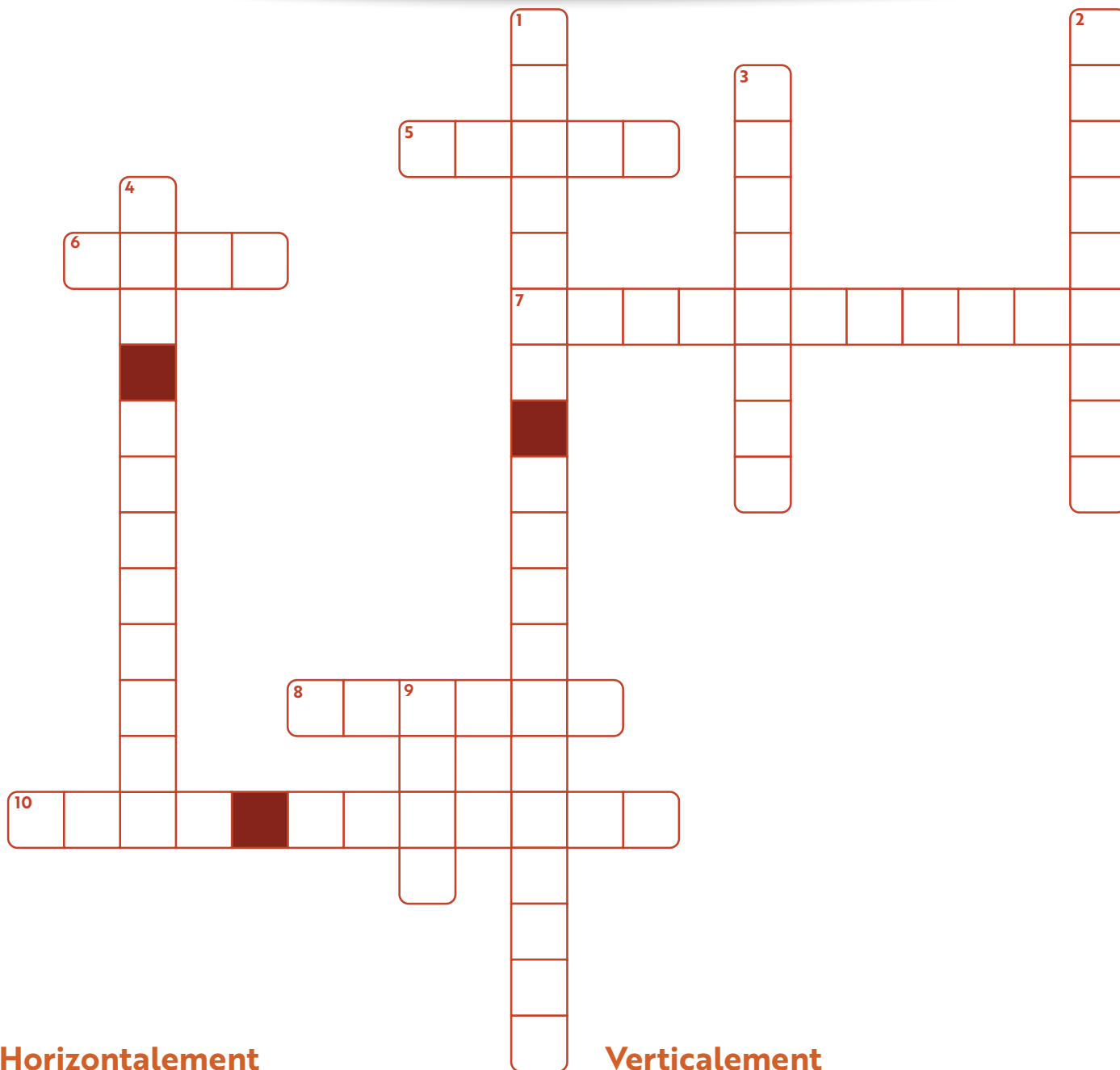
## Horizontalement

3. Médicaments pour prévenir le VIH APRÈS une éventuelle exposition
6. Le VIH attaque le système \_\_\_\_\_
8. Les rapports sexuels \_\_\_\_\_ vous exposent au risque de contracter le VIH (*deux mots*)
9. Le VIH peut se propager par ce fluide
12. Le partage de celles-ci vous met à risque de contracter le VIH

