

# Chapit 12

Sa n ap jwenn nan chapit sa a:

<b>Sèks, wòl fanm ak wòl gason .....</b>	<b>182</b>
<b>Kouman moun aprann diferan wòl yo .....</b>	<b>182</b>
<b>Kouman diferan wòl yo ka lakòz pwoblèm .....</b>	<b>182</b>
<b>Kijan diferans sa yo aji sou sante seksyèl moun .....</b>	<b>184</b>
<b>Kwayans nwizib pa rapòta seksyalite fanm .....</b>	<b>184</b>
<b>Ann kontwole sante seksyèl nou .....</b>	<b>186</b>
<b>Fè lanmou ak pwoteksyon pou bon jan sante seksyèl .....</b>	<b>186</b>
<b>Ann travay pou wete danje nan fè sèks .....</b>	<b>190</b>
<b>Plis plezi nan kontak seksyèl .....</b>	<b>192</b>
<b>Ann travay pou chanjman .....</b>	<b>194</b>
<b>Ann chèche chanje move konsepsyon moun genyen sou wòl fanm ak wòl gason .....</b>	<b>194</b>
<b>Ann amelyore sante seksyèl nan kominote a .....</b>	<b>195</b>

## Sante Seksyèl



Kontak seksyèl se yon bagay ki nòmal nan lavi yon moun. Anpil fanm sèvi ak sa pou yo pran plezi yo, pou yo montre lanmou ak atirans yo genyen pou mennaj yo, oubyen tou pou yo fè pitit, lè yo vle.

Men sèks ka lakòz gwo pwoblèm tou, tankou paregzanp gwosès nou pa t swete. Sa ka lakòz yon fanm kontre tou ak yon seri pwoblèm ki ka mete sante l an danje, tankou Maladi Seksyèlman Transmisib yo (MST yo), oubyen ankò deranjman li ka sibi nan kò l tankou nan lespri l, lè yon malandren fè kadejak sou li.

Pou yon fanm pwoteje tèt li kont pwoblèm MST yo, fòk li gen kontwòl sou lavi seksyèl li. Pou yon fanm gen kontwòl sa a, fòk li ka:

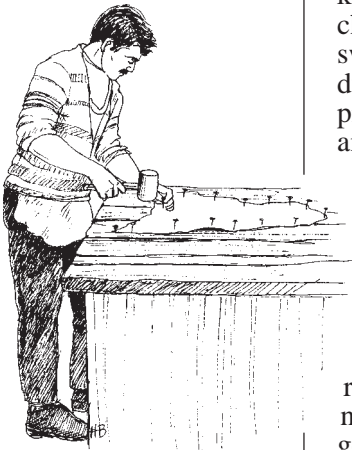
- chwazi ki gason ki ap monte sou kabann li.
- negosye ki lè ak kijan l ap fè lanmou.
- deside si l vle ansent epi ki lè.
- pwoteje tèt li kont VIH/SIDA ak lòt MST yo.
- Pa janm viktim vyolans seksyèl, pa janm fòse gen kontak seksyèl.

Se lè yon fanm gen kontwòl sa a, nou ka di li gen bon jan sante seksyèl. Men nan anpil kominote, move kwayans k ap sikile sou tout sa k konsène fanm, pa ede medam yo travay pou yo gen bon jan sante seksyèl. Chapit sa a bay enfòmasyon ak konsèy ki ka ede medam yo twoke kòn yo ak vye kwayans sa yo, pou yo ka rive gen kontwòl sou lavi seksyèl yo toutbon.

*Inyorans ak laperèz,  
nan sa k gen rapò ak  
kò nou, egziste depi  
dikdantan.*

*- Wakhaka, Meksik*

## Sèks, wòl fanm ak wòl gason



Tout moun vin sou latè, oubyen ak yon kò fanm, oubyen ak yon kò gason. Se diferans ant 2 fòm kò sa yo ki pèmèt nou konnen ki moun ki fanm, ki moun ki gason. Se sa yo rele **sèks** moun nan. Tout moun rete ak menm sèks sa a, depi yo soti nan vant manman yo, jiskaske yo antre anba tè.

Lè y ap pale de **wòl yon moun dapre sèks li**, yo vle pale de wòl sosyete a bay yon moun, swa paske l pote non fanm, swa paske l pote non gason. Chak kominote vle pou medam yo panse, reyaji epi aji tèl fason, jis poutèt se fanm yo ye. Chak kominote vle pou gason panse, reyaji epi aji tèl lòt fason, paske se gason yo ye. Nan pi fò kominote, paregzanp, fanm dwe kwit manje, chèche dlo, chèche mwayen limen dife, pran swen timoun, pran swen mari. Gason yo menm dwe soti al travay, fè lajan, pou okipe madam, pitit, grann ak granpapa. Yo dwe defann fanmi an tou lè gen danje.



Kontrèman a diferans ki egziste ant kò fanm ak kò gason, wòl espesyal fanm ak wòl espesyal gason se envansyon sosyete a. Si kèk aktivite tankou aktivite kwit manje ak aktivite okipe timoun se travay fanm, nan anpil kominote, nan yon lòt kominote se pou gason. Sa soti nan tradisyon, lalwa ak relijyon ki egziste nan chak kominote. Nan menm kominote a, wòl espesyal fanm ak wòl espesyal gason ka pa menm pou tout moun. Sa chita sou edikasyon, ras oubyen laj moun nan. Paregzanp, nan kèk kominote, fanm ki soti nan tèl ras dwe fè travay nan kay, alòske fanm ki soti nan yon lòt ras gen dwa deside fè sa yo vle.

### KIJAN DIFERANS ANT WÒL FANM AK WÒL GASON ANTRE NAN TÈT MOUN

Yon jenerasyon ale, yon jenerasyon vini, se paran ki foute diferans sa yo nan tèt timoun. Depi timoun yo tou piti, paran yo pa ba ti fi ak ti gason menm tretman - pafwa, san yo pa menm konnen. Timoun toujou suiv paran yo. Yo wè ki konpòtman papa yo genyen, ki konpòtman manman yo genyen. Yo remake kijan youn trete lòt epi yo wè ki wòl chak gwoup moun sa yo genyen nan kominote a.

Depi y ap grandi, ti fi tankou ti gason dakò pou yo gen konpòtman paran yo vle a. Yo pa vle dezobeyi paran yo ki se otorite nan kay la. Konsa, depi lakay, chak timoun aprann konnen ki sa l ye, epi ki konpòtman li dwe genyen. Konsa, menm jan timoun yo aprann konnen pwòp non yo, se menm jan an diferans ant wòl fanm ak wòl gason antre nan tèt yo - ki sa sa vle di, lè yon moun se fanm oubyen lè yon moun se gason.

Depi lemond ap chanje, diferans ant wòl gason ak wòl fi ap chanje tou. Anpil jenn fanm ak jenn gason derefize viv menm jan ak paran yo. Men pafwa, chanjman an pa fasil pou yo, paske fanmi yo ak sosyete a vle pou yo kontinye suiv ansyen "prensip" yo. Si medam yo goumen pou fanm ka chwazi wòl yo dwe genyen, y ap jwenn posiblite pou yo gen plis kontwòl sou tout sa ki ka garanti sante seksyèl yo.

