



TCHOVA TCHOVA - HISTÓRIAS DE VIDA: DIÁLOGOS COMUNITÁRIOS
 FERRAMENTA DE GÉNERO PARA A PREVENÇÃO DO HIV E SIDA EM MOÇAMBIQUE

Guião para Facilitação das Sessões



JOHNS HOPKINS BLOOMBERG SCHOOL OF PUBLIC HEALTH
 CENTER FOR COMMUNICATION PROGRAMS

EDIÇÃO ACTUALIZADA, NOVEMBRO 2013



FICHA TÉCNICA

Edição:

Johns Hopkins University - Bloomberg School of Public Health
Center for Communication Programs
Mozambique Field Office

Patrick Devos - Representante no País
Rua Carlos Albers, 107 - Bairro Central - Maputo Moçambique
Tel: +258 21 322300 | +258 21 322301
Fax: +258 21 322303

Supervisão Técnica:

Maria Dirce (Dida) Pinho

Acompanhamento Técnico:

Patrícia Poppe

Identificação de Casos e Redacção:

Felisberto Massingue | Nádia Osman | Mario Marrengula | Delmira Petersburgo | Maria Tanque |
Glória Come | Cristina Cambule

Revisão e edição de texto:

Teresa Noronha

Produção dos Vídeos:

Antonio Forjaz

Desenho gráfico:

LAYOUT, Ideias e Conceitos

Financiamento e apoio:

USAID Moçambique e PEPFAR

Tchova Tchova - Histórias de Vida: Diálogos Comunitários
Ferramenta de Género para a Prevenção e Cuidados do HIV e SIDA em Moçambique

Guião para Facilitação das Sessões

Johns Hopkins Bloomberg School of Public Health
Center for Communication Programs
Maputo, Moçambique - Edição Actualizada Novembro 2013



Agradecimentos

A adaptação da ferramenta de género *Africa Transformation* para Moçambique teve como resultado o desenvolvimento de "*Tchova Tchova - Diálogos Comunitários*" *Ferramenta de Género para a Prevenção do HIV e SIDA*, tendo sido possível graças ao generoso suporte da USAID (United States Agency for International Development) e PEPFAR (President's Emergency Plan for AIDS Prevention) e ao trabalho dos colegas da Missão da USAID em Moçambique.

Os nossos agradecimentos ao apoio local proporcionado pelo Conselho Nacional de Combate à Sida (CNCS), pelos Núcleos Provinciais de Combate à SIDA (NPCS), pelos Directores Provinciais de Saúde e Administradores Distritais nas províncias de Maputo, Nampula, Sofala e Zambézia.

Agradecemos também a contribuição técnica da equipe técnica da JHU na província da **Zambézia**: Felisberto Massingue, Dowyvan Gaspar e Jordão Pereira; em **Sofala**: Maria Tanque Pequenino, Glória Come; e em **Maputo**: Mário Marrengula, Delmira Petersburgo, Cristina Cambule, Amata Kwizera, Maria Dirce Pinho e Patrick Devos, pela incansável busca com vista à identificação dos perfis mais adequados para Moçambique. Não podemos deixar de expressar o nosso agradecimento a António Forjaz e à sua equipe pelo belo trabalho na produção dos perfis.

O nosso reconhecimento a Rosa Said, Maria Elena Figueroa e Emily Holman pela dedicação à pesquisa formativa, que identificou aspectos sensíveis das relações estabelecidas entre homens e mulheres, contribuindo para melhorar as nossas práticas pedagógicas e metodológicas. É de referir a criteriosa coordenação técnica da equipe da JHU/CCP, em Baltimore: Patrícia Poppe, Alice Merritt e Maria Elena Figueroa.

A equipe técnica da JHU agradece a todas as pessoas que, de alguma forma, trabalharam para a adaptação do Tchova Tchova para Moçambique, especialmente aquelas que aceitaram contar as suas histórias para servir de inspiração a outras pessoas e famílias, contribuindo assim para a construção de uma sociedade mais saudável, baseada em relações mais equitativas entre homens e mulheres.

Os nossos mais sinceros agradecimentos a: Madalena Rocha e Gaspar José; Fátima Macamela; Manuel Inácio; Lucretia Kimaro; Augusto Figueredo e Regina Domingos; Mendes Figueiredo e Augusta Luís Valente; Victorino Raul e Julieta Trinta; Martinho de Nascimento e Fátima Vaquinze; António José Mafeca e Elisa Manuel; Hortência Dalufe e Janeiro Ismael Sunde; Aurélia Azar e Ernesto Rungo; Rosita Joaquim e seus respectivos amigos e familiares. Gostaríamos ainda de estender os nossos agradecimentos às lideranças comunitárias que contribuíram para a identificação dos perfis nos bairros de Micajune, Mucororo, Cone, Floresta, Sangua B, Chiquezane, 10º. Bairro, na Zambézia e em Sofala; e do bairro de Mumemo, no distrito de Marracuene - província de Maputo.

Durante a primeira fase de implementação, o Tchova Tchova contou com a inestimável contribuição das seguintes organizações parceiras: **N'weti**, Comunicação e Saúde, na província de Nampula; **World Vision** Moçambique, na província da Zambézia; **Internacional HIV/AIDS Alliance** Moçambique; e das





Organizações de Base Comunitária: **Associação Moçambicana para Apoio à Comunidade - AMAC, Associação Luz na Comunidade, Associação Kulupira e Grupo Comunitário Tchova Tchova - Buzi, na província de Sofala.**

Por fim, a JHU.CCP agradece as organizações que participaram da segunda fase da implementação da Ferramenta, no âmbito da parceria do Projecto PACTO, desenvolvido no Sul de Moçambique ao abrigo da Fundação para o Desenvolvimento da Comunidade:

Maputo Cidade: Associação Hixikanwe, Matsoni, Kindlimuka, Tinhonha, Associação de Mulheres Jovens, IMBA.

Maputo Província: AMUCHEFA, Amigos do GATV, Asmama, Ademuc, Mapungo, Pfuka U Hanya, Hocosida, Vukani, ACIDECO

Gaza Província: Rede Pastoral Lhauleca da Macia, Associação Nfucani, Associação Provincial para apoiar as Populações Rurais e Urbanas de Gaza (APAPURG), Associação ACOSAMUDECO, Associação Juventista Cristã de Desenvolvimento Comunitário (AJCDC), Associação Reencontro, Associação de Desenvolvimento das Comunidades rurais (ADCR), Associação Agrária de Nhancutse, Associação Ntwanano, Rede Pastoral Lhauleca.





ÍNDICE

INTRODUÇÃO	5
PARTE I. CONHECENDO A FERRAMENTA TCHOVA TCHOVA	7
1 - Tchova Tchova - Histórias de Vida	9
2 - O que é o Tchova?	9
3 - O que queremos "Tchovar"?	9
4 - Onde pretendemos chegar?	9
5 - Como vamos Tchovar?	10
6 - Quem pode utilizar a ferramenta Tchova Tchova?	11
7 - Quem faz a facilitação das sessões?	11
8 - Quais são as habilidades dos facilitadores para conduzir as Sessões do Tchova Tchova?	12
9 - Como vamos formar os grupos na comunidade?	13
10 - Como estão estruturadas as Sessões?	14
11 - Como facilitar uma Sessão?	14
12 - Como preparar-se para as Sessões de Tchova Tchova?	16
PARTE II. SESSÕES DE VIDEO E ACTIVIDADES	19
SESSÃO 1: O que os homens e as mulheres podem Fazer	21
SESSÃO 2: Tradição e valores culturais	35
SESSÃO 3: Culpar não ajuda nada!	45
SESSÃO 4: Prolongar a vida com TARV	55
SESSÃO 5: Casais serodiscordantes: conviver com as diferenças	67
SESSÃO 6: Caminhos para ultrapassar a violência no lar	75
SESSÃO 7: Diálogo sobre o futuro entre pais e filhos	87
SESSÃO 8: Comunidade unida na solução dos problemas	95
Referências	108



INTRODUÇÃO

A *ferramenta de género para a Prevenção do HIV e Sida - Tchova Tchova - Histórias de Vida: Diálogos Comunitários* - foi adaptada para Moçambique a partir da metodologia African Transformation, desenvolvida pelo Centro de Programas de Comunicação da Johns Hopkins University - JHU/CCP, durante o Projecto Associate Award - Tchova Tchova (2007-2010).

As **Histórias de Vida** são parte essencial da metodologia do TTHV. Apresentadas em formato de vídeo e escritas, retratam situações reais do quotidiano de pessoas que superaram barreiras de género e outras adversidades nas suas relações e, neste percurso, mudaram crenças e comportamentos. As Histórias servem de base para os **Diálogos Comunitários** - espaço e momento fundamental onde os participantes de TTHV - casais, vizinhos, famílias, mulheres e homens - dialogam abertamente, escutam e partilham as suas opiniões, necessidades, aspirações e projectam em conjunto um futuro diferente e melhor.

A base para a identificação dos temas e perfis foi a experiência prévia da implementação em outros países¹, as informações sobre a epidemia do HIV em Moçambique e a pesquisa formativa², conduzida pela JHU/CCP sobre as dinâmicas de género e aspectos normativos e comportamentais relacionados com o HIV. Todas estas informações permitiram encontrar as razões pelas quais as pessoas se envolvem em comportamentos de risco e, por sua vez entender porque motivos algumas pessoas abandonam tais comportamentos.

Muitas dessas razões, importantes no contexto da prevenção e do atendimento do HIV e SIDA, encontram-se assentes em factores culturais, como é o caso das relações entre homens e mulheres (género).

Na adaptação da ferramenta para Moçambique tomou-se em consideração, para além dos aspectos de género, outros temas relevantes no contexto da prevenção do HIV e do cuidado e tratamento das pessoas vivendo com HIV e SIDA (PVHS). Assim, foram incluídos temas ligados ao uso do preservativo, à adesão ao tratamento anti-retroviral, à culpabilização de PVHS, e à educação sexual dos filhos, bem como sobre casais serodiscordantes.

Cada perfil foi identificado nesta perspectiva e recolhido a partir de relatos reais. Os perfis encontram-se em suporte de vídeo e na forma escrita e são a chave central para os debates realizados em cada Sessão.

Em 2013, no âmbito do Projecto PACTO, a ferramenta sofreu nova adaptação como forma de reduzir o número de sessões, mas sobretudo, melhorar o acesso e a ligação entre a comunidade e os serviços

¹ Ivory Coast, Malawi, Tanzania, Uganda e Zambia.

² Novas Dinâmicas de género para a prevenção do HIV: janelas de oportunidades em Moçambique. Johns Hopkins Bloomberg School of Public Health, Center For Communication Programs. Maputo, Moçambique, 2009.

de saúde e de apoio, contribuindo para maior adesão das comunidades ao TARV, PTV e ao tratamento da Tuberculose e o encaminhamento das vítimas de violência doméstica e sexual.

Dos 10 Perfis que compunham a 1ª versão da Ferramenta, sete (7) deles permanecem na 2ª versão. Os Perfis que compõem as Histórias de Vida são relatos de histórias pessoais de homens, mulheres e casais que evidenciam a forma como superaram algumas barreiras de género e alteraram as suas crenças e comportamentos.

Ao final de cada Sessão são passadas mensagens chave aos participantes, de como podem efectivamente transformar as reflexões sobre as normas sociais e de género, em medidas práticas de promoção da saúde, como forma de estimular uso dos serviços de saúde e dos mecanismos comunitários de apoio à prevenção e ao tratamento do HIV/SIDA e das vítimas de Violência Baseada no Género.

SESSÕES E PERFIS	
1. Introdução ao Programa: O que os Homens podem fazer	Augusto Figueredo e Regina Domingos
2. Tradição e Valores Culturais	Lucretia Kimaro
3. Culpar não Ajuda Nada!	Victorino Raul e Julieta Trinta
4. Prolongar a Vida com TARV	Rosita Joaquim
5. Casais Serodiscordantes: conviver com as diferenças	Aurélia Azar e Ernesto Rungo
6. Caminhos para ultrapassar a Violência no Lar	Martinho de Nascimento & Fátima Vaquinze
7. Diálogo entre pais e filhos sobre o futuro	Mendes Figueiredo e Augusta Luís Valente



PARTE I

Conhecendo a Ferramenta Thova Tchova

1

Tchova Tchova – Histórias de Vida

2

O que é o Tchova?

3

O que queremos “Tchovar”?

4

Onde pretendemos chegar?

5

Como vamos Tchovar?

6

Quem pode utilizar a ferramenta Tchova Tchova?

7

Quem faz a facilitação das sessões?

8

Quais são as habilidades dos facilitadores para conduzir as Sessões do Tchova Tchova?

9

Como vamos formar os grupos na comunidade?

10

Como estão estruturadas as Sessões?

11

Como facilitar uma Sessão?

12

Como preparar-se para as Sessões de Tchova Tchova?



PARTE 1: CONHECENDO A FERRAMENTA TCHOVA TCHOVA

1. Tchova Tchova – Histórias de Vida (TTHV)

A ferramenta de género “*Tchova – Tchova*” – *Histórias de Vida (TTHV)* fornece às mulheres e aos homens os instrumentos e capacidades que promovem a reflexão sobre a forma como as normas de género e papéis sociais influenciam as suas vidas e os colocam em situações de risco de contrair o HIV/SIDA. Também habilita as pessoas a iniciarem um processo de mudança relativamente às normas, crenças e papéis tradicionais, considerados prejudiciais à saúde e às relações mais equilibradas no seio da sociedade em que se encontram inseridos. .

2. O que é o Tchova?

- Carrinho que serve para carregar alimentos, produtos e outros materiais, geralmente empurrado por uma pessoa.
- Empurrar
- Impulsionar
- Colocar em frente
- Colocar energia para mover algo

A acção de Tchovar, reconhecida em todo o país, tem como ideia a **MUDANÇA**, sempre no sentido de melhorar a vida das pessoas.

3. O que queremos “Tchovar”?

A visão do “*Tchova – Tchova*” – *Histórias de Vida* é contribuir para a construção de uma sociedade tolerante na qual, homens e mulheres se respeitem uns aos outros, avaliar e diminuir as desigualdades existentes nas relações entre eles, de modo que ambos possam participar de forma activa na tomada de decisão e numa distribuição equilibrada dos recursos. Para a promoção desta mudança, o TTHV propõe uma série de actividades e debates com vista a estimular o diálogo entre os casais, para melhorar o entendimento, superar conflitos e adversidades, e, desta forma, reduzir a vulnerabilidade de homens e mulheres face ao HIV e SIDA.

Além disso, a adaptação a presente versão revista pretende melhorar a ligação entre as redes de apoio comunitário e as Unidades Sanitárias, contribuir para o acesso das comunidades aos serviços de saúde e, assim, melhor a adesão aos tratamentos TARV, PTV, TB e o suporte às vítimas de violência doméstica..

4. Onde pretendemos chegar?

Os objectivos do “*Tchova – Tchova*” – *Histórias de Vida* são que as pessoas (e grupos de pessoas) que participam nas actividades do TTHV:

- Concordem com a importância de examinar de forma crítica as normas sociais (hábitos, costumes, crenças e condutas) que determinam quais são as tarefas, as responsabilidades e as expectativas de homens e mulheres;
- Reconheçam que certas normas sociais presentes nas relações de género (relações entre homens e mulheres) são prejudiciais ao bem-estar, à saúde e à qualidade de vida das pessoas;
- Reconheçam o impacto de HIV/SIDA nas vidas da família, comunidade e indivíduo e desenvolvam estratégias de prevenção, adesão ao tratamento TARV, e de solidariedade comunitária para redução do estigma;

- Reconheçam e dêem igual valor a diferenças existentes em termos de recursos, interesses e necessidades de homens e mulheres;
- Partilhem, de maneira equilibrada, a tomada de decisão, o poder e os recursos familiares e comunitários;
- Acreditem que podem realizar mudanças individuais, na família, e/ou nas suas comunidades;
- Assumam acções com vista a mudar as normas sociais que prejudicam o bem-estar e a saúde e possam apoiar normas sociais que favoreçam o desenvolvimento das pessoas, das suas famílias e comunidades.

5. Como vamos “Tchovar”?

A metodologia do Tchova Tchova utiliza Técnicas Participativas que visam encorajar os membros da comunidade a intervirem activamente no seu próprio processo de aprendizagem e mudança. Nesse sentido, a o par de facilitadores têm um papel chave no êxito da implementação do TTVH. Ele deve estimular os participantes a usarem as suas próprias experiências e conhecimentos como base para a solução de problemas, a adquirirem novos conhecimentos, habilidades e motivações com vista a alterar determinados aspectos das suas vidas que constituem barreiras para a adopção de medidas preventivas em relação à sua saúde e na relação com seus pares.

O quadro a seguir oferece uma breve descrição das técnicas que são utilizadas com mais frequência a longo das sessões:

SESSÃO	Encontro de 2 horas e 30 minutos feito com os grupos mistos realizado na comunidade ou no bairro com participantes entre os 18 e os 50 anos.
MOSTRAR O VÍDEO “Histórias de Vida”	Actividade central na maioria das sessões do Guião de Facilitação das Sessões. Os vídeos mostram perfis de pessoas que lidam, com êxito, com diferentes questões discutidas em cada uma das sessões. Caso tenha algum problema para Mostrar o Vídeo, use o perfil escrito, contando a história com os seus detalhes, ou peça a alguns dos participantes que leiam e apresentem a história de forma criativa (dramatização, rádio novela, desenho, etc.)
DISCUSSÃO DO VÍDEO	Discussão da história apresentada, através de roteiro de perguntas listadas em cada Sessão. A discussão pode ser em pequenos grupos ou através de Chuva de Ideias no grupo alargado. Para cada sessão, há a indicação se os pequenos grupos devem ser mistos, ou se os participantes devem ser divididos em grupos de homens e mulheres.
CONTRIBUIÇÃO DE IDEIAS OU CHUVA DE IDEIAS	Esta é uma actividade para partilhar ideias que permite que todos os/os membros do grupo expressem as suas ideias sobre um determinado tópico. O objectivo é deixar para que todos possam expressar as suas ideias e percepções sobre o tema, livremente.
DISCUSSÃO EM PEQUENOS GRUPOS	Esta actividade consiste em ter um pequeno grupo de pessoas discutindo sobre um determinado tema ou um roteiro de questões.
DISCUSSÃO NO GRUPO ALARGADO (EM PLENÁRIA)	Geralmente esta actividade é seguida da apresentação das principais discussões dos Pequenos Grupos. O objectivo é deixar que todos os participantes partilhem os diferentes pontos de vista expressos pelos pequenos grupos.
ESTACIONAMENTO DE IDEIAS OU CESTO DE IDEIAS	Este recurso é usado quando surgem no grupo temas que não estão directamente ligados ao tema central da Sessão ou da Actividade, que está a ser realizada. Depois de ouvir com atenção as preocupações dos participantes, quem estiver a facilitar a sessão, deve anotar numa folha visível todas as questões pendentes, que devem ser retomadas, seja no final da Sessão, seja em outra Sessão.

PASSAR A PALAVRA "JOGO DA BOLA"	Recurso através do qual, a equipe de facilitadores pode lançar uma bola de papel ou de material local para um participante. A ideia é que, ao receber a bola, ele possa dar a sua opinião ou falar sobre um determinado assunto. No caso do participante não se sentir confortável para falar naquele momento, um dos facilitadores pode solicitar que a pessoa "passe a bola, ou a palavra" para outro membro do grupo. Este recurso pode ser usado pelo par de facilitadores, mas também qualquer pessoa do grupo pode usar a Bola para estimular a participação de alguém.
LEMBRETE	Questões importantes que devem ser levantadas pelos facilitadores ou consideradas durante uma actividade ou discussão de um tema.
CUIDADOR OU CUIDADORA	Pessoa responsável por cuidar de um membro do grupo. Ela deve informar a razão da ausência, e zelar para que a pessoa que está a cuidar se sinta sempre bem dentro do grupo. Esta dinâmica pode ser estimulada em pares ou em grupo de pessoas. Os membros dos grupos devem decidir a melhor maneira de conseguir isto. Na Zambézia, por exemplo, cuidar de alguém pode ser conhecido como <i>Anakuonorera</i> (pessoa que cuida de você). Em Nampula, Cuidar de alguém pode ter o nome de "M´pathani" ou "N´thamuene". Em Sofala, a pessoa que cuida pode ser chamada de <i>Mucoronde</i> ou <i>Muchenguete</i> , em N´dau.
MENSAGENS DE FECHO DA SESSÃO	São as mensagens finais que têm como objectivo promover os comportamentos que queremos ver mudados nas comunidades e orientar os participantes a adoptar medidas protectoras para a sua saúde, da sua família e comunidade.

6. Quem pode utilizar a ferramenta Tchova Tchova?

Todas organizações ou grupos organizados parceiros da JHU/CCP, que queiram utilizar a Ferramenta Tchova Tchova devem atender aos seguintes critérios:

- Pertencer a comunidade, ou ter trabalhado em actividades de base comunitária;
- Gozar de credibilidade dentro da comunidade - envolver e ter aceitação dos líderes e membros da comunidade;
- Ter a capacidade de construir e consolidar relações de parceria;
- Ter uma estrutura organizacional que permita realizar uma gestão administrativa e programática para implementação das actividades;
- Estar motivado/a e assumir compromisso com acções que visem o fortalecimento das comunidades;
- Ter a sensibilidade no desenvolvimento de acções que contribuam para reduzir a desigualdade entre homens e mulheres;
- Estar comprometida com acções para prevenção do HIV/SIDA e para a redução do estigma das pessoas vivendo com HIV e SIDA - PVHS.

7. Quem faz a facilitação das sessões?

As sessões devem ser facilitadas, por um par de facilitadores, sendo **um homem e uma mulher**. Cada par deve alternar o seu papel nas Sessões e/ou Actividades para que os participantes percebam que a responsabilidade é partilhada de forma equilibrada entre o facilitador a facilitadora.

Facilitador Principal: modera directamente uma actividade e é responsável por:

- Orientar as actividades individuais ou de grupo;
- Propor as principais questões para reflexão do grupo;

- Fazer o fecho dos principais pontos de discussão;
- Conduzir as actividades, com base na metodologia da ferramenta. .

Facilitador Assistente: Ambos os facilitadores devem estar em coordenação sobre o andamento das Sessões. No entanto, aquele que não estiver a moderar directamente a actividade, tem a tarefa de observar o grupo e o andamento das actividades. O facilitador que estiver a observar a actividade é responsável pelo acompanhamento da dinâmica geral do grupo, tais como:

- Observar se as mulheres participam da mesma forma que os homens;
- Verificar se todo grupo está a participar igualmente nas actividades e nas discussões;
- Avaliar se a composição do grupo e o espaço físico afectam a participação das pessoas, como por exemplo, muito ruído que impeça o diálogo entre os membros do grupo;
- Assegurar que todos estejam sentados de forma confortável e se podem ver; neste sentido, a forma de sentar em meio círculo, é não apenas, uma orientação para dispor as pessoas no ambiente, mas parte do método participativo.
- Assegurar que o facilitador principal desenvolveu todas as etapas da actividade ou sessão.

O papel de quem está a observar a sessão, ou actividade vai permitir que o par faça pequenas mudanças para ajustar o andamento da Sessão, caso seja necessário. As suas observações serão úteis, mais tarde, para a avaliação da Sessão e para elaborar os relatórios das actividades de campo..

8. Quais são as habilidades dos facilitadores para conduzir as sessões do Tchova Tchova?

Uma boa equipa de facilitação de grupo deve:

- Encorajar a participação de todos os membros do grupo;
- Valorizar o conhecimento e os diferentes pontos de vista do grupo;
- Facilitar a aquisição de novos conhecimentos, estando, no entanto, aberto para incorporar as experiências de cada participante;
- Pensar e agir de forma criativa, mudando e ajustando procedimentos sempre que necessário;
- Incentivar o bom humor e o respeito entre os participantes;
- Lidar com questões delicadas e com os sentimentos das pessoas e estar atento às diferenças dentro do grupo, como as questões de género, de idade, de nível de alfabetização, ou qualquer outra diferença relevante que possa interferir no bom andamento do grupo;
- Assegurar que os homens e as mulheres têm a mesma oportunidade de falar.
- Partilhar as suas experiências pessoais, quando for conveniente, especialmente, em relação às mudanças que ocorreram na sua vida devido à exposição ao *Programa Tchova Tchova: Histórias de Vida*;
- Ouvir cuidadosamente as perguntas e dar respostas às dúvidas dos/ participantes;
- Criar mecanismos para que os participantes se responsabilizem pelo seu processo de aprendizagem e pelo bom andamento do grupo;
- Não impor ao grupo os seus pensamentos, crenças e valores;
- Encorajar homens e mulheres à reflexão sobre seus próprios valores acerca dos papéis de género nas várias fases da vida, levando os participantes a:
 - Avaliar a forma como a desigualdade entre homens e mulheres (género) e de poder afecta as suas relações afectivas e sexuais;

- Avaliar como os papéis sociais, as crenças e as tradições podem ser um desafio para a promoção da saúde, expondo homens e mulheres ao risco de infecção do HIV/SIDA;
- Reflectir de forma crítica sobre as normas, crenças e valores, especialmente sobre as relações de género, classe, idade, religião, PVHS, de modo a contribuir para mitigar toda a forma de discriminação, estigma e preconceito.

9. Como vamos formar os grupos na comunidade?

Convocatória dos grupos TTHV:

- Comece por convocar um encontro com as lideranças locais para explicar qual é a actividade que será desenvolvida na comunidade;
- Posteriormente marque um encontro alargado com as pessoas da comunidade para sensibilizá-las sobre o TTHV, os seus objectivos e a forma como vão decorrer as Sessões;
- Se achar conveniente, você pode mostrar o 1º. Perfil, para deixar claro como será a dinâmica das Sessões;
- Tenha consigo uma lista para inscrever as pessoas que mostrarem interesse e tenham disponibilidade para participar nas Sessões;
- Depois, marque um novo encontro, desta vez com aqueles que vão fazer parte do/s grupo/s.

LEMBRETE

O convite para participar dos grupos é melhor aceite, quando há sensibilização por parte dos secretários de bairro e outras lideranças locais. No entanto a mobilização dos grupos deve ser feita pelos supervisores, facilitadores e coordenadores dos grupos locais, com o envolvimento do líder comunitário na equipa. É recomendável que a montagem dos grupos não seja feita pelos Secretários de Bairro, directamente, de modo a evitar conflitos relacionados com interesses políticos partidários, ou de exclusão de algumas pessoas em favor de outras..

Quem são os participantes dos grupos TTHV:

- Grupos mistos de homens e mulheres de 18 a 50 anos. Para atingir um maior impacto é importante que o marido e mulher participem das sessões.
- Para a formação dos grupos deve-se procurar um equilíbrio entre o número de homens e mulheres, de modo a assegurar que ambos expressem as suas opiniões e que todos os membros do grupo sejam ouvidos e envolvam-se igualmente nas actividades e nas mudanças propostas.

Número de participantes nas sessões:

- 25 a 30 pessoas.

Onde formar os grupos do TTHV:

É aconselhável que os grupos sejam formados próximo da zona de residência do par de facilitadores ou na zona de actuação da organização a que pertencem. Isso vai facilitar a relação de vínculo com o grupo e evitar grandes deslocamentos dos participantes e da equipe de facilitação. Quando o número de participantes tiver sido saturado naquela comunidade ou bairro, os facilitadores devem deslocar-se para a região mais próxima, de modo que a expansão do TTHV ocorra em “onda” e garanta maior cobertura em uma mesma área de actuação.

LEMBRETE

O relato de participantes e a avaliação intermédia do TTHV em Moçambique sugerem que as mudanças de comportamentos têm sido mais efectivas quando marido e mulher participam das sessões. Na selecção dos/as participantes, os/as facilitadores/as devem avaliar se marido e a mulher sentem-se à vontade para falar sobre as suas preocupações quando estão no mesmo grupo. Caso haja algum tipo de constrangimento, deve-se indicar que cada membro do casal esteja em um dos grupos, como forma de garantir que o casal tenha contacto com os conteúdos do TTHV, mas sem que nenhum dos dois sintam-se inibido de expressar suas ideias.