## Verticalement

1. Le VIH peut également être transmis de la mère au bébé pendant l'\_\_\_\_\_
2. Acronyme pour indétectable = intransmissible
3. Médicaments pour prévenir le VIH qui sont pris AVANT une éventuelle exposition au VIH
4. Les rapports sexuels \_\_\_\_\_ réduisent vos risques de contracter le VIH
5. La seule façon de savoir si vous avez le VIH (*deux mots*)
7. Le VIH peut être transmis de la mère au bébé pendant la \_\_\_\_\_
10. Sans traitement approprié contre le VIH, l'infection progressera pour devenir le \_\_\_\_\_
11. Le VIH est un \_\_\_\_\_

# MOT CROISÉ VHC/HÉPATITE C



## Horizontalement

5. L'hépatite C est un \_\_\_\_\_
6. L'hépatite C attaque le \_\_\_\_\_
7. Avec un traitement et des soins appropriés, l'hépatite C est \_\_\_\_\_
8. Ne partagez pas cet article d'hygiène personnelle pour réduire le risque de contracter l'hépatite C
10. La seule façon de savoir si vous avez l'hépatite C (deux mots)

## Verticalement

1. Le principal mode de transmission de l'hépatite C (deux mots)
2. L'hépatite C peut être transmise de la mère au bébé pendant la \_\_\_\_\_
3. Assurez-vous d'utiliser une nouvelle \_\_\_\_\_ lorsque vous vous faites tatouer pour réduire votre risque d'hépatite C
4. Les rapports sexuels \_\_\_\_\_ vous exposent au risque de contracter l'hépatite C (deux mots)
9. Vous devez entrer en contact avec du \_\_\_\_\_ pour contracter l'hépatite C



## GROSSESSE

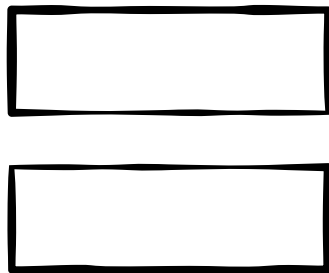
Les infections transmissibles sexuellement et par le sang (ITSS) peuvent avoir un impact sur votre grossesse et sur la santé de votre bébé. Faites-vous tester et traiter pour les ITSS afin de réduire vos risques!





## ALLAITEMENT

Certaines infections transmissibles sexuellement et par le sang (ITSS) peuvent être transmises à votre bébé par le lait maternel. Faites-vous tester et traiter pour les ITSS afin de réduire les risques pour votre bébé.



## INDÉTECTABLE = INTRANSMISSIBLE (I=I)

La prise régulière de médicaments anti-VIH peut réduire les copies du VIH dans votre sang à un niveau **i**ndélectable. Lorsque le VIH est **i**ndélectable, il n'est pas possible de transmettre le virus à quelqu'un d'autre (**i**ntransmissible).

# Dépistage



## DÉPISTAGE

Un traitement des infections transmises sexuellement et par le sang (ITSS) ne peut avoir lieu que si vous savez que vous êtes atteint de ces infections. Connaissez votre état de santé, faites-vous tester aujourd'hui!

