

Em Foco

O guião anual
para Ponto Focal
de HIV
no sector da
educação



Sequência 1: Reflectir sobre Género

Objectivo

Reflectir sobre o Género

Material necessário

- Giz

Metodologia

debate sistemático

Tempo

15 min



Passos

- Peça aos participantes para ficarem de pé, e aproximarem-se.
- Desenhe uma linha ou coloque um fio no chão da sala, por exemplo da porta até a janela.
- Coloque a seguinte pergunta aos participantes "Açam que existem mais mulheres ou mais homens em Moçambique?"
- Peça aos participantes, que se posicionem na linha da seguinte maneira:

Quem acha, que existem muito mais homens, posicione-se no canto esquerdo

Quem acha que o número é igual, posicione-se no meio da linha

Quem acha, que existem muito mais mulheres, posicione-se no canto direito

Mais homens do que mulheres (p.ex. porta da sala)

Quem acha, que existem mais homens do que mulheres, posicione-se entre o meio e o canto esquerdo

Quem acha, que existem mais mulheres do que homens, posicione-se entre o meio e o canto direito.

Mais mulheres do que homens (p.ex. janela da sala)

IGUAL

Sequência 1: Refletir sobre Gênero

Passos (Cont.)

5. Pergunte a alguns participantes, porque razão se posicionaram à direita ou à esquerda ou no meio e porque acham, que há mais/menos/igual número de homens e mulheres. Discuta com os participantes sobre, qual seria o impacto, se houvesse mais (ou menos) mulheres no mundo do que homens? Deixe-os discutir entre as diferentes posições.
6. Depois responda: Globalmente existe um número quase igual de homens e mulheres (em cada 97 homens há 100 mulheres)*.

*Fonte: www.cia.gov/library/publications/the-world-factbook/fields/2018.html



Notas para o Facilitador

para animar o debate coloque as seguintes perguntas:

- O número é igual, então porque razão a presença de mulheres e homens não é igual em todas as profissões?
- Se o número é igual, e um homem tem uma esposa e 2 namoradas (um homem com três mulheres) – qual seria a conclusão?

→ Resposta: É uma explicação matemática: Em conclusão, haveria 3 homens sem nenhuma parceira – ou as parceiras tem relações paralelas. Isto é porque sempre existe o mesmo número de mulheres e de homens.



Pode repetir este jogo com outras perguntas, por exemplo:

Uma família tem uma filha e um filho da mesma idade. Mas só tem dinheiro suficiente para enviar um filho (a) para universidade.

- Quem acha, que o rapaz deve ir para a universidade, vai para a direita.

- Quem acha, que a rapariga deve ir para a universidade, vai para esquerda.

- Quem acha, a decisão depende, quem dos dois tem melhor resultados na escola, vai para meio.

Debate: os participantes com várias posições podem debater as suas opiniões.

Sequência 2: Igualdade de Gênero

Objectivo

Entender o conceito de „Igualdade de Género“

Material necessário

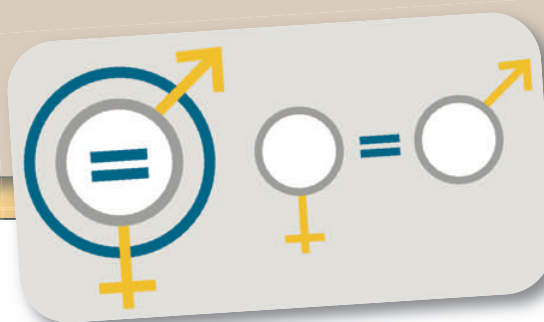
- cartolinas e “bostik” ou quadro preto (de escola)

Tempo

15 min

Metodologia

debate sistemático



Passos

O que é “Igualdade de Género”?