10. Como estão estruturadas as Sessões?

Uma sessão está estruturada com base em 4 momentos:

INTRODUÇÃO DA SESSÃO	<ul style="list-style-type: none">▶ Resumo da Sessão anterior▶ Apresentação do tema▶ Apresentação dos objectivos da Sessão▶ Actividade de quebra-gelo ou aquecimento do grupo (alternativa)	<i>10 a 15 minutos</i>
ACTIVIDADE PRÁTICA	<ul style="list-style-type: none">▶ Esta actividade é uma maneira mais visual, ou corporal de abordar o tema e deve estar sempre relacionada com o tema da Sessão. O seu objectivo, diferente do que acontece nas dinâmicas de aquecimento ou quebra-gelo, faz parte da aprendizagem.▶ A prática pode ser um jogo, dramatização, discussão em grupo, chuva de ideias, testemunhos, ou outra actividade motivadora	<i>45 a 60 minutos</i>
ACTIVIDADE CENTRAL DA SESSÃO	Mostrar e discutir o Vídeo <ul style="list-style-type: none">▶ Apresentação do Perfil em Vídeo▶ Mostrar o vídeo▶ Discussão do vídeo (em grupos menores e/ou no grupo alargado)▶ Apresentação do trabalho em grupo (quando houver discussão em pequenos grupos)▶ Resumo das principais ideias discutidas sobre o tema	<i>45 a 60 minutos</i>
FECHO DA SESSÃO	<ul style="list-style-type: none">▶ Resumo da Sessão: O que aprendemos na Sessão?▶ Mensagem chave da equipe de facilitação (quando necessitar de complemento)▶ Convite a dois participantes para fazerem o resumo na próxima Sessão▶ Convite a 4 participantes para darem opinião sobre o que aprenderam na sessão	<i>10 a 15 minutos</i>

11. Como facilitar uma sessão?

Passo a Passo: Cada actividade é dividida em passos. A intenção destes passos é ajudar a equipe de facilitação a seguir instruções e implementar o Guia de maneira organizada.

Perguntas para Discussão:

- Roteiro de questões chave que tem como objectivo motivar o grupo a iniciar a discussão sobre os temas da Sessão;

As perguntas auxiliam aos/às facilitadores/as a lembrar os temas que devem ser levantados ou considerados durante as actividades e discussões.

Sobre o Roteiro de Perguntas para Discussão do Perfil:

- O roteiro para discussão dos Perfis está organizado em três blocos:
 - 1º. **Bloco:** questões sobre a compreensão da história e do tema central;
 - 2º. **Bloco:** questões relativas à forma como o tema é vivido na comunidade e na família;
 - 3º. **Bloco:** questões que relacionam o tema com o HIV e SIDA;
- Não é preciso fazer todas as perguntas que são sugeridas no roteiro;
- Na maioria das vezes, somente uma ou duas perguntas são suficientes para fazer com que o grupo inicie a discussão;
- Em outros casos, quem está a facilitar a discussão necessita de fazer outras perguntas, para além das listadas, até o que grupo comece a discussão;
- Atenção especial deve ser dada às primeiras e últimas questões do Roteiro. Elas orientam o par de facilitadores para os objectivos de cada bloco de perguntas da sessão;
O roteiro de perguntas pode ser usado nas discussões de pequenos grupos ou no grupo alargado.

Trabalho em Grupo:

O menor número de pessoas num grupo é três (3) e, o máximo é oito (8). Diferente da *Contribuição de Ideias*, este tipo de actividade permite aos participantes reflectirem mais profundamente sobre as questões e trocarem experiências e pontos de vista. As ideias discutidas em cada pequeno grupo são sempre partilhadas com o grupo alargado, por um/a ou mais participantes de cada pequeno grupo.

CrITÉrios para a Divisão de Grupo:

- Para a discussão de temas que os membros das comunidades não estão habituados a falar publicamente ou que podem causar algum tipo de constrangimento,  recomendada a divisão em grupos com pessoas que se identificam (grupos homogneos);
- **Divisão de grupos por sexo** para que tantos os homens como as mulheres expressem mais livremente suas opiniões e pontos de vista, antes de as partilharem com o grupo alargado;
- **Divisão de grupos por diferença de idade:**  sempre bom que pessoas da mesma faixa etária tenham o seu grupo de afinidade. Isto pode evidenciar quaisquer diferenças nas expectativas e visão entre os participantes mais jovens e mais velhos e, por outro lado, contribui para evitar que os participantes mais experientes dominem a discussão, ou que os jovens, por terem mais acesso  informao, controlem os temas do debate;
- **Em outros casos, uma rapariga que já  mãe pode ficar mais à vontade num grupo de senhoras do que num grupo de jovens.**

De qualquer forma, o par de facilitadores deve ter ateno que um dos princípios do TTHV é a partilha de ideias e mudanças que devem ocorrer de forma conjunta na vida de homens e de mulheres de várias idades, de modo a evitar conflitos entre os casais e entre as geraes. Por isso, a discussão, a negociao e a concordância entre os seus participantes  de extrema importância para o bom resultado da metodologia e para o estabelecimento de um diálogo mais aberto.

Administrao do Tempo

- O tempo médio para cada actividade está indicado em cada sessão;

- No entanto, o par de facilitadores deve ser flexível e sensível às necessidades do seu grupo. Ele não deve interromper uma discussão interessante simplesmente para manter o horário;
- O par de facilitadores deve ter atenção aos objectivos da sessão ou da actividade para não permitir que os participantes entrem em questões fora do tema em discussão, especialmente quando este tema será parte de uma outra Sessão.
- Quando isso acontecer, o facilitador que estiver à frente da actividade deve enfatizar a importância do tema e esclarecer que ele será discutido em uma outra Sessão, ou que será abordado mais à frente em outra actividade e, colocar o tema no "Cesto ou Estacionamento de Ideias".

Divisão de Tarefas

A equipe de facilitação não deve achar que tem a responsabilidade exclusiva de manter o bom funcionamento do grupo: quando houver discussões de grupo, a equipa deve designar um/a participante para cuidar do horário; convidar algum membro para responsabilizar-se pelo cuidado do espaço físico; alguém para cuidar dos materiais etc. É importante que este papel seja rotativo entre os participantes do grupo nas várias Sessões, de modo que eles/as sintam-se parte activa do processo e possam garantir o bom andamento e continuidade das Sessões.

Mensagens Chave da Sessão:

Orienta o par de facilitadores sobre que resultado cada sessão pretende alcançar. Ter clareza de onde cada sessão pretende chegar, serve para ajudar os facilitadores a não se perderem durante as discussões do grupo, além de orientar os participantes sobre os comportamentos a serem adoptados e como apoiar outros membros da sua comunidade.

Notas para os Facilitadores

São as ideias principais sobre o tema, os pontos que vão ajudar o facilitador a fazer um Fecho da Sessão e trazer os principais conceitos e comentários que necessitam de ser reforçados. As dicas não devem ser lidas ou ditas directamente aos participantes, mas os seus conteúdos devem servir de base para os facilitadores terem maior domínio dos temas. É importante que o fecho das Sessões seja feito com as ideias e discussões que os integrantes dos grupos trazem para as sessões, incluindo expressões e nomes locais.

12. Como preparar-se para as Sessões de Tchova Tchova?

Materiais e Recursos Necessários

- Perfil em vídeo e/ou escrito;
- Folha de papel gigante ou quadro;
- Marcadores coloridos ou giz;
- Material para anotações dos participantes (canetas/lápis, papel, etc.) Se os participantes não tiverem domínio da língua escrita, o par de facilitadores deve pensar em maneiras alternativas para registar as ideias colocadas pelo grupo durante as discussões;
- Espaço seguro, com pouco ruído externo onde os participantes possam trabalhar em conjunto, sem se sentirem constrangidos para falar.

Fichas de Acompanhamento

- TTM – Ficha de Participação nas Sessões

Antes da Sessão

- Prepare o vídeo a ser apresentado em cada sessão;
- Providencie e verifique o bom funcionamento do aparelho de TV e DVD ou Computador;
- Prepare uma lista com os temas a serem cobertos na Sessão em uma folha de papel gigante;
- Verifique que dispõe de todo o material necessário para a realização da sessão, inclusive roteiro de perguntas e Fichas de Trabalho, quando necessário;
- Certifique-se de que tem consigo cópia Ficha TTM – ficha de participação;
- Prepare uma bola simples de papel ou com material local;
- Prepare alguma actividade de aquecimento para o grupo..

Depois da Sessão

- Reúna-se com seu par para fazer a avaliação sobre o andamento da Sessão;
- Faça a avaliação do que não correu bem e encontre formas de reduzir o ocorrido;
- Verifique se vai precisar de algum material especial para a sessão seguinte;
- Verifique se será preciso recarregar o computador, ou mini-projector para a sessão seguinte.

LEMBRETE

- Realizar uma Sessão com boa participação e aproveitamento por parte dos/as participantes, vem com a experiência no dia a dia da facilitação. No entanto, preparar-se de forma adequada, relendo as Sessões, discutindo com seu par, tirando dúvidas com o seu supervisor, buscando novas informações ajudam a garantir a boa qualidade da discussão em uma Sessão;
- Tenha especial atenção ao objectivo da sessão para ter uma ideia clara do que se pretende atingir com cada sessão;
- Leia todos os passos da sessão e assegure-se de que compreende a intenção da sessão;
- Leia atempadamente todas as actividades e planifique a facilitação da sessão;
- Assista o vídeo sobre o perfil e anote todos os pontos importantes para assegurar que serão discutidos mais tarde;
- Prepare exemplos e perguntas apropriadas (inclusivé em língua local), adequadas ao grupo;
- Faça encontros semanais de preparação com seu/sua supervisor/a e outros facilitadores.



PARTE II

Sessões de Vídeo e Actividades

Sessão 1:	
O que os Homens e as Mulheres podem fazer?	21
Sessão 2:	
Tradição e Valores Culturais	35
Sessão 3:	
Culpar não ajuda nada!	45
Sessão 4:	
Prolongar a vida com TARV	55
Sessão 5:	
Casais serodiscordantes: conviver com as diferenças	67
Sessão 6:	
Caminhos para ultrapassar a violência no lar	75
Sessão 7:	
Diálogo sobre o futuro entre pais e filhos	87
Sessão 8:	
Comunidade unida na solução dos problemas	95



SESSÃO 1

O QUE OS HOMENS E AS MULHERES PODEM FAZER?



OBJECTIVOS DE APRENDIZAGEM

- Conhecer a Ferramenta TTHV e os seus objectivos
- Estabelecer um compromisso e motivar para a participação nas sessões
- Criar um ambiente onde haja confiança e em que todos se sintam acolhidos
- Compreender a diferença entre o conceito de género e o sexo biológico
- Reflectir sobre os papéis sociais que homens e mulheres exercem na sociedade



TEMPO DA SESSÃO

2 horas e 30 minutos



TEMAS COBERTOS PELA SESSÃO

- Objectivos, actividades e sessões do TTHV
- Apresentação dos participantes e facilitadores
- Expectativas e regras de convivência
- Papéis e tarefas de homens e mulheres
- Género e sexo biológico



VÍDEO: O QUE OS HOMENS PODEM FAZER? (MOÇAMBIQUE)

Augusto Figueredo e Regina Domingos

Augusto Figueredo e Regina Domingos são casados e vivem com os quatro filhos no bairro de Micajune, em Quelimane. Augusto além do seu trabalho como técnico de laboratório divide as tarefas domésticas com a esposa e ensina os seus filhos, que se orgulham de seguir o exemplo do pai. Há uma grande admiração e cooperação em toda família, apesar de muitas pessoas da comunidade não entenderem a forma de viver do casal, achando que Augusto pode ter sido “engarrafado” por Regina. Regina, por sua vez, também realiza tarefas que uma mulher não costuma fazer, como participar com seu marido e filhos na construção da casa da família. Augusto não se atrapalha com as troças, continua a dar exemplo a outros homens do seu bairro, pois acredita que quando todos se ajudam, a força da família se multiplica.



ACTIVIDADES:

1. Apresentação dos participantes e facilitadores;
2. Ideia geral sobre a ferramenta Tchova Tchova e as sessões;
3. Expectativas, esclarecimentos e regras de convivência;
4. Mostrar e discutir o vídeo: O que os homens podem fazer?
5. Ser homem, ser mulher;
6. Fecho da Sessão.



MENSAGENS CHAVE DA SESSÃO:

- A única diferença entre homem e mulher é o sexo;
- O homem e a mulher têm os mesmos direitos;
- A divisão das tarefas domésticas deve ser negociada na família;
- A melhor maneira de educar os filhos é dando o exemplo, partilhando tarefas e ideias;
- Ter nascido homem, ou mulher não pode afectar aquilo que cada um pode fazer.



NOTAS PARA OS FACILITADORES - PÁGINA 23



ACTIVIDADE 1

Apresentação dos participantes e facilitadores



TEMPO: 30 minutos

ONDE QUEREMOS CHEGAR

- ▶ Apresentar os participantes e facilitadores

1º. PASSO: Apresentação dos facilitadores

Apresente-se como facilitador/a do Tchova Tchova: nome, idade, estado civil e outros aspectos que ache importante;

- ▶ Descreva o que você faz como facilitador/a. **Poderá dizer algo como:** “vou orientar as nossas discussões; farei perguntas sobre os temas que vamos trabalhar; e às vezes vou passar informações novas. O meu papel é o de facilitar as sessões e vamos aprender uns com os outros e em conjunto resolvermos os problemas que surgirem no grupo. Lembrem-se que embora eu vos vá fornecer alguma informação importante, o meu papel não é o de professor que lhes vai dizer tudo o que precisam de saber. Vocês já têm conhecimentos e experiências importantes a partilhar e o meu papel é o de ajudar a que isto aconteça”.

2º. PASSO: Apresentação dos participantes

Peça a uma pessoa do grupo que identifique alguém que não conhece bem. Dê ao grupo alguns minutos para que cada pessoa entreviste a outra sobre:

- ▶ Nome;
- ▶ Estado civil (se vive com alguém);
- ▶ Número de filhos;
- ▶ Idade;
- ▶ Uma qualidade, (algo que tem de bom) que gostaria de partilhar com o grupo;
- ▶ Alguma coisa que precisa melhorar na sua forma de ser (algum defeito);
- ▶ Motivos por ter escolhido participar do grupo TTHV.

3º. PASSO: Peça para que cada participante apresente o seu par. Eles também podem decidir falar sobre si, e o/a facilitador/a deve determinar o tempo que cada participante tem para se apresentar, ou apresentar o seu par.

4º. PASSO: Encerre a actividade chamando a atenção do grupos para os aspectos que têm em comum - local de residência, idade, trabalho, estado civil, etc. Destaque algumas diferenças no grupo e a importância de respeitarem todas as suas diferenças e pontos de vista, sem discriminação e sem se julgarem uns aos outros.

LEMBRETE

Os facilitadores devem começar esta primeira Sessão de uma maneira calorosa, aberta para que se sintam acolhidos. A apresentação dos participantes ajuda as pessoas a abrirem-se e a sentirem-se mais à vontade dentro do grupo.

- ▶ Seja positivo/a;
- ▶ Convide todos a falar;
- ▶ Aprenda o nome de cada participante assim que for possível.

Se preferir, distribua a cada participante um cartão ou fita adesiva no qual eles possam escrever o nome, ou a maneira como querem ser tratados no grupo.



NOTAS PARA OS FACILITADORES

- Todos nascemos do sexo masculino ou feminino, mas aprendemos a ser homem ou mulher, com os nossos pais, professores, na igreja, na sociedade;
- Muitas características ou tarefas que são determinadas para o *homem* e para a *mulher* são ensinadas pela nossa sociedade, de acordo com a maneira que se espera que os homens e mulheres se comportem por terem nascido do sexo masculino ou feminino;
- Na maior parte das vezes, essas tarefas ou papéis podem ser feitas tanto por homens, como por mulheres;
- Estas relações apesar de serem baseadas no facto de termos nascidos homem ou mulher, são-nos ensinadas, de acordo com que cada sociedade espera que sejam os papéis e as tarefas que os homens ou mulheres devem ter na vida;
- Muitas vezes os membros da comunidade e das famílias fazem pressão quando uma pessoa tem um comportamento diferente do esperado para homens e mulheres.

O que faz com que as tarefas e papéis de homens e mulheres mudem?

O TEMPO (época que nascemos)

O LUGAR (país, região, zona rural ou urbana)

A CULTURA (hábitos costumes e tradições)

- ▶ Em alguns países é normal que homens usem saia, como é o caso da Escócia;
 - ▶ Em outros países, as mulheres não usam capulanas, como em Moçambique e outros países da África;
 - ▶ Antigamente, não era comum que as mulheres usassem calças, mas hoje já é comum ver mulheres usando calças mesmo nas zonas rurais;
 - ▶ Para algumas culturas, como na região sul de Moçambique, o lobolo é comum quando um casal/família assume o compromisso com o casamento, já para outras regiões de Moçambique como no Norte, o lobolo não é comum; em muitas zonas urbanas, este costume tem mudado e tende a desaparecer com o tempo.
- Estes papéis, hábitos e comportamentos são influenciados pelas novas necessidades de homens e mulheres: muitos homens hoje cuidam dos seus filhos, porque as mulheres estão a trabalhar fora de casa.
 - Da mesma forma, muitas mulheres passaram a assumir responsabilidade com as despesas de casa e desempenham o papel de Chefe de Família.



ACTIVIDADE 2

Ideia geral sobre a Ferramenta Tchova Tchova e as Sessões



TEMPO: 25 minutos

ONDE QUEREMOS CHEGAR

- ▶ Fazer com que os participantes conheçam a ferramenta Tchova Tchova, os seus objectivos e as sessões

1º. PASSO: O que é que a ferramenta Tchova Tchova pretende?

Esclareça que o Tchova Tchova é uma ferramenta educativa para promover diálogos nas comunidades para alcançar:

- ▶ *Uma sociedade que respeite as diferenças e na qual, homens e mulheres se possam respeitar uns aos outros, avaliando e mudando as desigualdades existentes nas relações entre eles, de modo que ambos possam participar de forma activa na tomada de decisão e na distribuição equilibrada dos recursos. Para a promoção desta mudança, o TTHV propõe uma série de actividades e debates com vista a estimular o diálogo entre os casais nas comunidades, para melhorar o entendimento, superar conflitos e adversidades, e, assim reduzir a vulnerabilidade de homens e mulheres face ao HIV e SIDA.*

2º. PASSO: Entendendo os objectivos das sessões

- ▶ Escreva os objectivos numa folha de papel gigante antes do início da Sessão;
- ▶ Ao iniciar a actividade, coloque o papel num local visível e apresente e discuta com os participantes os seguintes objectivos:
 - Procurar formas criativas para uma vida mais saudável e produtiva;
 - Desenvolver e fortalecer as habilidades pessoais para fazer mudanças nas suas vidas e comunidades;
 - Identificar boas práticas na maneira como os homens e as mulheres se relacionam e, como estas podem influenciar a promoção da saúde e a prevenção do HIV e SIDA;
 - Desenvolver o diálogo e as relações mais equilibradas entre homens e mulheres para a tomada de decisão e uso de recursos de forma partilhada;
 - Estimular que homens e mulheres procurem ajuda junto aos serviços de saúde e na comunidade.

- 3º. PASSO:**
- ▶ Solicite aos/às participantes para explicarem com as suas próprias palavras como percebem a visão do Tchova Tchova;
 - ▶ Peça aos/às participantes para debaterem durante 5 minutos, em duplas - "Cochicho"- sobre o que teria que acontecer nas suas comunidades para alcançar esta visão.

- 4º. PASSO:** Explique que para alcançar os seus objectivos a ferramenta Tchova Tchova em Moçambique foi concebida inicialmente em 11 sessões, cada uma com um tema diferente para promover atitudes de auto cuidado e atitudes de prevenção para saúde. No entanto, com o aumento do número de novos casos que cresce a cada dia, a ferramenta foi adaptada para responder também às necessidades de pessoas que vivem com HIV e que precisam ser encorajadas a aderir ao tratamento e cuidados de saúde para ter uma vida positiva. A Ferramenta Tchova Tchova 2 também foi reduzida para 8 sessões, como forma de fazer com que mais pessoas possam participar das sessões, num prazo menor. Cada sessão tem a duração de 2 horas:

Sessão 1: O que os homens e as mulheres podem fazer?

Sessão 2: Tradição e Valores Culturais

Sessão 3: Culpar não ajuda nada!

Sessão 4: Prolongar a vida com TARV

Sessão 5: Casais serodiscordantes: conviver com as diferenças

Sessão 6: Caminhos para ultrapassar a violência no lar

Sessão 7: O diálogo sobre o futuro entre pais e filhos

Sessão 8: Comunidade unida na solução dos problemas

Esclareça também que cada sessão trata um tema, através de uma *História de Vida* - um perfil em vídeo e escrito. Os perfis contam a história de uma pessoa ou casal que mudou aspectos na sua vida, ultrapassando dificuldades e barreiras sociais para uma vida mais harmoniosa e saudável.



ACTIVIDADE 3

Expectativas, Esclarecimentos e Regras de Convivência



TEMPO: 20 minutos

ONDE QUEREMOS CHEGAR

- ▶ Fazer com que os participantes conheçam e harmonizem as suas expectativas em relação às sessões do TTHV 2;
- ▶ Facilitar para que as regras de convivência e formas de funcionamento do grupo sejam acordados.

1º. PASSO: Esclarecimento das Expectativas

- ▶ Assegure que todas as pessoas têm bem claro o que devem ou não esperar das sessões do TTHV 2, para que no final, não haja desapontamento.
- ▶ Inicie as actividades perguntando: *“Tendo em vista os temas que vamos estar a discutir e os objectivos do TTHV 2, o que esperam aprender, ou o que esperam das sessões de diálogos comunitários?”*
- ▶ Numa folha de papel gigante, faça uma lista de todas as EXPECTATIVAS do grupo.

2º. PASSO: A importância da participação

- ▶ Esclareça que todas as pessoas devem participar e partilhar as suas ideias durante as discussões.
- ▶ Destaque que a presença em todos nos encontros é importante para alcançar e corresponder às várias expectativas que foram apresentadas e para promover as mudanças que queremos que aconteçam nas nossas vidas e nas comunidades.

3º. PASSO: Regras de convivência

- ▶ Solicite ao grupo para pensar nas regras que devem seguir para que possam ter um bom resultado nas sessões e conviver da melhor maneira no grupo;
- ▶ Escreva as ideias numa folha de papel gigante;
- ▶ Utilize ideias chave ou símbolos, de modo a que todos possam entender;
- ▶ Deixe claro aos participantes que as regras são feitas por eles e que cada pessoa é responsável pelo seu cumprimento, portanto, devem ser bem pensadas e discutidas;
- ▶ Mantenha a lista à vista durante cada sessão para que o grupo se recorde delas

Assegure-se de que as regras incluem:

- ▶ Ouvir o que cada pessoa tem a dizer - todos têm o direito de expressar sua opinião;
- ▶ Não interromper enquanto alguém estiver a falar;
- ▶ Não julgar - todas as opiniões são válidas e podem ser discutidas;
- ▶ Como será o uso do telemóvel durante as sessões;
- ▶ Ninguém deve partilhar a informação pessoal de outras pessoa fora do grupo;
- ▶ Caso alguém desrespeite estas regras, pode ser combinado com o grupo que medidas tomar
- ▶ O dia da semana e o horário dos encontros;

Todas as outras dinâmicas de funcionamento do grupo podem ser acordadas nesta etapa e podem ser revistas sempre que for necessário.

LEMBRETE

Este também é o momento para conhecer a rotina das pessoas e da comunidade; certificar-se dos dias e dos horários mais adequados para os encontros; definir o número de vezes que o grupo se vai encontrar na semana - de preferência, uma vez por semana - ; informar que vão ser precisos pelo menos 8 encontros de mais ou menos 2 horas, sendo um para cada uma das Sessões.

Não esqueça de agendar o próximo encontro e de solicitar a alguém do grupo que fique responsável por ajudar os participantes a lembrarem-se do dia e do horário do encontro. Proponha ao grupo o estabelecimento de Cuidadores em Pares para estabelecer uma boa relação e integração no grupo.



ACTIVIDADE 4

Mostrar e discutir o vídeo:
O que os homens podem fazer



TEMPO: 45 minutos

ONDE QUEREMOS CHEGAR

- ▶ Contribuir para que os participantes se apercebam da importância das *Histórias de Vida*, como instrumento para a realização dos diálogos comunitários;
- ▶ Contribuir para a compreensão dos participantes de que os papéis e as tarefas podem ser partilhadas entre os homens e as mulheres.

PERFIL: Augusto Figueredo e Regina Domingos

VÍDEO: O que os homens podem fazer (Moçambique)

1º. PASSO: Importância das Histórias de Vida nas sessões do TTHV 2

- ▶ Explique que vão assistir a um vídeo - História de Vida em cada sessão. Caso haja algum problema para mostrar o vídeo deve ser usado o perfil na forma escrita, conforme indicado na 1ª. Parte do Guia.
- ▶ Esclareça que o perfil em vídeo ou escrito mostra como algumas pessoas comuns mudaram as suas vidas de alguma maneira, apesar dos obstáculos que enfrentaram. Isto será a base para discutir questões importantes, tais como as formas como estas pessoas conseguiram:
 - Superar conflitos e situações adversas;
 - Tomar decisões, com autoconfiança;
 - Desenvolver habilidades de negociação;
 - Analisar de forma crítica as normas sociais, tradições ou práticas culturais que impedem que as pessoas de adotarem comportamentos preventivos em relação à saúde ou ao bem-estar da família e da comunidade;
 - Procurar apoio das suas comunidades, dos amigos ou da família;
 - Cuidar da própria saúde, assumindo uma atitude de prevenção e cuidado em relação ao HIV.

2º. PASSO: Mostrar a *História de Vida* de Augusto e Regina

- ▶ Mostre o vídeo de Augusto Figueredo e Regina Domingos
- ▶ Solicite aos participantes que prestem atenção aos hábitos, costumes e crenças sobre homens e mulheres presentes nesta história e à forma como Augusto e Regina vivem;
- ▶ Enfatize que as pessoas no vídeo são pessoas reais e não actores.

3º. PASSO: Discussão sobre o Vídeo de Augusto e Regina

Perguntas para Discussão

Sobre a História

- ▶ De que fala esta História de Vida?
- ▶ O que mais chama atenção na história de Augusto e Regina?

- ▶ Existe algo neste vídeo que o surpreendeu? Se sim, o que foi que o surpreendeu?
- ▶ Augusto comporta-se diferente de outros homens que conhecem? O que o torna diferente?
- ▶ Augusto comporta-se diferente de outras mulheres que conhecem? O que a torna diferente?
- ▶ O que acham da forma como Regina e Augusto se comportam na família?
- ▶ Quais seriam as vantagens deste tipo de comportamento?
- ▶ Quais são as desvantagens do comportamento de Augusto e Regina?

Sobre o que acontece na comunidade

- ▶ Vocês conhecem alguém como o Augusto na sua comunidade/bairro?
- ▶ Se sim: o que pensam sobre ele?
- ▶ Se não: o que aconteceria se algum homem desse grupo se comportasse como o Augusto?
- ▶ Vocês acham importante que os homens participem nas tarefas domésticas e no cuidado das crianças? Porquê?
- ▶ Vocês conhecem alguém como a Regina na sua comunidade/bairro?
- ▶ Se sim: o que pensam sobre ela?
- ▶ Se não: o que aconteceria se alguma mulher desse grupo se comportasse como a Regina?
- ▶ Vocês acham importante que as mulheres realizem tarefas que normalmente são feitas pelo homem? Porquê?

Sobre a relação do tema com a infecção pelo HIV e SIDA

- ▶ O comportamento de Augusto facilita que o casal possa apanhar o HIV?
- ▶ O comportamento de Regina facilita a que o casal possa contrair o vírus HIV?
- ▶ Vocês acham que o comportamento que Augusto tem, pode ajudar o casal, de alguma forma, a não contrair o HIV?
- ▶ E o comportamento da Regina? Será que pode ajudar o casal, de alguma forma, a não apanhar o HIV?
- ▶ De que maneira o comportamento do casal pode influenciar o comportamento dos filhos face ao HIV?



