



MINISTÈRE DE LA SANTÉ PUBLIQUE ET DE LA POPULATION  
UNITE DE COORDINATION DU PROGRAMME  
NATIONAL D'ALIMENTATION ET DE NUTRITION (UCPNANu)

# LES BONNES HABITUDES EN NUTRITION ET HYGIÈNE



# Remerciements

Le Ministère de la Santé Publique et de la Population voudrait exprimer ses remerciements à FANTA-2/7=@ et USAID pour leur assistance financière et technique.

Des remerciements spéciaux vont aux membres du Groupe de Travail Technique de la Nutrition pour leur apport technique, engagement et dévouement. Ils ont beaucoup contribué au développement de ce guide.

La réalisation de ce support a été rendue possible grâce au soutien généreux du peuple américain par le biais de USAID/Haïti et l'Office de la Santé, des Maladies infectieuses et de la Nutrition du Bureau de Santé globale de l'Agence des Etats-Unis pour le Développement international (USAID), aux termes de l'Accord Coopératif No. GHN-A-00-08-00001-00, adjudgé par le biais du Projet d'Assistance Technique pour l'Alimentation et la Nutrition II (FANTA-2) à 7=@ .

Les opinions exprimées ici incombent aux auteurs et ne reflètent pas forcément les vues de l'Agence des Etats-Unis pour le Développement international ou du Gouvernement.



# Table des Matières

## **THEME A : Notions de base sur nutrition, VIH et tuberculose** **2**

Une variété d'aliments est nécessaire pour une bonne santé.....	4
Mangez une variété d'aliments à chaque repas .....	6
Mangez des aliments sains et variés pour maintenir le poids.....	8

## **THEME B: Relation entre alimentation, nutrition, VIH et tuberculose** **10**

Relation entre alimentation, nutrition, VIH et tuberculose.....	12
Mangez bien et vivez positivement .....	14
Conditions d'une bonne nutrition .....	16
La sécurité alimentaire: Faites en sorte que tous les membres de votre ménage puissent manger à leur faim.....	18

## **THEME C: Besoins alimentaires particuliers des PVVIH et des tuberculeux** **20**

Prenez des goûters .....	22
Buvez beaucoup de liquide .....	24
Continuez de manger et de boire pour augmenter votre appétit	26
Évitez de manger trop de gras.....	28

## **THEME D: Combattre les maladies à l'aide d'un régime alimentaire équilibré** **30**

Mangez des aliments riches en fer et en vitamine A.....	32
Faites-vous immédiatement soigner pour la tuberculose .....	34
Soignez le muguet .....	36
Traitez les nausées et les vomissements .....	38
Soignez la diarrhée .....	40

## **THEME E: Soins et soutiens nutritionnels et alimentaires aux PVVIH** **42**

Faites-vous examiner régulièrement .....	44
Mangez bien pour assurer les meilleurs résultats de votre traitement ARV .....	46
Relaxez-vous et reposez-vous bien avec le VIH et/ou la tuberculose .....	48

## **THEME F: Conseils d'hygiène alimentaire, corporel, environnemental** **50**

Utilisez de l'eau propre.....	52
Gardez l'environnement propre et sain.....	54
Veillez à une bonne hygiène des aliments.....	56
Maintenez une bonne hygiène corporelle.....	58

## **THEME G: Conseils d'hygiène de vie** **60**

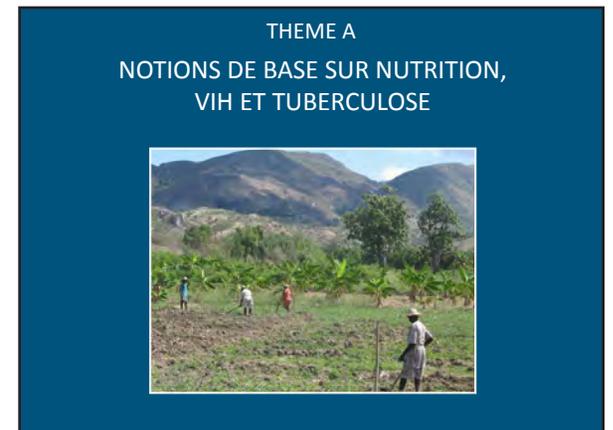
Restez physiquement actif .....	62
Développez les bonnes habitudes sanitaires.....	64
Réduisez le stress et les soucis .....	66
Maintenez une saine communication dans le couple .....	68
Ne restez pas isolé.....	70
Ni le repas, ni l'eau, ni le toucher d'une personne infectée, ne transmet le VIH.....	72

## **THEME H: Allaitement et alimentation de complément** **74**

Maman, allaitez votre bébé exclusivement au sein dès la naissance jusqu'à 6 mois.....	76
Maman, à partir de 6 mois, donnez des aliments de complément à votre bébé en plus du lait maternel .....	78
Développez les bonnes habitudes de santé .....	80
Maman, si vous êtes enceinte ou allaitante, mangez des aliments riches en énergie, en protéine et en micronutriments .....	82

# THEME A

## NOTIONS DE BASE SUR NUTRITION, VIH ET TUBERCULOSE



# THEME A

## NOTIONS DE BASE SUR NUTRITION, VIH ET TUBERCULOSE



# THEME A

## Une variété d'aliments est nécessaire pour une bonne santé

Q: Quels types d'aliments voyez-vous sur ces images?

---

Q: Quels types d'aliments mangez-vous?

---

Q: Pourquoi est-il important de manger différents types d'aliments?

---

R: Manger une grande variété d'aliments protège l'organisme de plusieurs façons.

R: Chaque repas devrait toujours inclure les trois types d'aliments

R: Chacun de ces types à lui seul ne suffit pas. Il doit être combiné avec d'autres aliments.

Q: Quels sont les avantages de chaque groupe d'aliments?

---

R: **Les aliments procurant de l'énergie** (riz, maïs, petit mil, banane, plantain, huiles, margarine, pistache, mamba, sucre et sirop)

- Donnent à l'organisme de l'énergie pour son bon fonctionnement

R: **Les aliments reconstituants** (viande, poulet, poisson, œufs, laits, pois et autres légumineuses)

- Aident au développement des muscles et des os
- Aident à récupérer le poids perdu
- Renforcent le système immunitaire
- Renforcent la multiplication des globules rouges et des globules blancs

R: **Les aliments protecteurs** (Mangues, melons, feuille verte, épinard, tomate, choux)

- Aident l'organisme à s'auto-protéger
- Donnent du goût et de la saveur



# THEME A

Une variété d'aliments est nécessaire pour une bonne santé

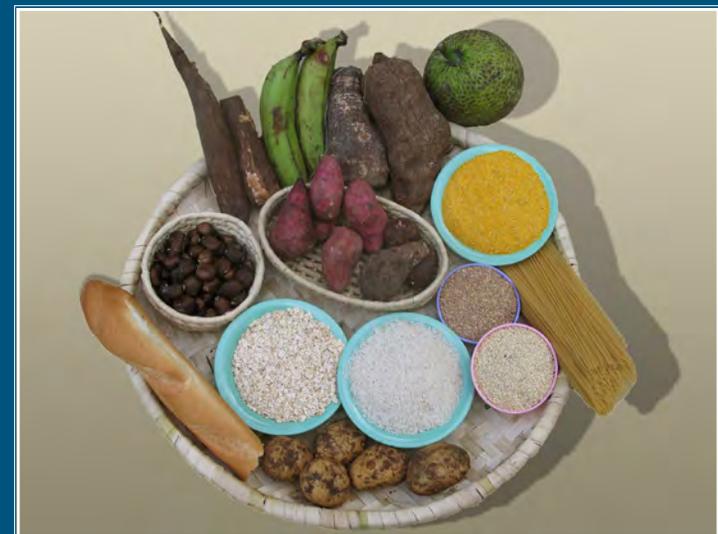
Aliments protecteurs



Aliments reconstituants



Aliments procurant de l'énergie



# THEME A

## Manger une variété d'aliments à chaque repas

**Q: Quels sont les combinaisons d'aliments que vous voyez sur ces images?**

---

R: Chaque image a au moins un des trois groupes d'aliments (énergétique, de construction et de protection).