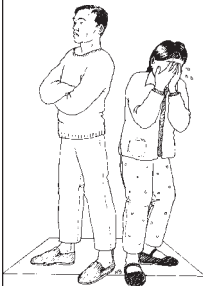
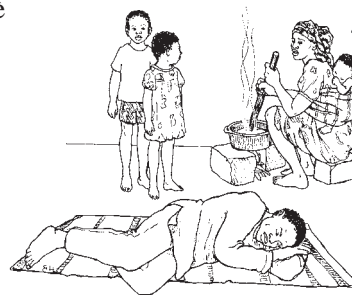
## KOUMAN DIFERANS WÒL YO KA LAKÒZ PWOBLÈM

Yon fanm ka satisfè epi li ka santi l jwenn plas li nan kominote a, lè l ranpli tout wòl yo rezève pou li. Men wòl sa yo ka anpeche fanm nan fè yon bann aktivite epi chwazi sa l vle chwazi. Akòz wòl sa yo tou, yon fanm ka santi l gen mwens enpòtans pase gason. Lè sa rive, tout moun - fanm nan, fanmi li tankou kominote a - souffri.



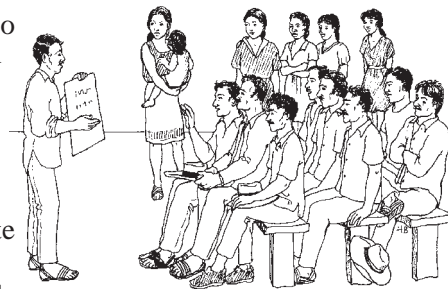
Wòl pi fò kominote rezève pou fanm, se wòl madan marye - manman pitit. Anpil fanm renmen wòl sa a, poutèt sa ba yo anpil satisfaksyon epi sa ba yo valè nan kominote a. Gen lòt fanm ki ta pito okipe pwòp zafè pa yo - oubyen, yo ta renmen fè kèk pitit sèlman - men ni fanmi yo ni sosyete a pa ba medam sa yo dwa pou yo chwazi. Si kominote a vle pou fanm fè anpil pitit, medam yo ap gen mwens chans pou yo aprann metye oubyen pou y al lekòl. Fanm ap oblije pase tout tan yo, depanse tout enèji yo, pou yo satisfè bezwen lòt moun. Oubyen tou, si yon fanm pa ka fè pitit, kominote a ap ba l mwens valè pase lòt medam yo.

Pi fò kominote bay travay gason plis valè pase travay fanm. Paregzanp, fanm sa a pase tout jounen an nan travay - epi, chak swa, fòk li kwit manje, fòk li lave, fòk li okipe timoun yo. Men kòm travay pa mari a gen plis enpòtans, li vle pou misye byen repoze - li menm, li pa bezwen repo. Se nòmal pou timoun yo panse, lè y ap grandi, travay gason gen plis enpòtans. Konsa tou, y ap toujou ba fanm mwens valè pase gason.



Anpil fwa, sosyete a panse fanm pi rechiya pase gason. Medam yo gen tout libète pou yo kriye, rele, ekspriye emosyon yo devan lòt moun. Men mesye yo aprann gason pa dwe kite moun wè si yo tris oubyen si yo gen sansiblite. Konsa, yo aprann kache santiman yo. Oubyen tou, yo fè santiman yo parèt sou fòm kòlè oubyen vyolans. Sa pi sanble ak gason. Pwoblèm sa a fè timoun yo gen mwens rapò ak papa yo. Epi lè mesye yo gen pwoblèm, yo gen mwens chans pou yo jwenn kout men nan men lòt moun.

Anpil fwa, yo dekouraje fanm pale - oubyen yo anpeche yo patisipe osinon pran lapawòl - nan reyinyon ki fèt nan kominote a. Kidonk, se opinyon gason sèlman kominote a koute - paregzanp, tout moun tande kijan mesye yo konprann yon pwoblèm epi ki solisyon yo wopoze pou pwoblèm sa a. Kòm fanm gen anpil konesans ak eksperyans, se tout kominote a ki pèdi, lè medam yo pa gen dwa ni eseye konprann pwoblèm yo, ni fè pwopozisyon pou gen chanjman.



## Kijan diferans ant wòl fanm ak wòl gason aji sou sante seksyèl moun.



*Lè yon ti gason manyen kòk li, paran yo pa wè sa menm jan ak lè se yon ti fi ki manyen vaje li.*

➤ *Yon fanm pa dwe wont kò l. Kò li se yon bagay pou l chèche konnen, konprann, pou l renmen, epi pou l bay valè.*

## MOVE KWAYANS SOU SEKSYALITE FANM

Nan lide chak kominote gen sou fanm ak sou gason, nou jwenn yon seri kwayans sou seksyalite fanm ak seksyalite gason - sa vle di ki konpòtman yo chak dwe genyen nan kontak seksyèl, epi kijan yo chak dwe wè pwòp kò yo.

N ap jwenn pi ba a eksplikasyon sou kèk move kwayans sou seksyalite fanm. Kwayans sa yo ansanm ak lòt dezagreman ki soti nan diferans sosyete a fè ant wòl fanm ak wòl gason fè medam yo pa gen kontwòl sou lavi seksyèl yo. Rezilta: medam yo vin gen plis chans pou yo rankontre pwoblèm nan sante seksyèl yo.

### Move kwayans: Fanm dwe wont kò yo

Depi timoun sot nan vant, manman ak papa kòmanse fè yo aprann bagay sou kò yo. Yo pa fè sa dirèk dirèk. Men yon tibebe rive aprann leson an trè byen, dapre fason paran yo kenbe l, ak ton yo pran, lè y ap pale avè l.



Depi yon ti fi ap grandi, je l kòmanse ouvri sou kò li. Li vle konnen ki non diferan pati nan kò l genyen, epi poukisa bout anba l (aparèy jenital li) pa fèt menm jan ak bout anba yon ti gason. Men sa ki depaman a sa k ka rive ak yon ti gason, yo toujou kouri dèyè manmzèl paske li twò fouyapòt. Epi yo fè l konnen ti fi byennelve pa poze mòd kesyon sa yo. Si, yon jou, li mete men l nan vaje li, se gwo jouman l ap pran. Y ap fè l konnen se yon bagay ki sal, li ta dwe wont sa – epi fòk li kache bout anba l.

Akòz reyaksyon sa yo, ti fi a aprann li dwe wont kò l. Rezilta: lè l kòmanse fòme (pibète), l ap gen anpil pwoblèm pou l poze kesyon sou transfòmasyon ki ap fèt nan kò l, sou règ oubyen sou fè lanmou. Li ka chaje pwoblèm tou pou l pale ak yon travayè sante, paske li pa menm konn non tout pati nan kò l, epi li pa konn ki kesyon pou l poze. Pi ta, lè l kòmanse antre nan fè lanmou, l ap gen mwens chans pou l konprann kijan kò l ka dous, oubyen tou kijan pou l pwoteje tèt li kont yon gwozès li pa vle osinon kont maladi seksyèlman transmisib yo (MST).

Nou pa gen ankenn rezon pou n wont kò nou. Li pèmèt nou touche lòt moun, li pèmèt nou pran swen lòt moun, li pèmèt nou pran plezi nan lanmou. Se yon bagay pou n chèche konprann, pou n renmen epi pou n bay valè.