ACTIVIDADE 5

Ser homem, Ser mulher
(Conceitos Chave)



TEMPO: 50 minutos

ONDE QUEREMOS CHEGAR

- ▶ Entender a diferença entre sexo biológico e género;
- ▶ Reflectir sobre a forma como homens e mulheres são criados influencia os nossos comportamentos;
- ▶ Encorajar os participantes aperceberem-se que papéis e tarefas de homens e mulheres são definidos pela sociedade e podem mudar;
- ▶ Encorajar homens e mulheres a rever seus papéis sociais como forma de melhorar o entendimento nas famílias.

1º. PASSO: Ser homem, Ser mulher

- ▶ Peça para os participantes falarem quais são as ideias que lhes vêm à cabeça quando pensamos "O que é ser Mulher";
- ▶ Em seguida, peça às pessoas do grupo para dizer quais são as ideias que lhes vêm à cabeça quando pensamos "O que é ser Homem";
- ▶ Esclareça que podem mencionar qualquer característica da personalidade, aspecto físico, objecto usada, tipo de roupa etc.
- ▶ Deixe que o grupo fala livremente sobre suas ideias do que é ser homem e ser mulher.

2º. PASSO: Análise das características físicas (biológicas)

- ▶ Em seguida, caso não tenha sido falada nenhuma característica, como ter pénis, ser pai porque tem esperma, espermatozóide para o HOMEM; ou ter mama; ou ser mãe, porque tem útero que lhe permite engravidar para a MULHER, faça as perguntas abaixo:

Para debater as diferenças físicas entre homens e mulheres

- ▶ Quais são as características que nunca mudam nos homens? Aquela que nascemos com elas?
- ▶ O que é que o homem (*Wanuna*) tem quando nasce que é diferente da mulher (*Wansati*)
- ▶ Quais são as características que nunca mudam nas mulheres? Aquela que nascemos com elas?
- ▶ O que é que a mulher (*Wansati*) tem quando nasce que é diferente do homem (*Wanuna*)?
- ▶ Explique que essas características são denominadas características sexuais físicas. Essas são as características que não mudam e que definem a diferença natural entre os sexos: ser uma pessoa do sexo masculino ou do sexo feminino - CARACTERÍSTICAS FÍSICAS OU SEXO BIOLÓGICO.

3º. PASSO: Análise das características Sociais

- ▶ Após certificar-se de que entenderam que a diferença entre ser homem e mulher é física (biológica), chame a atenção do grupo para as características que são aprendidas do que é Ser homem e Ser mulher.
- ▶ Dê um exemplo de algumas características que não estão ligadas às diferenças físicas entre homens e mulheres, como por exemplo: *homem não chora; Homem é*

forte, homem é chefe de família; mulher é sensível, chorona; cuida da casa, do marido, é feiticeira.

Para debater como aprendemos a ser homem e ser mulher

- ▶ Pergunte aos participantes se todos os homens e mulheres nascem com estas características?
- ▶ O que aprendemos do que é ser homem? (*Mintirzo yihambanyisaka wanuna ni wansati*)
- ▶ O que é que o homem aprende que o faz ser diferente da mulher? (*Mintirzo yawununa*)
- ▶ O que aprendemos do que é ser mulher? (*Mintirzo yihambanyisaka wansati ni wanuna*)
- ▶ O que é que a mulher aprende que a faz ser diferente do homem? (*Mintirzo yawunsati*)
- ▶ Quem nos ensina como deve um homem ou uma mulher devem se comportar?

- ▶ Explique que estas são as características sociais (papéis sociais), que nos são passadas ao longo das nossas vidas e que aprendemos com nossos pais, tios, professores, avós etc;
- ▶ Explique que GÉNERO se refere a essas características e significa a relação que se estabelece entre homens e mulheres baseadas no que a sociedade espera que seja o comportamento, atitudes, papéis e tarefas das pessoas do sexo masculino e do sexo feminino. Como nem sempre essas relações entre homens e mulheres são equilibradas, o conceito de género é uma forma de tentarmos encontrar maior igualdade entre ambos os sexos.

Para debater como a forma como aprendemos a ser homem e mulher afecta nossas vidas

- ▶ Como a forma que aprendemos ser homem ou mulher afecta nossas vidas?
- ▶ A vida da mulher e do homem costuma ser igual?
- ▶ Quem tem mais privilégios o homem ou a mulher?
- ▶ A situação que a mulher vive é justa? Por quê?



ACTIVIDADE 6

Fecho da Sessão



TEMPO: 10 minutos

ONDE QUEREMOS CHEGAR

- ▶ Resumir os principais aspectos debatidos na sessão

1º. PASSO: Avaliação da Sessão

- ▶ Faça a avaliação oral da Sessão com os participantes, perguntando "O que aprendemos na sessão de hoje?"

2º. PASSO: Resumo dos Principais Pontos

- ▶ Repita os objectivos de aprendizagem da sessão e sua relação com os pontos principais levantados na discussão, utilizando as ideias trazidas pelos participantes para o resumo dos principais temas da sessão.

3º. PASSO: Preparação para o Próximo Encontro

- ▶ Lembre os participantes da data do próximo encontro;
- ▶ Encerre a Sessão agradecendo a presença de todos;
- ▶ Reúna-se com seu par para fazer a avaliação de desempenho do par na Sessão.

MENSAGENS DE FECHO DA SESSÃO

- Quando falamos sobre as características físicas de uma pessoa, devemos referir-nos ao **SEXO** masculino ou feminino, e não ao **GÉNERO** masculino e feminino;
- Quando falamos em **Género** não estamos a falar de "*mulher, ou de assuntos de mulheres*". É sim da forma como homens e mulheres relacionam-se entre si, baseadas nos papéis sociais que nos são ensinados de como os homens e as mulheres devem comportar-se, vestir-se, fazer, etc.

Finalize a Sessão e oriente os participantes a:

- Apoiar as pessoas da sua comunidade que desempenham papéis diferentes daqueles que foram determinados para homens e mulheres;
- Não discriminar uma mulher que trabalha fora;
- Não isolar um homem que faz tarefas domésticas;
- Dar responsabilidades e direitos iguais para meninos e meninas;
- Permitir que tanto meninas como meninos estudem;
- Dialogar entre os casais e na família sobre as vantagens de todos realizarem tarefas em conjunto e partilharem os recursos da família para melhora vida de todos.

LISTA DE VERIFICAÇÃO - SESSÃO 1

VOCÊ...	VISTO
Apresentou-se enquanto facilitador do Tchova Tchova?	
Verificou se todos os participantes se apresentaram ?	
Apresentou os objectivos do Tchova Tchova?	
Estabeleceu as regras de funcionamento do grupo com os participantes?	
Procurou conhecer as expectativas dos participantes e certificar-se se elas vão de encontro aos objectivos do Tchova Tchova?	
Fez uma actividade de aquecimento com o grupo?	
Apresentou todos os temas e Sessões aos participantes ?	
Certificou-se de que os participantes aceitaram fazer parte do grupo e assistir a todas as Sessões?	
Combinou com o grupo os dias e horários que vão decorrer as Sessões?	
Certificou-se de que os participantes expressaram livremente as suas dúvidas?	
Esclareceu todas as dúvidas dos participantes?	
Mostrou e debateu com os participantes o vídeo sobre a história de Augusto e Regina?	
Esclareceu com o grupo a diferença entre o conceito de género e sexo biológico - Ser Homem e Ser Mulher?	
Procedeu ao fecho das actividades?	
Fez a avaliação da Sessão com os participantes?	
Usou as palavras e as ideias dos participantes para fazer o Fecho da Sessão?	
Sentiu-se à vontade para fazer todas as actividades propostas?	
Preencheu a Ficha de Participação com nome e dados dos participantes?	
Fez a avaliação da Sessão com o seu par?	
Transmitiu as Mensagens Chave sobre a Sessão?	



SESSÃO 2

TRADIÇÃO E VALORES CULTURAIS



OBJECTIVOS DE APRENDIZAGEM

- Avaliar de forma crítica as vantagens e desvantagens que determinadas práticas tradicionais têm na vida das pessoas
- Identificar as práticas tradicionais que expõem homens e mulheres a uma maior vulnerabilidade face ao HIV
- Estimular uma relação de maior entendimento entre homens e mulheres



TEMPO DA SESSÃO

2 horas e 30 minutos



TEMAS COBERTOS PELA SESSÃO

- Valor dos filhos para a manutenção do nome da família e para fins de herança
- Direitos da mulher sobre a herança de terra
- A importância do diálogo na família
- Práticas tradicionais que podem expor a mulher e o homem à infecção pelo HIV e SIDA



VÍDEO: TRADIÇÃO E VALORES CULTURAIS (TANZÂNIA)

Lucretia Kimaro

Lucretia Kimaro, professora, foi casada com Donatian Marandu mais de 20 anos. O casal teve 7 filhas e nenhum rapaz, o que provocou desavenças no casal devido a pressões da família de Donatian para que este encontrasse uma outra mulher que lhe pudesse dar um herdeiro homem. O casal esteve separado quatro anos e, quando voltaram a conviver, Donatian já estava doente e Lucretia cuidou do marido durante mais 19 anos. Após a morte do marido Lucretia foi impedida de herdar as terras e de enterrá-lo. No entanto, recorreu à justiça e, após três meses de batalha judicial, ganhou o processo no tribunal, adquirindo o direito de enterrar o marido e de continuar a viver na casa com as suas filhas. Lucretia teve que enfrentar muita gente que defendia o direito tradicional relativamente à herança, mas saiu vitoriosa e hoje é, na Tanzânia, um exemplo para outras mulheres que exigem os seus direitos de herança.



ACTIVIDADES:

1. Introdução à Sessão;
2. Como a tradição pode afectar as nossas vidas;
3. Homens e mulheres ouvindo uns aos outros;
4. Fecho da Sessão.



MENSAGENS CHAVE DA SESSÃO:

- Algumas práticas tradicionais são benéficas para a vida das pessoas;
- As práticas tradicionais que podem fazer com que homens e mulheres possam contrair o vírus HIV devem mudar;
- A tradição e a cultura mudam sempre que homens e mulheres têm novas necessidades, expectativas e desejos;
- Os direitos das mulheres e dos homens devem ser respeitados em qualquer cultura;
- A mulher tem direito à herança de bens e propriedades depois da morte do marido.



NOTAS PARA OS FACILITADORES - PÁGINA 36



ACTIVIDADE 1

Introdução à Sessão



TEMPO: 10 minutos

ONDE QUEREMOS CHEGAR

- ▶ Apresentar o tema e os objectivos Sessão
- ▶ Rever o que foi aprendido na sessão anterior

1º. PASSO: Rever o que foi aprendido na sessão anterior

- ▶ Solicite a alguns participantes que falem sobre “O que aprendemos na sessão passada? quais foram as questões mais importantes discutidas na última sessão?”;
- ▶ Como alternativa, você pode usar o “jogo da bola” para solicitar a participação das pessoas do grupo.

2º. PASSO: Descrição da Sessão

- ▶ Explique que nesta sessão, o grupo irá discutir acerca das práticas tradicionais, especialmente aquelas que afectam homens e mulheres e os impedem de ter uma vida plena e prevenirem-se da infecção pelo HIV e SIDA;
- ▶ Esclareça também que vão fazer um exercício para ajudar os homens e as mulheres a comunicarem melhor uns com os outros.



NOTAS PARA OS FACILITADORES

- No caso de Lucretia vimos que as mulheres muitas vezes são privadas dos seus direitos à herança da terra após a morte dos maridos, acabando por serem expulsas de casa porque não têm filhos, ou porque não têm filhos do sexo masculino;
- Algumas práticas tradicionais, como é o caso da relação sexual sem preservativo de uma viúva com outro homem da família do marido para a sua “purificação”, têm sido responsáveis pela disseminação do vírus do HIV no seio das famílias e comunidades;
- Os ritos de iniciação ao ensinarem as mulheres a serem submissas e a obedecerem e aceitarem todos os desejos do marido, acabam por fazer com que a mulher fique colocada numa situação de inferioridade relativamente ao homem;
- Os ritos de iniciação são uma boa oportunidade para que os mais velhos possam educar sexualmente as crianças, dando-lhes a noção de prevenção e de cuidado a ter com a saúde;
- As meninas começam a ter relações sexuais mais cedo do que os rapazes. Isso aumenta o risco de transmissão de doenças, pois normalmente, fazem-no desprevenidas e com homens mais velhos, que tendem a ter maior vivência sexual dos que os jovens;
- A infecção pelo HIV nas mulheres jovens é quatro vezes mais alta que nos rapazes. Uma das razões de vulnerabilidade das mulheres jovens é o grande número de relações sexuais entre homens mais velhos e mulheres jovens, o que limita a capacidade das meninas de negociarem o uso de preservativo.



ACTIVIDADE 2

Como a tradição pode afectar as nossas vidas



TEMPO: 1 hora

ONDE QUEREMOS CHEGAR

- ▶ Encorajar que homens e mulheres possam avaliar de maneira crítica as vantagens e desvantagens relacionadas a determinadas práticas tradicionais e procurem identificar e mudar aquelas que expõem as pessoas a uma maior vulnerabilidade face ao HIV e às desigualdades nas relações entre homens e mulheres

1º. PASSO: **Mostrar o Vídeo a *História de Vida* de Lucretia Kimaro**

- ▶ Mostre o vídeo: Tradição e Valores Culturais
- ▶ Solicite aos participantes que observem como as crenças tradicionais sobre os homens e as mulheres desta história e a forma como estas afectaram a vida de Lucretia e das suas filhas;
- ▶ Enfatize que as pessoas no vídeo são pessoas reais e não actores.

2º. PASSO: **Discussão sobre o Vídeo de Lucretia Kimaro**

Perguntas para Discussão

Sobre a História

- ▶ De que fala esta História de Vida?
- ▶ O que mais chama atenção na história de Lucretia?
- ▶ Qual era o problema que Lucretia e as filhas estavam a enfrentar?
- ▶ Por que razão Lucretia e suas filhas estavam a enfrentar este problema?
- ▶ Que tradições e práticas estão envolvidas nesta história?
- ▶ Quem beneficia e quem é prejudicado com este tipo de tradição?
- ▶ Quais são os pontos positivos a realçar na atitude de Lucretia? Porquê?
- ▶ Quais são os pontos negativos na atitude de Lucretia? Porquê?

Sobre aquilo que se passa na comunidade:

- ▶ Conhecem alguma história parecida com a de Lucretia nesta comunidade?
- ▶ Que tradições/práticas tradicionais mudaram na vossa comunidade ou estão a mudar? Por que pensam que elas mudaram ou estão a mudar?
- ▶ Que tradições/práticas tradicionais positivas permanecem?
- ▶ O que pode ser feito para manter ou fortalecer as boas práticas?
- ▶ Que tradições ou práticas tradicionais ainda permanecem e podem ser consideradas prejudiciais para a saúde e inibidoras dos direitos individuais?

3º. PASSO: **Vulnerabilidade de Homens e Mulheres**

- ▶ Destaque a importância de entender de que forma as mulheres e os homens podem estar mais vulneráveis à infecção pelo HIV em determinadas situações;
- ▶ Em plenária, pergunte aos participantes:
 - *Se acreditam que o homem e a mulher têm a mesma possibilidade de contrair o HIV?*
 - *Quais são as situações que deixam o homem mais vulnerável à infecção pelo HIV?*

- *Quais são as situações que deixam a mulher mais vulnerável à infecção pelo HIV?*
- Quais são práticas nesta comunidade que expõem a risco de a infecção pelo HIV?
- Quais são práticas nesta comunidade que representam protecção?

► Apresente os factores de vulnerabilidade de homens e mulheres

Vulnerabilidade de homens e mulheres face à infecção pelo HIV/SIDA	
Mulher	Homem
<ul style="list-style-type: none"> ■ Relações desiguais entre homens e mulheres: as mulheres têm menos poder de acção e decisão diante das escolhas sexuais; ■ Sofrem maior pressão social para ter filhos; ■ Têm menor acesso à renda; ■ Têm maior responsabilidade no cuidado da família; ■ Constituição biológica mais favorável ao HIV; ■ Estão mais expostas à violência sexual; ■ Sexo sem preservativo; ■ Mais expostas ao sexo em troca de favores (sexo transaccional); ■ Múltiplos parceiros ao mesmo tempo; ■ Práticas culturais tradicionais: Kutchinga. 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Alta mobilidade: deslocam-se muito em busca do sustento da família; ■ Relações desiguais entre homens e mulheres: ideia do homem "forte" e viril (não negar parceiras); ■ Baixa percepção de risco; ideia de que não correm risco porque são "fortes"; ■ Múltiplas Parceiras ao mesmo tempo; ■ Uso/abuso de álcool e outras drogas; ■ Baixo nível de conhecimento sobre o corpo e sobre as formas de transmissão do HIV; ■ Vão pouco ao serviço de saúde; ■ Práticas culturais tradicionais: Kutchinga.

- De que maneira podemos contribuir para mudar este tipo de prática, que a prejudica a vida das pessoas?
- Qual é o papel que as mulheres podem ter nesta mudança?
- Qual é o papel que os homens podem ter nesta mudança?
- Que papel os líderes comunitários podem ter para que aconteça esta mudança?
- O que podemos aprender com esta actividade?



- O HIV/SIDA afecta homens e mulheres, mas o risco da infecção e o desenvolvimento da doença são determinados por factores biológicos, normas sociais e comportamentos específicos de cada sexo, segundo os seus papéis sociais;
- Segundo o informe anual da UNAIDS, programa da Organização das Nações Unidas dedicado à luta contra o SIDA, dos 39.5 de pessoas vivendo com o HIV mais de 24.7 milhões estão na África Subsaariana;
- No mundo, 48% de todas as infecções são de mulheres;
- Na África Subsaariana, 59% das Pessoas Vivendo com HIV, são mulheres;
- Moçambique encontra-se entre os dez países mais afectados pelo HIV e SIDA, no mundo. A prevalência do HIV entre a população adulta (entre 15-49 anos) é de 15,0%, cerca de 1.9 milhões de pessoas com HIV e SIDA;
- A transmissão sexual nas relações que envolvem múltiplos parceiros é a mais importante via de transmissão do HIV;
- As mulheres são mais afectadas pela epidemia do HIV e SIDA.
- De cada 5 jovens entre os 19 e 24 anos vivendo com HIV, 4 são do sexo feminino;
- As mulheres jovens estão a infectar-se três vezes mais que os rapazes da mesma idade porque se relacionam sem protecção e com homens mais velhos e mais experientes;
- Em Moçambique, as taxas são mais altas nas regiões centro e sul do país e relativamente baixas na região norte. As taxas mais altas de prevalência são registadas na região sul e centro, ao longo dos corredores de desenvolvimento;
- A maior prevalência do HIV em Moçambique é observada em Gaza (27%), seguida de Maputo (26%);
- Em Sofala, segundo a Ronda 2007 (INE) verifica-se uma prevalência de 23%, na Zambézia a taxa de prevalência é de 19%, de Manica (16%); em Nampula verifica-se uma taxa de 9% e em Inhambane, de 12%;
- Cerca de 500 novas infecções acontecem diariamente e estima-se que 264 pessoas morrem diariamente por doenças ligadas ao SIDA;
- A grande maioria das pessoas infectadas pelo vírus HIV não sabe que está infectada, pois só faz o teste quando começa a desenvolver a doença;
- Tratar imediatamente as DTS é uma das formas de prevenir o SIDA. As mulheres devem fazer o exame ginecológico preventivo uma vez por ano.



ACTIVIDADE 3

Homens e mulheres ouvindo uns aos outros (*A Voz do Coração*)



TEMPO: 1 hora

ONDE QUEREMOS CHEGAR

- ▶ Estimular as mulheres e os homens a desenvolverem uma melhor comunicação de modo a aprenderem a escutar as necessidades e as expectativas uns dos outros.

1º. PASSO: **Actividade em Grupo Alargado** (*ver ilustração da actividade ao final desta sessão - página 43*)

- ▶ Reúna todos os participantes no grupo alargado, e, em seguida, solicite às mulheres que se sentem em círculo no meio e aos homens que se sentem do lado de fora do círculo, olhando para dentro, formando um outro círculo em torno das mulheres;
- ▶ A facilitadora faz as perguntas às mulheres;
- ▶ Uma vez que as mulheres terminem, encerre o grupo de discussão e peça aos homens e às que mulheres troquem de lugar;
- ▶ O facilitador faz as perguntas aos homens;
- ▶ O grupo que estiver no círculo de fora deve ouvir as respostas em silêncio;
- ▶ Dê 15-20 minutos para cada um dos grupos responder às perguntas.

Perguntas para a Discussão (em Sessão Plenária)

Perguntas a fazer às mulheres

- ▶ Qual é a coisa mais difícil para uma mulher na sua comunidade?
- ▶ O que é que os homens precisam de entender melhor sobre as mulheres?
(*Algo que acreditam que eles não entendem*)
- ▶ O que é difícil de compreender sobre os homens?
(*Algo que os homens fazem ou dizem que não consigo compreender*)
- ▶ Digam algo que nunca mais querem ouvir sobre as mulheres?
(*Algo que ofende muito quando dito pelos homens*)
- ▶ Quais são as coisas boas que os homens fazem que as mulheres gostam?
(*Algo que os homens fazem ou falam, que me deixa satisfeita ou alegre*)

Perguntas a fazer aos homens

- ▶ Qual é a coisa mais difícil para um homem na sua comunidade?
- ▶ O que as mulheres precisam de entender melhor sobre os homens?
(*Algo que acreditam que eles não entendem*)
- ▶ O que é difícil de compreender sobre as mulheres?
(*Algo que as mulheres fazem ou dizem que não consigo compreender*)
- ▶ Digam algo que nunca mais querem ouvir sobre os homens?
(*Algo que ofende muito quando dito pelas mulheres*)
- ▶ Quais são as coisas boas que as mulheres fazem que os homens gostam?
(*Algo que as mulheres fazem ou falam, que deixa me deixa satisfeito ou alegre*)

Perguntas para o encerramento da actividade (no grupo alargado):

- ▶ *O que mais chamou a atenção dos homens sobre o que ouviram das mulheres?*
- ▶ *O que mais chamou a atenção das mulheres sobre o que ouviram dos homens?*
- ▶ *Como podem usar as ideias que surgiram na discussão nos seus lares/comunidade?*



ACTIVIDADE 4

Fecho da Sessão



TEMPO: 10 minutos

ONDE QUEREMOS CHEGAR

- ▶ Resumir os principais aspectos debatidos na Sessão.

1º. PASSO: Avaliação da Sessão

- ▶ Faça a avaliação oral da Sessão com os participantes, perguntando "O que aprendemos na sessão de hoje?"

2º. PASSO: Resumo dos Principais Pontos

- ▶ Repita os objectivos de aprendizagem da sessão e a sua relação com os pontos principais levantados na discussão, utilizando as ideias trazidas pelos participantes para o resumo dos principais temas da sessão.

3º. PASSO: Preparação para o Próximo Encontro

- ▶ Lembre os participantes da data do próximo encontro;
- ▶ Encerre a Sessão agradecendo a presença de todos;
- ▶ Reúna-se com seu par para fazer a avaliação de desempenho do par na Sessão.

MENSAGENS DE FECHO DA SESSÃO

- A cultura e a tradição, frequentemente, são a razão pela qual homens e mulheres são tratados de maneira desigual (com muitas desvantagens para as mulheres);
- A Cultura muda à medida que as necessidades de homens e mulheres também mudam, portanto, podemos mudar algumas práticas e crenças tradicionais;
- É importante que mulheres e homens tomem decisões em conjunto sobre a melhor forma de usar os recursos que têm.

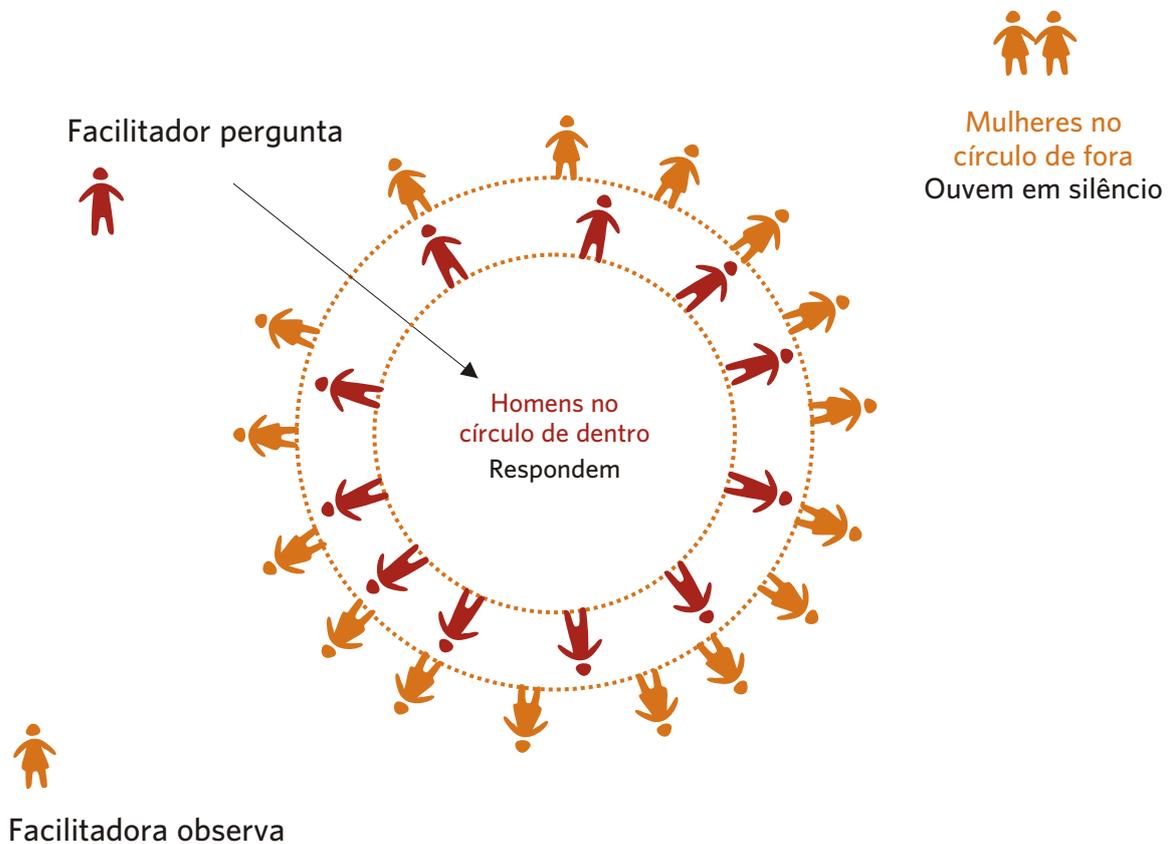
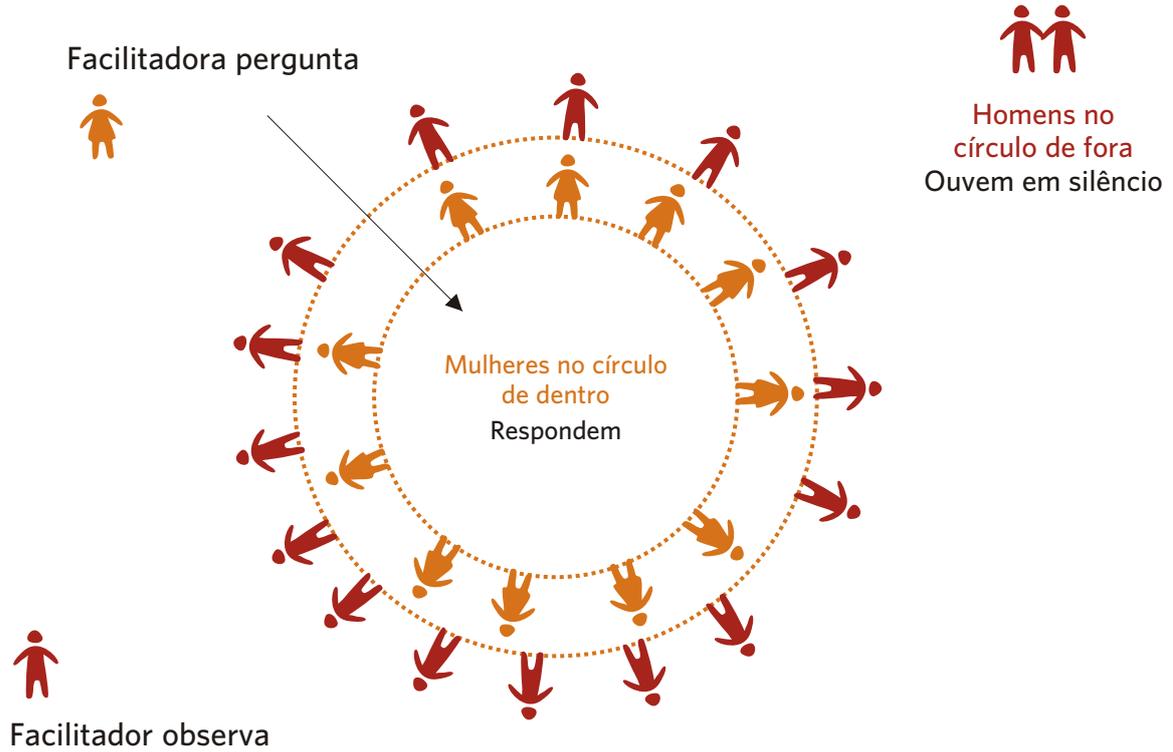
Finalize a Sessão e oriente os participantes a:

- Dialogar e ouvir as necessidades e opiniões das de suas esposas e maridos;
- Conversar entre os casais e fazer um acordo sobre quem tem direito à terra, à casa construída com o esforço do casal e à guarda dos filhos, aquando do falecimento de um dos cônjuges;
- Avaliar os valores e as tradições que são positivos e devem ser mantidos;
- Avaliar os valores e as tradições que expõem as pessoas a um maior risco de infecção pelo HIV e, que portanto, devem ser mudados;
- Buscar apoio jurídico quando os direitos de herança de uma mulher forem violados. A Lei da Família e a Lei de Terra protegem as mulheres do direito à herança e a permanecerem nas suas casas após a morte do marido;
- Não aceitar que uma mulher seja expulsada de seu lar, acusada de feitiçaria ou de ter "levado a doença para casa", quando ela é seropositiva.