1. Pergunte os participantes: „O que significa igualdade de género?”
2. Os participantes escrevem palavras-chaves em cartolinas (só 1-2 palavras por cartolina, 2-4 cartolinas por participantes)
3. Cada participante coloca a sua cartolina na parede ou no quadro – e explica os conteúdos da sua cartolina em poucas palavras (Alternadamente pode escrever no quadro preto (de escola).
4. O moderador deve enfatizar as seguintes palavras e colocar perguntas „provocadoras” para que os participantes se expliquem melhor. Tentar colocar perguntas provocadoras e incentive todos os participantes a discutirem para que eles próprios cheguem às seguintes palavras-chave (Nota para o facilitador: veja no início deste capítulo “Conhecimento” as explicações)
5. Discuta sobre o sentido dessas palavras no âmbito da equidade de género.

Se for um grupo pequeno, pode adaptar a actividade “Igualdade de Género” da seguinte maneira:

Na preparação escreva cada uma das palavras sinalizadas nesta página num pequeno papel (p.ex. metade de uma folha normal)

Amasse o papel, fazendo uma bolinha. Depois lance esta bolinha para um dos participantes. O primeiro participante tira uma das folhas e lê a palavra. Logo este participante deve explicar a palavra no contexto de género. Os outros podem contribuir. Depois, o participante lança a bola ao próximo participante, que deve ler e discutir a próxima palavra. Faça este processo até que todos os papéis sejam usados.



Sequência 3: **Análise de Gênero**

● Objectivo

Análise de género simplificada

● Material necessário

- quadro preto (de escola) e giz

● Tempo

30-45 min

● Metodologia

Análise de Género participativa

● Preparação

Desenhe a tabela – que se encontra no verso desta página – no quadro da escola. Pode adaptar o texto do cabeçalho da tabela à realidade local.

● Passos

1. Discuta com os participantes sobre as tarefas, escritas no cabeçalho da tabela.
2. Atribua – em conjunto com os participantes – um número de horas por dia para cada actividade. Por exemplo: Quantas horas por dia os homens participantes dedicam ao trabalho, e quantas horas as participantes femininas dedicam ao trabalho? (Veja a tabela na próxima página/folha)
3. No fim:
 - some todas as horas na linha da mulher.
 - some todas as horas na linha da homem.

Quantas horas por dia as mulheres e os homens investem na sua vida?

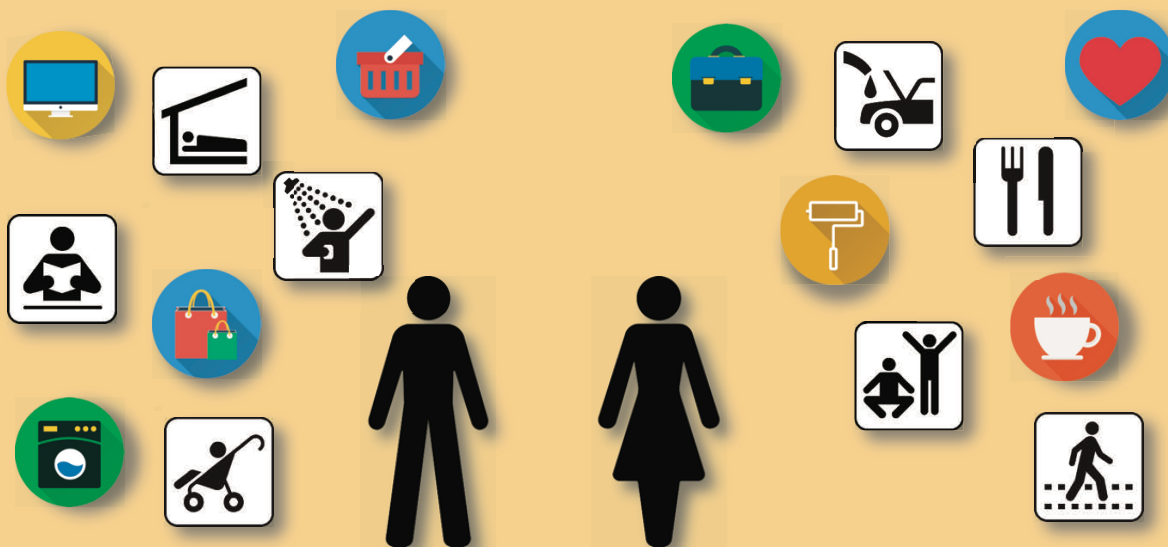


● Notas para o Facilitador

- Se o número total de horas de mulheres e/ou homens for maior do que 16 horas, pergunte aos participantes, a que horas eles vão dormir.
- Pode ajustar as horas atribuídas a determinadas tarefas, até o total de horas parecer real ou verdadeiro.