# NOTRE CORPS, NOTRE ESPRIT, NOTRE POUVOIR



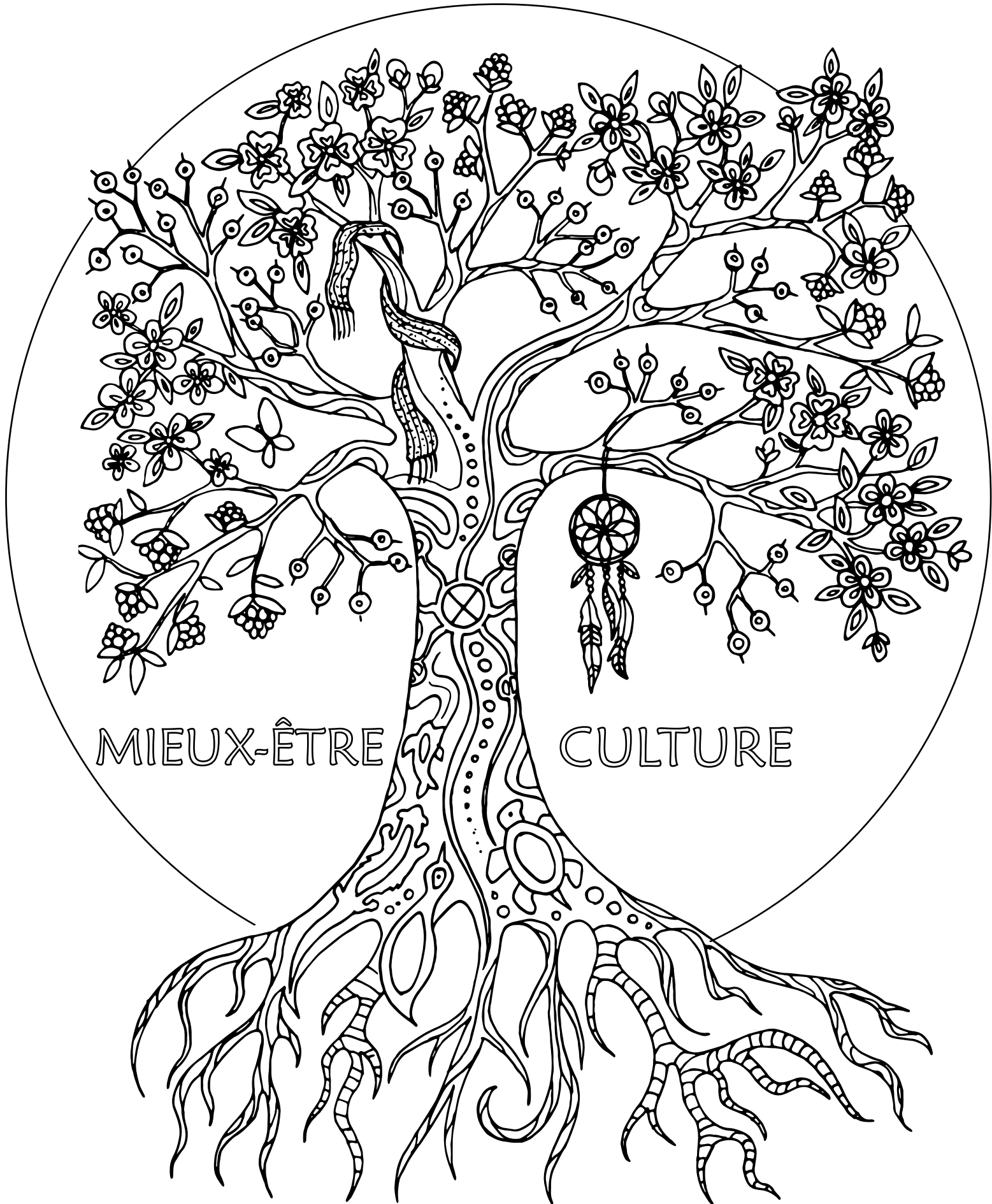
## PRÉVENTION

Adopter des pratiques sexuelles prudentes, comme l'utilisation de préservatifs et de digues dentaires permet de réduire les risques d'infections sexuellement transmissibles et par le sang (ITSS). Utilisez de nouvelles seringues chaque fois que vous vous injectez de la drogue, ne partagez pas les aiguilles, le matériel de tatouage, les bijoux ou les produits d'hygiène personnelle.