LISTA DE VERIFICAÇÃO - SESSÃO 2

VOCÊ...	VISTO
Solicitou que os participantes fizessem o resumo da 1ª Sessão?	
Actualizou a Ficha de Participação - presença?	
Apresentou os objectivos da Sessão?	
Fez uma actividade de aquecimento com o grupo?	
Certificou-se de que os participantes expressaram livremente as suas dúvidas?	
Esclareceu todas as dúvidas dos participantes?	
Mostrou e debateu com os participantes o vídeo sobre Lucretia Kimaro e suas filhas?	
Seguiu o roteiro para debate do vídeo	
Fez a actividade - Homens e mulheres ouvindo uns aos outros?	
Procedeu ao fecho das actividades?	
Fez a avaliação da Sessão com os participantes?	
Usou as palavras e as ideias dos participantes para fazer o Fecho da Sessão?	
Sentiu-se à vontade para fazer todas as actividades propostas?	
Fez a avaliação da Sessão com o seu par?	
Transmitiu as Mensagens Chave sobre a Sessão?	

Ilustração da actividade 3: Homens e Mulheres ouvindo uns aos outros





SESSÃO 3

CULPAR NÃO AJUDA NADA



OBJECTIVOS DE APRENDIZAGEM

- Reflectir sobre a responsabilidade do casal na prevenção da infecção do HIV/SIDA
- Enfatizar a importância do apoio de parceiros, da família e de membros da comunidade às pessoas vivendo com HIV e SIDA
- Esclarecer a importância do teste do HIV, da revelação do estado, do uso de preservativo, do tratamento das ITS e da circuncisão para prevenção



TEMPO DA SESSÃO

2 horas e 30 minutos



TEMAS COBERTOS PELA SESSÃO

- Teste conjunto do HIV
- Revelação do estado
- Culpabilização, estigma e discriminação
- Prevenção do HIV entre casais
- Uso de preservativo
- Circuncisão masculina



VÍDEO: CULPAR NÃO AJUDA NADA (MOÇAMBIQUE)

Victorino Raul e Julieta Trinta

Victorino é casado com Julieta Trinta. O casal tem 7 filhos e vivem na localidade de Cone, na província da Zambézia. Saber que são portadores do HIV, em vez de os separar, fez com que consolidassem mais a sua união. Quando descobriram que estavam infectados, em vez de se culparem um ao outro e, com o apoio da família, assumiram a doença como uma fatalidade a vencer. Eles acreditam que não se devem culpar porque ninguém pode saber quem "trouxe a doença para casa".

Eles afirmam que o que acontece frequentemente com as pessoas que são seropositivas, é recusarem a ideia de que estão infectadas, e de que é necessário recorrer ao tratamento nos hospitais e centros de saúde. Eles, pelo contrário, seguem todas as indicações dadas pelos conselheiros, usando sempre o preservativo, não falhando a medicação, alimentando-se bem e usando apenas as suas lâminas quando vão ao curandeiro, Eles hoje estão bem e sentem que se valorizam mais um ao outro, recusando-se a ter outros parceiros.



ACTIVIDADES:

1. Introdução à Sessão;
2. Vulnerabilidade de homens e mulheres face ao HIV/SIDA;
3. Viver com HIV e SIDA;
4. Fecho da Sessão.



MENSAGENS CHAVE DA SESSÃO:

- O homem e a mulher devem fazer o teste do HIV em conjunto;
- A mulher não deve culpar o homem, nem o homem a mulher pela doença.



NOTAS PARA OS FACILITADORES - PÁGINAS 46



ACTIVIDADE 1

Introdução à Sessão



TEMPO: 10 minutos

ONDE QUEREMOS CHEGAR

- ▶ Apresentar o tema e os objectivos da Sessão
- ▶ Rever o que foi aprendido na sessão anterior

1º. PASSO: Rever o que foi aprendido na sessão anterior

- ▶ Solicite a alguns participantes que falem sobre “O que aprendemos na sessão passada? quais foram as questões mais importantes discutidas na última sessão?”
- ▶ Como alternativa, você pode usar o “*jogo da bola*” para solicitar a participação das pessoas do grupo.

2º. PASSO: Descrição da Sessão

- ▶ Explique que nesta sessão, o grupo irá debater sobre a possibilidade que homens e mulheres têm de se infectarem pelo HIV e, que portanto, ninguém deve ser considerado culpado pela doença;
- ▶ Reflectir sobre a importância da prevenção, mesmo quando as pessoas já estão infectadas, como forma de evitar a re-infecção (nova infecção);
- ▶ Nesta Sessão, também será discutida a importância dos parceiros, da família, dos amigos e da comunidade apoiarem as pessoas vivendo com HIV e SIDA no tratamento.



NOTAS PARA OS FACILITADORES

- Tenha em mente que esta sessão pretende pensar em formas de prevenção e de cuidado com a saúde para prevenção das DTS e do HIV. É objectivo também desta sessão melhorar a compreensão dos participantes, evitando a discriminação e, sobretudo a culpabilização que normal acontece entre um casal quando da revelação do resultado positivo para o HIV
- É importante que as mulheres possam expressar os seus sentimentos para aos maridos e à família no caso de estarem infectadas;
- A grande maioria das infecções ocorre por transmissão sexual; as relações com múltiplos parceiros e o sexo casual têm sido responsáveis pelo grande número de novas infecções;
- Muitas mulheres acabam sendo expulsas de seus lares quando descobrem que são seropositivas, por isso, é importante que o casal faça o teste junto, para evitar a culpabilização da mulher, como sendo a pessoa que trás o HIV para casa;
- As mulheres não devem ser abandonadas pelos seus maridos, nem expulsas de quando o resultado de seu teste HIV for positivo;
- Isolar uma pessoa que é seropositiva é o mesmo que discriminá-la e privá-la do direito que todas as pessoas têm à vida, aos cuidados e a serem respeitadas;
- O diálogo entre os casais contribui para atenuar possíveis conflitos decorrentes da revelação do estado serológico;
- A família alargada deve ajudar um casal seropositivo a resolver os seus conflitos;
- Quando um casal está infectado deve usar o preservativo para evitar a reinfecção, e assim, pode continuar a manter sua vida sexual normal;
- O homem e a mulher têm o mesmo direito de negociar uso do preservativo.



ACTIVIDADE 2

Cuidando da Saúde



TEMPO: 1 hora

ONDE QUEREMOS CHEGAR

- ▶ Aumentar o conhecimento de que o HIV pode ser transmitido de várias formas e, que portanto, todos estão sujeitos a infectarem-se pelo HIV, independente do sexo;
- ▶ Esclarecer as formas de prevenção mesmo que as pessoas já estejam infectadas;
- ▶ Esclarecer a importância do teste do HIV, da revelação do estado, do uso de preservativo, do tratamento das ITS e da circuncisão para prevenção.

1º. PASSO: Conceitos básicos sobre ITS, HIV e SIDA – 30 Minutos

- ▶ Inicie a actividade harmonizando o conhecimento do grupo sobre DTS, HIV e SIDA;
- ▶ Comece por verificar a informação que os participantes já têm sobre o tema e, em seguida, acrescente informações complementares;
- ▶ Quando os participantes derem alguma interpretação incorrecta sobre a doença é importante tentar compreender as razões subjacentes que levam as pessoas a fazerem essas interpretações;
- ▶ Não diga simplesmente que suas ideias estão erradas.
- ▶ Formule questões e remeta as dúvidas ao grupo. Somente as responda directamente, quando esgotar o conhecimento e a capacidade do próprio grupo em encontrar as próprias respostas.

"O que é uma doença de transmissão sexual?"; "Quais são as DTS que conhecem?" "Como ela pode manifestar-se (sinais e sintomas)?"

As DTS - Doenças de Transmissão Sexual As DTS são passadas de pessoa para pessoa através de contacto sexual desprotegido (oral, anal ou vaginal).

Exemplos de DST: sífilis, gonorreia, herpes (use termos locais quando falar sobre DTS).

Algumas DTS, como o HIV e a sífilis, podem ser transmitidas de mãe ao filho (bebé).

Sinais e Sintomas DTS: comichão, corrimento (com cor e cheiro), ardor ao urinar, feridas, borbulhas e dores no baixo-ventre.

Esclareça que:

- ▶ Quando ainda não apresentaram sintomas ou sinais visíveis, as DTS podem ser chamadas de ITS, ou seja Infecções de Transmissão Sexual.
- ▶ Algumas DTS podem não apresentar nenhum sinal, mas prejudicam a saúde da mulher e do homem e podem ser responsáveis pela infertilidade (incapacidade de engravidar);
- ▶ Quando ainda não apresentaram sintomas ou sinais visíveis, as DTS podem ser chamadas de ITS, ou seja Infecções de Transmissão Sexual.

O que é HIV? O que é SIDA? Qual a diferença entre HIV e SIDA?

HIV - Vírus da Imunodeficiência Humana.

- ▶ O HIV é um vírus que ataca o sistema de defesa do corpo, responsável por combater as doenças.
- ▶ O HIV passa de uma pessoa para outra:
 - Através do contacto sexual desprotegido (principal forma de transmissão):
 - Através de materiais infectados, tais como instrumentos cortantes, agulhas na transfusão de sangue
 - Da mãe para o filho, durante a gravidez, o parto ou na amamentação.
- ▶ Não se pode saber se alguém está infectado pelo HIV apenas pela aparência. A única maneira de saber se alguém tem o vírus HIV é por meio do teste do HIV.
- ▶ O HIV é o que causa a SIDA, quando o organismo já está debilitado.

- ▶ Lembre aos participantes que mais da metade das infecções pelo HIV acontecem através do sexo desprotegido; sendo assim, é importante discutir ideias e práticas que afectam a capacidade de homens e mulheres a tomarem decisões para se protegerem nas relações sexuais.
- ▶ Lembre ainda, que uma pessoa infectada, mesmo que não tenha desenvolvido a doença, pode passar o HIV para outra pessoa.

LEMBRETE

- O objectivo desta actividade é de esclarecer alguns conceitos básicos e, portanto, não tem a intenção de ser uma sessão educativa sobre DTS/HIV/SIDA.
- Se o grupo tiver muitas perguntas, especialmente aquelas que você não pode responder ou não tem certeza, refira-os para o serviço local de saúde ou para um trabalhador local de saúde.
- Você também pode colocar as questões no "Cesto de Ideias - Estacionamento" para fazer uma discussão num outro dia e convidar um profissional de saúde para responder as perguntas dos participantes.

2º. PASSO: Discussão no Grupo Alargado (Sessão Plenária) - 30 Minutos

Cuidados de Saúde para Prevenção do HIV

- ▶ Inicie a discussão perguntando:
 - *Quais os problemas de saúde que os homens enfrentam normalmente?*
 - *Quais os problemas de saúde que as mulheres têm normalmente?*
 - *Homens e Mulheres cuidam a sua saúde da mesma forma? Por quê?*
 - *Como a forma de que os homens e mulheres têm de cuidar da própria saúde afecta a vida do/a parceiro/a?*
 - *A forma como homens e mulheres foram criados tem influência no cuidado de saúde? Como?*

- ▶ Esclareça os participantes que:
 - A maioria dos homens não vai ao serviço de saúde para cuidar da própria saúde;
 - Muitas pessoas não sabem se tem o HIV ou não, por isso, acabam por infectar outras pessoas.
 - Outras pessoas, mesmo sabendo que estão infectadas, não se protegem durante as relações sexuais e escondem de seus parceiros.
 - Há várias formas de cuidar da saúde e ter uma vida positiva.
 - Em determinadas situações, as mulheres podem tornar-se mais vulneráveis a infectarem-se pelo HIV do que os homens, especialmente quando o parceiro está infectado e não conhece o estado serológico, ou esconde da mulher.
 - Cuidar da saúde não deve ser uma preocupação apenas de mulheres, mas também dos homens.
 - Mesmo que uma pessoa já esteja infectada, ela deve ter cuidados de saúde para evitar que sua saúde se agrave e que venha infectar o seu parceiro:
- ▶ Para encerrar a actividade pergunte:
 - *Quais são os cuidados de saúde que homens e mulheres devem para prevenir a infecção pelo HIV?*
- ▶ Termine a actividade transmitindo as mensagens sobre a saúde do homem e formas de prevenção:

- É da responsabilidade do homem cuidar da própria saúde e da saúde da parceira;
- É importante que o homem procure os serviços de saúde e oriente outros homens para que façam o mesmo para:
 - ▶ Conhecer seu estado serológico e, caso esteja infectado, fazer o tratamento recomendado;
 - ▶ Usar o preservativo para evitar passar o HIV para sua parceira;
 - ▶ Quando tiver algum sinal/sintoma de uma ITS, procurar o serviço de saúde. Isso impede da doença ficar mais grave ou de passar a infecção para a sua parceira;
 - ▶ Fazer a circuncisão. Caso você ainda não tenha feito, saiba (e informe outros homens) que a circuncisão masculina:
 - É cada vez mais comum nos dias de hoje por razões de saúde, mesmo entre homens que não têm motivos religiosos, ou pertencem a algum grupo familiar que não tem como hábito fazer a circuncisão
 - Melhora a higiene do pénis (elimina o mal cheiro e a sujidade que se acumula sob o prepúcio).
 - Diminui muito a chance do homem apanhar uma ITS, incluindo o HIV
 - Reduz o de cancro de pénis e outras infecções do pénis - (infecção da glândula e do prepúcio).
 - Não prejudica a vida sexual, ao contrário, ela ajuda a eliminar dores na relação sexual, quando há dificuldade de afastar o prepúcio
 - Reduz a incidência de cancro de colo de útero (mulher)
 - A circuncisão masculina é gratuita e é feita por pessoal treinado nas Unidades Sanitárias para maiores de 10 anos a 49 anos de idade.
 - A circuncisão é feita com anestesia local, por isso não dói.



ACTIVIDADE 3

Viver com o HIV e SIDA



TEMPO: 1 hora

ONDE QUEREMOS CHEGAR

- ▶ Contribuir para que os participantes reflitam sobre os diferentes conflitos que enfrentam quando decidem revelar que são HIV positivo;
- ▶ Contribuir para o esclarecimento de que a infecção do HIV não deve ser motivo para que as pessoas sejam discriminadas, culpabilizadas (acusadas) pelos os seus parceiros ou tenham seus direitos violados.
- ▶ Estimular os membros dos grupos a identificarem a importância do apoio dos parceiros, da família e dos membros da comunidade às pessoas vivendo com HIV e SIDA, como forma de reduzir o estigma e a discriminação

1º. PASSO: **Mostrar a *História de Vida* de Victorino Raul e Julieta Trinta**

- ▶ Mostre o vídeo: *Culpar não ajuda nada*
- ▶ Solicite aos participantes que observem a forma como Victorino e Julieta superaram as dificuldades ao tomarem conhecimento de que são seropositivos;
- ▶ Enfatize que as pessoas no vídeo são pessoas reais e não actores.

2º. PASSO: **Discussão sobre o Vídeo de Victorino e Julieta**

Perguntas para Discussão

Sobre a História:

- ▶ De que fala esta História de Vida?
- ▶ O que mais chama atenção na história de Victorino e Julieta?
- ▶ Como é que Victorino e Julieta lidaram com a descoberta de que estavam seropositivos?
- ▶ Como isto teve um impacto na vida do casal?
- ▶ Como é que o casal resolveu os seus conflitos por ter tido o resultado positivo para o teste HIV?
- ▶ Qual a vantagem dos casais em fazerem o teste do HIV?
- ▶ O que acham que seja a questão mais difícil quando se descobre que se tem HIV? Porquê?

Sobre aquilo que se passa na comunidade:

- ▶ Nesta comunidade/bairro existe casos de casais seropositivos? Como os membros da comunidade têm lidado com casos como este?
- ▶ O que há de diferente na forma como Victorino e Julieta se relacionam?
- ▶ Por que razão o casal acha que não um não deve culpar o outro de “ter levado a doença para casa”?
- ▶ O que normalmente acontece com a mulher quando o marido descobre que ela tem o HIV?

- ▶ O que normalmente acontece com o homem quando a mulher descobre que ele tem o HIV?
- ▶ Nesta comunidade é discutida a questão do estigma e preconceito que enfrentam as pessoas vivendo com HIV?

Sobre a relação do tema com a infecção pelo HIV e SIDA:

- ▶ O que os membros dessa comunidade/bairro podem fazer para melhorar a vida de mulheres e de homens que vivem com HIV e SIDA?
- ▶ O que devemos aconselhar para os homens e mulheres que são seropositivos?
- ▶ O que vocês pensam que podem fazer para evitar que as pessoas que vivem com HIV/SIDA sejam discriminadas, nesta comunidade/bairro?



ACTIVIDADE 4

Fecho da Sessão



TEMPO: 10 minutos

ONDE QUEREMOS CHEGAR

- ▶ Resumir os principais aspectos debatidos na sessão

1º. PASSO: Avaliação da Sessão

- ▶ Faça a avaliação oral da Sessão com os participantes, perguntando “O que aprendemos na sessão de hoje?”

2º. PASSO: Resumo dos Principais Pontos

- ▶ Repita os objectivos de aprendizagem da sessão e a sua relação com os pontos principais levantados na discussão, utilizando as ideias trazidas pelos participantes para o resumo dos principais temas abordados na sessão.

3º. PASSO: Preparação para o Próximo Encontro

- ▶ Lembre os participantes da data do próximo encontro;
- ▶ Encerre a Sessão agradecendo a presença de todos;
- ▶ Reúna-se com seu par para fazer a avaliação de desempenho do par na Sessão.

MENSAGENS DE FECHO DA SESSÃO

- Quando um casal está infectado, deve apoiar-se mutuamente e evitar acusações;
- Todos estão sujeitos a infectarem-se pelo HIV, independente do sexo;
- As pessoas que são seropositivas, devem revelar seu estado para o/a parceiro/a e família para poder contar com apoio das pessoas que podem-lhes aconselhar e ajudar na busca de cuidados e tratamento dos serviços de saúde.

Finalize a Sessão e oriente os participantes a:

- Cuidar da saúde da mulher e do homem;
- É importante que o homem e a mulher procurem os serviços de saúde e oriente outras pessoas a fazerem o mesmo;
- Fazer teste para conhecer o seu estado serológico e, caso esteja infectado/a, fazer o tratamento recomendado;
- Fazer teste com o/a parceiro/a - teste conjunto;

Você pode ir directamente a uma Unidade Sanitária, ou organizar os membros da sua comunidade em um grupo e solicitar uma brigada móvel, com apoio das organizações que actuam na sua zona.

- Usar o preservativo para evitar a infecção pelo HIV e outras DST;
- É importante usar o preservativo em todas as relações sexuais, mesmo quando a pessoa já está infectada para evitar passar o HIV para o/a parceiro/a ou evitar a reinfecção;

Você pode conseguir preservativos também com organizações que actuam na sua zona ou pedir no Centro de Saúde/Hospital. A distribuição é gratuita.

- Quando tiver algum sinal/sintoma de uma DST, procurar o serviço de saúde. Isso impede que a doença se agrave ou que a infecção seja transmitida à seu/sua parceiro/a;

Quanto mais rápido tratar uma DTS, mais fácil será o tratamento e a cura. Faça o tratamento conforme orientado pelo profissional de saúde até o fim. Isso também vai evitar que você tenha mais possibilidade de apanhar o HIV.

- Reduzir o número de parceiros/as sexuais;
- O homem não deve abusar da condição de ter dinheiro/poder para induzir a mulher a fazer sexo (troca de favores sexuais com mulheres e raparigas).

A maioria das infecções pelo HIV se dá através da relação sexual sem uso de preservativo.

- Caso o homem ainda não tenha feito, o homem deve fazer a circuncisão masculina e orientar outros homens a fazê-lo também

Muitas Unidades Sanitárias e Hospitais já estão a fazer a circuncisão. Também existem organizações que estão a organizar brigadas móveis para facilitar o acesso de mais homens à circuncisão.

LISTA DE VERIFICAÇÃO - SESSÃO 3

VOCÊ...	VISTO
Solicitou que os participantes fizessem o resumo da 2ª Sessão?	
Actualizou a Ficha de Participação - presença?	
Apresentou os objectivos da Sessão?	
Fez uma actividade de aquecimento com o grupo?	
Certificou-se de que os participantes expressaram livremente as suas dúvidas?	
Esclareceu todas as dúvidas dos participantes?	
Fez a actividade - Cuidando da Saúde	
Mostrou e debateu com os participantes o vídeo de Victorino e Julieta?	
Seguiu o roteiro para o debate do vídeo?	
Debateu com o grupo o que torna homens e mulheres vulneráveis à infecção pelo HIV?	
Procedeu ao fecho das actividades?	
Fez a avaliação da Sessão com os participantes?	
Usou as palavras e as ideias dos participantes para fazer o Fecho da Sessão?	
Sentiu-se à vontade para fazer todas as actividades propostas?	
Confirmou data e horário do próximo encontro?	
Fez a Avaliação da Sessão com o seu par?	
Transmitiu as Mensagens Chave sobre a Sessão?	



OBJECTIVOS DE APRENDIZAGEM

- Promover a adesão ao Tratamento Antiretroviral - TARV
- Reduzir o estigma das pessoas vivendo com HIV e SIDA
- Reduzir a desconfiança quanto à eficácia do TARV
- Estimular a importância do apoio dos parceiros e da família na adesão ao tratamento das pessoas vivendo com HIV e SIDA



TEMPO DA SESSÃO

2 horas e 30 minutos



TEMAS COBERTOS PELA SESSÃO

- Adesão ao Tratamento antiretroviral - TARV
- Apoio às pessoas vivendo com HIV
- Toma correcta da medicação



VIDEO: PROLONGAR A VIDA COM TARV (MOÇAMBIQUE)

Rosita Joaquim

Rosita Joaquim tem 47 anos e 6 filhos, 2 dos quais moram com ela no 10º bairro, UCD, Quarteirão 3, na Beira.

Rosita viu a sua vida completamente transformada quando ficou doente com HIV. Foi estigmatizada pela própria família e vizinhos e abandonada pelo marido de quem nunca mais teve notícias. Passou por momentos muito duros e grandes dificuldades económicas, chegando ao ponto de não ter nada para comer em casa. Começou a fazer tratamento anti-retroviral e melhorou mas abandonou a medicação devido à crença de que o tratamento a acabaria por matar. Teve uma recaída que a deixou muito debilitada e por este motivo aceitou reiniciar o tratamento. Hoje sabe que tem de manter a medicação durante toda a vida, para poder levar uma vida saudável e mais longa e defende que ninguém deve ter vergonha de ter SIDA.



ACTIVIDADES:

1. Introdução à Sessão
2. TARV: viver mais e melhor com HIV/SIDA
3. Apoio da família e da comunidade ao tratamento da tuberculose
4. Fecho da Sessão



MENSAGENS CHAVE DA SESSÃO:

- O TARV depois de iniciado, não deve ser interrompido;
- Quem está a fazer o Tratamento antiretroviral deve fazer controlo e seguimento médico, conforme indicado pelos profissionais de saúde;
- A família, os amigos e os membros da comunidade devem apoiar as pessoas que fazem TARV para que elas não deixem de tomar a medicação;
- Os efeitos desagradáveis do tratamento passam logo após as primeiras semanas.
- Os efeitos do medicamento não devem ser confundidos com o agravamento do estado de saúde.



NOTAS PARA OS FACILITADORES - PÁGINA 56



ACTIVIDADE 1

Introdução à Sessão



TEMPO: 10 minutos

ONDE QUEREMOS CHEGAR

- ▶ Apresentar o tema e os objectivos da Sessão
- ▶ Rever o que foi aprendido na sessão anterior

1º. PASSO: Rever o que foi aprendido na sessão anterior

- ▶ Solicite a alguns participantes que falem sobre “O que aprendemos na sessão passada? quais foram as questões mais importantes discutidas na última sessão?”;
- ▶ Como alternativa, você pode usar o “*jogo da bola*” para solicitar a participação das pessoas do grupo.

2º. PASSO: Descrição da Sessão

- ▶ Explique que nesta sessão, o grupo irá debater sobre o tratamento anti-retroviral e o tratamento da tuberculose, como medida eficaz para prolongar e melhorar a qualidade de vida das pessoas vivendo com HIV e SIDA – PVHS.



NOTAS PARA OS FACILITADORES

- Os efeitos desagradáveis do TARV não devem ser confundidos com o agravamento do estado de saúde;
- É importante que uma pessoa em tratamento da TB ou em TARV tenha uma alimentação variada, com base nos alimentos disponíveis na sua zona;
- A bebida e o cigarro diminuem as defesas da pessoa. A pessoa em tratamento não deve beber ou fumar;
- A pessoa infectada deve diminuir o número de parceiros/as sexuais e usar o preservativo em todas essas relações para evitar reinfectar-se e/ou infectar seu/sua parceira sexual;
- Pouco a pouco a quantidade de vírus de uma pessoa infectada pelo HIV vai aumentando no corpo da pessoa, destruindo lentamente suas defesas, como acontece quando os “*muhlas*” destroem uma casa;
- Quando as defesas naturais da pessoa já estiverem muito fracas, ela começa a ficar muito magra, muito doente, pode apanhar tuberculose, ter borbulhas, manchas no corpo, feridas na boca e/ou outras infecções. Quando a pessoa chega a ficar assim, normalmente ela já está na fase mais avançada da infecção, o SIDA;
- A tuberculose é a principal causa de morte entre as PVHS. Em Moçambique, mais de metade dos doentes com TB, são HIV positivos
- A TB não é causada por aborto nem por manter relações sexuais com uma mulher que está no período (menstruada);
- A TB não é diagnosticada no curandeiro, mas sim e somente na Unidade Sanitária através de análises.