(Copie a tabela no verso desta página para o quadro e preencha-a ao mesmo tempo que debate com os participantes):

4. Discuta sobre o resultado – porque é que existem diferenças nos números de horas de trabalho e na organização entre homens e mulheres? O que isto implica (p.ex.: menos tempo para aprender, relaxar ou fazer outras actividades)?
5. Discuta como as mulheres e homens podem se organizar para que a distribuição de tarefas seja mais justa e igualitária?
6. Explique o seguinte:
 - Como seres sociais, não temos muita influência para mudar as características com que nascemos, mas para alterar ou não os papéis que nos atribuímos ou que nos são atribuídos.
 - As pessoas podem assumir diferentes papéis (seja mulher ou homem), faltando-lhes muitas vezes, oportunidades para tal.



Sequência 3: Análise de Género

Passos (Cont.)

Esta tabela é necessária para a realização da sequência 3.

O Facilitador deve preparar esta tabela e preencher junto com os participantes.



Quantas horas por dia as mulheres e os homens investem na sua vida para...	Mulher	Homem
Preparar a comida para família		
Tomar banho, ocupar-se da higiene física (incl. vestir e pentear a si mesmo (a) e as crianças)		
Percurso para o trabalho		
Trabalhar na empresa para / com uma outra pessoa		
Trabalhar na machamba da família		
Reparar pequenas e grandes coisas na casa, reparar uma moto ou o carro		
Administração / burocracia e administração financeira da família		
Cuidar das crianças		
Limpeza doméstica		
Fazer compras (e/ou procurar lenha)		
Encontros com colegas, amigos e/ou familiares, por exemplo para tomar decisões ou na igreja		
Outro		
Número total de horas por dia		

Sequência 4: Desafios e soluções

● Objectivo

Resumir desafios e desenvolver soluções

● Material necessário

- papéis gigantes e canetas / marcadores

● Tempo

30-45 min

● Metodologia

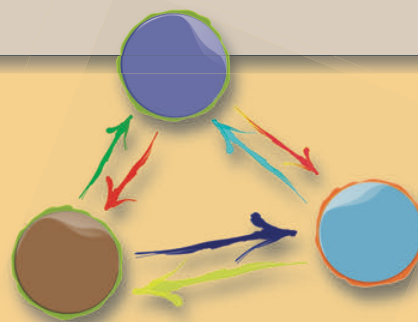
"Café do mundo"

● Preparação

O facilitador pode criar algumas perguntas relacionadas com o género, a saúde e educação. Escreva cada uma das perguntas num papel gigante.

● Passos

1. Coloque várias folhas de papel em cima das mesas;
2. Crie grupos de trabalho (3-6 membros cada um)
3. Para cada mesa/grupo:
 - Nomeie uma pessoa responsável;
 - Escreva umas perguntas acima mencionadas
4. Cada grupo começa com uma mesa/esquina e discute a pergunta ali escrita. Todos escrevem ou desenharam ideias no papel (poucas palavras, não escrevam frases longas!). O responsável da mesa é o moderador e assegura, que as ideias fiquem escrita/desenhada no papel.
5. Após 5-10 minutos, cada grupo desloca-se para próxima mesa. Por exemplo o grupo de mesa 1 vai para mesa 2; o grupo de mesa 2 vai para mesa 3, etc.
 - Só ficam na mesa, os responsáveis de mesa;
 - Explique brevemente ao novo grupo o tema de debate.
6. A duração é até 45 minutos, até que cada grupo tenha visitado cada mesa. Só os responsáveis das mesas permanecem nas mesas (não circulam).
7. No final, cada responsável apresenta o papel da sua mesa à plenária e resume a discussão, pronunciando os pontos mais importantes.