**Kwayans nwizib: Kò fanm se pwopyete gason**

Nan anpil kominote, yo konsidere fanm menm jan ak yon tè, oubyen yon kay papa yo oubyen mari yo posede. Lè fanm nan timoun, se byen papa li ye. Se papa a ki pou fè sa l konnen pou l chwazi yon mari pou manmzèl. Kèk fwa menm, papa a vann li kareman - menm jan li ta vann yon tè oubyen yon kay - bay mari a oubyen ba yon patwon. Mesye sa a ki pral marye ak fanm nan vle jwenn byen an "san tach". Fòk lòt gason pa t manyen l. Li vle pou l jwenn li tifi. Apre maryaj la, li santi l gen dwa pou l sèvi ak kò fanm nan, lè lide l di l, pou l pran plezi l. Li menm mari a, li gen dwa kouche ak lòt fanm, men madanm nan pa gen dwa wè lòt nèg.

Kwayans sa yo lakòz gwo danje. Chak demwazèl konnen se lòt moun ki dwe pran tout desizyon enpòtan ki konsène lavi li - kèlkilanswa sa li menm li vle, kèlkilanswa kapasite l genyen pou l ede kominote a. Kòm yo ba vijinite yon pakèt enpòtans, yo gen dwa fòse l marye byen bonè. Oubyen tou li ka oblije sèvi ak move mòd pratik seksyèl, poutèt pou l pa pèdi vijinite l. Paregzanp, li ka decide pran nan dèyè (poutèt pou imèn li - ti po ki bouche vajen an pa dechire). Nan bagay sa a, l ap gen plis chans pou l trape VIH/SIDA ak lòt MST yo. Lè l kòmanse antre nan kontak seksyèl, li ka manke pouvwa pou l pale ak mari l sou nesosite planin familyal oubyen sou nesosite pou l pwoteje tèt li kont MST yo.

Men moun sila yo ki di kò fanm rele gason chèmèt chèmètchèrès manti kou chen! Kò yon fanm rele l chèmèt chèmètchèrès. Se li menm sèl ki gen dwa decide kijan, ki lè epi ki moun l ap kite manyen kò sa a.

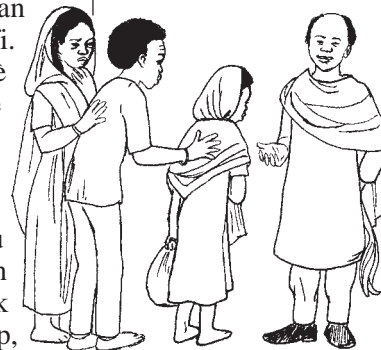
**Move kwayans: Fanm anvè fè lanmou mwens pase gason**

Gen anpil fwa, yo aprann medam yo youn nan djòb yo genyen, se pou yo kouche ak mari yo. Chanje wòl ki nwizib epi kwayans ki nwizib sou seksyalite fanm.

Yon lòt fwa ankò, mòd kwayans sa yo aji sou sante seksyèl yon fanm. Dabò, yon fanm ki kwè l pa dwe reflechi sou kontak seksyèl p ap janm pare pou l chèche pwoteje tèt li. L ap gen mwens chans pou l jwenn enfòmasyon sou planin familyal, pou l konn kijan l ka jwenn kapòt epi kijan pou l sèvi avè yo. Menm si l rive jwenn enfòmasyon sa yo, l ap gen anpil pwoblèm pou l chita pale davans ak mari li sou kesyon sa yo. Si manmzèl ka pale sou kesyon sa yo, mari a gen dwa panse l deja konn gen eksperyans seksyèl, konsa, se yon fanm ki deja "pouri".

Depi fanm nan kòmanse antre nan fè lanmou, l ap pi vit kite mari a decide ki mòd lanmou y ap fè. Mari a ap ka pran tout kalte desizyon. Paregzanp: ki lè epi kijan y ap fè sèks, èske y ap chèche pwoteksyon kont gwoès ak MST yo. An menm tan tou, se mari a sèl ki pou decide si, wi ou non, l ap kouche ak lòt fanm. Konsa, fanm nan ap gen plis chans pou l trape MST.

Men fè lanmou se yon bagay ki nòmal nan lavi yon moun. Yon fanm ka anvè kouche menm jan ak yon gason. Li ka jwenn plezi nan sa menm jan ak yon gason.



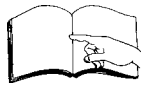
*Gen kèk paran ki marye pitit fi yo depi lè yo timoun. Konsa, mari yo ap jwenn yo tifi kanmèm. Sa ka lakòz gwo pwoblèm sante pou ti fi sa yo, ansanm ak pou timoun y ap gen pou yo fè (gade nan paj 59).*

*Jis ki kote mwen dwe kite l rive? M renmen l, men m pè. M pa konn ki sa l ap panse.*



## Ann mete kontwòl sou pwòp sante seksyèl nou

➤ *L ap pi bon si medam yo tou jwenn sèvis planin famiyal ak sèvis prevansyon ak laswenyay pou MST nan klinik kote yo konn al pran lòt swen yo.*

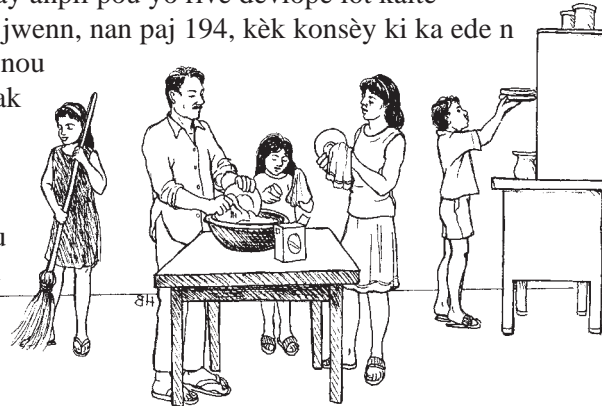


MST yo, 261  
VIH/SIDA, 283

➤ *Lè n pwoteje tèt nou pandan n ap fè lanmou, sa kapab sove lavi nou.*

Pou n fè sante seksyèl nou vin pi anfòm, fòk nou:

- **Pa pran twòp chans pou n pa ansent san n pa vle, epi fòk nou pwoteje tèt nou kont MST yo.** Konsa, fòk fanm rive jwenn enfòmasyon sou metòd planin famiyal yo, epi sou jan pou yo pa trape VIH/SIDA ak lòt MST yo (metòd ak pratik ki met plis sekirite nan kontak seksyèl yo). Se medam yo tou ki dwe deside ki lè y ap sèvi ak metòd sa yo. Pou n jwenn plis enfòmasyon sou planin famiyal ak fason pou n chwazi yon metòd ki pi bon pou nou, gade nan chapit sou “Planin Famiyal” la. Pou n jwenn enfòmasyon sou plis pwoteksyon nan kontak seksyèl yo, gade nan pati k ap vini an.
- **Pran plis plezi nan fè lanmou.** Fòk youn pa chèche plezi nan sa ki ka mete lòt la an danje. Pou n jwenn plis enfòmasyon sou plezi moun ka jwenn nan fè lanmou, gade nan paj 192.
- **chanje wòl ki nwizib epi kwayans ki nwizib sou seksyalite fanm.** Yon mòd chanjman konsa ap pran tan, paske fanm ak gason dwe travay anpil pou yo rive devlope lòt kalte relasyon. N ap jwenn, nan paj 194, kèk konsèy ki ka ede n konprann kijan nou menm ansanm ak kominote a ka travay pou n chanje konsepsyon nou genyen sou wòl fanm ak wòl gason.