ACTIVIDADE 2

TARV: viver mais e melhor com HIV/SIDA



TEMPO: 1 hora

ONDE QUEREMOS CHEGAR

- ▶ Clarificar os benefícios do tratamento para a melhoria do estado de saúde das PVHS;
- ▶ Esclarecer que o TARV é por toda a vida;
- ▶ Esclarecer os benefícios do tratamento para a redução o risco de Infecções Oportunistas; e
- ▶ Enfatizar a importância de ir à Unidade de Saúde fazer o controlo do estado de saúde e do tratamento, conforme indicado pelo profissional de saúde.

1º. PASSO: Esclarecimentos de conceitos sobre TARV

- ▶ Antes de iniciar a discussão sobre o TARV, você deve esclarecer que a preocupação do TTHV com este tema é estimular as pessoas que vivem com HIV/SIDA a aderirem ao TARV, de modo que possam viver mais e ter uma melhor qualidade de vida.
- ▶ Comece explicando que nosso **corpo** é como uma casa. Da mesma forma que a casa nos protege do vento e das chuvas, nosso corpo possui defesas naturais que nos protege de doenças;
- ▶ Algumas doenças são provocadas por vírus. Os vírus são tão pequenos que não podemos vê-los, mas eles destroem as defesas naturais do nosso corpo. O HIV é um deles, conhecido como o vírus do SIDA, como já vimos anteriormente. Ele é como o *muhla*, que mesmo que não possamos vê-lo, ele corrói a madeira até que ela fique muito fraca.
- ▶ Além disso, quando não estamos bem com as nossas emoções, nosso corpo fica mais vulnerável às doenças. Algumas pessoas reagem melhor do que outras, a um problema emocional, financeiro ou a uma doença. Isso depende do estado de saúde das pessoas, da forma como elas vivem, como se alimentam, se estão felizes ou tristes e tudo mais. Por isso, algumas pessoas têm mais facilidade de ficar doentes do que outras.
- ▶ O tratamento anti-retroviral é a medicação que faz com que os vírus fiquem adormecidos no corpo da pessoa infectada. Ele ajuda o organismo a se defender das doenças, dando-lhe mais forças para continuar vivendo normalmente.
- ▶ Os anti-retrovirais não eliminam o HIV. Quem está infectado vai precisar de tomar esta medicação pelo resto da vida.
- ▶ Apesar dos anti-retrovirais ajudarem a controlar a infecção do HIV, a pessoa que está infectada, pode transmitir a infecção para outras pessoas principalmente através de relações sexuais desprotegidas, isto é, sem o preservativo.

2º. PASSO: Mostrar a *História de Vida* de Rosita Joaquim

- ▶ Mostre o vídeo: Prolongar a vida com TARV
- ▶ Solicite aos participantes que prestem atenção ao vídeo e observem as razões que levaram Rosita a abandonar o tratamento e como ultrapassou esta decisão e voltou a tomar a medicação correctamente;
- ▶ Enfatize que as pessoas no vídeo são pessoas reais e não actores.

3º. PASSO: Discussão sobre o Vídeo de Rosita Joaquim;

Perguntas para a Discussão

Sobre a História

- ▶ De que trata esta História de Vida?
- ▶ Por que razão Rosita parou com o tratamento?
- ▶ Quais são os problemas que Rosita enfrentou para ter interrompido o tratamento?
- ▶ O que levou Rosita a voltar a tomar a medicação?
- ▶ Depois que Rosita voltou a tomar a medicação o que aconteceu com a vida dela?
- ▶ O que leva as pessoas a interromperem o TARV?

Sobre aquilo que se passa na comunidade

- ▶ Vocês conhecem algum caso de alguém que, como a Rosita, deixou de tomar a medicação?
- ▶ O que aconteceu com esta pessoa?
- ▶ Rosita contou com a ajuda de alguém para continuar o tratamento?
- ▶ Qual é o papel da família para ajudar as pessoas a não abandonarem o tratamento?
- ▶ E o da comunidade? O que a comunidade pode fazer para apoiar as pessoas que estão a tomar a medicação de modo que elas não abandonem o tratamento?

Sobre a relação do tema com a infecção pelo HIV e SIDA

- ▶ O que acontece com uma pessoa que inicia o tratamento e depois pára de tomar a medicação?
- ▶ O que os membros desta comunidade podem fazer para que as pessoas vivendo com HIV e SIDA não abandonem o tratamento?
- ▶ O que a família pode fazer para que as pessoas que fazem o TARV não abandonem o tratamento?
- ▶ O que o/a parceiro/a pode fazer para que as pessoas que fazem o TARV não abandonem o tratamento?

Mensagens para o encerramento da actividade

- ▶ Quando informamos às pessoas que elas são seropositivas, é normal que elas tenham diferentes reacções. Elas podem ficar chocadas, deprimidas, com raiva ou transtornadas. Leva algum tempo para a pessoa aceitar esta nova realidade em sua vida.
- ▶ Lembre-se: viver com o HIV é como viver com diabetes e pressão alta (tensão). As pessoas com esses problemas de saúde têm de ter alguns cuidados por toda a vida.
- ▶ Pessoas que vivem com o HIV precisam de se preparar para “pensar positivamente” sobre si mesmo e sua vida. Pensar e viver positivamente é cuidar do seu corpo e de suas emoções. Se a pessoa fica muito preocupada ou deprimida isto não ajuda seu corpo a se defender de infecções. Existem muitos modos de sentir-se bem e evitar doenças. Por exemplo:
 - Manter o corpo activo, isto é, andar, trabalhar, como sempre fez.
 - Se alimentar melhor, aproveitando o que existe de nutritivo nos alimentos locais.
 - Dormir bem e descansar.
 - Procurar os amigos, conversar e partilhar seus sentimentos.

- Procurar apoio emocional quando se sentir fisicamente debilitado ou triste.
- Prevenir-se de outras infecções, como a malária e a Tuberculose.
- Prevenir-se de outras doenças transmitidas através de relações sexuais.
- Tomar o medicamento, conforme indicado pelo/a profissional de saúde para toda vida.
- ▶ É importante que as pessoas continuem a fazer as mesmas actividades que faziam antes de saber que são seropositivos. Quando as pessoas descobrem a sua seropositividade e ficam em casa, paradas, acabam tendo muito tempo para pensar em coisas negativas e isto não ajuda seu corpo a melhorar sua defesa natural.
- ▶ Os efeitos desagradáveis do tratamento logo passam, eles nada têm a ver com agravamento do estado de saúde das pessoas ou o desenvolvimento de outras doenças.
- ▶ Para que as pessoas possam fazer o tratamento correctamente, elas precisam contar com o apoio dos seus/suas parceiros/as, amigos e familiares.



ACTIVIDADE 3

Apoio da família e da comunidade ao tratamento da tuberculose



TEMPO: 1 hora

ONDE QUEREMOS CHEGAR

- ▶ Conhecer como é feito o TARV;
- ▶ Esclarecer que a tuberculose tem cura e que seu tratamento dura 6 meses;
- ▶ Esclarecer que as pessoas vivendo com HIV têm maior possibilidade de ter tuberculose - TB;
- ▶ Estimular a participação nos Grupos de Apoio Comunitários asPVHS.

1º. PASSO: Esclarecimento sobre o TARV a importância de tomar a medicação

- ▶ Quem precisa fazer tratamento anti-retroviral?
- ▶ O que é o TARV?
- ▶ Reações do TARV?
- ▶ Porque é preciso comunicar ao parceiro/a sexual?
- ▶ Qual a importância de buscar o apoio de grupos na comunidade?
- ▶ O que significa dizer que "o tratamento é para toda vida"?

O TARV é o nome que se dá ao tratamento das pessoas infectadas com o HIV. Este tratamento inclui:

- ▶ Ir a todas as consultas marcadas na unidade sanitária; através destas consultas e análises é possível saber se a pessoa tem algum outro problema de saúde, se a medicação está dando bons efeitos
- ▶ Prevenir as doenças oportunistas que surgem quando o sistema de defesa da pessoa infectada pelo HIV está mais frágil:
- ▶ Tomar correctamente a medicação, assim, a pessoa infectada poderá vir a ter uma vida normal, trabalhar, cuidar de sua família e ver seus filhos crescerem.
- ▶ É importante procurar na comunidade por outras pessoas na mesma situação, para partilhar sua experiência e receber apoio emocional.
- ▶ Como qualquer medicação, os anti-retrovirais podem dar algumas reacções. Estas reacções podem durar algumas semanas, mas a tendência é que, com o passar do tempo, essas reacções diminuam.
- ▶ Algumas reacções comuns no início do tratamento são:
 - Sentir cansaço
 - Dor de cabeça
 - Feridas na pele
 - Boca seca
 - Tonturas e vômitos
 - Diarreia
 - Acordar algumas vezes à noite (sono interrompido)
- ▶ Quando isso acontece a pessoa deve procurar a unidade de saúde para que o médico ou enfermeira possa dar alguma medicação para controlar os efeitos desagradáveis dos anti-retrovirais.
- ▶ Quando é iniciado o TARV, a pessoa não deve interromper a toma dos comprimidos mesmo quando ocorrem essas reacções.

- ▶ A pessoa em tratamento também deve procurar o apoio de outras pessoas na comunidade (Grupos de Apoio) que também estão a usar o TARV para partilhar sua experiência. Isto vai-lhe trazer conforto e ajuda nos momentos de dificuldade do tratamento.
- ▶ A pessoa em TARV deve comunicar seu/sua parceiro/a, orientar para que ele/ela também faça o teste, e conheça seu estado e possam usar o preservativo em todas as relações sexuais.

Além dos Grupos de Apoio de PVHS na comunidade, existem os GAACs - **Grupos de Apoio a Adesão Comunitária** que foram criados pelo Ministério da Saúde com o objetivo de:

- ▶ Melhorar o acesso, a retenção e a adesão dos pacientes ao TARV;
- ▶ Assegurar o apoio psicossocial entre pacientes em TARV e Pré-TARV;
- ▶ Melhorar a ligação entre a Unidade Sanitária e a comunidade.

Crítérios para fazer parte dum GAAC:

- ▶ Ter conhecimento do seu sero-estado;
- ▶ Estar em TARV há pelo menos 6 meses;
- ▶ Ter idade superior ou igual a 15 anos;
- ▶ Ter a contagem de CD4 acima de 200 cel/ul;
- ▶ Mostrar interesse em fazer parte do grupo;
- ▶ Ser aderente aos anti-retrovirais e às consultas médicas nos últimos 6 meses;
- ▶ Ter uma saúde estável (sem tuberculose, Sarcoma de Kaposi e malnutrição aguda).

Como participar do GAAC:

- ▶ Os membros são seleccionados ao nível da comunidade com o apoio da US;
- ▶ Os pacientes aderem ao grupo em função dos laços de parentesco/vizinhança/residência;
- ▶ Devem estar inscritos na mesma US onde recebem o TARV;
- ▶ O número máximo de membros por grupo é de 6 pessoas;
- ▶ Cada grupo tem um ponto focal elegido por seus membros;
- ▶ Mensalmente, um dos membros do grupo, de forma rotativa, vai à US levantar os medicamentos para todos os membros,

2º. Passo: Discussão no Grupo Alargado (Sessão Plenária)

Perguntas para a Discussão

- ▶ O que é Tuberculose - TB?
- ▶ Existe tratamento para TB?
- ▶ A TB tem cura?
- ▶ Por que razão uma pessoa que tem HIV precisa fazer teste de tuberculose?
- ▶ O tratamento da TB e do HIV são iguais?

Informações sobre Tuberculose

- ▶ A tuberculose é uma doença que ataca os pulmões. A tuberculose pode também atacar outras partes do seu corpo, como os ossos, juntas (articulações) e intestinos.
- ▶ Em Moçambique, a Tuberculose é a principal infecção que aparece nas pessoas que

têm o HIV. Ela enfraquece mais ainda as defesas naturais da pessoa, mesmo que ela esteja tomando os anti-retrovirais.

- ▶ Uma pessoa que está com tuberculose precisa tratar também desta doença, para não agravar seu estado de saúde;
- ▶ O tratamento da tuberculose é diferente do tratamento anti-retroviral. O tratamento da TB é feito por mais ou menos 6 meses, enquanto o tratamento anti-retroviral deve ser feito para toda a vida.
- ▶ A Tuberculose tem cura e o tratamento é gratuito, mas a pessoa tem que cumprir com o tratamento, sem falhar. Se o tratamento for interrompido, o doente pode ter recaídas e quando for tomar a medicação novamente esta já não vai funcionar.

Sinais e Sintomas da Tuberculose

Uma pessoa deve desconfiar que pode estar com TB se estiver com alguns desses sintomas:

- Uma tosse que continua há mais de 3 semanas
- Tosse acompanhada de escarro com sangue
- Febre, especialmente no final do dia
- Suor noturno
- Perda de peso
- Perda de apetite
- Emagrecimento
- Dores no peito
- Falta de ar
- Cansaço fácil
- Caroços no pescoço ou axilas (gânglios aumentados)

Caso apresente alguns desses sintomas, ela deve ir a unidade sanitária para fazer análise, e se o resultado for positivo, receber o tratamento adequado.

Como fazer correctamente o tratamento da TB

- ▶ O tratamento dura em média 6 meses.
- ▶ Nos primeiros dois meses o paciente deve ir diariamente a US levar os comprimidos e tomá-los na presença do Técnico de saúde (DOT - Directa Observação do Tratamento);
- ▶ Nos restantes 4 meses, o paciente vai regularmente (semanalmente ou mensalmente) levar os medicamentos nas US;
- ▶ Os medicamentos da TB são tomados uma vez por dia, em jejum (antes do mata-bicho);
- ▶ Deve continuar a fazer as análises regulares (escarro, sangue, RX e urina) que o profissional de saúde pede para controlar a evolução do tratamento;
- ▶ Se estiver em TARV, seguir os dois tratamentos (TB & HIV) ao mesmo tempo.
- ▶ Evitar consumir bebidas alcoólicas,
- ▶ Adoptar boas práticas de higiene para evitar outras infecções: lavar sempre as mãos após usar casa de banho, antes de comer ou preparar alimentos, colocar a mão na boca para evitar passar a doença para outras pessoas.

Principais razões para o abandono do tratamento

- ▶ A pessoa se esquece de tomar os remédios
- ▶ Acha que já está curada, pois seu estado de saúde melhora nas primeiras semanas de tratamento
- ▶ Acha que é muito tempo de tratamento
- ▶ Não aguenta as reacções secundárias do medicamento
- ▶ Vive muito longe da Unidade Sanitária
- ▶ A pessoa que bebe e acredita que vai cortar o efeito do medicamento
- ▶ Não foi bem orientada sobre os riscos de parar o tratamento

Consequências de parar com o tratamento

- ▶ O paciente volta a transmitir a tuberculose para outras pessoas
- ▶ Os micróbios que não morreram tornam-se mais resistentes aos medicamentos
- ▶ Esses micróbios mais fortes vão se reproduzir, tornando o tratamento mais difícil e mais prolongado
- ▶ Pode ser preciso mudar os medicamentos e aumentar o tempo do tratamento, que pode chegar a dois anos ou mais



ACTIVIDADE 4

Fecho da Sessão



TEMPO:

ONDE QUEREMOS CHEGAR

- ▶ Resumir os principais aspectos debatidos na sessão

1º. PASSO: Avaliação da Sessão

- ▶ Faça a avaliação oral da Sessão com os participantes, perguntando "O que aprendemos na sessão de hoje?"

2º. PASSO: Resumo dos Principais Pontos

- ▶ Repita os objectivos de aprendizagem da sessão e a sua relação com os pontos principais levantados na discussão, utilizando as ideias trazidas pelos participantes para fazer o resumo dos principais temas abordados na sessão.

3º. PASSO: Preparação para o Próximo Encontro

- ▶ Lembre os participantes da data do próximo encontro;
- ▶ Encerre a Sessão agradecendo a presença de todos;
- ▶ Reúna-se com seu par para fazer a avaliação de desempenho do par na Sessão.

MENSAGENS DE FECHO DA SESSÃO

- O início do tratamento, tanto do TARV, como da TB é sempre difícil para a maioria das pessoas, porque a medicação tem muitos efeitos desagradáveis, que fazem com a pessoa sinta mal-estar, tenha diarreia, dores abdominais, vômitos etc;
- Em pouco tempo esses efeitos passam e a pessoa logo sente-se melhor, mais forte e volta a fazer suas actividades normais, como aconteceu no caso da Rosita;
- É importante apoiar as pessoas que fazem tratamento TARV ou de Tuberculose a não abandonarem para que elas possam ter uma vida mais longa e com maior qualidade;
- A TB tem tratamento e tem cura;
- O HIV tem tratamento, mas ainda não tem cura, portanto o seu tratamento e para toda vida.

Finalize a Sessão e estimule os participantes a:

- Caso esteja em TARV, não parar de tomar a medicação e nem deixar de passar pelas consultas de controlo;
- Se parou o tratamento, deve voltar o mais rápido possível a Unidade Sanitária para retomar o tratamento;

Oriente as pessoas em tratamento em TARV a:

- Não interromper o tratamento. O TARV é para toda a vida;
- Tomar os comprimidos todos os dias no mesmo horário;
- Ajudar a pessoa em TARV a não esquecer os horários do medicamento;
- Não parar a medicação para evitar que os vírus voltem a aumentar enfraqueçam as defesas da pessoa;
- Esclarecer que o HIV é uma infecção crónica como qualquer outra.

Orientar as pessoas em tratamento da Tuberculose a:

- Irem à Unidade Sanitária;
- Alimentar-se bem com os alimentos disponíveis localmente;
- Ir a todas as consultas de controlo (mensal), até o final do tratamento;
- Para evitar a transmissão da TB de uma pessoa para outra:
 - Mantenha o ambiente, limpo e arejado;
 - Deixe as janelas abertas para permitir a entrada de sol;
 - Explique que a transmissão se dá pelo ar, seja através da tosse e/ou do espirro;
 - Oriente que a pessoa deve cobrir o nariz e a boca com o braço quando espirrar ou tossir, até que o resultado do exame de controlo esteja negativo;
 - Não cuspir em qualquer lugar
 - Todos os membros da família que tiveram contacto com o doente devem procurar a Unidade Sanitária para fazer diagnóstico o quanto antes (rastreamento), principalmente as crianças e as PVH;
 - Todas as pessoas que apresentarem um ou mais sintomas da TB devem procurar o hospital/Unidade Sanitária para fazer o teste de Tuberculose;
- Se uma pessoa HIV positiva apanhar a tuberculose deve, além de continuar a tomar os anti-retrovirais, cumprir com o Tratamento da TB até ao fim, para não agravar seu estado de saúde.

LISTA DE VERIFICAÇÃO - SESSÃO 4

VOCÊ...	VISTO
Solicitou que os participantes fizessem o resumo da 3ª Sessão?	
Actualizou a Ficha de Participação - presença?	
Apresentou os objectivos da Sessão?	
Fez uma actividade de aquecimento com o grupo?	
Certificou-se de que os participantes expressaram livremente as suas dúvidas?	
Esclareceu todas as dúvidas dos participantes?	
Fez a actividade - Apoio da família e da comunidade ao tratamento da tuberculose	
Mostrou e debateu com os participantes o vídeo de Rosita?	
Seguiu o roteiro para o debate do vídeo?	
Procedeu ao fecho das actividades?	
Fez a avaliação da Sessão com os participantes?	
Usou as palavras e as ideias dos participantes para fazer o Fecho da Sessão?	
Sentiu-se à vontade para fazer todas as actividades propostas?	
Confirmou data e horário do próximo encontro?	
Fez a Avaliação da Sessão com o seu par?	
Transmitiu as Mensagens Chave sobre a Sessão?	

CASAIS SERODISCORDANTES: CONVIVER COM AS DIFERENÇAS



OBJECTIVOS DE APRENDIZAGEM

- Promover o aconselhamento e a testagem conjunta dos casais
- Contribuir para que a pessoa HIV+ se sinta encorajada a revelar o seu estado serológico ao parceiro sexual
- Mostrar as vantagens, para o convívio familiar, do parceiro HIV- dar apoio ao seu parceiro HIV+
- Promover o Planeamento Familiar e a Prevenção da Transmissão Vertical para as mulheres seropositivas que desejam engravidar



TEMPO DA SESSÃO

2 horas e 30 minutos



TEMAS COBERTOS PELA SESSÃO

- Testagem conjunta
- Serodiscordância
- Redução de risco entre casais seropositivos
- Apoio dos parceiros e familiares às PVHS
- Prevenção da Transmissão Vertical - PTV



VIDEO: Casais Serodiscordantes: conviver com a diferença (Moç.)

Aurélia Azar e Ernesto Rungo

Aurélia Azar tem 40 anos de idade mora no distrito de Marracuene, província de Maputo, com o seu marido Ernesto Rungo de 49 anos e os seus três filhos.

Aurélia Azar é seropositiva, mas o seu marido não é. Ela ficou a saber do seu estado depois de ter estado muito doente. A princípio não teve coragem de contar ao marido mas este, ao contrário da mulher que ficou muito perturbada com a notícia, reagiu bem, não culpou a mulher nem procurou encontrar a razão pela qual ela estava infectada. Ernesto deu o maior apoio à mulher em todos os momentos difíceis, mesmo quando a família lhe virou as costas. Eles vivem em harmonia e seguem os conselhos médicos, usando o preservativo, fazendo controle regularmente e usando separadamente as lâminas que podem ser contaminadores da infecção. Ernesto afirma que o casamento é para o bem e para o mal e que ninguém deve desprezar ninguém pelo facto de estar doente e fragilizado.



ACTIVIDADES:

1. Introdução à Sessão
2. Conviver com as diferenças
3. Prevenir a infecção da mãe para o filho
4. Fecho da Sessão



MENSAGENS CHAVE DA SESSÃO:

- Quando um casal é HIV+ e outro é HIV-, não significa necessariamente que houve infidelidade;
- Toda a gente pode infectar-se com o HIV;
- O parceiro HIV- nos casais discordantes corre um grande risco de se infectar, caso não mantenha relações sexuais com preservativo;
- A família, o marido e a comunidade devem apoiar a mulher a ir nas consultas de controlo, do Tratamento Anti-retroviral e da Prevenção da Transmissão Vertical;
- É possível acabar com a transmissão do HIV da mãe para o filho!



NOTAS PARA OS FACILITADORES - PÁGINA 74



ACTIVIDADE 1

Introdução à Sessão



TEMPO: 10 minutos

ONDE QUEREMOS CHEGAR

- ▶ Apresentar o tema e os objectivos da Sessão
- ▶ Rever o que foi aprendido na sessão anterior

1º. PASSO: Rever o que foi aprendido na Sessão Anterior

- ▶ Solicite a alguns participantes que falem sobre *“O que aprendemos na sessão passada? Quais foram as questões mais importantes discutidas na última sessão?”*;
- ▶ Como alternativa, você pode usar o “jogo da bola” para solicitar a participação das pessoas do grupo.

2º. PASSO: Descrição da Sessão

- ▶ Explique que nesta sessão, o grupo irá debater sobre casais serodiscordantes, que é quando um dos membros do casal tem resultado positivo para o HIV e o outro tem resultado negativo.
- ▶ O grupo vai discutir ainda, sobre como os casais que têm esta condição, ou que ambos são seropositivos precisam fazer quando desejam ter filhos.



NOTAS PARA OS FACILITADORES

- É importante apoiar o parceiro HIV+ a seguir o tratamento para que este não abandone a medicação e faça o controlo do seu estado de saúde;
- Manter o tratamento, ajuda a reduzir o risco de infecção do parceiro HIV-;
- A prática de sexo com o uso do preservativo é responsabilidade do casal. Este comportamento permite evitar a infecção do parceiro ou da parceira seronegativo, evitar a reinfeção do parceiro HIV positivo e prevenir outras DTS, tanto para um como para o outro.
- Se o resultado do teste for diferente para o casal (só um tem o vírus), o relacionamento não precisa de acabar. É possível conviver, de maneira segura, saudável e feliz com quem se ama, independentemente do seu estado serológico, como fazem Aurélia e Rungo;
- Sentir medo de revelar o resultado positivo para o HIV é normal, mas é possível melhorar o diálogo com o parceiro ou parceira e buscar apoio dos profissionais de saúde, de amigos e de parentes;
- Um casal serodiscordante pode ter filhos, desde que o faça com acompanhamento médico. Quando é a mulher do casal que é HIV+ ela deve fazer o tratamento de forma adequada e ir ao hospital para verificar o seu estado de saúde e fazer as consultas pré-natais desde o início da gravidez.
- Seguindo correctamente o acompanhamento pré-natal, a mulher pode participar do Prevenção da Transmissão Vertical - PTV, durante a gravidez, no momento do parto e, assim, reduzir o risco de infectar o bebé.



ACTIVIDADE 2

Conviver com as diferenças



TEMPO: 1 hora

ONDE QUEREMOS CHEGAR

- ▶ Fazer com que mulheres e homens reflectam sobre as vantagens de revelar o resultado positivo do teste HIV aos seus parceiros;
- ▶ Reflectir sobre a importância do apoio do parceiro, dos amigos e da família para as PVHS, especialmente entre casais serodiscordantes;
- ▶ Encorajar os participantes a reflectirem sobre a necessidade do uso de preservativo entre os casais serodiscordantes.

1º. PASSO: **Mostrar a *História de Vida* de Aurélia Azar e Ernesto Rungo**

- ▶ Mostre o vídeo: Casais serodiscordantes: conviver com as diferenças
- ▶ Solicite aos participantes que prestem atenção ao vídeo e observem a forma como Aurélia e Rungo se relacionam e os cuidados que o parceiro tem com a Aurélia, ao saber que ela é seropositiva e ele não;
- ▶ Enfatize que as pessoas no vídeo são pessoas reais e não actores.

2º. PASSO: **Discussão sobre o Vídeo de Aurélia e Rungo;**

Perguntas para a Discussão

Sobre a História

- ▶ De que fala esta História?
- ▶ O que mais chama a atenção nesta história?
- ▶ Como é que Aurélia ficou a saber que estava infectada pelo HIV?
- ▶ Como é que Rungo ficou a saber que a mulher tinha tido um resultado positivo para o HIV?
- ▶ Como ele reagiu diante deste facto?
- ▶ Quais as dificuldades que Aurélia encontrou quando soube que o seu resultado era positivo para o HIV e o do marido não?
- ▶ O que vocês acham da forma como Rungo trata Aurélia, mesmo sabendo que ela é seropositiva e ele não? (Estimule os participante a reflectirem sobre o facto de ambos terem feito o teste, de Aurélia seguir correctamente o tratamento e sobre o apoio que Rungo dá a Aurélia).

Sobre o que acontece na comunidade

- ▶ Vocês conhecem algum caso como o de Aurélia e Rungo?
- ▶ O que há de diferente, ou igual na forma como vive o casal desta História?
- ▶ Quais foram as reacções dos vizinhos ao conhecerem a situação de Aurélia e Rungo?
- ▶ Qual acham que deveria ser o papel dos vizinhos, familiares e amigos do casal?
- ▶ Que papel jogou a activista na orientação do casal?
- ▶ O que fez com que Rungo e Aurélia não tivessem conflitos por serem serodiscordantes?

Sobre a relação do tema com a infecção pelo HIV e SIDA

- ▶ Quais foram os conselhos que Aurélia e Rungo receberam da enfermeira para que ela não piorasse o seu estado de saúde e para que Rungo não fosse infectado?
- ▶ Quais são as outras medidas que um casal deve tomar para viver positivamente quando ambos, ou um deles é seropositivo?
- ▶ Depois de assistirem a esta história, o que aprenderam sobre a forma como os casais serodiscordantes podem conviver bem?