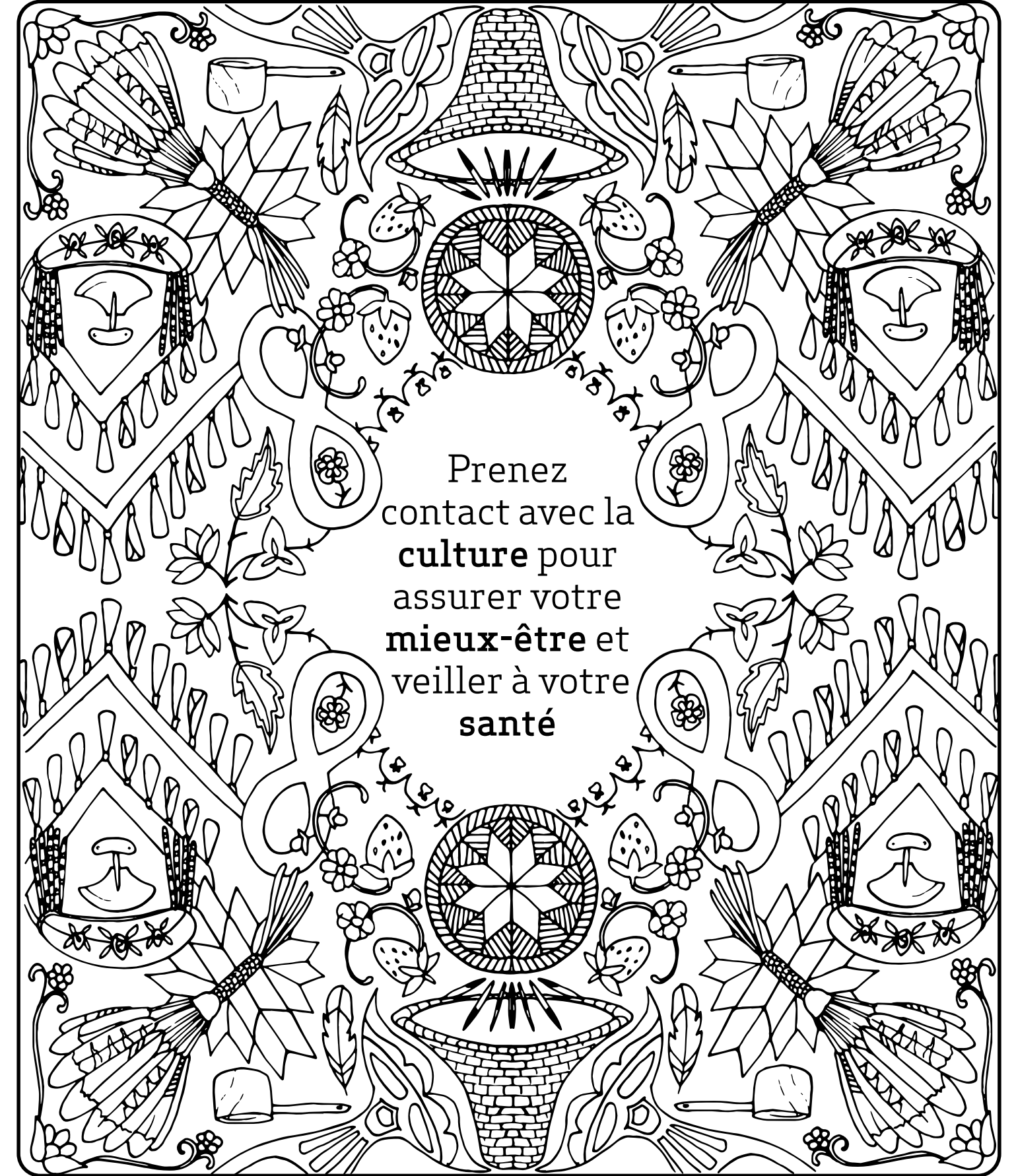
## CONSENTEMENT

La meilleure façon de s'assurer que chaque personne est à l'aise avec une activité sexuelle, c'est d'en parler. Si ce n'est pas clair, ce n'est PAS un consentement.