## FÈ LANMOU AK PWOTEKSYON POU BON JAN SANTE SEKSYÈL.

Lontan, pi gwo danje moun te konn jwenn nan fè lanmou, se te danje pou fanm nan ranmase yon gwoès san l pa vle. Jounen jodi a, se VIH/SIDA ak lòt MST yo ki vin tounen pi gwo pwoblèm sante seksyèl.

Se mikwòb ki sot nan kò yon moun ki antre nan kò yon lòt, ki lakòz MST yo. Sa rive lè 2 moun yo ap fè lanmou. Gen yon premye kategori mikwòb ki lakòz kèk MST tankou bouton sou kòk ak vajen, tankou maladi èpès. Mikwòb sa yo bay lòt kalte MST. Yon fanm ka trape yon enfeksyon, lè mikwòb yo pase nan kòl matris la pou yo antre nan matris la, oubyen lè mikwòb yo fofile antre nan ti blese ki sou po fanm nan - sitou nan vajen, twou dèyè, oubyen bouch li. Yon gason ka trape enfeksyon sa yo, lè mikwòb yo antre nan kò li - sitou nan pwent kòk li, twou dèyè l ak bouch li.

Kòm se nan kontak seksyèl moun trape MST, se lè yon fanm evite kontak ak kòk, semans ak san yon gason ki enfekte, l ap gen plis chans pou l pa trape yon MST. Yo rele sa “fè lanmou ak pwotèj”.

## Ki lè yon fanm dwe pwoteje tèt li piplis lè li pral fè lanmou

**Tout moun dwe pwoteje tèt yo toutan, lè y ap antre nan kontak seksyèl.** Nan zafè sèks, fanm ka gen plizyè kalte relasyon. Gen kèk fanm ki viv ak yon sèl gason ki pa twonpe yo, lavi diran. Gen kèk lòt fanm ki gen dwa pa pran 2 gason alafwa, men ki, pandan lavi yo, pase plizyè nèg. Gen lòt tou ki viv ak plizyè menaj (epi menaj sa yo gen dwa gen plizyè fanm) an menm tan. Sa vle di tout fanm pa gen menm valè chans pou yo trape MST.

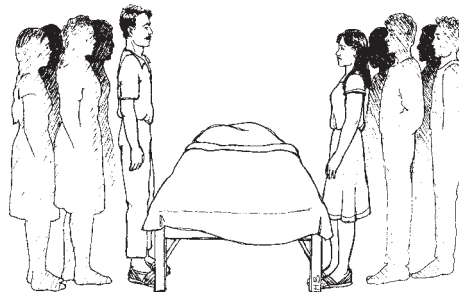
Gen anpil fanm ki kwè yo pa gen ankenn chans pou yo trape yon MST, lè yo gen yon sèl menaj.

Lè w gen yon enfeksyon, gen dwa se youn nan ansyen mennaj ou yo ki ba ou l oubyen youn nan lòt fanm ki te konn kouche ak menaj ou genyen kounye a.

Opinyon sa a kòrèk sèlman si fanm nan ak menaj la kwè toutbon ni youn ni lòt pa deja gen yon MST, epi ni youn ni lòt pa nan anyen ak lòt moun.

Pifò fanm pa ka kwè sa vre, akòz:

- yon moun ka gen yon MST san l pa konnen. Si ansyen mennaj yon fanm - oubyen lòt medam ki te konn kouche ak menaj l gen kounye a - te gen yon MST, fanm nan ak menaj la kapab byen gen MST sa a tou.
- yo pa ka konnen toutbon si menaj yo pa gen lòt fanm. Si yon lòt fanm ki konn kouche ak menaj ou gen yon MST, ou menm tou, ou ka trape MST sa a.



*Yon ansyen menaj ou, oubyen yon ansyen menaj menaj ou, kapab enfekte w.*

### ***Istwa manzè Fatima a: Tout fanm dwe pwoteje tèt yo***

Fatima ap viv nan yon bouk ki rele Bèlen - manmzèl prèt pou l trepase anba maladi SIDA. Lè l te gen 17 an, li te marye ak yon misye ki te rele Wilson. Kanmarad sa a te pèdi lavi l nan yon aksidan ki te fèt nan yon koperativ kote l t ap travay. Fatima te oblije kite ti pitit li a ak paran Wilson yo pou l al chèche travay lavil. Lè l touche, li te konn voye ti kòb ba moun yo. Travay la te rès anpil, epi manmzèl te santi l lage pou kont li.

Fatima te kouri tounen Bèlen, lè l te pran nouvell gouvènman an t ap konstwi yon wout nan zòn nan. Li te chèche yon djòb kwit manje pou travayè ki t ap fè wout la. Konsa, li te gen chans pou l rete viv nan peyi l. Se la tou, manmzèl te vin rankontre ak Emanyèl. Misye te bèl gason, li te gen kòb nan pòch li epi li te konn dòlote pitit fi Fatima a, lè l parèt nan kay la, chak apremidi lè l fin travay. Lè eskwad travay la te blije pouse pou pi devan, Emanuèl te pwomèt pou l retounen vin jwenn Fatima.

Misye te retounen vre, men, chak fwa, li pa t janm rete twò lontan. Epi li te vin jwenn yon djòb chofè. Konsa, li te konn pase plis tan nan vwayaj. Fatima te konn panse Emanyèl kapab byen gen lòt fanm, men misye te sèmante sèl fanm li genyen, se Fatima. Mesyedam yo te fè yon pitit gason. Men pitit sa a te fèt touswit, li te konn malad toutan jiskaske, sou yon lane, li mouri. Yon ti tan apre, Fatima kòmanse santi kò l pa bon. Enfimyè ki nan sant sante a ba manmzèl divès kalte remèd, men sa pa bay ankenn rezilta. Finalman, Fatima desann lavil pou l al lopital. Se apre tèl li fè lopital yo manmzèl aprann se Sida l genyen. Lè l mande doktè a dekiprevyen, derespektan an reponn li: “Ou pa t dwe plede kouche ak yon bann nèg.” Fatima pa t janm panse l te ka trape VIH/SIDA - pandan tout vi li, se ak 2 nèg sèlman li rive fè lanmou! Pou manmzèl se sèl bouzen ak masisi lavil ki te konn trape maladi SIDA.



2 moun ki pwoteje tèt yo lè y ap fè lanmou se 2 moun ki mete baryè pou bare wout mikwòb ki ka soti nan kò youn pou antre nan kò lòt (**metòd ki bay plis pwoteksyon**), epi se 2 moun ki fè bagay ki bay yo mwens chans pou yo enfekte ak yon MST (**pratik ki gen mwens danje**).