**Q: Combien de repas prenez-vous par jour?**

---

**Q: Quels types d'aliments prenez-vous pendant le déjeuner, le dîner et le souper?**

---

**Q: Lesquelles de ces combinaisons d'aliments préférez-vous?**

---

**Q: Quelles combinaisons d'aliments pouvez-vous vous procurer?**

---

**Q: Que pouvez-vous faire entre maintenant et notre prochaine séance pour augmenter la variété d'aliments que vous consommez?**

---

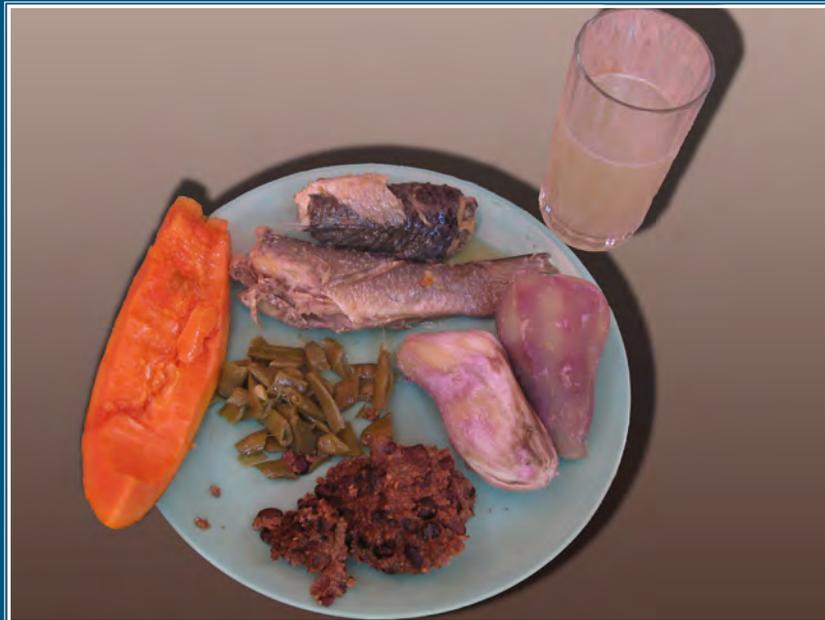
Aidez le client à choisir une ou deux petites actions faisables:

- Prendre des boissons saines à chaque repas et tout au long de la journée.
- Prendre au moins une portion d'un aliment énergétique, de construction et de protection à chaque repas.
- Manger deux fois par jour au lieu d'une fois.
- Manger trois fois par jour au lieu de deux fois.
- Manger trois fois par jour avec un goûter entre ces repas.



# THEME A

## Manger une variété d'aliments à chaque repas



# THEME A

## Manger des aliments sains et variés pour maintenir votre poids

**Q: Que voyez-vous sur cette image?**

---

**Q: Pourquoi les personnes vivant avec le VIH/Sida et/ou malades de la tuberculose ont-ils besoin de plus d'aliments?**

---

R: Le VIH/Sida ou la tuberculose accroît la demande de l'organisme en énergie, en vitamines et en sels minéraux. Les PVVIH et les malades de la tuberculose ont plus de risque de malnutrition due à cette demande accrue d'énergie, à la perte d'appétit et aux maladies.

**Q: Quelle est la relation entre une alimentation saine et équilibrée et le poids?**

---

R: Une bonne alimentation est nécessaire pour maintenir le poids du corps et augmenter la force. Elle aide à récupérer le poids perdu lors d'une maladie.

**Q: Qu'est-ce que vous pouvez faire entre maintenant et notre prochaine séance pour assurer un poids acceptable?**

---

Aidez le client à choisir une ou deux petites actions faisables.

- Manger deux fois par jour au lieu d'une fois.
- Manger trois fois par jour au lieu de deux fois.
- Manger trois fois par jour avec un goûter entre ces repas.
- Augmenter les quantités d'aliments consommées.
- Se faire peser chaque semaine pour suivre votre poids.

THEME A  
Manger des aliments sains et variés  
pour maintenir votre poids

Manger bien si vous vivez  
avec le VIH



...pour maintenir le poids  
du corps.

## THEME A

# Manger des aliments sains et variés pour maintenir votre poids

Manger bien si vous vivez  
avec le VIH



...pour maintenir le poids  
du corps.



# THEME B

## RELATION ENTRE ALIMENTATION, NUTRITION, VIH ET TUBERCULOSE

THEME B  
RELATION ENTRE ALIMENTATION,  
NUTRITION, VIH ET TUBERCULOSE



# THEME B

## RELATION ENTRE ALIMENTATION, NUTRITION, VIH ET TUBERCULOSE



# THEME B

## Relation entre alimentation, nutrition, le VIH et la tuberculose

Q: Que voyez-vous sur ces images?

Q: A votre avis, quelles sont les relations entre la mauvaise nutrition, le système immunitaire faible, l'augmentation de la vulnérabilité aux infections et l'augmentation du besoin nutritionnel?

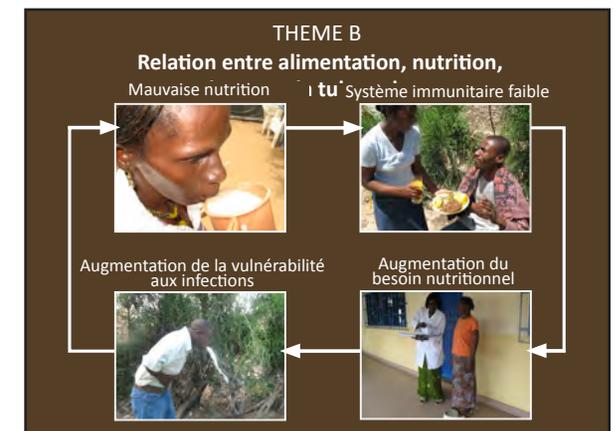
Aidez le client à faire la relation entre la mauvaise nutrition, un système immunitaire faible, l'augmentation de la vulnérabilité aux infections et l'augmentation des besoins nutritionnels.

R: **La mauvaise nutrition** mène à la perte de poids, fonte musculaire, faiblesse, fatigue et déficience en vitamines et minéraux. Cela peut affaiblir le système immunitaire.