Mensagens para o encerramento da actividade

- ▶ Esclareça os participantes que quando um dos parceiros vive com HIV/SIDA e o outro não, estas são chamadas relações de casais serodiscordantes. Os casais serodiscordantes existem desde o começo da epidemia, mas nos últimos anos, o número de casais com resultados diferentes para o HIV, tem sido cada vez mais comum.
- ▶ As razões para que isso ocorra ainda não estão bem explicadas pelos especialistas, mas uma possível razão é o maior acesso das PVHS ao tratamento antiretrovirais, que ao melhorar a saúde e a qualidade de vida das pessoas HIV+, impede que os vírus se multipliquem com rapidez. Havendo uma menor quantidade de vírus, também diminui o risco de transmissão.
- ▶ Mas isso não quer dizer que o parceiro HIV- não corra o risco de infectar-se. Ao contrário, o risco é grande porque nunca sabemos como cada pessoa reage ao contacto com o HIV, o número de vezes que ela entra em contacto e outros aspectos ligados à saúde, como, por exemplo, o facto de que quando uma pessoa tem uma DST o risco de infecção aumentar muito, como já vimos anteriormente.
- ▶ A reacção à notícia de que um dos parceiros é seropositivo pode variar de um casal para o outro. Contar ao parceiro ou parceira que se é portador do HIV é, quase sempre, muito difícil e complicado, por razões culturais;
- ▶ Podem surgir vários sentimentos, como medo, ansiedade, sensação de não saber o que fazer e principalmente o sentimento de culpa.
- ▶ No caso das mulheres, o medo de ser acusada e de ser expulsa de casa, faz com que a mulher se silencie diante do seu resultado positivo;
- ▶ Os homens podem temer a acusação de infidelidade e de serem abandonados, principalmente quando já apresentam algum sintoma da doença;

LEMBRETE

Uma maneira de explicar o que são casais serodiscordantes é lembrar aos participantes que, numa família, às vezes uma pessoa apanha gripe, que é um vírus que também pode ser passado de uma pessoa para outra, mas as outras pessoas da casa não. Ou outras chegam até a ter febre, ficar muito doentes, sendo que a saúde de outros membros da família não chegam a ser afectados.



ACTIVIDADE 3

Prevenir a infecção da mãe para o filho



TEMPO: 10 minutos

ONDE QUEREMOS CHEGAR

- ▶ Fazer com que mulheres e homens reflectam sobre as formas de revelar o resultado positivo para o HIV aos seus parceiros;
- ▶ Reflectir sobre a responsabilidade do casal na prevenção da infecção do HIV da mãe para o bebé;
- ▶ Enfatizar a importância do apoio de parceiros, da família e da comunidade para que as mulheres grávidas seropositivas cumpram com o PTV;
- ▶ Identificar as vantagens de cumprir com o PTV para a saúde da mãe e do filho.

1º. PASSO: Chuva de ideias

- ▶ Comece a actividade perguntando aos participantes - *O que Aurélia e Rungo deveriam fazer para evitar passar o HIV para o bebé no caso da Aurélia engravidar ou do casal querer ter outros filhos?*
- ▶ Deixe que falem livremente sobre os cuidados que sabem que uma mulher seropositiva deve tomar quando está grávida.
- ▶ Em seguida, pergunte aos participantes se sabem o que é PTV?
- ▶ Após a explicação dos participantes, esclareça os pontos abaixo:

O PTV significa **Programa de Prevenção da Transmissão Vertical**, que previne que a mulher seropositiva transmita o HIV para o seu filho.

- ▶ Lembre os participantes as situações em o HIV pode ser transmitido da mãe para o bebé
 - Durante a **gravidez**
 - Durante o parto
 - Através da amamentação
- ▶ Pergunte aos participantes quais são cuidados para reduzir o risco da transmissão da mãe para o filho/a (Transmissão Vertical)?
- ▶ Esclareça que:
 - Antes de engravidar é importante que a mulher procure a unidade sanitária para saber do seu estado de saúde e se está na altura certa para engravidar;
 - Quando a mulher está grávida, ela deve ir à consulta pré-natal e fazer o teste do HIV;
 - Caso ela seja seropositiva poderá entrar no Programa de Transmissão Vertical - PTV para evitar transmitir o HIV para o bebé;
 - A mulher deve ainda ir a todas as consultas de controlo;
 - Se uma mulher HIV positiva fizer correctamente a prevenção da transmissão vertical, a possibilidade dela passar o HIV ao seu bebé é muito pequena;
 - Quando uma mulher estiver a fazer a PTV, deve tomar a medicação dada pelo profissional de saúde sem falhar;
 - É importante que a mulher seropositiva dê espaço entre uma e outra gravidez para que ela possa cuidar melhor da própria saúde e da saúde do bebé
 - É preciso ainda que ela tenha o seu bebé na unidade sanitária para melhorar a sua segurança e a do bebé durante o parto.

2º. PASSO: Dificuldades da mulher fazer o PTV

- ▶ Pergunte aos participantes:
 - *Quais as dificuldades que as mulheres encontram para fazer o PTV? Existe alguma situação em que a mulher é proibida de fazer pré-natal e dar parto no hospital?*
 - *Quais são essas situações? Por que isso acontece?*
- ▶ Deixe que eles discutam durante cerca de 10 minutos;
- ▶ Quando terminarem, esclareça os pontos abaixo:

Barreiras para as mulheres cumprirem com o PTV

- Muitas mulheres escondem seu estado serológico com medo de serem expulsas de seus lares e/ou serem discriminadas;
- Geralmente é a mulher a 1ª a fazer o teste e teme que seja acusada de levar o vírus para casa;
- Nem todas as Unidades Sanitárias fazem o PTV;
- Distância da residência das Unidades Sanitárias;
- Falta de apoio da família e do marido;
- Algumas mulheres, por razões culturais são impedidas de fazer o PTV para dar parto em casa;
- ▶ **Para encerrar a actividade, pergunte aos participantes:**
 - *Quais são vantagens da mulher seropositiva fazer o PTV?*
 - *Como os membros da comunidade/bairro podem apoiar uma mulher seropositiva fazer para melhorar a vida de mulheres e de homens que vivem com HIV e SIDA?*

Mensagens para o Encerramento da Actividade

Vantagens de uma mulher seropositiva fazer o pré-natal e o PTV

- ▶ Reduz o risco do bebé nascer HIV positivo (ao avaliar, com apoio do aconselhamento na unidade sanitária, a melhor fase para engravidar)
- ▶ Evita a gravidez indesejada e, conseqüentemente, abortos provocados
- ▶ Ajuda a espaçar as gravidezes de forma a permitir que a mulher tenha melhor condição de saúde para uma nova gravidez
- ▶ Permite que a mulher tenha mais tempo para cuidar de si e dar mais atenção ao seu bebé (criança mais saudável)
- ▶ Evita agravar o quadro de saúde da mulher.
- ▶ Para conhecer se a pessoa com quem você está a se relacionar é HIV positivo, o melhor é que ambos façam o teste juntos;
- ▶ O teste do HIV é gratuito e é sempre feito em sigilo;
- ▶ Saber o estado serológico do casal permite que os parceiros planifiquem a sua vida e, no caso de desejarem ter filhos, ou mais filhos, saber quais são os cuidados que devem tomar.
- ▶ O diálogo, numa relação é difícil para todos os casais, mas numa relação com resultado diferente para o HIV, pode haver dificuldades mais sérias na comunicação;
- ▶ Além dos profissionais de saúde, um apoio importante pode vir dos amigos e dos familiares, que podem sugerir várias maneiras de revelar a seropositividade ao parceiro ou parceira;
- ▶ A falta de apoio do parceiro e da família pode fazer com que as mulheres não cumpram com o PTV, como deve ser, o que aumenta o risco dela passar o HIV para o seu filho.



ACTIVIDADE 4

Fecho da Sessão



TEMPO:

ONDE QUEREMOS CHEGAR

- ▶ Resumir os principais aspectos aprendidos e debatidos na Sessão

1º. PASSO: Avaliação da Sessão

- ▶ Faça a avaliação oral da Sessão com os participantes, perguntando “O que aprendemos na sessão de hoje?”

2º. PASSO: Resumo dos Principais Pontos

- ▶ Repita os objectivos de aprendizagem da sessão e a sua relação com os pontos principais levantados na discussão, utilizando as ideias trazidas pelos participantes para o resumo dos principais temas abordados na sessão.

3º. PASSO: Preparação para o Próximo Encontro

- ▶ Lembre os participantes da data do próximo encontro;
- ▶ Encerre a Sessão agradecendo a presença de todos;
- ▶ Reúna-se com seu par para fazer a avaliação de desempenho do par na Sessão.

MENSAGENS DE FECHO DA SESSÃO

- A serodiscordância relativa ao HIV é comum entre casais;
- Usar o preservativo em todas as relações sexuais reduz a transmissão do HIV entre casais serodiscordantes;
- A mulher não deve culpar o homem, nem o homem a mulher pela doença;
- Uma mulher não deve ser abandonada pelo marido por ser seropositiva;
- É importante que a família e o marido apoiem as mulheres a fazerem o PTV;
- O PTV é um direito de todas as mulheres e casais para prevenir a transmissão do HIV da mãe para o filho.

Finalize a Sessão e estimule os participantes a:

O que os membros da comunidade podem fazer para promover a PTV nas suas comunidades?

- Incentivar toda mulher em idade fértil (incluindo o parceiro) a fazer o teste de HIV antes de engravidar;
- A família e a comunidade devem apoiar as pessoas com HIV e SIDA para que elas não abandonem o tratamento;
- Não isolar, desprezar, nem discriminar uma pessoa que está a viver com HIV;
- Incentivar as mulheres grávidas seropositivas a procurarem o hospital/unidade sanitária para fazer o pré-natal a fazer o TARV e/ou começar a participar do Programa PTV logo no começo da gravidez;
- Dar informações claras sobre as vantagens de cumprir com a PTV e o TARV para a saúde da mulher e do bebé;

- É possível prevenir a infecção da mãe para o filho;
- Encorajar a seguir as recomendações dos provedores de saúde;
- Encorajar o envolvimento do parceiro e de outros familiares na PTV, caso a mulher tenha sido aconselhada sobre a revelação do seu estado de HIV e a testagem do parceiro;
- Apoiar a mulher que faz TARV e PTV.

O que aconselhar para uma mulher que está a fazer o PTV

- Tomar os medicamentos como indicado pelo provedor de saúde;
- Fazer o parto na unidade sanitária;
- Dar só o leite materno até que a criança tenha 6 meses (não dar água nem medicamentos tradicionais);
- Depois dos 6 meses, continuar com o aleitamento materno e introduzir outros alimentos (exemplo: sopas leves, papinhas);
- Dar os medicamentos (xarope de Niverapina) a criança até uma semana depois de interromper o aleitamento materno;
- Levar o bebé às consultas de seguimento e fazer o teste de HIV;
- Espaçar o número de filhos para que a mulher tenha mais tempo de cuidar da própria saúde e da saúde do bebé.

LISTA DE VERIFICAÇÃO - SESSÃO 5

VOCÊ...	VISTO
Solicitou que os participantes fizessem o resumo da 3ª Sessão?	
Actualizou a Ficha de Participação - presença?	
Apresentou os objectivos da Sessão?	
Fez uma actividade de aquecimento com o grupo?	
Certificou-se de que os participantes expressaram livremente as suas dúvidas?	
Esclareceu todas as dúvidas dos participantes?	
Mostrou e debateu com os participantes o vídeo de Aurélia e Rungo?	
Seguiu o roteiro para o debate do vídeo?	
Fez a actividade - Prevenir a transmissão do HIV da mãe para o filho?	
Procedeu ao fecho das actividades?	
Fez a avaliação da Sessão com os participantes?	
Usou as palavras e as ideias dos participantes para fazer o Fecho da Sessão?	
Sentiu-se à vontade para fazer todas as actividades propostas?	
Confirmou data e horário do próximo encontro?	
Fez a Avaliação da Sessão com o seu par?	
Transmitiu as Mensagens Chave sobre a Sessão?	

CAMINHOS PARA ULTRAPASSAR A VIOLÊNCIA NO LAR



OBJECTIVOS DE APRENDIZAGEM

- Reflectir sobre a forma como as atitudes e os comportamentos de homens e mulheres podem estimular a violência entre os casais
- Identificar as causas e consequências da VBG
- Reflectir sobre a relação entre a violência no lar e o HIV e SIDA
- Incentivar e apoiar as vítimas de violência a procurar os serviços de saúde e outras formas de apoio (polícia, GAMC, etc).



TEMPO DA SESSÃO

2 horas



TEMAS COBERTOS PELA SESSÃO

- Violência Doméstica
- Causas e consequências da Violência Doméstica
- Violência Sexual
- Apoio às vítimas de violência



VÍDEO: CAMINHOS PARA ULTRAPASSAR A VIOLÊNCIA NO LAR (MOÇ.)

Martinho do Nascimento e Fátima Vaquinze

Martinho de Nascimento é casado com Fátima Vaquinze e têm dois filhos. Fátima, que já tinha sido casada antes, aceitou casar-se com Martinho para ter quem amparasse as suas crianças. A vida do casal não foi fácil, Martinho bebia muito, era violento para com a mulher e os filhos e não cuidava do sustento da casa. Alguns familiares aconselharam Fátima a divorciar-se, mas outros decidiram apoiar Fátima na resolução dos problemas do casal. Fátima apesar de sentir muita raiva do marido não queria a separação. A família interveio aconselhando o casal e levaram a que Martinho se desse conta do quanto o seu comportamento estava a afectar as crianças. Martinho deixou de beber e o casal agora vive em harmonia com os filhos. Na comunidade hoje em dia eles são exemplo de como é possível ultrapassar os problemas conjugais, os problemas de alcoolismo e de violência doméstica.



ACTIVIDADES:

1. Introdução à Sessão
2. A Travessia do Rio
3. Como é vivida a violência entre parceiros
4. Fecho da Sessão



MENSAGENS CHAVE DA SESSÃO:

- A violência não é a solução para os problemas;
- O casal deve dialogar para solucionar seus problemas;
- A família alargada e a comunidade têm um papel importante na resolução de conflitos entre parceiros;
- A violência doméstica afecta toda a família e atinge até a comunidade.



NOTAS PARA OS FACILITADORES - PÁGINA 76



ACTIVIDADE 1

Introdução à Sessão



TEMPO: 10 minutos

ONDE QUEREMOS CHEGAR

- ▶ Apresentar o tema e os objectivos da Sessão
- ▶ Rever o que foi aprendido na sessão anterior

1º. PASSO: Rever o que foi aprendido na sessão anterior

- ▶ Solicite a alguns participantes que falem sobre “O que aprendemos na sessão passada? quais foram as questões mais importantes discutidas na última sessão?”
- ▶ Como alternativa, você pode usar o “*jogo da bola*” para solicitar a participação das pessoas do grupo.

2º. PASSO: Descrição da Sessão

- ▶ Explique que nesta sessão, o grupo irá discutir sobre como a violência doméstica acontece, procurar formas de superação da violência entre os casais e apoiar as vítimas de violência.
- ▶ A Sessão pretende ainda abordar a relação que pode existir entre a violência entre parceiros, uso abusivo de álcool e a infecção pelo HIV.



NOTAS PARA OS FACILITADORES

- A violência não é algo natural!
- A violência no lar é um tema delicado, mas que é comum acontecer nas nossas comunidades.
- O marido e a mulher devem participar, de maneira igual, na tomada de decisões relacionadas com a sexualidade, a divisão de tarefas domésticas, a educação dos filhos e com o uso dos recursos familiares, como forma de reduzir conflitos;
- A violência afecta a auto estima das mulheres e das crianças e, acaba por interferir no rendimento escolar das crianças; esta é uma causa importante para que muitas crianças abandonem os seus lares e/ou a escola;
- Muitos hábitos e costumes favorecem a que a violência entre os casais aconteça; o facto de o casamento ser considerado “sagrado” e indissolúvel, nas situações de conflito, quando acontece a violência entre os casais, a família e a comunidade, a despeito dos direitos das mulheres, acaba por aconselhar a que a mulher seja mais tolerante e suporte todos os desejos do marido;
- A violência é praticada com mais frequência por parte do homem adulto contra a mulher e/ou criança como forma de exercerem poder sobre elas, mas a violência também acontece por parte das mulheres contra os homens
- Muitas mulheres são acusadas de levar a doença para casa, ou de serem feiticeiras, pois, por engravidarem e irem ao Hospital, são as primeiras a saber que estão infectadas.
- Muitas mulheres são impedidas de fazer tratamento e a prevenção da transmissão da mãe para o bebé por motivos culturais.



ACTIVIDADE 2

Violência Doméstica - Causas e Consequências



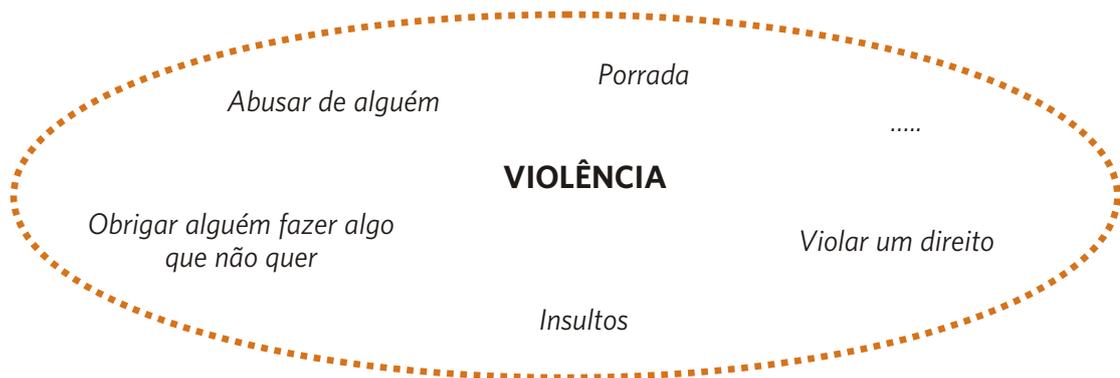
TEMPO: 1 hora

ONDE QUEREMOS CHEGAR

- ▶ Encorajar os participantes a reflectirem sobre quais são as ideias ligadas à violência.
- ▶ Contribuir para que os participantes possam analisar as causas da violência doméstica, suas consequências e alternativas para a sua superação.

1º. PASSO: Actividade no grupo alargado (Sessão Plenária)

- ▶ Escreva a palavra VIOLÊNCIA numa folha de papel gigante e pergunte aos membros do grupo "O que lhes vem à cabeça quando escutam a palavra violência?"
- ▶ Anote as ideias e as palavras ditas pelos participantes em torno da palavra VIOLÊNCIA.
- ▶ Quando tiver elementos bastantes que reflitam as várias formas como a violência acontece, peça para que a definam, com as próprias palavras "O que é a VIOLÊNCIA?"
- ▶ Pergunte "Quais são as várias formas que a violência pode assumir na vida das pessoas?"



- ▶ Pergunte aos participantes: "Qual é o tipo de violência mais comum cometida dentro de uma família?"
- ▶ Após da exposição das principais ideias dos participantes, apresente as ideias sobre as formas de violência, conforme quadro abaixo:

A **Violência** é considerada toda a acção exercida por um pessoa ou grupo de pessoas, que coloque em risco ou venha a causar danos físicos, morais, psicológicos e/ou espirituais a outra pessoa. A violência é caracterizada por relações de poder, em que a pessoa que sofre a violência, geralmente não tem recursos ou meios (psicológico, físicos, ou morais) para defender-se.

A violência ocorre de várias formas:

- **Violência Doméstica:** aquela que acontece no lar - caracterizada por relações violentas entre as pessoas da mesma família, entre homens e mulheres, pais, mães e filhos, entre jovens e idosos, mas que, no entanto, acontecem com mais frequência contra as crianças e as mulheres.
- **Violência Física** - toda a acção ou omissão que coloque em risco ou possa causar danos físicos a alguém: usar a força física, bater, empurrar, dar porrada - *ferir o corpo*;

- **Violência Psicológica** - caracteriza-se pelo uso de insultos, humilhação, ofensa, isolamento, desrespeito, punições exageradas, que cause prejuízo à saúde mental de alguém;
- **Violência Sexual** - acto que obriga alguém a manter ou a presenciar um contacto sexual (físico ou verbal) contra a sua vontade - *intimida, controla ou influencia a sexualidade*;

2º. PASSO: Causas e Consequências da violência

- ▶ Pergunte aos participantes
 - *Por que a violência acontece no lares? (Causas da Violência)*
 - *Quais são as consequências da violência na família?*
- ▶ Deixe que os participantes falem livremente e, em seguida, apresente os pontos-chave abaixo:

Causas da violência

- Ciúme exagerado - tendência de controlo sobre o/a parceiro/a
- Suspeita de infidelidade conjugal
- Relações múltiplas
- A maneira como somos educados para cumprir papéis que são exigidos para homens e mulheres
- Crença de que o homem é superior, portanto deve ter mais direitos que a mulher/ter mais parceiras:
 - Impossibilidade da mulher decidir pelo uso dos recursos domésticos
 - Impedimento de decidir sobre o número de filhos
 - Obriga a parceira a manter relações sexuais
- Dependência económica da mulher
- O uso abusivo de álcool, não é a causa, mas está muito associado a violência doméstica
- Acusações indevidas de que a mulher é responsável por "levar a doença para casa". Em geral, o que ocorre é a mulher a primeira a fazer o teste nos exames pré-natal

Consequências da violência

A violência contra a mulher tem impacto na vida da mulher, no seio da família e da comunidade.

- Danos físicos, psicológicos para a mulher
- Maior risco de infecção por doenças de transmissão sexual e do HIV/SIDA
- Uso abusivo de álcool e droga pela mulher
- Constante estado de stress e medo da mulher
- Depressão, medo, baixa auto estima, culpa
- Estigmatização da mulher
- Fraco rendimento no trabalho
- Agressão ou assassinato dos intervenientes (familiares, crianças, vizinhos);
- Fraco rendimento na escola e no desenvolvimento da criança;
- Conflitos que criam a destruição da família
- Desordem social como a marginalidade, criminalidade e crianças da rua;
- Distúrbios no comportamento das crianças, como consequência de violência.



ACTIVIDADE 3

Como é vivida a violência entre parceiros



TEMPO: 1 hora

ONDE QUEREMOS CHEGAR

- ▶ Estimular os participantes a avaliarem como as atitudes e comportamentos de homens e mulheres podem estimular a violência entre casais, e encontrem estratégias de superar a violência e reduzir os conflitos na família;
- ▶ Debater sobre o apoio que deve ser prestado às vítimas tanto na comunidade quanto nas Unidades Sanitárias.

1º. PASSO: **Mostrar a *História de Vida* de Martinho Nascimento e Fátima Vaquinze**

- ▶ Mostre o vídeo: *Caminhos para ultrapassar a violência no lar*
- ▶ Solicite aos participantes que observem as razões que levavam Martinho a ser violento na relação com Fátima e as razões de Fátima para ficar com Martinho, apesar de ser vítima de violência;
- ▶ Enfatize que as pessoas no vídeo são pessoas reais e não actores.

2º. PASSO: **Discussão sobre o Vídeo de Martinho e Fátima**

Perguntas para Discussão

Sobre a História

- ▶ De que fala esta História de Vida?
- ▶ O que mais chama atenção na história de Martinho e Fátima?
- ▶ Por que acham que Martinho era violento com Fátima?
- ▶ De que forma é que esta violência teve impacto na vida do casal?
- ▶ Com é que esta situação afectou a vida dos filhos?
- ▶ O que Fátima fez para resolver o problema?
- ▶ O que acham sobre as decisões que ela tomou?

Sobre aquilo que se passa na comunidade:

- ▶ Vocês conhecem alguma história parecida com a do Martinho e Fátima?
- ▶ O que os membros de uma comunidade ou familiares costumam fazer quando acontece uma situação de violência numa família?
- ▶ Como é que as mulheres costumam enfrentar a violência doméstica?
- ▶ O que se pode fazer para prevenir os casos de violência?
- ▶ O que se pode fazer quando acontecem casos de violência nas nossas famílias ou na vizinhança?
- ▶ A violência doméstica deve ser denunciada ou resolvida na família?

Sobre a relação do tema com a infecção pelo HIV e SIDA

- ▶ Vocês acham que existe alguma relação entre o abuso de álcool e a infecção pelo HIV;
- ▶ Que relação pode haver entre as várias formas de violência e a infecção pelo HIV?
- ▶ De que maneira a violência pode deixar as pessoas mais vulneráveis à infecção pelo HIV?

3º. PASSO: O que devemos saber sobre Violência Sexual

- ▶ Inicie esta actividade esclarecendo que a violência acontece por várias razões e é vivida de muitas maneiras nos lares e na comunidade;
- ▶ A violência afecta toda família e a comunidade;
- ▶ As formas comuns de violência em Moçambique são as violências física e sexual;
- ▶ Pergunte aos participantes:
 - O que é Violência Sexual?
 - Quem são as principais vítimas da violência e quem normalmente a pratica?
 - Como podemos apoiar uma pessoa que acabou de ser violada? Para onde podemos encaminhar? Porquê?

Violência Sexual

- ▶ Violação no casamento ou namoro (obrigar alguém a fazer sexo, assistir ou a ter práticas sexuais que a pessoa não deseja);
- ▶ Violação por estranhos – *sexo forçado*;
- ▶ Violação durante as situações de conflitos armados;
- ▶ Assédio sexual e sexo em troca de favores;
- ▶ Abuso sexual de pessoas com deficiência física ou mental;
- ▶ Abuso sexual de crianças e raparigas;
- ▶ Casamento ou união forçada, incluindo casamento de crianças;
- ▶ Impedir o direito ao uso de contraceptivos ou outras medidas de protecção contra infecções sexualmente transmissíveis, tratamento, ou prevenção (PTV);
- ▶ Aborto forçado – *obrigar uma mulher a fazer aborto, sem que ela queira*;
- ▶ Actos violentos contra a integridade sexual da mulher, incluindo a mutilação genital e testes obrigatórios de virgindade;
- ▶ Prostituição forçada e tráfico de pessoas para exploração sexual.

Lei 29/2009

A maioria dos agressores são pessoas que a vítima conhece ou alguém de confiança. A violência sexual pode ser praticada contra a mulher e a rapariga:

- ▶ Pai, Padrasto,
- ▶ Avô,
- ▶ Primos, Tios
- ▶ Vizinhos,
- ▶ Amigos dos pais,
- ▶ Educadores, Padres, Pastores, etc.

Como a comunidade pode apoiar as Vítimas de Violência

Esclareça que:

- ▶ Muitas mulheres seropositivas são vítimas de violência por causa da sua condição. Elas são frequentemente acusadas pelo parceiro de trazer a doença para casa;

- ▶ Independente da sua condição serológica, muitas mulheres e raparigas têm sido vítimas da violência doméstica
- ▶ Denunciar casos de violência pode não ser fácil para as mulheres por receio de serem expulsas ou abandonadas.
- ▶ A mulher não deve se sentir culpada. O agressor deve ser responsabilizado pelos seus actos para evitar que ele volte a fazê-lo novamente com a própria vítima ou outras mulheres.
- ▶ A violência contra a mulher é um crime público, portanto qualquer pessoa pode denunciar (Lei 29/2009)
- ▶ Toda mulher vítima de violência física ou sexual tem direito a receber assistência na unidade sanitária, esquadras e/ou no GAMVV²
- ▶ O atendimento é gratuito
- ▶ Em caso de violência sexual, a mulher, a rapariga ou a criança deve ir ou ser acompanhada o mais urgente possível (até 3 dias) à Unidade Sanitária onde poderá receber cuidados para:
 - Evitar a infecção pelo HIV e outras doenças de transmissão sexual;
 - Evitar uma gravidez indesejada;
 - Receber apoio para ultrapassar os problemas que está a enfrentar.
- ▶ Se está a viver uma situação de violência física ou sexual, procure o apoio de alguém em quem confia para lhe acompanhar até a Unidade Sanitária, ao GAMC

Esclareça que é papel de toda a comunidade, incluindo os líderes:

- ▶ Denunciar os casos e referir para os serviços de atendimento disponíveis;
- ▶ Apoiar as mulheres e raparigas para que elas recebam os cuidados de que necessitam
- ▶ Criar grupos de discussão redes de apoio

Procure os serviços de atendimento disponíveis na sua comunidade:

- ▶ Unidades Sanitárias
- ▶ Gabinete de Atendimento a Mulher e Criança Vítima da Violência Doméstica
- ▶ Esquadra mais próxima da residência da vítima
- ▶ Líderes comunitários capacitados para apoiar as vítimas de violência
- ▶ Associações que trabalham na área de saúde e apoio às mulheres vítimas de violência.