➤ *Plis ou sèvi ak kapòt oubyen plis ou evite kontak seksyèl nan vajen oubyen nan twou dèyè san kapòt, se mwens w ap gen chans pou w trape SIDA.*

### Metòd ki bay plis pwoteksyon

Kapòt gason ak kapòt fanm pwoteje nou kont VIH/SIDA ak lòt MST. Si n sèvi avè yo kòm sa dwa, y ap anpeche kòk gason ak semans gason touche ak vajen nou. Kapòt ka pwoteje n tou kont gwosès nou pat vle. Pou n jwenn plis enfòmasyon sou jan yo sèvi ak kapòt, gade nan paj 202.

Kapòt gason ki fèt ak latèks (kawotchou)



Kapòt fanm



Nòt: Nou jwenn pwoteksyon tou kont gonore ak klamidya, lè n sèvi ak espèmisid - sibstans chimik ki touye espèm (jèm gason) - san dyafram oubyen avèk dyafram.



### Pou w ankouraje mari w sèvi ak kapòt:

*Si l di ...*



*eseye di l ...*

*Nou pa p jwenn menm dousè a.*

*Gen dwa gen kèk diferans, men l ap toujou dous plis. Vini, kite m montre w..*

*Ou va dire piplis, konsa la pidous pou nou.*

*Mwen pa gen ankenn maladi.*

*Mwen menm tou, m pa kwè m malad. Men youn nan nou ka malad, san n pa konnen.*

*M te kwè ou deja ap fè planin.*

*M vle sèvi ak kapòt kanmèm. Youn nan nou kapab byen te trape yon enfeksyon depi lontan, san l pa konnen*

*Oke! N ap fè l fwa sa a sèlman san kapòt.*

*Yon sèl fwa kont pou moun ranmase yon MST oubyen VIH/SIDA. Epi, m poko pare pou m fè pitit.*

*Kapòt se pou bouzen. Pouki sa w vle pou n sèvi ak kapòt?*

*Kapòt la pou tout moun ki vle pwoteje tèt yo.*

Fè tout sa w kapab, pou lanmou an ka dous ni pou wou, ni pou mari w, lè n sèvi ak kapòt. Konsa, w ap pi vit ka fè l mete kapòt, chak fwa n ap fè lanmou.

## Pratik ki gen mwens danje

Pratik seksyèl ki pèmèt nou gen mwens kontak ak semans gason fè VIH ak jèm lòt MST yo gen mwens chans pou yo gaye kò yo. Nan tèks nou ankadre pi ba a, n ap wè ki kalte pratik ki gen mwens danje pase lòt. Kontak seksyèl kote kòk gason an antre nan vajen fanm nan (fè bagay) se pratik seksyèl nou rankontre pi souvan. Anpil gason ak anpil fanm k ap viv ansanm konn fè sa. Men gen gason ak fanm ki dous kò yo ak pawòl youn di lòt, epi ak karès (ak men) youn fè pou lòt. Si mesye a pa vle sèvi ak kapòt, fòk ou eseye fè l rete nan pratik ki gen mwens danje yo. Li ka jwenn menm dousè a ladan yo. Epi ou menm, w ap evite kèk malè pandye sou tèt ou.

Chèche pwoteje tèt nou pi byen nan kontak seksyèl yo:

- *Sèvi chak fwa ak yon kapòt ki fèt ak latèks (kawotchou).*
- *Ranplase pratik k ap mete n an danje yo avèk karès ak bo.*
- *Si n pa ka sèvi ak kapòt, sèvi ak espèmisid san dyafram oubyen ak dyafram.*

### Kèk mòd kontak ki gen mwens danje pase lòt

**Bo.** Bo bouch nan bouch pa gen danje, menm si bouch nou louvri, menm si nou pran l a n g . Men si ou menm oubyen patnè a gen yon ti blese nan bouch, fòk nou tann li geri.



Pa gen danje

**Karès (ak men).** Pa janm gen danje nan karès ak men, depi ni youn, ni lòt pa gen san, l i k i d oubyen ti blese nan vajen, nan kòk oubyen nan men.



Pa gen danje

**Ti bèf.** Gen mwens danje lontan nan ti bèf pase nan fè bagay oubyen nan kontak seksyèl nan twou dèyè. Men plis ou kite semans gason an nan bouch ou pandan mwens tan, se plis l ap pi bon. Alòs, si nèg la voye nan bouch ou, fòk ou vale semans nan oubyen fòk ou krache l touswit. Rense bouch ou apre sa. Si, 2 jou konsa apre w te fin fè tibèf, gòj ou fè w mal, al fè yon travayè lasante gade l pou ou. Ou ka trape gonore nan gòj oubyen èpès nan bouch. Meyè fason pou w fè ti bèf san danje, se mete pou w fè menaj ou mete yon kapòt anvan w mete kòk li nan bouch ou.



Gen mwens danje ak kapòt



Gen mwens danje ak kapòt

**Fè bagay.** Fè bagay gen plis danje pase ti bèf, men mwens danje pase kontak seksyèl nan twou dèyè (sodomi). Toujou sèvi ak kapòt, pou w anpeche semans nèg la tonbe nan vajen ou. Si w pa kapab, fè nèg la prese retire kòk li anvan l voye. Konsa, malgre danje pou w ranmase yon SIDA oubyen yon gwoès ap toujou la, ap kanmèm gen mwens danje, paske mwens semans ap tonbe nan kò w.

**Kontak seksyèl nan twou dèyè (sodomi).** Gen anpil anpil danje nan sodomi, paske po ki nan twou dèyè a blese pi fasil pase po ki andedan vajen ou. Si ou menm ak menaj ou ap fè bagay sa a, li enpòtan pou n sèvi ak kapòt, epi pou w mouye twou dèyè w anvan. Pa janm kite nèg la foure kòk li san lave nan vajen ou, apre yon kontak seksyèl nan twou dèyè. Si se pa sa, ou ka trape enfeksyon.



Gen mwens danje ak kapòt

**Evite “lanmou chèch”.** Gen kèk zòn sou latè kote moun pi renmen fè lanmou lè vajan fanm nan sèch nèt. Sa konn fè kèk medam mete fèy oubyen poud nan vajan yo anvan yo antre nan kontak seksyèl. Pafwa tou, yo konn lave tout andedan vajan an pou l ka ret sèch. Men si vajan an (oubyen twou dèyè a) sèch oubyen irite, l ap blese pi fasil pandan kontak seksyèl yo. Konsa, fanm nan ka pi vit trape enfeksyon. Vajan ou ap mouye pou kont li, si w sispann sèvi ak poud, fèy oubyen lavaj, epi si wou menm ak menaj ou pase plis tan ap karese. Oubyen tou, ou ka sèvi ak krache, espèm sid oubyen librifyan pou vajan an ka glise. Konsa, ou pa p blese pandan kontak seksyèl yo. **Pa itilize lwil oubyen pomad ki fèt ak petwòl** (lwil ak grès machin, paregzanp). Pwodui sa yo ka lakòz kapòt yo chire.



## ANN TRAVAY POU WETE DANJE NAN SÈKS

Fòk chak moun reflechi sou mwayen ki ka pèmèt nou jwenn plis pwoteksyon nan kontak seksyèl yo, menm si li menm, li panse l pa an danje. Si w panse mari w ap kore w nan volonte w genyen pou wete danje nan sèks, w ap travay yon jan. Si w panse misye pa p vle kolabore, w ap travay yon lòt fason.