MIEUX-ÊTRE

CULTURE



Prenez  
contact avec la  
**culture** pour  
assurer votre  
**mieux-être** et  
veiller à votre  
**santé**

# RÉPONSES

## Questionnaire : Hépatite C Vrai ou faux

- Faux** : L'hépatite C est l'infection à transmission par le sang la plus courante
- Vrai** : « Hépatite » signifie inflammation du foie. Le rôle du foie est de nettoyer le sang, d'aider à digérer les graisses, de stocker et de libérer le sucre et de fabriquer des protéines de la coagulation sanguine.
- Faux** : L'hépatite C ne présente généralement aucun symptôme. Si elle n'est pas diagnostiquée, il peut s'écouler jusqu'à 30 ans avant que des signes graves de dommages au foie ne se manifestent.
- Vrai** : La contamination de l'hépatite C lors de rapports sexuels n'est pas courante, mais il y a toujours une chance
- Vrai** : Si vous vous faites faire un tatouage ou un perçage corporel, choisissez un établissement qui utilise exclusivement des articles à usage unique comme des gants, des aiguilles et des pots d'encre. Assurez-vous que vous ne partagez pas votre matériel de tatouage, vos accessoires de perçage corporel et vos bijoux, ainsi que des articles d'hygiène personnelle comme des brosses à dents et des rasoirs.
- Faux** : Il existe un vaccin pour les hépatites A et B, mais pas pour l'hépatite C.
- Vrai** : Il existe un traitement contre l'hépatite C. Vous devriez vous faire tester et en parler à votre médecin. Le traitement de l'hépatite C dépendra du temps écoulé depuis que vous avez contracté la maladie
- Faux** : Vous pouvez être infecté à nouveau par l'hépatite C même après un traitement réussi.

## Mot croisé VIH et SIDA

### Horizontalement

- PPE
- Immunitaire
- Non protégés
- Sang
- Aiguilles

### Verticalement

- Allaitement
- I=I
- PrEP
- Protégés
- Test sanguin
- Grossesse
- SIDA
- Virus

## Questionnaire : VIH, SIDA

- B** : Le VIH se transmet lorsque le sang ou les liquides corporels d'une personne infectée entrent en contact avec le sang ou la muqueuse d'une personne saine.
- D** : Le VIH est un virus transmis sexuellement qui attaque le système immunitaire et provoque le sida.
- D** : Les consommateurs de drogue sont susceptibles d'infection par le VIH lorsqu'ils partagent du matériel d'injection de drogue et aussi parce que la drogue affecte la façon dont les gens prennent leurs décisions.
- B** : Les cellules CD4+ font partie du système immunitaire de l'organisme qui combat les maladies et les germes. Sans elles, les personnes séropositives sont plus vulnérables aux infections et aux maladies.
- D** : Les consommateurs de drogues non injectables font souvent preuve de mauvais jugement et d'une mauvaise capacité de réflexion, ce qui entraîne souvent des comportements à risque qui peuvent augmenter le risque de contracter le VIH.