Ideias para mulheres:

- ▶ Procure alguém que possa aconselhá-la e facilitar a conversa com o seu parceiro;
- ▶ Procure apoio de membros da família;
- ▶ Não se cale diante da violência;
- ▶ Evite a discussão nos momentos de crise;
- ▶ Procure dialogar;
- ▶ Solicite ser tratada com respeito.

² Gabinete de Atendimento da Mulher e da Criança Vítima de Violência

Ideias para homens:

- ▶ Aprenda a controlar a sua raiva, usando o diálogo para expressar a sua insatisfação com alguma situação;
- ▶ Compreenda qual é a causa do problema que está a enfrentar e que está a afectar o seu relacionamento com a sua parceira;
- ▶ Não discuta nos momentos de raiva;
- ▶ Peça ajuda a alguém da família ou da comunidade;
- ▶ Evite o uso abusivo de álcool;
- ▶ Ouça as razões da sua parceira.



ACTIVIDADE 4

Fecho da Sessão



TEMPO: 10 minutos

ONDE QUEREMOS CHEGAR

- ▶ Resumir os principais aspectos debatidos na sessão

1º. PASSO: Avaliação da Sessão

- ▶ Faça a avaliação oral da Sessão com os participantes, perguntando “O que aprendemos na sessão de hoje?”

2º. PASSO: Resumo dos Principais Pontos

- ▶ Repita os objectivos de aprendizagem da sessão e a sua relação com os pontos principais levantados na discussão, utilizando as ideias trazidas pelos participantes para o resumo dos principais temas abordados na sessão.

3º. PASSO: Preparação para o Próximo Encontro

- ▶ Lembre os participantes da data do próximo encontro;
- ▶ Encerre a Sessão agradecendo a presença de todos;
- ▶ Reúna-se com seu par para fazer a avaliação de desempenho do par na Sessão.

MENSAGENS DE FECHO DA SESSÃO

- A violência não é forma de educar e não é natural que ela aconteça nos nossos lares;
- Encorajar o diálogo entre casais sobre as responsabilidades da divisão das tarefas domésticas, pode diminuir os conflitos e a violência entre os casais;
- A redução do número de parceiros pode evitar muitos conflitos e violência nos lares;
- Garantir o direito da mulher de se deslocar e ter preservado seu direito à propriedade pode reduzir os conflitos e a violência entre os casais;
- Aconselhar não significa simplesmente manter o casal junto, a qualquer custo, com pagamento de multa ou casamento  em resolver o problema;
- A violência é crime e viola o direito das pessoas.

Finalize a Sessão e estimule os participantes a:

- A violência contra a mulher é um crime público, portanto, qualquer pessoa pode denunciar, mesmo sem interesse dos ofendidos, especialmente os casos com maior gravidade (risco de vida);
- Segundo a Lei de Moçambique (29/2009), qualquer pessoa pode denunciar um acto de violência;
- Toda mulher e rapariga vítima de violência física ou sexual tem direito a receber assistência na unidade sanitária, polícia e/ou no GAMC
- Em caso de violência sexual, a mulher, a rapariga ou a criança deve ir ou ser acompanhada o mais rápido possível (até 3 dias) ao hospital/unidade sanitária onde vai receber cuidados para:

- Evitar a infecção pelo HIV e outras doenças de transmissão sexual;
- Evitar uma gravidez indesejada;
- Receber apoio para ultrapassar os problemas que está a enfrentar.

- Não é preciso ir ao líder ou à polícia antes de ir ao hospital/unidade sanitária;
- A mulher deve preservar as provas de que foi violada: não se limpar, não tomar banho;
- O atendimento é gratuito nos hospitais/unidade sanitária;
- O atendimento da violência deve ser de urgência no hospital/unidade sanitária;
- Toda mulher e rapariga vítima de violência, tem direito a ser atendida em lugar privado;
- Ao chegar no hospital a mulher deve informar a enfermeira que foi violada;
- Se está a viver uma situação de violência física ou sexual, procure o apoio de alguém em quem confia para lhe acompanhar até a hospital/unidade sanitária, polícia e/ou ao GAMC.

Esclareça que é papel de toda a comunidade, incluindo os homens e líderes

- Não ficar indiferente aos casos observados ou dos quais tenham conhecimento;
- Denunciar os casos e encaminhar as vítimas para os serviços de atendimento disponíveis e às autoridades locais;
- Apoiar as mulheres e raparigas vítimas de violência para que elas recebam os cuidados de que necessitam;
- Procurar ajuda e/ou criar grupos de discussão e redes de apoio;
- Falar sobre o assunto, discutir nas reuniões do bairro/comunidade;
- Passar informação da Lei sobre violência contra a mulher.

Oriente os participantes a incentivar e apoiar toda mulher vítima de violência deve procurar os serviços de atendimento disponíveis na sua comunidade

- Hospitais/Unidades Sanitárias;
- Gabinete de Atendimento a Mulher e Criança Vítima da Violência Doméstica;
- Polícia mais próxima da residência da vítima;
- Líderes e Tribunais comunitários capacitados para apoiar as vítimas de violência;
- Associações que trabalham na área de saúde e apoio às mulheres vítimas de violência;
- Os participantes devem levantar os recursos locais na sua comunidade para que possam buscar ajuda e apoiar as mulheres e raparigas que estão a sofrer violência.

LISTA DE VERIFICAÇÃO - SESSÃO 6	
VOCÊ...	VISTO
Solicitou que os participantes fizessem o resumo da 5ª Sessão?	
Actualizou a Ficha de Participação - presença?	
Apresentou os objectivos da Sessão?	
Fez uma actividade de aquecimento com o grupo?	
Certificou-se de que os participantes expressaram livremente as suas dúvidas?	
Esclareceu todas as dúvidas dos participantes?	
Mostrou e debateu com os participantes o vídeo de Fátima e Martinho?	
Seguiu o roteiro para o debate do vídeo?	
Fez a actividade - Causas e Consequências da violência?	
Procedeu ao fecho das actividades?	
Fez a avaliação da Sessão com os participantes?	
Usou as palavras e as ideias dos participantes para fazer o Fecho da Sessão?	
Sentiu-se à vontade para fazer todas as actividades propostas?	
Fez a Avaliação da Sessão com o seu par?	
Transmitiu as Mensagens Chave sobre a Sessão?	

Serviços de apoio para a redução de casos de violência contra a mulher

No esforço que o país tem vindo a desenvolver com vista a minimizar as ocorrências e os efeitos da violência, podem-se destacar algumas instituições, que dentre outras questões, têm contribuído significativamente no combate a violência:

- Nível Central: Ministérios da Mulher e da Acção Social, Justiça, Interior, Saúde, Educação e Cultura; Órgãos Judiciais e Legislativo (Parlamento);
- Instituições Públicas, Privadas e da Sociedades Civil ao nível Central, Provincial e Distrital;
- Gabinete de Atendimento à Mulher e à Criança Vítima de Violência Doméstica

Lurdes Mabunda, Chefe do Departamento de Atendimento a Mulher e Criança, Comando Geral da Polícia, tel: (+258) 21 403074, email: lamuabunda@yahoo.com.br

Gabinete de Atendimento à Mulher e Criança

Província	Contacto
Cidade de Maputo	823934360
Província de Maputo	825723789
Província de Gaza	824526120
Província de Inhambane	828873210
Província de Sofala	825181450
Província de Manica	825777970
Província de Zambézia	822982210
Província de Tete	825959130
Província de Nampula	820841740
Província de Niassa	828807150
Província de Cabo Delgado	827085522

- **Hospital Central** - Banco de Socorros: 21 320001 - Serviço Geral: 21 321109
- Ver lista de **Instituições da Sociedade Civil** que apoiam as vítimas de violência.



OBJECTIVOS DE APRENDIZAGEM

- Reflectir sobre a importância de pais e educadores dialogarem abertamente sobre a sexualidade, prevenção da gravidez, das DTS/HIV como forma de planificar o futuro de crianças, jovens e adolescentes;
- Encorajar os pais a dialogarem de forma amigável com os filhos e a serem sensíveis às necessidades das crianças, dos jovens e adolescentes
- Aumentar a percepção de risco nas relações múltiplas, especialmente na prática do sexo intergeracional e transaccional
- Reforçar o papel da família alargada e dos encarregados de educação para criar um ambiente seguro para crianças e jovens



TEMPO DA SESSÃO

2 horas



TEMAS COBERTOS PELA SESSÃO

- Educação dos filhos
- O papel de pais e educadores na promoção de um ambiente seguro para os filhos
- Rede de parceiros sexuais
- Diálogo entre pais e filhos



VIDEO: DIÁLOGO SOBRE O FUTURO ENTRE PAIS E FILHOS (MOÇ.)

Mendes Figueiredo e Augusta Valente

Augusta Valente é casada com Mendes Figueiredo e vivem no Bairro de Micajuine, na periferia da cidade de Quelimane com as suas três filhas.

Para o casal, o grande valor na família é a educação, e é pela educação dada às filhas que esta família é admirada e respeitada na sua comunidade.

Eles não fazem a menor distinção pelo facto de terem filhas mulheres, achando que a todos deve ser dada a mesma oportunidade de garantirem a sua autonomia, independentemente do seu sexo. Nesta família existe uma grande abertura entre pais e filhas e, ao contrário do que é comum, o pai aborda as questões da sexualidade com as filhas sem constrangimentos. Ele pensa que é importante para as meninas estarem esclarecidas sobre as questões sexuais para evitar uma gravidez precoce ou a infecção por alguma doença sexualmente transmissível.



ACTIVIDADES:

1. Introdução à Sessão
2. Diálogo entre pais e filhos
3. Como orientar os filhos sobre a sexualidade
4. Fecho da Sessão



MENSAGENS CHAVE DA SESSÃO:

- A educação sexual deve ser dada para meninas e rapazes da mesma forma;
- O diálogo na família encoraja os filhos a falarem sobre as suas dúvidas e anseios;
- Educar para o futuro inclui a educação sexual;
- A educação sexual deve envolver orientação sobre sexualidade, prevenção da gravidez e das DTS e HIV;
- Quanto menor o número de parceiros sexuais, menor é o risco de infecção pelo HIV
- Pais e educadores devem responsabilizar-se para que crianças e jovens possam ser educados num ambiente acolhedor e seguro.



NOTAS PARA OS FACILITADORES - PÁGINA 88



ACTIVIDADE 1

Introdução à Sessão



TEMPO: 10 minutos

ONDE QUEREMOS CHEGAR

- ▶ Apresentar o tema e os objectivos da Sessão
- ▶ Rever o que foi aprendido na sessão anterior

1º. PASSO: Rever o que foi aprendido na sessão anterior

- ▶ Solicite a alguns participantes que falem sobre “O que aprendemos na sessão passada? Quais foram as questões mais importantes discutidas na última sessão?”
- ▶ Como alternativa, você pode usar o “*jogo da bola*” para solicitar a participação das pessoas do grupo.

2º. PASSO: Descrição da Sessão

- ▶ Explique que nesta sessão, o grupo irá debater sobre a importância do diálogo entre pais e filhos para facilitar a prevenção da gravidez precoce, das DTS/HIV e a orientação de crianças, jovens e adolescentes na busca de um projecto de vida futura.



NOTAS PARA OS FACILITADORES

- As madrinhas, as tias e os tios, especialmente aqueles que são responsáveis pela realização dos ritos de iniciação, têm um papel importante na transmissão de mensagens para promoção da saúde dirigidas às meninas e rapazes, para evitar que sejam reproduzidas hábitos e costumes que colocam as moças num lugar de submissão em relação ao homem;
- No caso dos rapazes, as normas transmitidas reforçam a ideia da virilidade, reafirmando o papel do homem enquanto chefe de família, provedor e de alguém que nunca deve recusar uma mulher, o que estimula a que estes, na vida adulta, venham a ter muitas parceiras;
- Pais e encarregados de educação devem estar atentos para o tipo de relação que os professores estabelecem com os seus filhos, na medida em que sabemos da ocorrência de casos, tanto de assédio e práticas sexuais em troca de notas, relativamente às raparigas, como também de suborno, no caso dos rapazes;
- Existem serviços de atendimento à mulher e às crianças vítimas de abuso sexual, sendo essa prática considerada crime, devendo por isso ser punida, para que outras crianças e meninas não venham a ser molestadas por abusadores.



ACTIVIDADE 2

Diálogo entre pais e filhos



TEMPO: 1 hora

ONDE QUEREMOS CHEGAR

- ▶ Encorajar os pais a criarem aproximação com os filhos, de modo a poderem falar abertamente sobre a sexualidade, a prevenção da gravidez e das DTS e HIV

1º. PASSO: **Mostrar a *História de Vida de Mendes Figueiredo e Augusta Valente***

- ▶ Mostre o vídeo: Diálogo sobre o Futuro entre pais e filhos
- ▶ Solicite aos participantes que observem a forma como Mendes orienta os filhos sobre os cuidados que devem ter com a sexualidade e a prevenção. Observem qual era a visão de Augusta e como ela mudou a sua opinião;
- ▶ Enfatize que as pessoas no vídeo são pessoas reais e não actores.

2º. PASSO: **Discussão sobre o Vídeo de Mendes e Augusta;**

Perguntas para a Discussão

Sobre a História

- ▶ De que fala esta História de Vida?
- ▶ O que mais chama atenção na história de Mendes e Augusta?
- ▶ Qual foi a vantagem de Mendes e Augusta conversarem com os/as filhos/as sobre a educação sexual na família?
- ▶ O que pensam da maneira como Mendes e Augusta educam as suas filhas? Porquê?

Sobre aquilo que se passa na comunidade

- ▶ Vocês conhecem outros casais, que como Mendes e Augusta, falam sobre a prevenção da gravidez, das DTS e do HIV com os filhos?
- ▶ É comum que isso aconteça nesta comunidade/bairro?
- ▶ Como essas pessoas, que como Mendes e Augusta falam abertamente com os filhos sobre sexualidade, são vistas pelos membros da comunidade?
- ▶ Vocês acreditam que rapazes e moças devem ser educados da mesma maneira sobre as questões da sexualidade?
- ▶ Como os membros desta comunidade deveriam fazer a educação sexual dos rapazes e das meninas (ritos de iniciação)?
- ▶ Quais são as mensagens que devem ser passadas para os rapazes e meninas?

Sobre a relação do tema com a infecção pelo HIV e SIDA

- ▶ Vocês acham que existe alguma prática nos ritos de iniciação que pode expor os rapazes ou raparigas à infecção pelo HIV, ou a ter relações sexuais muito cedo? Se sim, qual é?
- ▶ Existe aqui na sua comunidade rapazes e moças que, por exemplo, fazem sexo em troca de favores?
- ▶ O que é que os membros da comunidade poderiam fazer em relação a esse assunto?
- ▶ Vocês conhecem na vossa comunidade algum caso de abuso sexual de menores?
- ▶ Porque é que vocês acham que isso acontece?
- ▶ Como é que a comunidade deve lidar com casos como este?

- ▶ Aqui nós vimos um exemplo de uma família que está a funcionar bem, na qual os filhos têm a liberdade de conversar abertamente com os pais. O que podemos fazer para que este tipo de prática seja mais comum?

Mensagens para o encerramento da actividade

- ▶ O diálogo com as filhas criou oportunidade de Mendes e Augusta falarem sobre vários assuntos, inclusive sobre a sexualidade e a prevenção das DTS e do HIV;
- ▶ O mais importante no diálogo com os mais jovens, é parar para ouvi-los, num clima amigável, de modo que eles ganhem confiança para exprimirem as suas dúvidas e tenham confiança na orientação dada pelos mais velhos;
- ▶ A família alargada é um recurso e uma fonte de informação para orientação dos filhos.
- ▶ A Educação sexual é uma forte aliada na prevenção de uma gravidez não planificada e da prevenção de DST e do HIV.

LEMBRETE

- A orientação de que os encarregados de educação podem oferecer às crianças e jovens sobre as mudanças que ocorrem no corpo na adolescência e a importância de estarem informados sobre formas de prevenir a gravidez, de cuidar da saúde, prevenindo doenças sexualmente transmissíveis e o HIV, pode ser feita pelo casal, ou isoladamente, de pai para o filho, ou de mãe para a filha.
- Não é obrigatório que os pais falem directamente com suas filhas, como acontece no vídeo, se ainda não existir confiança bastante da parte dos pais para que isso aconteça.
- O importante, nesta sessão é que os pais se dêem conta de que a educação sexual faz parte da educação que é dada aos filhos para prepará-los para futuro educando igualmente meninas e rapazes sobre as questões da sexualidade;
- A educação sexual pode ser feita de mãe para a filha, ou filho; do pai para o filho ou filha, ou ainda na presença da família reunida como forma de estabelecer um ambiente mais amigável e de confiança no lar.



ACTIVIDADE 3

Como orientar os filhos sobre a sexualidade



TEMPO: 1 hora

ONDE QUEREMOS CHEGAR

- ▶ Reforçar o papel dos encarregados na educação e educadores na educação sexual dos filhos.

1º. PASSO: Esclarecimentos sobre a Educação Sexual dos Filhos

- ▶ Antes de iniciar a actividade esclareça que a preocupação com este tema é que em todo mundo, a grande maioria das pessoas que está a se infectar são mulheres e que as mulheres jovens têm-se tornado cada vez mais vulneráveis em relação à infecção pelo HIV. A educação sexual, quer seja na escola, na família, ou na comunidade, é de extrema importância para reduzir o aparecimento de novos casos de infecção pelo HIV e da gravidez não planificada.

2º. PASSO: Discussão em Pares

- ▶ Solicite aos participantes que formem pares e que conversem cinco (5) minutos sobre "Qual a ideia que têm sobre como deve ser feita a educação sexual dos jovens e das crianças?"

3º. PASSO: Discussão em Pequenos Grupos

- ▶ Quando terminarem, peça que juntem-se em grupos de quatro (4) pessoas e dê mais 5 minutos para que partilhem entre si as principais preocupações em relação à educação sexual dos filhos:
 - *Acreditam que ela deva acontecer na escola? Ou em casa?*
 - *Se na escola, o que deve ser dito às crianças, e aos jovens?*
 - *Se em casa, o que deve ser dito às crianças, e aos jovens?*
- ▶ Em seguida, peça debaterem sobre três (3) grandes preocupações que os participantes têm em relação à educação sexual dos filhos:
 - *O que mais os preocupa em relação à vidas das filhas/moças; e*
 - *O que mais os preocupa em relação à vida dos filhos/rapazes?*
- ▶ Terminado o tempo, peça para os participantes apresentarem as ideias discutidas em cada grupo.

4º. PASSO: Discussão no Grupo Alargado

- ▶ No grupo alargado, deixe que discutam as ideias apresentadas pelos grupos.
- ▶ Encoraje-os a reflectirem sobre:
 - *Qual é o papel dos educadores na educação sexual das crianças e dos jovens?*
 - *Qual é o papel da comunidade na educação sexual das crianças e dos jovens?*
 - *Qual é o papel da comunidade na educação sexual das crianças e dos jovens?*

Mensagens para o encerramento da actividade

- ▶ A escola é um lugar onde os jovens desenvolvem novos conhecimentos e habilidades para a vida, por isso, os professores têm um papel importante na educação sexual das crianças e jovens;

- ▶ Os pais e encarregados de educação devem responsabilizar-se por orientar as crianças, jovens e adolescentes, não deixando esta tarefa unicamente para os educadores;
- ▶ Por falta de orientação, do estímulo aos casamentos precoces como forma de sobrevivência e à inexperiência no uso consistente do preservativo, as raparigas engravidam muito cedo;
- ▶ Muitos pais/mães, por omissão, ou por necessidade, fecham os olhos para a prática do sexo em troca de favores e, sobretudo com pessoas mais velhas, o que expõe o jovem e, sobretudo a rapariga ao HIV e outras ITS.
- ▶ Em Moçambique, é comum uma pessoa ter, para além do parceiro fixo, mais dois ou três parceiros. Isso faz com que a rede de parceiros aumente muito rapidamente;
- ▶ A via mais importante de infecção pelo HIV é a via sexual.
- ▶ Estas relações, geralmente acontecem ao mesmo tempo (concorrentes) o que define uma maior exposição de homens e mulheres (adultos e jovens) face ao HIV nas relações sexuais;
- ▶ A maioria das relações sexuais é feita sem o uso de preservativos;
- ▶ Alguns familiares estimulam que essas práticas aconteçam com as moças como estratégia de sobrevivência e inserção social; em outros casos, a família, ou mesmo o/a parceiro/a silencia este facto quando percebe que homens e mulheres estão a praticar sexo em troca de favores.

- ✓ **Rede de parceiros Sexuais ou Múltiplos Parceiros Concorrentes:** manter relações sexuais com dois ou mais parceiros ao mesmo tempo.
- ✓ **Tipos de Relações existentes na Redes Sexuais:**
 - **Monogamia Seriada:** um único parceiro de cada vez, mas com vários parceiros num curto ou longo espaço de tempo.
 - **Sexo Transaccional:** relações sexuais em troca de favores/interesse materiais e oportunidades.
 - **Sexo Intergeracional:** prática sexual com pessoas de gerações diferentes, geralmente caracterizada por relações de poder desigual em que uma pessoa mais jovem, com menos experiência fica mais vulnerável a infectar-se nas relações praticadas sem protecção.
- ✓ Pessoas que foram infectadas há pouco tempo têm maior risco de transmitir o HIV aos seus parceiros sexuais. Nas 3 semanas de infecção, considerada a fase aguda da infecção, o vírus HIV multiplica-se muito rapidamente. Assim, manter relações sexuais de curta duração com várias pessoas (monogamia seriada) e, sem o uso de preservativo aumenta o risco de infecção pelo HIV.



ACTIVIDADE 4

Fecho da Sessão



TEMPO:

ONDE QUEREMOS CHEGAR

- ▶ Resumir os principais aspectos debatidos na sessão

1º. PASSO: Avaliação da Sessão

- ▶ Faça a avaliação oral da Sessão com os participantes, perguntando “O que aprendemos na sessão de hoje?”

2º. PASSO: Resumo dos Principais Pontos

- ▶ Repita os objectivos de aprendizagem da sessão e a sua relação com os pontos principais levantados na discussão, utilizando as ideias trazidas pelos participantes para o resumo dos principais temas abordados na sessão.

3º. PASSO: Preparação para o Próximo Encontro

- ▶ Lembre o Grupo que a Sessão 7 é a última sessão temática e que no próximo e último encontro, vão fazer o fecho dos encontros;
- ▶ Peça para organizem para que no caso de desejarem fazer uma confraternização, que distribuam tarefas entre os participantes e decidam o que vão querer fazer;
- ▶ Encerre a Sessão agradecendo a presença de todos;
- ▶ Reúna-se com seu par para fazer a avaliação de desempenho do par na Sessão.

MENSAGENS DE FECHO DA SESSÃO

- As mensagens sobre educação sexual a serem passadas às crianças e aos jovens devem levar em conta o contexto do HIV/SIDA;
- Algumas práticas tradicionais que deixam os jovens mais vulneráveis à infecção pelo HIV;
- Reduzir o número de parceiros sexuais é uma das formas de prevenir a infecção pelo HIV nas relações sexuais;
- O uso correcto do preservativo em todas as relações sexuais previne a infecção pelo HIV.

Finalize a Sessão e estimule os participantes a:

- Conversar com seus filhos de modo a que possam construir projecto de vida e planificar o início da actividade sexual;
- Os pais devem ser um exemplo positivo aos filhos/as, ensinando-os através da prática a:
 - Reduzir o número de parceiros sexuais;
 - Não beber em excesso;
 - Importância de fazer a circuncisão masculina;
 - Orientar aos seus filhos que façam o mesmo; a melhor forma de incentivar os seus filhos, é ir com eles a Unidade Sanitária e fazer também a circuncisão;
 - Usar preservativo em todas as relações sexuais;
 - Ensinar que a violência não é solução para os problemas;

- Orientar o jovem sobre a importância de fazer o teste HIV;
- Fazer o teste, caso ainda não tenha feito;
- Garantir que na sua comunidade/bairro as raparigas possam ir e voltar de forma segura para a escola;
- Participar do Conselho de Escola para controlar e impedir os casos de assédio e abuso sexual de raparigas;
- Apoiar as mulheres e raparigas vítimas de violência, acompanhando-as aos serviços de apoio;
- Denunciar os casos de violência contra as raparigas e mulheres na sua comunidade.

LISTA DE VERIFICAÇÃO - SESSÃO 7	
VOCÊ...	VISTO
Solicitou que os participantes fizessem o resumo da 6ª Sessão?	
Actualizou a Ficha de Participação - presença?	
Apresentou os objectivos da Sessão?	
Fez uma actividade de aquecimento com o grupo?	
Certificou-se de que os participantes expressaram livremente as suas dúvidas?	
Esclareceu todas as dúvidas dos participantes?	
Mostrou e debateu com os participantes o vídeo de Mendes e Augusta?	
Seguiu o roteiro para o debater o vídeo?	
Fez a actividade - Como orientar os filhos sobre a sexualidade?	
Procedeu ao fecho das actividades?	
Fez a avaliação da Sessão com os participantes?	
Usou as palavras e as ideias dos participantes para fazer o Fecho da Sessão?	
Sentiu-se à vontade para fazer todas as actividades propostas?	
Confirmou data e horário do próximo encontro?	
Fez a Avaliação da Sessão com o seu par?	
Transmitiu as Mensagens Chave sobre a Sessão?	

SESSÃO 8

COMUNIDADE UNIDA NA SOLUÇÃO DOS PROBLEMAS



OBJECTIVOS DA SESSÃO

- Fazer o fecho das sessões da Ferramenta Tchova Tchova;
- Verificar os conhecimentos e habilidades adquiridos pelos participantes durante as sessões;
- Disponibilizar instrumentos que permitam aos participantes mobilizar os membros da comunidade/bairro a participarem dos grupos do TTHV e constituírem-se enquanto Grupos de Acção;
- Facilitar a elaboração de um plano de acção com base nas suas necessidades e prioridades;
- Criar um ambiente favorável para que os participantes possam partilhar o que aprenderam, orientar os membros das suas comunidades e contribuir para fazer referência para os serviços de saúde e de apoio às vítimas de violência.



TEMPO DA SESSÃO

2 horas



TEMAS COBERTOS PELA SESSÃO

- Partilha das aprendizagens das Sessões
- Vantagens do trabalho em grupo
- Continuidade dos encontros dos membros do Grupo
- Referência aos serviços

MATERIAL:

Lembranças do Tchova Tchova; folhas de papel A4; marcadores coloridos; folhas de papel gigante.



DESCRIÇÃO DA SESSÃO:

Esta sessão destina-se a encerrar ronda de encontros das oito (8) sessões temáticas do Tchova Tchova. Muitos grupos comunitários, após terem passado pela experiência dos Diálogos Comunitários, têm demonstrado interesse de continuar encontrando-se e de envolver outras pessoas da comunidade e da família nas discussões. As mudanças verificadas individualmente e entre os casais podem ser mais efectivas, quando estes recebem apoio de um grupo alargado, para tanto, é importante apoiar as comunidades, fornecendo-lhes instrumentos que permitam a continuidade desses encontros. As actividades que desenvolvemos abaixo, visam também contribuir para que as pessoas que participaram dos Grupos TTHV possam constituir-se num grupo de referência e de apoio para ajudar as respectivas comunidades a encontrarem soluções para os seus problemas, incluindo o desenvolvimento de actividades de prevenção e cuidados de saúde.



ACTIVIDADES:

1. Introdução à Sessão
2. A minha rede de apoio
3. Juntos podemos mudar
4. Nosso grupo de apoio na comunidade
5. Fecho das Sessões do Grupo



MENSAGENS CHAVE DA SESSÃO:

- O trabalho em conjunto facilita a superação de problemas e obstáculos;
- As actividades realizadas em Grupo aumentam a responsabilidade e melhoram a participação dos membros da comunidade;
- As discussões através de grupos sociais são uma forma pela qual as pessoas podem adquirir novos conhecimentos, e dar ajuda a outras pessoas;
- Homens e mulheres são responsáveis pelo bem-estar das suas famílias e comunidades.