**Un système immunitaire faible** peut affaiblir la capacité de combattre le VIH, tuberculose et les autres infections. Cela augmente la vulnérabilité aux infections.

**L'augmentation du besoin nutritionnel:** Le VIH et/ou la tuberculose accroissent la demande du corps en énergie. La diarrhée peut causer la malabsorption. Le manque d'appétit peut réduire la prise d'aliments, ce qui mène à la mauvaise nutrition.

**L'augmentation de la vulnérabilité aux infections** (la diarrhée, la tuberculose, les gripes) provoquent l'évolution rapide du VIH. L'évolution du VIH et de la tuberculose peuvent causer la perte d'appétit. Tout cela augmente le besoin nutritionnel de la personne.



# THEME B

## Relation entre alimentation, nutrition, le VIH et la tuberculose

Mauvaise nutrition

Système immunitaire faible



Augmentation de la vulnérabilité  
aux infections

Augmentation du  
besoin nutritionnel



# THEME B

## Mangez bien et vivez positivement

Q: Que voyez-vous sur ces images?

Q: A votre avis, dans quelles manières est-ce que la bonne nutrition peut vous aider à vivre positivement?

Aider le client à faire la relation entre la satisfactions des besoins nutritionnel et une vie positive, la productivité, l'immunité plus forte et l'évolution plus lente de la maladie .

R: **Une bonne nutrition** maintient le poids corporel et la force et aussi remplace les vitamines et les minéraux perdus à cause des maladies. Cela améliore la fonction du système immunitaire.

**L'immunité plus forte** rend le corps plus capable de se défendre contre les infections opportunistes comme la diarrhée, la grippe et la tuberculose. Cela rend la progression du VIH plus lente.

**L'évolution plus lente du VIH** améliore la réaction au traitement et réduit le temps et l'argent dépensés en soins de santé. Cela aide les PVVIH à rester actives, de s'occuper d'elles-mêmes et de leur famille et de **satisfaire les besoins nutritionnels**.

**Un appétit stimule** mène à la **satisfaction des besoins nutritionnels** et conduit à **une bonne nutrition**.



# THEME B

## Mangez bien et vivez positivement

Bien manger → appétit stimulé

Immunité plus forte →  
résistance aux infections



Bonne nutrition →  
maintien du poids

Evolution plus lente  
de la maladie



# THEME B

## Conditions d'une bonne nutrition

**Q: Que voyez-vous sur ces images?**

**Q: Quels sont quelques obstacles qui vous empêchent d'avoir une bonne nutrition?**

Cherchez avec le client ses obstacles. Si le client a des difficultés à identifier des obstacles, vous pouvez suggérer ceux qui se présentent en bas.

**Q: Qu'est-ce que vous pouvez faire entre maintenant et notre prochaine séance pour faire face à vos obstacles à une bonne nutrition?**

Aidez le client à choisir une ou deux petites actions faisables selon l'obstacle identifié.

### **Manque de temps pour préparer les aliments**

- Laisser tremper les haricots secs toute la nuit.
- Mélanger beaucoup d'aliments dans un seul recette.
- Faire la cuisine à tour de rôle.

### **Manque d'argent pour acheter les aliments**

- Acheter selon vos moyens financiers des aliments avec une grande valeur nutritive (tels que les arachides et les haricots).
- Élever des poules ou des lapins.
- Démarrer un jardin à domicile ou en communauté.
- Chercher des aides alimentaires auprès des organisations caritatives.

### **Les aliments recommandés ne sont pas disponibles ou ce sont les plantes saisonnières.**

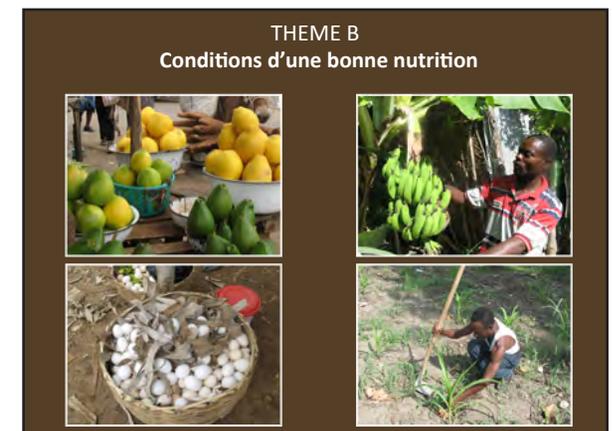
- Les essayer dans votre jardin de la famille ou celui de la communauté.
- Les substituer par les aliments de même nature.
- Stocker les aliments après une bonne récolte.

### **Manque de capacité physique pour acheter et préparer les aliments**

- Faire appel aux membres de la famille, aux groupes des bénévoles, associations des PVVIH, assistants sociaux et conseillers communautaires.

### **Les bons aliments recommandés sont souvent vendus au lieu d'être consommés**

- Partager avec votre conjoint et les autres membres de la famille l'importance de consommer les bons aliments pour éviter les maladies au lieu de les vendre.



# THEME B

## Conditions d'une bonne nutrition



## THEME B

# La sécurité alimentaire: Faites en sorte que tous les membres de votre ménage puissent manger à leur faim

Q: Que voyez-vous sur ces images?

---

Q: Quelles difficultés rencontrez-vous pour assurer que tous les membres de votre ménage puissent manger à leur faim?

---

Cherchez avec le client ses difficultés.

Q: Qu'est-ce que vous pouvez faire entre maintenant et notre prochaine séance pour garantir que tous les membres dans votre ménage puissent manger à satiété?

---

Aidez le client à choisir une ou deux petites actions faisables:

- Participer à une Activité Génératrice de Revenus (AGR).
- Vous informer sur les réseaux sociaux de sécurité alimentaire dans la communauté.
- Faire des provisions alimentaires et des cultures de contre saison.
- Réallouer les dépenses afin d'augmenter l'achat d'aliments nutritifs.
- Créer un jardin potager ou initier l'élevage d'animaux domestiques.
- Manger avec les membres de la famille, des amis ou d'autres PVVIH.
- Demander l'information sur les institutions qui octroient un soutien alimentaire.



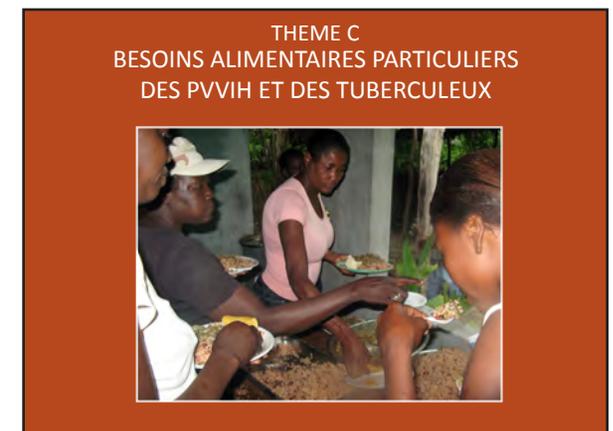
## THEME B

**La sécurité alimentaire: Faites en sorte que tous les membres de votre ménage puissent manger à leur faim**



# THEME C

## BESOINS ALIMENTAIRES PARTICULIERS DES PVVIH ET DES TUBERCULEUX



# THEME C

## BESOINS ALIMENTAIRES PARTICULIERS DES PVVIH ET DES TUBERCULEUX



# THEME C

## Prenez des goûters

Q: Que voyez-vous sur ces images?