## Mot croisé VHC/HÉPATITE C

### Horizontalement

- Virus
- Foie
- Guérissable
- Rasoir
- Test sanguin

### Verticalement

- Partage d'aiguilles
- Grossesse
- Aiguille
- Non protégés
- Sang



## Mots cachés VIH, VHC ET ITSS

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

# RÉFÉRENCES

- (1) CATIE. L'essentiel du VIH [internet]. Accessible à partir de : <https://www.catie.ca/fr/essentiel/vih-et-sida>
- (2) Gouvernement du Canada. Le VIH au Canada : Les points saillants de la surveillance pour 2018 [internet] 2018. Accessible à partir de : <https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/publications/maladies-et-affections/vih-points-saillants-surveillance-2018.html>
- (3) Société canadienne du SIDA Dépistage du VIH [internet]. 2016. Accessible à partir de : <https://www.cdnaids.ca/fr/le-depistage-du-vih/>
- (4) Agence de la santé publique du Canada. Chlamydia [internet] Gouvernement du Canada; 2017. Accessible à partir de : <https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/maladies/chlamydiose.html>
- (5) Gouvernement du Canada. Lignes directrices canadiennes sur les infections transmissibles sexuellement — Prise en charge et traitement d'infections spécifiques — Infections à Chlamydia [internet] 2016. Accessible à partir de : <https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/maladies-infectieuses/sante-sexuelle-infections-transmissibles-sexuellement/lignes-directrices-canadiennes/infections-transmissibles-sexuellement/lignes-directrices-canadiennes-infections-transmissibles-sexuellement-30.html>
- (6) Agence de la santé publique du Canada. Feuillet d'information : Le syphilis [internet] Gouvernement du Canada; 2019. Accessible à partir de : <https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/publications/maladies-et-affections/feuillet-information-syphilis.html>
- (7) Gouvernement du Canada. La chlamydie, la gonorrhée et la syphilis infectieuse au Canada 2017 [internet]. 2017. Accessible à partir de : <https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/publications/maladies-et-affections/infections-transmissibles-sexuellement-canada-2017-infographie.html>
- (8) Santé publique Ontario. Gonorrhée [internet] Accessible à partir de : <https://www.publichealthontario.ca/fr/diseases-and-conditions/infectious-diseases/sexually-transmitted-infections/gonorrhea>
- (9) Santé sexuelle Ontario. Syphilis [internet] Santé publique Ontario; accessible à partir de : <https://sexualhealthontario.ca/fr/syphilis>
- (10) Centre de collaboration national des maladies infectieuses. Points saillants : La syphilis [internet] 2019. Accessible à partir de : <https://ccnmi.ca/debrief/la-syphilis/>
- (11) Gouvernement du Canada. Hépatite C [internet] Accessible à partir de : <https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/maladies/hepatite-c.html>
- (12) Agence de la santé publique du Canada. Hépatite C au Canada [internet] 2018. Accessible à partir de : <https://www.canada.ca/content/dam/phac-aspc/documents/services/reports-publications/canada-communicable-disease-report-ccdr/monthly-issue/2018-44/issue-7-8-july-5-2018/ccdrv44i0708a07-eng.pdf>
- (13) Society for Maternal-Fetal Medicine (SMFM), Hughes BL, Page CM, Kuller JA. Hepatitis C in pregnancy: Screening, treatment, and management. Contemp OBGYN [internet]. 10 mai 2018 [cité le 12 février 2020];64. Accessible à partir de : <https://www.contemporaryobgyn.net/article/hepatitis-c-pregnancy-screening-treatment-and-management>
- (14) CATIE. Hépatite C : Un guide détaillé [internet] Accessible à partir de : <https://www.catie.ca/fr/guides-pratiques/hepatitec-detaille/qu-hepatite-c/intro-lhepatite-c>

# MERCI

Ce guide est dédié aux femmes et aux filles autochtones incarcérées et aux personnes de diverses identités de genre partout sur l'île de la Tortue. Nous tenons également à remercier toutes les femmes puissantes qui ont participé à notre projet. De celles qui ont participé aux premiers cercles de partage à celles qui ont assisté à notre cours de trois jours consacré au Chemin Rouge, vos connaissances, vos expériences et vos perspectives ont guidé le développement de tous nos travaux, y compris, mais sans s'y limiter, ce guide d'activités. Nous vous remercions pour votre travail, vos contributions, votre force et votre résistance : **merci!**

**Haw'aa!**

**Miigwetch!**

**Qujannamiik!**

**Wel'alin!**

**Nakurmiik!**

**Thank You**

En toute sincérité, l'équipe du  
Chemin Rouge

Merci





Native Women's  
Association of Canada



L'Association des  
femmes autochtones  
du Canada



**Suivre**  
**le chemin rouge**