NOTAS PARA OS FACILITADORES - PÁGINA 111



ACTIVIDADE 1

Introdução à Sessão



TEMPO: 10 minutos

ONDE QUEREMOS CHEGAR

- ▶ Apresentar o tema e os objectivos da Sessão
- ▶ Rever o que foi aprendido na sessão anterior

1º. PASSO: Rever o que foi aprendido na sessão anterior

- ▶ Solicite a alguns participantes que falem sobre “O que aprendemos na sessão passada? Quais foram as questões mais importantes discutidas na última sessão?”
- ▶ Como alternativa, você pode usar o “*jogo da bola*” para solicitar a participação das pessoas do grupo.

2º. PASSO: Descrição da Sessão

- ▶ Explique que nesta sessão, o grupo irá finalizar os encontros com os facilitadores e que, por isso, vai falar sobre sua aprendizagem durante as Sessões. O grupo também vai verificar o interesse dos participantes em continuar a encontrar-se e transmitir as suas experiências a outras pessoas da comunidade. Esclareça que nesta sessão, gostaríamos que os participantes pudessem identificar outros temas de interesse do grupo e planificar encontros na comunidade, para actividades de promoção da saúde, bem como encontrar respostas para as preocupações da comunidade, usando as habilidades adquiridas nas Sessões do TTHV.



NOTAS PARA OS FACILITADORES

- Encerre o encontro agradecendo aos participantes pela participação e destaque a importância da aprendizagem conjunta em que todos contribuem com as suas ideias e aprendem com as ideias de outros;
- Lembre o grupo da importância de analisarem o papel que as relações entre homens e mulheres (normas de género) têm nas suas vidas e de trabalhar para mudar as normas prejudiciais, reforçando as que são positivas;
- Reforce a ideia de que essas relações influenciam as nossas vidas e que muitas delas têm sido responsáveis por fazer com que homens e mulheres se tornem mais vulneráveis à infecção e não tenham um bom entendimento;
- Lembre que o trabalho em conjunto, em que todos os membros de uma comunidade participam na solução dos seus problemas, os torna mais fortes.
- Enfatize que grupos que são somente para mulheres ou para homens, ainda que sejam importantes, podem limitar as mudanças em relação aos grupos mistos;
- Assim como muitas coisas mudaram nas nossas vidas, nós também podemos ajudar os outros membros da comunidade a superarem obstáculos e a mudarem os seus comportamentos para terem uma vida mais saudável e prevenirem-se da infecção pelo HIV.



ACTIVIDADE 2

A minha rede de apoio



TEMPO: 20 minutos

ONDE QUEREMOS CHEGAR

- ▶ Compreender como o apoio e as redes sociais (grupos de pessoas) podem influenciar a vida das pessoas
- ▶ Estimular a importância do trabalho em grupo e da participação de todos para melhorar a vida da comunidade.

1º. PASSO: Grupo Alargado (Sessão Plenária)

- ▶ Se tiver possibilidade, coloque uma música para ajudar o grupo a relaxar e a concentrar-se no exercício;
- ▶ Peça para que cada participante pense na sua vida desde quando era criança e as situações em que teve de enfrentar momentos difíceis, ou que teve um problema para resolver;
- ▶ Peça também para que pensem nos momentos em que obtiveram sucesso em alguma coisa. Encoraje cada um dos membros a reflectir sobre:
 - *Quais foram as pessoas que estiveram presentes na sua vida, quando teve um sucesso especial;*
 - *Quem esteve por perto quando teve que enfrentar um desafio ou um problema;*
 - *Quem o influenciou num momento em que teve tomar uma decisão que teve impacto para o resto da sua vida;*
 - *Quando não tinha certeza de qual caminho a seguir e alguém o ajudou a tomar a decisão; ou ainda*
 - *Quando ou em que situação ajudou outra pessoa a alcançar as suas metas ou a resolver um problema?*
- ▶ Permita que façam esta reflexão durante cerca de 5 a 10 minutos (oriente que podem conversar em pares).

2º. PASSO: Discussão no Grupo Alargado (Sessão Plenária)

- ▶ Solicite que alguns dos participantes partilhem as suas experiências;
- ▶ Peça para que descrevam como certas pessoas tiveram um papel importante nas suas vidas, tais como homens e mulheres da sua família, da sua comunidade, professores, idosos, amigos, líderes religiosos, etc.
- ▶ Estimule-os a descreverem o papel que determinados grupos tiveram nas suas vidas, tais como grupos de oração, igreja, grupos de mulheres, organizações de base comunitária, grupos de agricultores, etc.

Perguntas para discussão

- ▶ Depois de alguns participantes partilharem as suas experiências, peça para discutirem:
 - *Quais são as vantagens de ajudar alguém, e de poder influenciá-lo/a nas suas decisões?*
 - *Quais são as vantagens de ser parte de grupo que tem os mesmos objectivos?*

- *Quais são as vantagens de homens e mulheres trabalharem juntos, como acontece no TTHV?*
- *Como podemos influenciar outras pessoas com a experiência que adquirimos com o TTHV?*

Mensagens para o encerramento da actividade

- ▶ Encerre a actividade destacando que toda a gente é influenciada por outras pessoas ou grupo de pessoas, seja da sua família, da vizinhança, da escola, da igreja etc;
- ▶ Destaque a ideia de que na maioria das vezes, temos benefícios quando trabalhamos em conjunto com outras pessoas;
- ▶ Nos grupos em que homens e mulheres trabalham juntos, todos têm oportunidade de melhorar o diálogo, negociar ideias diferentes e, portanto, gerir conflitos;
- ▶ O trabalho em grupo permite que as pessoas encontrem soluções para os seus problemas, considerando as necessidades que podem surgir das várias sugestões das pessoas de uma comunidade ou da família;
- ▶ O trabalho em grupo também ajuda a desenvolver uma rede de apoio e solidariedade, quando um casal, uma família ou membros de uma comunidade estão a passar por uma dificuldade, ou um problema.
- ▶ As decisões tomadas por um grupo de pessoas têm mais força.



ACTIVIDADE 3

Juntos podemos mudar



TEMPO: 1 hora

ONDE QUEREMOS CHEGAR

- ▶ Compreender como os participantes podem usar a experiência do TTHV para envolver outras pessoas da comunidade para melhorar as suas vidas;
- ▶ Identificar a maneira como homens e mulheres podem participar no apoio das redes e grupos comunitários;
- ▶ Contribuir para que os participantes a luz da experiência de TTHV identifiquem as principais preocupações da comunidade para desenharem um mapa dos recursos que a comunidade dispõe.

1º. PASSO: Trabalho em Grupo - encontrando juntos a solução para os problemas

- ▶ Divida os participantes em grupos mistos de três (3) e solicite que pensem sobre os problemas que a comunidade enfrenta, ou enfrentou no passado em relação com os temas que foram tratados nas 7 Sessões do TTHV.
- ▶ Deixe 10 minutos para que cada grupo faça uma listagem dos seus problemas;
- ▶ Quando terminarem peça para que cada grupo leia os problemas que identificou;
- ▶ Faça uma lista dos problemas identificados pelos participantes numa folha de papel gigante, organizada em três colunas e anote na 1ª coluna - **Etapa 1**;
- ▶ Alguns exemplos que podem ser discutidos nos grupos: (1) muitas PVHS abandonam o tratamento por falta de apoio; (2) muitas pessoas estão a infectar-se, a adoecer e a morrer com HIV/SIDA; (3) muitas famílias na comunidade vivem situações de violência doméstica; ou (4) não existe unidade de saúde na comunidade / vizinhança; (5) muitas meninas são abusadas sexualmente por pessoas conhecidas; (6) Muitas pessoas na comunidade pertencem a uma rede de parceiros sexuais; (7) Muitas mulheres seropositivas, quando estão grávidas não fazem o pré-natal/PTV; (8) Muitas PVHS estão a morrer por falta de tratamento da tuberculose.

Etapa 1	Etapa 2	Etapa 3
<i>Problemas identificados (todos os problemas)</i>	<i>Lista por ordem de importância dos 5 problemas mais importantes</i>	<i>Lista por ordem de importância dos 3 problemas mais importantes</i>
	1.	1.
	2.	2.
	3.	3.
	4.	
	5.	

- ▶ Quando todos tiverem apresentado as suas ideias, peça para que o grupo escolha entre os problemas levantados, os cinco (5) mais importantes e ordene-os, segundo a importância que têm, na 2ª coluna - **Etapa 2**;
- ▶ Em seguida, peça para que os participantes escolham os três (3) problemas mais importantes e anote na 3ª coluna - **Etapa 3**;

- ▶ Para ajudar o grupo a ordenar os problemas coloque as seguintes questões:
 - *Quantas pessoas são afectadas por este problema?*
 - *Qual é o impacto deste problema na comunidade, para as mulheres e para os homens?*
 - *Há recursos na comunidade disponíveis para apoiar acções para solucionar este problema?*
 - *A solução desse problema beneficiaria uma boa parte dos membros da comunidade ou apenas um grupo pequeno de pessoas?*

2º. PASSO: Trabalho em Grupo: Como identificar formas para solucionar problemas (mapa dos recursos necessários)

- ▶ Peça para os participantes retornarem aos pequenos grupos e distribua os três (3) problemas escolhidos;
- ▶ Peça para que cada grupo pense nos recursos necessários para montar um **Plano de Acção**, incluindo a forma como pensam solucionar os problemas identificados, as pessoas, organizações, instituições e recursos, que a comunidade pode procurar / utilizar para resolver cada um dos problemas.
- ▶ Estimule os participantes a pensarem como os homens e as mulheres podem contribuir para a solução do problema;
- ▶ Deixe claro que o resultado desta actividade é ter um **Plano de Acção**, do que deve ser feito na comunidade, através da criação de um Grupo de Acção (Grupo de Apoio Comunitário);
- ▶ Peça que se baseiem, o máximo possível, em histórias reais das suas comunidades;
- ▶ Entregue a cada grupo uma folha de papel gigante e marcadores coloridos para desenhar o seu mapa e, assim, fazer um Plano de Acção. O mapa deve incluir todo o caminho que o grupo deve percorrer para procurar ajuda (no sentido de informação, apoio emocional, conselhos, ajuda material, etc, em todas as etapas do problema);
- ▶ Ajude-os a pensar em cada um dos passos para conseguirem mapear os recursos e fazerem um Plano;
- ▶ Estimule o grupo a pensar nas seguintes etapas:

Problema	Recursos	Constrangimentos	Pessoas e organizações	Soluções
Muitas crianças estão a ficar órfãs, devido ao HIV/SIDA;	Quais os meios que a comunidade já utilizou em situações semelhantes? Quais outros recursos a comunidade vão precisar?	Quais são as dificuldades que o Grupo pode enfrentar ou terá de superar?	1º. Lugar, 2º. Lugar e 3º. Lugar	Acção que vão ajudar a solucionar o problema ou a buscar as formas de superar ou reduzir o problema

Problema	Recursos	Constrangimentos	Pessoas e organizações	Soluções
ORIENTAÇÕES	Que meios a comunidade já tem: (habilidades, conhecimentos, trabalho, contribuições monetárias, etc;	<p>Que constrangimentos podem envolver os homens e as mulheres?</p> <p>O que pode impedir que a acção seja realizada?</p>	<p>O que os homens, ou grupos de homens podem fazer?</p> <p>O que as mulheres, ou grupos de mulheres podem fazer?</p> <p>Já existe algum Grupo de Acção actuando na comunidade?</p> <p>O que os outros grupos existentes na comunidade podem fazer?</p>	Como o que aprendemos nas Sessões do TTHV podem contribuir para realizar acções que vão ajudar a comunidade a solucionar os problemas identificados?

3º. PASSO: Apresentação dos grupos e discussão

- ▶ Quando os grupos terminarem o exercício deixe que apresentem os seus planos. Cada grupo deve ter cerca de 5 minutos para a apresentação.
- ▶ Facilite a discussão com algumas das questões chave que surgiram a partir das apresentações e das suas experiências de trabalhar em grupo. As perguntas devem concentrar-se em redes informais, tais como grupos formados para resolver os problemas que apresentaram, e que podem provocar mudanças; mas também enfatizar as redes de serviços oferecidos pela Saúde, como é o caso das Unidades Sanitárias, organizações que actuam na região. A discussão plenária pode incluir perguntas como:
 - *Que tipo de ajuda vocês poderão encontrar nas organizações de base comunidade? (grupo de líderes locais, instituições governamentais, grupos de mães etc?)*
 - *Como foi a experiência de incluir homens e mulheres no trabalho conjunto para solucionar o problema na comunidade?*
 - *Que papel foi dado aos homens para a solução dos problemas? Que papel foi dado às mulheres para a solução dos problemas?*
 - *O que podemos fazer para assegurar a participação igual de homens e mulheres em actividades colectivas e de tomada de decisão que afectam a sua comunidade?*
 - *Que outros meios podem incluir para solucionar este problema?*
 - *Como podemos encaminhar as pessoas aos serviços existentes?*

Mensagens para o encerramento da actividade

- ▶ Homens e mulheres trabalhando em conjunto em grupos informais, de amigos ou vizinhos podem comunicar com outras pessoas, instituições e organizações para melhorar a vida das suas comunidades.

- ▶ A possibilidade de entrar em contacto com outras pessoas e coordenar esforços para alcançar um bom resultado é chamada Trabalho em Rede ou em Trabalho em Grupo;
- ▶ Para isso, é preciso fazer um levantamento dos Grupos, Comissões, Tribunais Comunitários e Comitês já existem na comunidade e verificar se existe alguma Comissão ou Comité específico que trata das questões da saúde, HIV/SIDA e de violência;
- ▶ Trabalhar em conjunto é muito importante para homens e mulheres solucionarem problemas que seriam mais difíceis de resolver individualmente;
- ▶ Através do trabalho coordenado com outras pessoas, organizações e instituições que conhecemos podemos usar melhor os recursos disponíveis na comunidade e gerar novos recursos;
- ▶ Homens e mulheres podem contribuir de maneira diferente, mas ambos têm um papel importante nos grupos;
- ▶ Um Grupo de Acção, de pessoas interessadas em apoiar outras pessoas tem benefícios para os indivíduos e as comunidades como um todo.
- ▶ Muitas acções podem ser feitas pelos membros da comunidades, desde acompanhar uma pessoa até a Unidade Sanitária, solicitar apoio de uma organização para, por exemplo organizar uma actividade de testagem comunitária, informar as pessoas da comunidade sobre seus direitos e serviços com os quais elas podem contar, aconselhar e acompanhar as pessoas vítimas de violência e contribuir para que as pessoas não abandonem o tratamento (TARV, PTV, TB).



ACTIVIDADE 4

Nosso Grupo Apoio na comunidade



TEMPO: 1 hora

ONDE QUEREMOS CHEGAR

- ▶ Convidar outros membros da comunidade a fazerem parte das sessões do TTHV, de modo que a rede de apoio na comunidade possa estar sempre crescer;
- ▶ Formalizar ou integrar um Grupo Acção na comunidade;
- ▶ Realizar actividades de apoio e referência aos serviços através do apoio de outros grupos e membros da comunidade;
- ▶ Entregar as Lembranças do Tchova Tchova.

PASSO A PASSO

- ▶ Comece a actividade resumindo os pontos mais importantes das actividades anteriores.
- ▶ Relembre que foi trabalhada a forma como nos podemos organizar para solucionar um problema que aflige a comunidade e a importância de trabalharmos em grupo.
- ▶ Ressalte que aprendemos também como verificar de que forma podemos utilizar os recursos existentes na comunidade e o que aprendemos no TT, assim como aconselhar pessoas a cuidarem da própria saúde, não abandonar tratamento e apoiar as vítimas de violência.
- ▶ Nesta actividade vamos pensar nas formas como podemos dar seguimento aos nossos encontros, independente da presença dos facilitadores.
- ▶ Enfatize que a comunidade tem uma série de recursos e que, quando a comunidade trabalha unida em torno dos seus interesses, todos podem viver melhor.
- ▶ Deixe claro que não podemos resolver todos os problemas de uma só vez, mas que nas discussões e com a vontade das pessoas da comunidade podemos encontrar muitas soluções. Por isso, quanto mais pessoas da zona estiverem empenhadas em *tchovar*, melhores serão nossos resultados.

1º. PASSO: Lembranças do TTHV

- ▶ Distribua as lembranças TTHV e explique que elas vão ajudá-los a lembrar-se dos temas e das principais mensagens de cada sessão, de modo a que possam sempre consultar os assuntos que foram debatidos durante os 10 encontros que tiveram;
- ▶ Esclareça também, que com este material poderão compartilhar o que aprenderam com outras pessoas da comunidade e da família nas discussões;
- ▶ Dê um tempo para que os participantes examinem o material e explique que nas últimas páginas têm um espaço que permite a cada participante colocar individualmente, o que aprendeu de cada sessão. Este exercício também pode ser feito em pares, especialmente se as pessoas tiverem dificuldade em escrever. O preenchimento do que foi aprendido, ainda pode ser feito em casa com ajuda de alguém da família ou no próximo encontro do Grupo tiver.

2º. PASSO: Dando seguimento às acções na comunidade

- ▶ Comece por perguntar:
 - Como pensam em continuar os encontros do Grupo?
 - Pergunte se conhecem algum Grupo de Acção com quem podem somar esforços para fazer algo na comunidade/bairro?
 - Onde vão se encontrar? O que pretendem fazer? Sobre que assuntos gostariam de discutir?

- Quando será o próximo encontro?
- De quanto em quanto tempo o grupo vai se encontrar?
- Quem vai ficar responsável por organizar os encontros do grupo?
- ▶ Estimule os participantes a formarem ou a integrarem um Grupo de Acção;
- ▶ No caso de decidirem por formar um Grupo de Acção, peça para que definam o nome que gostariam de dar ao Grupo;
- ▶ Deixe claro que este grupo vai ser responsável por promover a saúde e actividades de prevenção na comunidade e ajudar os membros da comunidade a não abandonarem tratamento, a conhecerem seu estado e trabalhar no sentido de impedir que a violência contra as mulheres ocorra na comunidade.

3º. PASSO: Como convidar outras pessoas a participarem do TTHV e Plano de Acção

- ▶ *Vocês conhecem outras pessoas nesta comunidade que mostraram interesse em participar nas sessões do TTHV?*
- ▶ *Vocês acreditam que podem convidar essas pessoas da comunidade para formar um grupo do TTHV?*
- ▶ *Como pensam fazer isso?*
- ▶ Ajude os participantes a organizarem as ideias, com base nos pontos abaixo:
 - Como vão convidar outras pessoas a participarem dos grupos de discussão da comunidade?
 - Quando pensam que pode ser feito o primeiro encontro com este grupo? Para que isso aconteça, o que deve ser feito?
 - Que membro do grupo pode ficar responsável por facilitar as sessões?
 - De quanto em quanto tempo acreditam que o grupo poderá encontrar-se?
 - O que será preciso para realizar este encontro? O que existe na comunidade?
 - Qual será a tarefa de cada um no grupo?
 - Comece pedindo que pensem numa **data na qual gostariam de realizar um encontro** com as pessoas interessadas em participar de um grupo do TTHV e indicá-las aos facilitadores ou líderes;
 - Depois de definirem uma data, oriente o grupo a pensar em tudo o que será necessário para convidar outros membros da comunidade a participarem do TTHV.

O que fazer?	Como vamos fazer?	Quando vai ser feito?	O que vão precisar?	Quem será responsável
<p>Marcar um encontro ampliado, convidando as pessoas que mostrarem interesse em participar do TTHV</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ Anunciar a data do encontro na rádio local; ■ Solicitar ao chefe do bairro informar e envolver-se no convite às pessoas da comunidade 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Em 3 dias ■ No domingo 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Folheto; ■ Faixa; ■ Lembranças do TTHV; ■ Plano de Acção 	<ul style="list-style-type: none"> ■ 3 Homens do grupo vão convidar os homens do grupo de futebol ou da barraca ■ 3 Mulheres vão chamar as mulheres do grupo de mães

O que fazer?	Como vamos fazer?	Quando vai ser feito?	O que vão precisar?	Quem será responsável
ORIENTAÇÕES	<i>Que meios vão usar para convidar as pessoas?</i>	<i>Quando é que esta actividade terá de ser feita para que na data marcada esteja tudo pronto?</i>	<i>Quais são os recursos necessários para fazer o encontro e quem poderá providenciá-los?</i>	<i>O que os homens vão fazer? O que as mulheres vão fazer?</i>

- Lembre que já existem os Grupos de Acção na comunidade do qual podem fazer parte e somar esforços para melhorar a vida das pessoas.



ACTIVIDADE 5

Fecho das Sessões do Grupo



TEMPO: 1 hora

ONDE QUEREMOS CHEGAR

- ▶ Avaliar as Sessões e o desempenho dos facilitadores e as actividades do TTHV
- ▶ Encerramento

1º. PASSO: Avaliação das Sessões dos Facilitadores

Perguntas para a Avaliação

- ▶ *O que é que mais gostou nas sessões? Porquê?*
- ▶ *O que é que não gostou nas sessões? Porquê?*
- ▶ *O que é que sugere para melhorar as sessões?*
- ▶ *Qual foi o seu maior aprendizado?*

2º. PASSO: Avaliação dos Facilitadores

- ▶ *O que acham que os facilitadores podem fazer para melhorarem o trabalho deles?*
- ▶ *O que você mais gostou na maneira como os facilitadores conduziram/facilitaram as sessões?*

3º. PASSO: Encerramento

MENSAGENS DE FECHO DA SESSÃO

Finalize a sessão e oriente os participantes a:

- Continuar a dialogar sobre os assuntos debatidos no TTHV;
- Encaminhar e/ou acompanhar pessoas que necessitem ao hospital/unidade sanitária;
- Aconselhar as PVH a retomarem / não abandonarem o tratamento;
- Identificar pessoas que abandonaram o tratamento e encaminhá-las ao hospital/unidade sanitária;
- Orientar as pessoas que ainda não conhecem seu estado a fazerem o teste do HIV;
- Revelar seu estado ao/a parceiro/a e orientar para que ele/ela também faça o teste;
- Aconselhar o planeamento familiar e decidir em conjunto sobre o uso de preservativo em todas as relações sexuais;
- Incentivar todas as mulheres grávidas a fazerem o pré-natal e conhecerem seu sero-estado;
- Aconselhar as mulheres seropositivas grávidas a fazerem o PTV e parto no hospital/unidade sanitária;
- Não aceitar que a violência doméstica continue a acontecer dentro da família e da comunidade;
- Acompanhar as mulheres e raparigas vítimas de violência aos serviços de saúde o mais rápido possível (3 dias);
- Aconselhar e encaminhar homens e rapazes a fazerem a circuncisão;
- Criar um ambiente seguro para rapazes e raparigas na comunidade.

- Responsabilize o agressor pelos seus actos; converse com ele na presença de outros homens da comunidade/bairro;
- Oriente tanto o agressor, como a vítima a buscarem apoio psicossocial; para o caso dos agressores, existem Programas que estão a trabalhar com homens e outras organizações de mulheres que têm prestado apoio às mulheres e raparigas vítimas de violência.

Realizar actividades através de Grupos de Acção e outros Grupos de Apoio Comunitário

- Estimule os participantes a formarem um **Grupo de Acção** ou a integrarem um grupo já existente na sua comunidade;
- Deixe claro que este grupo vai ser responsável por dar continuidade à discussão dos temas de interesse dos membros da comunidade, promovendo actividades de apoio e de prevenção;
- Reforce a ideia de que a pessoa em tratamento também pode procurar o apoio de outras pessoas na comunidade que estão em TARV (**Grupos de Apoio**) para partilhar sua experiência. Isto vai-lhe trazer conforto e ajuda nos momentos difíceis do tratamento.
- Além dos Grupos de Acção e de Apoio Comunitário, os participantes seropositivos podem integrar os Grupos de Pessoas Vivendo com HIV, como é o caso dos Grupos de Prevenção Positiva.

Referências para casos de Violência Doméstica

Instituições da Sociedade Civil que apoiam as vítimas de violência:

- **AMUDEIA** - Associação das Mulheres Desfavorecidas da Indústria Açucareira - Bairro do Aeródromo - Manhiça - Cell: 824643500
- **AMMCJ** - Associação Moçambicana das Mulheres de Carreira Jurídica - email: ammcjm@tdm.co.mz
 - ▶ **Maputo:** Av. Romão Fernandes Farinha, nº 567, 1º esquerdo - Tel/fax: 21408232 - Cell: 823173070 e-mail: ammcjm@gmail.com
 - ▶ **Quelimane:** Av. Josina Machel, edifício da OJM r/c - Tel: 24214987 Cell: 825609470
 - ▶ **Chimoio:** Feira Fepom - Cell: 827806160 mmoiane@yahoo.com.br
 - ▶ **Nampula:** Av. do trabalho, próximo do aeroporto - Tel: 26218432
- **ASSOMUDE** - Associação Moçambicana Mulher e Democracia.
 - ▶ **Marracuene:** Rua Gwaza Muthini nº 391 Q 4 - Tel: 21900563 - email: assomude@gmail.com
- **AVIMAS** - Associação das Viúvas e Mães Solteiras
 - ▶ **Maputo:** Av. de Moçambique nº 6480 - Cell: 826111890 email: avimas@yahoo.com.mz
- **AVVD** - Associação das vítimas de violência doméstica Escola comunitária 4 de Outubro
 - ▶ **Maputo:** Bairro Polana Caniço - Cell: 847521098
- **CAPAZ** - Associação de Apoio Psico-social
 - ▶ **Machava** - Bairro do Infulene: Av. Amílcar Cabral 240 r/c
- **LDH** - Liga dos Direitos Humanos - <http://www.ldh.org.mz>
 - ▶ **Xai-Xai - Gaza** - Bairro 10 - perto Comando Provincial - Tel: 28226627- 28225012
 - ▶ **Maputo:** Av. Maguiguana, nº2219 Tel.(258-21) 405941/401256 Alto-Maé Fax/Mesg: (258-21) 406022 - e-mail: liga.dh@tvcabo.co.mz
 - ▶ **Sofala - Beira** - Rua dos Pioneiros prédio sica-2º andar - Tel: 23329962 - 23322614
 - ▶ **Chimoio** - Av. 25 de Setembro, - depois do prédio Manuel Nunes - Tel: 25124120
 - ▶ **Lichinga** - Ao lado do Hospital Central - Tel: 27120391
 - ▶ **Tete** - Av. 24 de Julho instalações da LAM, 2º andar - Tel: 25222910
 - ▶ **Quelimane** - Av. das FPLM nº 1021- c. 123 - Tel: 24214742-24216501
 - ▶ **Nampula** - Av. Eduardo Mondlane c. 1026 - Tel: 26216562-26216561
- **LEMUSICA** - Levanta Mulher Siga Seu Caminho - Manica Rua Josina Machel, nº 660 - Tel: 23430 - Cell: 825800670
- **MULEIDE** - Mulher Lei e Desenvolvimento - Av. Paulo Samuel Kankhomba nº 2150 - Tel: 21325831 - 21325580 - Maputo - e-mail: muleide@tvcabo.co.mz
 - ▶ **Sofala-Beira:** Rua Afonso paiva nº 215, Pontagea próximo ao Grande Hotel - Tel: 825871550
 - ▶ **Pemba:** Bairro ingonane - q.10-c.10 - Rua 025 - Tel: 27220548
- **NHAMAI** - Centro de acolhimento e atendimento à mulher e criança vítima de violência doméstica - Bairro Nkobe - Q. 10 - Perto do Posto Policial - Tel: 21900518 - Cell: 829290540 - 826283110 - 842663140 - Machava - Maputo
- **OMM** - Organização da Mulher Moçambicana - Rua Pereira do Lago nº 147 2º e 4º andar - Tel: 21492665
- **OAD** - Ordem dos Advogados - Av. Patrice Lumumba nº 290 - Tel: 21431634/5 - Email: secretaria@ordemadvogadosmoz.org - Maputo
- **WLSA Moçambique** - Rua Padre António Vieira nº 68 - Maputo - email: coord@wlsa.org.mz

" Isto é o que é aprender: de repente, você compreende algo que soube durante toda a sua vida, mas de uma nova maneira."

*Doris Lessing*⁴

⁴Escritora britânica vencedora do Prémio Nobel da Literatura em 2007.