---

Q: Quels aliments protecteurs voyez-vous sur les images (Ex viandes et produits similaires)?

---

Q: Quels aliments procurant de l'énergie voyez-vous sur les images (Ex; féculents)?

---

Q: Quels aliments reconstituants voyez-vous sur les images (Ex ;fruits et légumes)?

---

Q: Quelles boissons voyez-vous sur les images?

---

Q: Qu'est-ce que c'est un goûter?

---

R: Un goûter c'est un petit repas qui se mange entre le déjeuner et le dîner, le dîner et le souper ou après le souper.

Q: Quels goûters préférez vous? Quels goûters pouvez-vous vous procurer?

---

Q: Qu'est-ce que vous pouvez faire entre maintenant et notre prochaine séance pour prendre des goûters ?

---

Aidez le client à choisir une ou deux petites actions faisables:

- Prendre un goûter par jour.
- Prendre un goûter le matin et l'après-midi entre les repas.
- Prendre du jus ou d'autre boisson nutritive ou un petit goûter au lieu de prendre un repas complet quand je suis malade et que je n'ai pas faim.
- Prendre chaque goûter bien équilibré (renfermant les protéines, les féculents, les fruits, les boissons) pour une bonne nutrition.



# THEME C

## Prenez des goûters



# THEME C

## Buvez beaucoup de liquide

Q: Que voyez-vous sur ces images?

---

Q: Quelles boissons prenez-vous habituellement (tous les jours)?

---

Q: Quelles boissons préférez vous?

---

Q: Quelles boissons pouvez-vous vous procurer?

---

Q: Quels avantages y a-t-il à boire beaucoup de liquide entre les repas ?

---

R: Boire de l'eau potable (soit du robinet, soit traitée), des potages (bouillon) et des jus de fruits aide le corps à rester sain.

Q: Qu'est-ce que vous pouvez faire entre maintenant et notre prochaine séance pour être certain de prendre des liquides en quantité suffisante?

---

Aidez le client à choisir une ou deux petites actions faisables:

- Boire entre et après les repas et les goûters.
- Boire au moins 8 verres (2 litres) d'eau potable par jour.
- Boire de l'eau potable pendant toute la journée.
- Prendre du thé et du café seulement avec modération.



# THEME C

## Buvez beaucoup de liquide



# THEME C

## Continuez de manger et de boire pour augmenter votre appétit

**Q: Que se passe-t-il sur ces images?**

---

**Q: Pourquoi faut-il manger et boire quand on est malade et même quand on n'a pas faim?**

---

R: Il faut manger pour maintenir une bonne nutrition. Vous avez toujours besoin de manger, même si vous vous sentez très malade et que vous n'avez pas faim.

**Q: Qu'est-ce que vous pouvez faire entre maintenant et notre prochaine séance pour continuer à vous alimenter quand vous n'avez pas l'appétit ?**

---

R: Prendre de petites quantités d'aliments 5 à 6 fois par jour ou toutes les 2 heures et variez les aliments; manger les bananes et les purées (ce sont des aliments faciles à manger); boire de la bouillie enrichie avec de la farine de soja ou la pâte d'arachides pour augmenter la force; hacher les viandes et les poulets ou coupez-les en morceaux pour les manger facilement.

**Q: Qu'est-ce que vous pouvez faire entre maintenant et notre prochain séance pour augmenter l'appétit?**

---

Aidez le client à choisir une ou deux petites actions faisables:

- Ne pas boire de l'alcool et ne pas fumer car cela diminue l'appétit.
- Manger des aliments préférés.
- Boire beaucoup d'eau, de lait, de yaourt, de lait caillé, de soupes, de tisanes ou de jus pendant la journée.
- Faire des exercices physiques , des promenades en plein air et respirer à pleins poumons pour stimuler l'appétit.
- Prendre des repas en famille et éviter de manger seul.



# THEME C

Continuez de manger et de boire  
pour augmenter votre appétit



# THEME C

## Evitez de manger trop de gras

### Q: Que se passe-t-il sur ces images?

---

Quels sont les avantages à éviter de manger trop gras?

R: Le gras a bon goût mais c' est mauvais pour la sante. Les gras comme les beignets remplissent l'estomac mais n 'apportent que des calories et rien d'autres pour la santé.

### Q: Quelle est la relation entre la consommation excessive de gras et la mauvaise santé?

---

R: L'obésité est une maladie grave causée en partie par la consommation excessive de gras et de sucre et conduit au diabète. Les PVVIH qui prennent des ARV sont particulièrement vulnérables aux artères bloquées par la consommation de gras en excès (lipides augmentés et cholestérol).

### Q: Qu'est-ce que vous pouvez faire entre maintenant et notre prochaine séance pour manger moins de gras ?

---

Aidez le client à choisir une ou deux petites actions faisables:

- Utiliser moins d'huile en faisant le repas.
- Éviter de manger des aliments qui ont peu de valeur nutritive.



# THEME C

## Evitez de manger trop de gras



# THEME D

## COMBATTRE LES MALADIES À L'AIDE D'UN RÉGIME ALIMENTAIRE ÉQUILIBRÉ





# THEME D

## Mangez des aliments riches en fer et en vitamine A

**Q: Pourquoi l'anémie est-elle un problème?**

---

R: L'anémie chez une PVVIH peut mener à une évolution plus rapide du SIDA. L'anémie pendant la grossesse peut mener à l'accouchement prématuré et à l'insuffisance pondérale à la naissance.

**Q: Y a-t-il des aliments spécifiques que vous prenez quand vous vous sentez faibles et fatigués?**

---

**Q: Quels aliments voyez-vous sur cette image?**

---

**Q: Lesquels de ces aliments pouvez-vous vous procurer?**

---

**Q: Qu'est-ce que vous pouvez faire entre maintenant et notre prochaine séance pour éviter l'anémie?**

---

Aidez le client à choisir une ou deux petites actions faisables:

- Manger du poisson, de la viande, du foie et des œufs riches en fer pour récupérer de la force,  
\_\_Deux fois par semaine \_\_Trois fois par semaine
- A la fin de chaque repas, manger des fruits comme les oranges, les mangues et les citrons pour aider l'organisme à absorber le plus de fer provenant des aliments riches en fer.
- Manger des feuilles de légumes verts, comme les épinards , amarante , li-ane panier , benzolive et cresson, ainsi que des pommes de terre et des citrouilles
- Si vous êtes femme (surtout enceinte ou allaitante) ou fille adolescente, chercher des substances complémentaires en fer chez un agent de santé ou chez une accoucheuse traditionnelle formée,
- Prendre des médicaments contre les vers intestinaux une fois tous les 4 ou 6 mois.
- Se faire soigner rapidement contre le paludisme et dormir sous une mousti-  
**34** quaire imprégnée.



## THEME D

# Mangez des aliments riches en fer et en vitamine A



# THEME D

## Faites-vous immédiatement soigner pour la tuberculose

**Q: Que voyez-vous sur ces images?**

---

**Q: Comment la tuberculose vous fait-elle sentir?**

---

R: Les signes de tuberculose comprennent la transpiration nocturne, fièvre, une toux incessante, une perte de poids ou l'asthénie. Faites-vous immédiatement soigner si vous souffrez d'un ou plusieurs de ces signes.