Si menaj ou vle kolabore, l ap pi bon pou w pale avè l kareman sou MST yo ki se danje pou lasante. Men, sa pa p toujou fasil! Pi fò medam yo kwè - se sa yo aprann - li pa “nòmàl” pou yon fanm pale de fè lanmou - sitou ak mari li oubyen ak lòt gason. Konsa, medam yo manke eksperyans nan domèn nan. Yon gason ka pale ak zanmi l san pwoblèm sou kesyon sa yo. Men, li p ap alèz ditou pou l pale pawòl konsa ak madanm li. Men kèk konsèy:

**Kòmmanse fè pratik ak yon zanmi.** Se tankou yon pyès teyat. Zanmi an ranplase mari w. Di l tout sa w ta renmen di mari w sou kesyon sa yo. Eseye gade tout sa mari w ta ka reponn epi fè pratik pou chak posiblite yo. Fòk ou pa bliye tou misye ka ennève, lè w vin sou pawòl konsa avè l. Konsa, fòk ou eseye mete l alèz.

**Pale ak mari w. Fòk ou pa tann moman kote mari w avè l pral fè lanmou, pou w pale avè l.** Chwazi yon moman kote nou san pwoblèm epi kote pèsonn p ap deranje n. Si nou te fè yon kanpe sou fè lanmou apre yon akouchman, paregzanp, eseye pale avè l anvan n rekòmmanse. Si ou menm ak mari w pa p viv nan menm kay oubyen si youn nan nou blije vwayaje souvan, eksplike l davans kijan sante seksyèl moun menase, lè patnè yo kouche ak lòt moun.

**Chèche jwenn tout enfòmasyon sou danje ki genyen nan move mòd kontak seksyèl, sou metòd ki bay plis pwoteksyon ak pratik ki gen mwens danje.** Si mari w pa gen anpil enfòmasyon sou MST yo, si l pa konn kijan maladi sa yo gaye, si l pa konnen kijan dega maladi sa yo fè sou moun dire lontan, li ka pa konprann danje reyèl ki egziste nan move mòd kontak seksyèl yo. Si w bay misye enfòmasyon oubyen si w ankouraje l pale ak yon travayè sante sou sa, ou ka rive fè l konprann nesosite pou moun wete danje nan fè lanmou.



➤ *Travay ak kominote w pou aprann medam yo kisa kapòt ye epi kijan pou yo sèvi avè yo. Sa va ride nou tout akseptè sèvi ak kapòt.*

Si w panse mari w p ap vle kolabore avè w pou n wete danje nan fè lanmou, fòk ou fè tèt ou travay plis pou w ka jwenn bon rezilta.

**Negosye pou w genyen plis pwoteksyon nan kontak seksyèl yo**

**Sonje kijan w konn machande, lè w ap achte.** Nan sitiyasyon sa yo, ou dwe konn ki sa w ap chwazi epi fòk ou pale ak machann nan yon fason pou w ka jwenn sa w vle a. Kòmanse poze tèt ou kesyon sa yo: ki sa egzakteman m vle mari m chanje nan sa k konsène kontak seksyèl yo? Pou ankouraje misye fè sa, èske m gen yon bagay m ka ofri l'?



**Se sou kesyon sekirite a pou w chita.** Lè w vin sou pawòl pwoteksyon an ak mari w, misye ka fè kòm si se konfyans ou pa fè l. Lè sa a, fòk ou di l kesyon n ap debat la se pa yon pwoblèm konfyans, se yon kesyon sekirite. Pase yon moun kapab byen gen yon MST san l pa konnen, puiske se pa nan kontak seksyèl sèlman moun trape VIH/SIDA, li difisil pou yon moun - kit se gason, kit se fanm - konnen toutbon si l pa enfekte. Konsa, li toujou bon pou madanm ak mouche pwoteje tèt yo plis, menm si ni youn ni lòt pa nan anyen ak lòt moun.



Men si ou menm oubyen mari w te konn kouche oubyen ap kouche ak lòt moun, nou ka gen pwoblèm pou n vin sou kesyon sa a. Si mari w ap kouche ak lòt fanm, fòk ou pa sèvi ak kesyon pwoteksyon an pou w fè l peye sa. Eseye di l aklè poukisa w gen laperèz epi ki konpòtman nou pral genyen. Si l refize sispann kouche ak lòt fanm, mande l pou l sèvi ak kapòt, lè l ap fè lanmou, kit se avè w, kit se ak nenpòt ki lòt fanm.

**Pran egzanp lòt moun.** Petèt, si mari w konn lòt moun ki pwoteje tèt yo, lè y ap fè lanmou, li ka jwenn ankourajman pou l fè menm jan tou.

**Chèche èd, si sa nesèsè.** Si w pè kòlè oubyen zak vyolans mari w ka fè lè w vin sou pawòl sa a avè l, ou gen dwa mande yon lòt moun pou l ede w pale ak misye. Chèche èd nan men yon moun ou fè konfyans.

*Frè mwen an di se ak kapòt li sèvi toutan, kounye a.*



**Si misye derefize chanje**

Si mari w derefize kite move abitud nan sa k konsène konpòtman seksyèl li, fòk ou konnen ki sa w ap fè. Ou gen dwa deside sispann kouche avè l, ou gen dwa chèche pwoteje tèt ou pou kont ou - ak kapòt fanm oubyen ak dyafram ansanm ak espèmisid (gade nan paj 204, 205, 206) - oubyen tou ou gen dwa pran desizyon pou w kite misye.

**Kontamine ak SIDA**

**Nou kite**



*Men sa pou w mete nan balans lan, si mari w derefize kite move abitud, nan sa k konsène konpòtman seksyèl li.*

➤ *Fanm tankou gason ka anvè fè lanmou. Fanm tankou gason ka kontwole anvè sa a.*

➤ *Fòk youn pa chèche plezi nan sa k mete lòt la an danje.*

## ANN PRAN PLIS PLEZI NAN FÈ LANMOU

Li nòmral pou fanm tankou gason anvè fè lanmou ak moun yo renmen. Lè youn konnen ki kalte pawòl dous oubyen karès lòt la renmen, yo tou 2 ap jwenn plezi nan kontak seksyèl yo.

Si youn fanm pa jwenn plezi nan kontak seksyèl, ka gen anpil rezon ki eksplike sa. Menaj li ka pa konprann kò fanm ak kò gason pa reyaji menm jan an, lè yo jwenn karès. Oubyen tou fanm nan ka kwè - se sa yo te aprann li - fanm dwe jwenn mwens plezi pase gason nan kontak seksyèl yo, oubyen tou fanm pa dwe di menaj yo ki kalite karès yo vle. Lè youn fanm rive konprann fanm gen kapasite ansanm ak dwa pou l pran plezil menmjan ak gason, l ap ka jwenn plis plezi nan fè lanmou. Men fòk li konnen anpil fwa, mòd chanjman sa yo pa fèt bridsoukou.