**Q: Quel est le traitement de la tuberculose?**

---

R: Le traitement de la tuberculose dure 6 mois et les médicaments doivent être pris chaque jour pendant ces 6 mois. Ne pas prendre correctement les médicaments peut provoquer une autre crise de la maladie, développer une résistance au traitement et contaminer les autres membres de la famille.

**Q: Quelle est la relation de la tuberculose avec la nutrition?**

---

R: La tuberculose accroît le besoin d'aliments pour l'organisme. Certains médicaments contre la tuberculose augmentent le besoin d'éléments nutritifs dans l'organisme qui se trouvent dans les pastèques, les avocats, toutes les céréales, les haricots, les noix, les poissons, la viande et le poulet.



# THEME D

Faites-vous immédiatement soigner pour la tuberculose



# THEME D

## Soignez le muguet

Q: Que se passe-t-il sur ces images?

---

Q: Qu'est-ce que le muguet?

---

Q: Comment traitez-vous les plaies dans la bouche?

---

Q: Comment faites vous pour manger plus et pour boire facilement avec une plaie dans la bouche?

---

Q: Qu'est-ce que vous pouvez faire entre maintenant et notre prochaine séance pour vous aider à manger plus facilement quand vous avez une plaie dans la bouche?

---

Aidez le client à choisir une ou deux petites actions faisables:

- Manger des aliments semi-liquides, écrasés ou moelleux tels que l'avocat, le mirilton, la papaye, la banane, le yaourt, bouillon de légumes, les plats en pâte et les aliments hachés.
- Faire en sorte que les aliments soient plus liquides ou mous.
- Boire des boissons fraîches, des soupes, des jus de fruits ou de légumes.
- Rincer la bouche avec de l'eau salée ou additionner de bicarbonate (1 cuillerée à thé de sel ou de bicarbonate dans une tasse d'eau).
- Essayer de manger malgré le muguet.
- Éviter les fruits acides comme les ananas et les oranges de même que les repas épicés et extrêmement chauds.
- Adoucir les lèvres avec de l'huile, de la vaseline, ou la margarine plusieurs fois par jour.



# THEME D

## Soignez le muguet



# THEME D

## Traitez les nausées et les vomissements

Q: Que voyez-vous sur ces images?

Q: La prochaine fois que vous souffrirez de la nausée ou des vomissements, qu'est-ce que vous allez faire pour réduire le problème?

Aidez le client à choisir une ou deux petites actions faisables:

- S'asseoir pour manger et attendre une à deux heures après avoir mangé pour s'allonger.
- Boire des liquides entre les repas.
- Éviter de préparer soi-même les repas (l'odeur des aliments lors de la préparation ou de la cuisson peut aggraver l'état nauséux).
- Boire de petites quantités d'eau, de soupe ou de tisane à base d'épices.
- Manger des aliments semi liquides et retourner à une alimentation solide dès que les vomissements cessent.
- Respirer le zeste d'une orange fraîche ou d'un citron, ou boire un jus de citron dans de l'eau chaude ou une tisane à base de plantes ou de gingembre.
- Manger des aliments secs et salés tels que du pain grillé, des biscuits et des céréales.
- Consulter un médecin ou un agent de santé avant de prendre un antiémétique si nécessaire.



# THEME D

## Traitez les nausées et les vomissements



# THEME D

## Soignez la diarrhée

**Q: Que voyez-vous sur ces images?**

---

**Q: Pourquoi est ce que les conséquences sont graves si vous arrêtez de prendre des liquides quand vous avez la diarrhée?**

---

R: La diarrhée est dangereuse parce qu'elle fait perdre beaucoup d'eau au corps, ce qui provoque la déshydratation.

**Q: En cas de diarrhée, que faire?**

---

R: Dès le début de la diarrhée, il est essentiel de boire beaucoup plus de liquide que d'habitude. Il faut aussi continuer à manger régulièrement. Il faut prendre du sérum orale pour éviter d'être déshydraté. Il faut continuer à manger et à boire. Lavez vous les mains avec de l'eau et du savon avant et après les repas et à la sortie des toilettes. Consultez un médecin, une infirmière ou un agent de santé avant de prendre un médicament anti diarrhéique.

**Q: La prochaine fois que vous souffrez de la diarrhée, qu'est-ce que vous allez faire si manger et boire sont difficiles?**

---

Aidez le client à choisir une ou deux petites actions faisables:

- Boire environ de 2 litres de liquide par jour.
- Boire de l'eau de riz.
- Manger des bouillies à base de céréales ou des pommes de terre.
- Manger les légumes (le mirliton, la carotte) et les soupes de légumes pour compenser la perte en minéraux.
- Éplucher et/ou faire cuire les légumes et les fruits, de façon à ce qu'ils soient mieux tolérés.



# THEME D

## Soignez la diarrhée



# THEME E

## SOINS ET SOUTIENS NUTRITIONNELS ET ALIMENTAIRES AUX PVVIH



# THEME E

## SOINS ET SOUTIENS NUTRITIONNELS ET ALIMENTAIRES AUX PVVIH



# THEME E

## Faites-vous examiner régulièrement

Q: Que voyez-vous sur ces images?

---

Q: Que pouvez-vous faire pour mieux bénéficier des services de santé?

---

Q: Qu'est-ce que vous pouvez faire entre maintenant et notre prochaine séance pour mieux bénéficier des services de santé?

---

Aidez le client à choisir une ou deux petites actions faisables:

- Vous faire soigner le plus tôt possible (pas plus que 48 heures) quand vous vous sentez malade ou faible.
- Vous faire peser chaque mois pour vérifier si vous ne perdez pas de poids.
- Vous faire examiner chaque mois pour détecter et traiter les maladies tôt et ainsi en réduire les mauvaises conséquences.
- Vous faire un contrôle de vos CD4 ( charge virale ) au moins une fois tous les 6 mois.
- Utiliser les services médicaux offerts, comme les traitements ARV, de la tuberculose, des maux de ventre, du paludisme et de l'anémie ainsi que les suppléments des micronutriments.
- Demander aux membres de votre famille ou à vos amis d'aller au service de santé avec vous.



# THEME E

## Faites-vous examiner régulièrement



# THEME E

## Mangez bien pour assurer les meilleurs résultats de votre traitement ARV

**Q: Que voyez-vous sur ces images?**

---

**Q: Quel est la relation entre les ARV et la nutrition?**

---

R: Les interactions entre les ARV et l'alimentation peuvent influencer l'efficacité du traitement. Certains ARV sont pris sans manger ou boire, certains avec la nourriture ou la boisson et d'autres avec ou sans manger. Une bonne alimentation peut améliorer l'adhérence au traitement, l'état nutritionnel et l'efficacité des médicaments.

**Q: Qu'est-ce que vous pouvez faire entre maintenant et notre prochaine séance pour assurer les meilleurs résultats de votre traitement avec les ARV?**

---

Aidez le client à choisir une ou deux petites actions faisables:

- Prendre fidèlement ses ARV.
- Demander des renseignements très précis à votre prestataire de service sur l'heure et la fréquence pour chaque médicament et les suivre.
- Demander des renseignements très clairs à votre prestataire de service pour bien comprendre quels ARV sont pris sans manger ou boire, lesquels sont pris avec la nourriture ou la boisson et quels sont ceux qui sont pris avec ou sans manger.



## THEME E

**Mangez bien pour assurer les meilleurs résultats  
de votre traitement ARV**



# THEME E

## Détendez-vous et reposez-vous bien avec le VIH et/ou la tuberculose

Q: Que se passe-t-il sur cette image?

---

Q: Comment occupez-vous votre temps libre.

---

Q: Décrivez vos activités journalières.

---

Q: Quel est le meilleur moment pour vous reposer?

---

Q: Qu'est-ce que vous pouvez faire entre maintenant et notre prochaine séance pour vous détendre et bien vous reposer vous?

---

Aidez le client à choisir une ou deux actions faisables:

- Vous reposer dès que vous êtes fatigué.
- Dormir au moins huit (8) heures par jour.
- Faire des choses que vous aimez (jouer aux cartes ou aux dominos, écouter de la musique, lire le journal, lire des livres, parler avec les amis).
- Demander de l'aide pour effectuer les tâches domestiques.
- Accepter l'aide quand elle vous est offerte.



## THEME E

# Détendez-vous et reposez-vous bien avec le VIH et/ou la tuberculose



# THEME F

## CONSEILS D'HYGIÈNE ALIMENTAIRE, CORPOREL, ENVIRONNEMENTAL



THEME F  
CONSEILS D'HYGIÈNE ALIMENTAIRE,  
CORPOREL, ENVIRONNEMENTAL



# THEME F

## Utilisez de l'eau potable

Q: Que se passe-t-il sur ces images?

---

Q: D'où vient l'eau que vous buvez?

---

Q: Que faites-vous pour assurer que votre eau à boire est potable?

---

Q: Pourquoi est-il important de ne boire que de l'eau potable?

---

Q: Qu'est-ce que vous pouvez faire entre maintenant et notre prochaine séance pour assurer que votre eau à boire est potable?

---

Aidez le client à choisir une ou deux actions faisables:

- Traiter l'eau et boire de l'eau traitée chaque jour (si l'eau du robinet n'est pas potable ou si l'eau provient d'un puits, d'un forage ou d'une rivière):
- Bouillir durant 15 à 20 minutes, ou
- Utiliser de l'eau de javel (3 gouttes / gallon).
- Transporter et garder l'eau traitée dans un récipient propre avec un couvercle fermé.
- Panser l'eau traitée avec un gobelet ou un autre ustensile avec une anse pour prendre l'eau sans que la main ne la touche.
- Conserver l'eau traitée dans un récipient recouvert.



# THEME F

## Utilisez de l'eau potable



# THEME F

## Gardez l'environnement propre et sain

Q: Que se passe-t-il sur ces images?

---

Q: Comment vérifiez-vous si votre environnement est propre?

---

Q: Quels sont les avantages pour les PVVIH d'habiter dans un environnement propre?

---

Q: Qu'est-ce que vous pouvez faire entre maintenant et notre prochaine séance pour être certain que votre environnement est propre et sain?

---

Aidez le client à choisir une ou deux actions faisables:

- Nettoyer votre environnement immédiat au moins une fois par jour (éliminer les eaux stagnantes, les pneus usés...).
- Mettre les déchets ménagers dans un sac en plastique puis dans une poubelle avec couvercle.
- Jeter les déchets ménagers loin de la maison et loin d'une source d'eau.
- Laver et désinfecter régulièrement la poubelle.
- Utiliser des latrines et les garder toujours propres et fermées.
- Désinfecter les latrines ainsi que les surfaces souillées par les excréments avec de l'eau de javel (Chlorox).
- Enfermer les animaux dans un enclos loin de la cuisine.
- Garder les nappes et les tables de cuisine propres.



# THEME F

## Gardez l'environnement propre et sain



# THEME F

## Veillez à une bonne hygiène des aliments

Q: Que se passe-t-il sur ces images?

---

Q: Pourquoi l'endroit de préparation des aliments doit-il être propre?

---

Q: Que faites-vous pour avoir un endroit de préparation d'aliments toujours propre?

---

Q : Qu'est-ce que vous pouvez faire entre maintenant et notre prochaine séance pour être certain que votre endroit de préparation d'aliments est toujours propre?

---

Aidez le client à choisir une ou deux actions faisables:

- Prévenir la contamination des aliments dans les endroits où on les prépare.
- Vous laver les mains avant toute manipulation des aliments.
- Boire et utiliser de l'eau potable pour la préparation des aliments.
- Utiliser des vaisselles et des ustensiles propres pour conserver, préparer, servir et manger les aliments.
- Couvrir et conserver les aliments à l'abri de la poussière, des insectes et des rongeurs.
- Conserver séparément les aliments crus et les aliments cuits, surtout quand il s'agit de la viande.
- Réchauffer les restes d'aliments à haute température avant toute consommation.
- Laver les fruits et légumes avec de l'eau propre javellisée.
- Laver à l'eau propre et au savon les ustensiles et les surfaces avant et après toute préparation.
- Cuire correctement la viande (surtout la viande rouge) et le poisson.
- Laver à l'eau chaude et au savon les ustensiles et les surfaces ayant été en contact avec la viande et le poisson, avant de préparer d'autres aliments.
- Laver les fruits et les légumes avec de l'eau propre avant de les manger, de les cuire ou de les servir.



# THEME F

## Veillez à une bonne hygiène des aliments



# THEME F

## Maintenez une bonne hygiène corporelle

Q: Que se passe-t-il sur ces images?

---

Q: Comment prenez-vous soin de votre hygiène corporelle?

---

Q: Pourquoi pensez-vous qu'une bonne hygiène corporelle est importante pour une PVVIH et/ou malade de la tuberculose?

---

Q: Qu'est-ce que vous pouvez faire entre maintenant et notre prochaine séance pour assurer une meilleure hygiène corporelle?

---

Aidez le client à choisir une ou deux actions faisables:

- Vous laver les mains toujours à l'eau propre et au savon avant et après la préparation des aliments, après avoir été aux toilettes, avant et après la consommation des aliments, avant de donner le sein ou la nourriture à l'enfant, et après avoir manipulé les selles des nouveaux nés et des enfants.
- Vous sécher les mains avec une serviette ou un tissu propre.
- Vous laver tout le corps à l'eau propre et au savon le matin et le soir.
- Prendre soin de la cavité buccale en se nettoyant les dents (brosse à dents) après chaque repas.
- Signaler au prestataire de soins toute lésion cutanée.
- Laver à l'eau propre et au savon les vêtements et le linge de lit.
- Garder les ongles propres et coupés au ras.