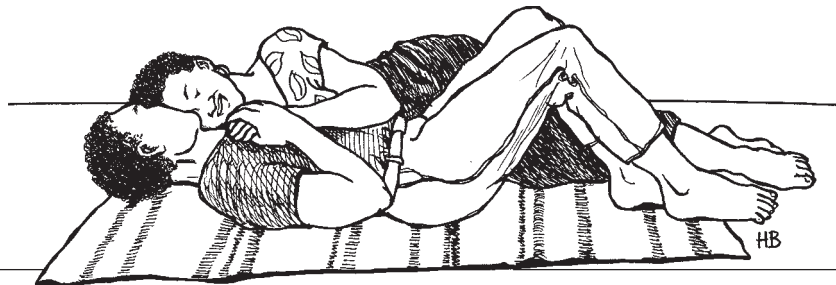


### Kijan kò nou reyaji, lè n ap pran plezi n

Fanm tankou gason konn anvè fè lanmou, men karès ak lide lanmou pa fè kò yo reyaji menm jan. Lè lide sa yo ap pase nan tèt youn moun - kit se fanm, kit se gason - oubyen lè moun nan jwenn karès, li santi l eksite. Plis lide ak plis karès fè eksitasyon an vin pi wo. Si se youn gason, ou ka wè sa fasilman, paske kòk li vin rèd. Lè plezi a rive nan dènyè bout li, kòk la voye youn likid ki plen jèm (espèmatozoyid). Yo rele sa ejakilasyon oubyen yo di: “nèg la voye”. Apre sa, kòk la vin mou.

Lè se youn fanm, eksitasyon an mache nan kò l tou, men ou mal pou wè sa. Klitoris la (langèt la) vin rèd (li ka anfle tou) epi lè yo (“pòt” vajen an) ansanm ak andedan vajen an vin sansib anpil. Plis lide ak plis karès fè eksitasyon an monte jouk li rive nan dènye bout li. Lè sa a, fanm nan voye. Li gen ògasm. Se karès nan klitoris ki pi konn fè sa rive. Kèk fwa, youn fanm pran plis tan pase youn gason pou l rive voye. Men lè sa rive, enèji ak tansyon ki nan kò a soti deyò, fanm nan santi l byen, li dous nan tout kò l.

Prèske tout fanm gen kapasite pou yo voye, men se sèlman youn lè konsa, anpil fanm fè eksperyans sa a, alòske anpil lòt pa janm konn sa yo rele plezi. Si youn fanm vle, li ka chèche fè eksperyans plezi lan, oubyen lè l karese kò l pou kont li, oubyen lè l fè menaj li konnen ki karès ki fè l dous. Misye kapab byen kontan tou, lè l reyisi satisfè fanm li renmen an.

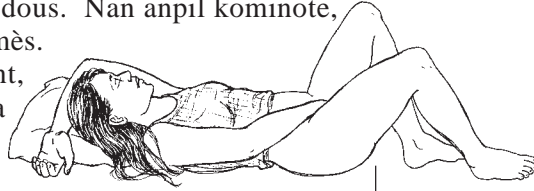




## Lè yon moun karese kò l pou kont li (mastibasyon)

Yon fanm gen dwa karese kò l yon fason pou l pran plezi l. Se yon bon teknik ki ka ede fanm nan konn kò l pi byen. Epi sa ka pèmèt li konnen ki kalte karès ki fè l dous. Nan anpil kominote, yo konsidere mastibasyon kòm move mès.

Se sa k fè moun konn santi yo wont, pafwa, lè yo fè sa. Men an reyalyite, pa gen danje nan mastibasyon. Epi ou pa gen anyen w ap pèdi nan kapasite seksyèl ou, lè w fè sa.



## Lè yon moun pa anvi kouche

Gen anpil bagay - nan eksperyans n ap fè, chak jou, nan lavi a - ki ka ajì sou kapasite yon fanm oubyen kapasite yon gason genyen pou l anvi fè lanmou. Fanm tankou gason gen dwa pi sou sa, lè yo santi tout bagay anfòm - paregzanp, lè yo fèk jwenn yon mennaj oubyen yon bon djòb. Men, ou gen dwa pa sou sa, lè w:

- gen tèt chaje swa paske w gen twòp travay pou w fè, swa paske w nan grangou, swa paske w malad oubyen paske w fè k sot akouche yon ti bebe.
- ap viv ak yon nèg ou pa renmen.
- pè pou kèk jouda pa wè oubyen tande lè w ap fè lanmou.
- pè pou w pa ansent oubyen pou w pa trape yon MST.

Lè yon fanm pa sou sa, li mal pou l mouye. Li gen dwa oblije mouye vajan li pou kont li - ak krache, paregzanp - pou sa pa fèl mal lè kòk la antre. Lè se yon gason ki pa sou sa, li gen plis pwoblèm pou l bande (enpisan). Sa ka fè l wont anpil, epi, li ka gen plis pwoblèm ankò pou l bande, lè l ap rekòmanse fè lanmou.

Si ou menm oubyen mari w tonbe nan pwoblèm sa a, se pou youn eseye konprann lòt. Se pou n pale sou sa. Se pou n chwazi moman kote nou tou 2 anvi, pou n fè lanmou. Epi, se pou n fè bagay ki ka mete nou tou de sou sa.

➤ *Si yon fanm viktim anba zak kadejak, oubyen si l te reziyen l fè lanmou anba presyon, li ka pran tan - oubyen tou li ka bezwen pale ak yon moun li fè konfyans oubyen ak yon travayè sante ki espesyalize nan sante mantal - anvan l rekòmanse anvi fè lanmou.*

## Doulè nan fè lanmou

Moun pa dwe santi ankenn doulè, lè y ap fè lanmou. An jeneral, si w santi doulè, lè w ap fè lanmou, sa vle di gen yon bagay ki pa nòmal. Yon fanm gen doulè, lè:

- nèg la antre anndan l twò bonè, anvan li menm li pare pou sa, oubyen anvan l gen tan byen mouye.
- li santi l koupab oubyen wont, oubyen tou lè l pa vrèman vle fè lanmou.
- li gen yon enfeksyon oubyen yon timè nan vajan oubyen anba ti vant (gade nan paj 356).
- klitoris li koupe (eksizyon) (gade nan paj 463).

**Atansyon!** *Si w santi doulè lè w ap fè lanmou apre yon akouchman, yon fos kouch oubyen yon avòtman, ou gen dwa gen yon move enfeksyon. Kouri al wè yon travayè sante, san pèdi tan.*



## Ann travay pou chanjman

### ANN CHÈCHE CHANJE MOVE KONSEPSYON MOUN GENYEN SOU WÒL FANM AK WÒL GASON

Travay pou chanje move konsepsyon moun genyen sou wòl fanm ak wòl gason se yon travay ki ap pran tan. Lide sou wòl fanm ak gason se de lide ki antre fon anpil nan lespri yon kominote. Men piti piti, fanm ak gason ka aprann jwe lòt wòl, sitou si yo konprann kijan wòl sa yo ap ede jenn tifi ak fanm viv pi an sante epi pwodwi plis.