# THEME F

## Maintenez une bonne hygiène corporelle



# THEME G

## CONSEILS D'HYGIÈNE DE VIE

THEME G  
CONSEILS D'HYGIÈNE DE VIE



# THEME G

## CONSEILS D'HYGIÈNE DE VIE



# THEME G

## Restez physiquement actif

**Q: Que se passe-t-il sur ces images?**

---

**Q: Comment l'activité physique vous aide-t-elle à rester toujours en bonne santé?**

---

**Q: Quels genres d'activités physiques faites-vous?**

---

**Q: Qu'est-ce que vous pouvez faire entre maintenant et notre prochaine séance pour rester physiquement actif?**

---

Aidez le client à choisir une ou deux actions faisables:

- Faire une promenade à pieds chaque jour.
- Chaque jour, faire des exercices simples comme plier et déplier les genoux et les coudes, faire des étirements et des inclinaisons de tout le corps.
- Si vous êtes alité, vous faire masser les bras et les jambes pour éviter les rhumatismes.



# THEME G

## Restez physiquement actif



# THEME G

## Développez les bonnes habitudes sanitaires

**Q: Que se passe-t-il sur ces images?**

---

**Q: Quelles sont les pratiques nuisibles à votre santé?**

---

R: Boire l'alcool et fumer font perdre l'appétit. Prendre de l'alcool peut aussi entraîner des comportements à risque. L'alcool combiné à certains médicaments (comme les ARV) peut les rendre inefficaces. Fumer augmente les risques d'attraper des maladies et des infections comme la pneumonie.

**Q: Qu'est-ce que vous pouvez faire entre maintenant et notre prochaine séance pour développer les bonnes habitudes sanitaires ?**

---

Aidez au client a choisir une ou deux actions faisables:

- Cesser de boire d'alcool.
- Cesser de fumer.
- Utiliser les préservatifs pour empêcher d'être réinfecté par le VIH et d'infecter les autres.
- Si vous ne souhaitez pas utiliser un préservatif, alors pratiquer l'abstinence ou la fidélité).



## THEME G

# Développez les bonnes habitudes sanitaires



# THEME G

## Réduisez le stress et les soucis

**Q: Que voyez-vous sur cette image?**

---

**Q: Vous arrive-t-il d'être inquiet et tendu comme cette personne sur l'image ?**

---

**Q: Que faites-vous pour apaiser votre stress et vos soucis?**

---

**Q: Qu'est-ce que vous pouvez faire entre maintenant et notre prochaine séance pour apaiser votre stress et vos soucis?**

---

Aidez le client à choisir une ou deux actions faisables:

- Chercher le soutien psychosocial des membres de votre famille et de la communauté.
- Partager l'activité social au sein de la famille.
- Partager votre statut avec ceux que vous aimez : cela vous libérera et vous soulagera.
- Passer du temps en famille, avec les amis et vos conseillers spirituels pour soulager votre dépression et votre stress.
- Choisir un membre de la famille, un ami, une personne vivant avec le VIH ou une autre personne de bonne volonté à qui vous pouvez partager vos soucis.
- Manger vos aliments préférés peut aider, car l'inquiétude fait perdre l'appétit.
- Boire fréquemment de l'eau potable ou du jus de fruits.
- Reposer-vous suffisamment.



## THEME G

### Réduisez le stress et les soucis



# THEME G

## Maintenez une bonne communication dans le couple

**Q: Pourquoi est-ce que les couples cachent leur statut VIH?**

---

**Q: Quels sont les avantages de dire la vérité?**

---

R: Le manque de bonne communication dans le couple cause des incompréhensions. Les membres de la famille doivent connaître l'importance de bien manger pour la personne vivant avec le VIH. Quand les partenaires partagent leur statut sérologique, ils peuvent se supporter l'un l'autre. C'est important que chacun dans le couple connaisse le sérostatut de l'autre.

**Q: Quelle est la meilleure façon de discuter en couple du statut VIH?**

---

**Q: Comment convaincre les partenaires de dépenser plus d'argent sur la nutrition?**

---

**Q: Qu'est-ce que vous pouvez faire entre maintenant et notre prochaine séance que pour maintenir une saine communication dans le couple?**

---

Aidez au client à choisir une ou deux actions faisables:

- Aller consulter ensemble sur les questions de VIH et de nutrition.



# THEME G

## Maintenez une bonne communication dans le couple



# THEME G

## Ne restez pas isolé

Q: Que se passe-t-il sur ces images?

---

Q: Quels sont les avantages de prendre part aux groupes de soutien?

---

Q: Qu'est-ce que vous pouvez faire entre maintenant et notre prochaine séance pour ne pas rester isolé?

---

Aidez le client à choisir une ou deux actions simples et faisables:

- Prendre part aux groupes de soutien pour vous sentir à l'aise.
- Etre en contact quotidien avec des/les personnes que vous aimez, votre famille, vos enfants et vos amis.
- Chercher le soutien des membres de votre famille et de la communauté.
- Partager les repas avec les membres de votre groupe de soutien.
- Autant que possible essayer d' être positif dans votre humeur.
- Autant que possible essayer d' être positif dans vos réactions /réagir positivement.
- Rechercher le soutien alimentaire et le traitement de l'eau pour les personnes vivant avec le VIH.



# THEME G

## Ne restez pas isolé



# THEME G

## Ni le repas, ni l'eau, ni le toucher d'une personne infectée, ne transmettent le VIH

Q: Que voyez-vous sur ces images?

---

Q: Que veulent-elles vous dire ?

---

R: Tout contact avec une PVVIH (comme le toucher, le partage d'une même chambre) ne va pas vous transmettre l'infection.

- Il est impossible d'attraper le VIH en partageant les tasses, les assiettes, l'eau ou les repas avec une PVVIH. Isoler ceux qui sont infectés par le VIH est cruel et inhumain.
- Les PVVIH ont droit à leur ration alimentaire familiale ainsi que de l'eau potable. Les PVVIH ont besoin d'amour, de soins spécifiques et d'encouragement.
- Partager les repas avec les membres de sa famille et des amis aiguise l'appétit et favorise un bon apport alimentaire qui conduit à une bonne santé. Manger des aliments nutritifs, boire de l'eau traitée, faire soigner les infections et prendre les antirétroviraux, rendent les personnes vivant avec le VIH plus forts et mieux aptes à travailler.

Q: Qu'est-ce qui peut convaincre les membres de votre famille que partager un repas et de l'eau avec une PVVIH ainsi que le toucher ne transmettent pas le VIH/?

---

THEME G  
Ni le repas, ni l'eau, ni le toucher d'une personne infectée,  
ne transmettent le VIH



## THEME G

**Ni le repas, ni l'eau, ni le toucher d'une personne infectée,  
ne transmettent le VIH**



# THEME H

# ALLAITEMENT ET ALIMENTATION DE COMPLÉMENT



## THEME H

# ALLAITEMENT ET ALIMENTATION DE COMPLÉMENT



## THEME H

# Maman, allaitez votre bébé exclusivement au sein dès la naissance jusqu'à 6 mois

### Q: Pourquoi faut-il exclusivement allaiter le nouveau né jusqu'à 6 mois?

R: Le lait maternel est le meilleur aliment pour le nourrisson et le jeune enfant. Il facilite la croissance, le développement et protège l'enfant contre les maladies. Le fait **d'allaiter exclusivement au sein** jusqu'à 6 mois réduit le risque de transmission du VIH de la mère à l'enfant.

### Q: Pourquoi ne devez-vous pas donner des liquides (comme l'eau, le décoction, le jus de fruits, le lait ou le tisane) autres que le lait maternel à votre enfant?