Premye travay nou gen pou n fè, se ede pou n ede kominote a konprann konsepsyon sa yo:

- Se pou n ede moun yo konprann ki sa ki rele “konsepsyon sou wòl fanm ak wòl gason” epi kijan paran yo, tradisyon kominote a, radyo, televizyon ak jounal travay pou foure konsepsyon sa yo nan tèt moun.
- Se pou n brase lide ansanm ak moun yo pou n wè ki wòl espesyal sosyete a bay fanm, ki wòl espesyal sosyete a ba gason. Apre sa, se pou n chèche tout sa k pa bon ladan yo, sa vle di tout sa ki merite chanje.
- Se pou n batè ansanm ak moun yo yon plan batay ki ka pèmèt nou

#### Itilizasyon pawòl ki gen rapò ak sèks

Moun ka rive konprann kijan kwayans yo genyen sou sèks soti nan konsepsyon yo genyen sou wòl fanm ak wòl gason, lè yo dekouvri kijan lide fanm ak lide gason depaman, nan sa k konsène sèks. Aktivite sa a ap ede fanm ak gason aprann kijan pou yo pale, san yo pa santi yo jennen, sou fè lanmou. Sa ap ede yo reflechi tou sou diferans ki egziste, nan domèn seksyalite, ant lide fanm ak lide gason.

1. Chire plizyè ti moso papye. Nan tèt chak ti moso papye, ekri divès mo ki gen rapò ak sèks: paregzanp, “aparèy (jenital) gason”, “aparèy (jenital) fanm”, “fè lanmou”, “kapòt”, eksetera. Si n vle, nou gen dwa pito sèvi ak desen.
2. Fè ti gwoup 2 moun oubyen twa moun. Bay chak gwoup yon ti moso papye. Ba yo kèk minit pou yo chèche tout mo “byennelve”, tout “gwo” mo, tout mo “doktè” ak tout mo nenpòt moun itilize ki gen menm sans ak mo sou ti moso papye yo. Apre sa, ranmase ti moso papye yo epi pase yo ba lòt gwoup, jouk tout gwoup yo jwenn chans pou yo ajoute mo sou chak lis.
3. Chita ansanm ak tout moun yo pou n reflechi sou mo sa yo. Ki lide yon moun ka genyen, lè w tandè tèl mo? Eske fanm ak gason pa gen menm lide? Ki kalite mo gason plis itilize? Ki kalite mo fanm plis itilize? Si yon fanm sèvi ak mo sa yo, ki sa moun ap panse? Ki sa moun ap panse, lè se gason ki sèvi ak mo sa yo? Pou ki sa? Ki mo ki pi bon pou n itilize nan diferan sitiyasyon? Pouki sa?

*Si yon fanm di “kawoutchou” “bòt kawoutchou”, oubyen menm “kondòm”, moun ap panse se yon vye fanm. Men gason ka sèvi ak mo sa yo san pwoblèm, lè y ap pale ak zanmi yo...*



### Lide nwizib nan medya

Si moun yo rive konprann kijan move lide sou seksyalite fanm ak move konsepsyon sou wòl fanm ak wòl gason antre nan tèt moun, y ap kòmanse reflechi pou gen yon chanjman. Aktivite sa a ap ede moun yo reflechi sou fason radyo, fim sinema, chante alamòd ak reklam ap simaye move lide sou wòl fanm ak wòl gason.

1. Koute kèk chante alamòd yo konn pase nan radyo (si w gen yon radyo kasèt, anrejistre yo) oubyen tou, ou ka fè kèk moun nan gwoup la chante yo (oubyen entèprete yo sou fòm teyat san pawòl). Kite moun yo pran san yo pou yo tande tout mo nan chante sa yo ki konsène fanm ak gason. Kijan yo prezante fanm? Kijan yo prezante gason? Eske chante sa yo ap simaye move lide sou wòl fanm ak wòl gason ak seksyalite fanm? Make chak mesaj sou wòl fanm ak wòl gason gwoup la tande nan chante yo. Reflechi ansanm pou n wè si yo se danje ou byen si yo bon pou fanm.
2. Fè moun yo fè ti gwoup. Bay chak gwoup yon reklam ou pran nan yon revyi oubyen yon jounal oubyen yon foto reklam ki nan gwo pankat yo konn mete bò wout yo (chwazi reklam ki gen foto fanm). Mande chak gwoup pou yo eseye chèche wè tout sa reklam yo di sou wòl fanm ak seksyalite fanm. Aprè sa, mete tout moun ansanm pou n reflechi sou lide ki pase nan chak reklam. Gade pou n wè si lide sa yo se danje oubyen si yo bon pou fanm.
3. Fouye zo nan kalalou pou n wè ki teknik yo itilize nan radyo, nan chante ak nan reklam pou fè lide sa yo pase. Kijan lide sa yo aji sou nou, sou mari nou, sou pitit nou? Eske lide sa yo pwodui pratik ak kwayans ki pa bon pou fanm?
4. Chèche kèk lide sou wòl fanm ak seksyalite nou ta renmen simaye. Men fòk se **lide ki gen enpòtans ak itilite**. Kijan n ta ka fè lide sa yo pase nan reklam ou byen pou nou ekri yon chante oubyen yon ti pyès teyat kote n ap transmèt lide ki itil epi ki bon pou sante fanm. Lè yo fini, fè chak gwoup vin prezante travay li fè a devan tout moun.



### ANN AMELYORE SANTE SEKSYÈL NAN KOMINOTE A

Tout kominote pa gen menm konsepsyon sou wòl fanm ak wòl gason. Menm jan an tou, fanm ak gason pa jwenn menm tèt chaje, lè y ap eseye amelyore sante seksyèl yo. Men yon modèl nou ka pran pou n kòmanse brase lide sou tèt chaje fanm nan kominote a ka rankontre, lè yo vle desitire danje nan kontak seksyèl yo

➤ Pou n travay pou chanjman nan kominote a, li enpòtan pou n chèche konnen tout baryè ki anpeche moun pwoteje tèt yo nan kontak seksyèl yo.

1. Kòmanse rakonte yon istwa tankou, istwa Fatima a (pay 187). Lè n ap pale de Fatima ak Emanyèl, fè kòm si se 2 moun ki ap viv nan kominte a.
2. Lè n fin rakonte istwa a, kòmanse yon deba ak mòd kesyon sa yo: “Poukisa Fatima pa t pwoteje tèt li kont Sida?”, “Eske n panse manmzèl te konnen l ka trape Sida?” “Poukisa l pa t konnen?”
3. Apre gwoup la fin pale sou enpòtans sa genyen pou moun konprann lè gen danje, nou gen dwa pale sou lòt baryè ki anpeche moun pwoteje tèt yo nan kontak seksyèl. Paregzanp: ki pwoblèm mòd fanm tankou Fatima ka rankontre lè yo vle pwoteje tèt yo? Poukisa fanm gen pwoblèm pou yo pale ak mari yo sou nesite pwoteksyon nan kontak seksyèl? Kisa fanm ka fè pou fè mari yo konprann nesite pou moun wete danje nan fè lanmou?
4. Chèche ki sa n ka fè pou n ede tout fanm tankou Fatima ki ap viv nan kominote a. Reflechi pou n wè kijan nou ka dechouke baryè ki anpeche moun nan kominote a pwoteje tèt yo, lè y ap fè lanmou. (Nan paj 280, n ap jwenn kèk teknik ki ka ede n travay ak moun nan kominote a pou n ankouraje yo wete danje nan fè lanmou.) Fini deba a ak yon plan ki ka pèmèt nou fè sante seksyèl nan kominote a vin miyò.