R: Les risques de survenue de la malnutrition, de transmission du VIH de la mère à l'enfant et d'autres infections (diarrhées, infections respiratoires) et de décès infantiles sont plus élevés chez les enfants qui ne sont pas **exclusivement** allaités. L'allaitement **exclusif** est recommandé jusqu'à six mois aux mères infectées par le VIH. A moins que vous ayez évalué votre situation avec l'appui d'un conseiller des services Prévention de la Transmission Mère Enfant (PTME) et déterminé que l'alimentation de remplacement est **acceptable, faisable**, financièrement **abordable, durable** et **sûre**, pour la mère et pour son enfant, vous devriez continuer à allaiter exclusivement jusqu'à six mois. (L'alimentation de remplacement consiste à donner au nourrisson un lait maternisé.)

### Q: Qu'est-ce que vous pouvez faire entre maintenant et notre prochaine séance pour allaiter votre bébé de moins de 6 mois exclusivement?

- Aidez le client à choisir une ou deux actions simples et faisables:
- Ne pas donner du tout d'autres liquides ou d'autres aliments. La seule exception: les médicaments et les vitamines prescrits.
- Nourrir l'enfant **uniquement** avec le lait maternel pendant les 6 premiers mois de vie.
- Allaiter aussi souvent et aussi longtemps que le bébé le réclame.
- Exprimer votre lait et nourrissez le bébé à la tasse (si vous êtes obligée de vous absenter).
- Rechercher du support de la famille ou des amis pour vous assurer du temps suffisant pour allaiter **exclusivement**.



## THEME H

**Maman, allaitez votre bébé exclusivement au sein  
dès la naissance jusqu'à 6 mois**



## THEME H

# Maman, à partir de 6 mois, donnez des aliments de complément à votre bébé en plus du lait maternel

**Q: Pourquoi est-ce important d'introduire des aliments de complément après 6 mois d'allaitement exclusif?**

R: A partir de six mois le lait maternel n'étant pas en quantité suffisante pour assurer la croissance de l'enfant. Donc, il importe d'associer le lait maternel aux trois groupes d'aliments.

**Q: Doit-on continuer l'allaitement maternel après six mois?**

R: Si l'alimentation de remplacement n'est toujours pas **acceptable, faisable**, financièrement **abordable, durable** et **sûre** quand l'enfant atteint 6 mois, il est recommandé de continuer l'allaitement au sein à la demande accompagné d'aliments de complément, ainsi que de continuer d'évaluer régulièrement les conditions nutritionnelles de la mère et de l'enfant. L'allaitement au sein doit cesser complètement dès qu'il est possible de nourrir l'enfant de manière nutritionnellement appropriée et sûre sans lait maternel. Il faut donner une variété d'aliments pour s'assurer que les besoins d'éléments nutritifs soient satisfaits. Il faut augmenter le nombre de fois où l'enfant prend des aliments complémentaires au fur et à mesure qu'il/elle grandit.

**Q: Qu'est-ce que vous pouvez faire entre maintenant et notre prochaine séance pour donner des aliments de complément à votre bébé?**

Aidez le client à choisir une ou deux actions faisables:

- Continuer l'allaitement au sein à la demande.
- Donner l'eau potable à boire.
- Donner les aliments complémentaires 2 à 3 fois par jour à l'âge de 6 à 8 mois et 3 à 4 fois par jour à l'âge 9 à 11 mois et 4 fois par jour à l'âge de 12 à 24 mois.
- Donner la viande, les volailles, les poissons des œufs ou des haricots chaque jour
- Donner les fruits riches en vitamine A et les légumes chaque jour (patate douce, carotte, mangue, citrouilles, épinards, goyave, mangue).
- Utiliser les huiles végétales ou graines oléagineuses chaque jour (huiles, margarine, mamba).
- Éviter de donner des liquides ayant une faible valeur nutritive, tels que le thé, le café et les liquides sucrés tels que les sodas.



## THEME H

**Maman, à partir de 6 mois, donnez des aliments de complément à votre bébé en plus du lait maternel**



# THEME H

## Développez les bonnes habitudes de santé

Q: Que voyez vous sur ces images?

---

Q: Comment prévenir les maladies chez les nourrissons?

---

Q: Quel est l'avantage pour une mère séropositive que son partenaire sache son statut?

---

Q: Qu'est-ce que vous pouvez faire entre maintenant et notre prochaine séance pour développer les bonnes habitudes de santé?

---

Aidez le client à choisir une ou deux actions faisables:

- Respecter les rendez-vous de pesée.
- Vous rendre rapidement au centre de santé dès que l'enfant est malade.
- Prévenir les infections d'origine alimentaire en suivant les règles d'hygiène.
- Partager votre statut sérologique avec votre conjoint et l'inviter à venir au centre pour le dépistage.
- Pratiquer des rapports sexuels protégés afin d'éviter la réinfection.
- Encourager l'implication du conjoint pendant les consultations prénatales et les conseils pour le CDV/PTME.
- Impliquer le conjoint et la famille dans les soins de l'enfant.



# THEME H

## Développez les bonnes habitudes de santé



# THEME H

## Maman, si vous êtes enceinte ou allaitante, mangez des aliments riches en énergie, en protéine et en micronutriments

Q: Que voyez-vous sur ces images?

Q: Pourquoi est-ce que les femmes enceintes et les femmes qui allaitent ont besoin de manger plus?

R: Les femmes enceintes ou allaitantes ont besoin de consommer assez de repas pour couvrir leurs besoins ainsi que ceux du fœtus, en énergie et en nutriments.

Q: Quels types d'aliments spéciaux devez-vous manger pendant que vous êtes enceinte ou allaitante?

R: Augmenter la quantité et la fréquence des repas riches en énergie, en protéine et en micronutriments et assurer à la femme enceinte un repas supplémentaire et à la femme allaitante deux repas de plus.



## THEME H

**Maman, si vous êtes enceinte ou allaitante, mangez des aliments riches en énergie, en protéine et en micronutriments**



THEME A

NOTIONS DE BASE SUR NUTRITION,  
VIH ET TUBERCULOSE



THEME B

RELATION ENTRE ALIMENTATION,  
NUTRITION, VIH ET TUBERCULOSE



THEME C

BESOINS ALIMENTAIRES PARTICULIERS  
DES PVVIH ET DES TUBERCULEUX



THEME D

COMBATTRE LES MALADIES À L'AIDE  
D'UN RÉGIME ALIMENTAIRE ÉQUILIBRÉ



THEME E

SOINS ET SOUTIENS NUTRITIONNELS  
ET ALIMENTAIRES AUX PVVIH



THEME F

CONSEILS D'HYGIÈNE ALIMENTAIRE,  
CORPOREL, ENVIRONNEMENTAL



THEME G

CONSEILS D'HYGIÈNE DE VIE



THEME H

ALLAITEMENT ET ALIMENTATION DE COMPLÉMENT



**USAID** | **HAITI**  
DU PEUPLE AMÉRICAIN

**FANTA • 2**  
FOOD AND NUTRITION  
TECHNICAL ASSISTANCE

**fhi360**  
THE SCIENCE OF IMPROVING LIVES