Exemplos de perguntas (para escolher)

- "Se tem uma filha e um filho da mesma idade: Qual dos dois daria preferência para ir para a escola secundária?"
- "Quais são as profissões normalmente atribuídas a: 1.-mulheres e 2.-Homens? - Explique porquê e se essa divisão de tarefas é justa - ou não justa."
- "Se uma mulher está grávida, o que deve fazer? a família deve sustentá-la?" (Nota para facilitador: ver as páginas de "Conhecimento" neste capítulo).
- "Se num casal, um dos dois tem relações sexuais ocasionais - o outro parceiro pode também ter relacionais ocasionais? Discuta este ponto de vista."
- "Quais são os aspectos de discriminação para 1.-mulheres e quais os aspectos de discriminação para 2.-homens?"
- "O que é violência doméstica e/ou abuso sexual?"



Os Professores



Os Professores são Artistas

Os professores são artistas no jardim do futuro: Com o apoio técnico da administração do sector da educação, os professores de todos os níveis apoiam na formação das novas gerações. Eles transmitem conhecimentos, habilidades e capacidades às crianças e jovens para que nos seus percursos de vida, melhorem o mundo. Os professores são os jardineiros, a chuva e o sol dessas novas árvores, que vão crescer para dar alimento a outras novas gerações.

Os valores do bom professor

Extrato do Código de Conduta da Organização Nacional do Professor (ONP)

Princípio 3: Compromisso com a Sociedade

Os professores consideram a sua profissão um compromisso de confiança e responsabilidade para a Sociedade. Os professores devem apoiar activamente as políticas e programas que promovem a igualdade de oportunidades para todos...

Princípio 5: Compromisso de Integridade

...Os professores devem abster-se de usar a sua profissão para obterem vantagens ilícitas e imorais...absterem-se de assediar sexualmente as alunas...e devem recusar e denunciar tentativas de suborno que sejam de iniciativa dos alunos, pais e encarregados de educação...





Saúde: Verdadeiro ou Falso?

Este é um pequeno jogo participativo, que pode ser realizado pelo Ponto Focal ou por um facilitador.

Objectivos

Verifique se tem conhecimentos sobre os riscos de infecção do HIV. A tabela seguinte pode ser utilizada para verificar o conhecimento de cada elemento do grupo:



Passos

Escreve no quadro ou num papel gigante duas colunas: Uma coluna tem o título „**Verdade!**“, e a outra tem o título „**Falso**“.

- Coloque umas das perguntas que se segue aos participantes e convida-os a decidir se a frase significa um risco ou não de contrair o HIV. A resposta pode ser discutida no grupo.
- A lista seguinte já traz a resposta correcta – assim o coordenador do jogo pode confirmar as respostas dos participantes.

- | | |
|---|--|
| 1) Quando uma pessoa é infectada com HIV/SIDA, ela pode fazer sexo sem preservativo? | 7) Um funcionário vivendo com HIV pode ser despedido? |
| Resposta: Falso | Resposta: Falso |
| 2) Uma pessoa com uma infecção sexualmente transmissível (ITS) não tratada tem mais probabilidade de tornar-se infectada com HIV? | 8) Ter sexo com uma virgem ou uma rapariga jovem não curar-te-á do HIV ou SIDA? |
| Resposta: Verdade | Resposta: Verdade |
| 3) É possível ver se alguém está infectado? | 9) Pode-se apanhar o vírus HIV ao doar sangue? |
| Resposta: Falso | Resposta: Falso |
| 4) Beijos ou abraços não transmitem o vírus do HIV? | 10) Existe uma cura para HIV/SIDA? |
| Resposta: Verdade | Resposta: Falso |
| 5) Plantas tradicionais podem curar o SIDA? | 11) Mosquitos, carraças, piolhos ou moscas se picarem a pessoa com HIV, transmitem o Vírus? |
| Resposta: Falso | Resposta: Falso |
| 6) Podes apanhar HIV de agulhas com tatuagem não esterilizadas? | 12) A relação sexual é a maneira mais comum através da qual as pessoas tornam-se infectadas? |
| Resposta: Verdade | Resposta: Verdade |



Economia Interconectada

Jogo participativo com o objectivo de perceber o funcionamento e a interacção da economia local para reconhecer o impacto de um caso singular de HIV na economia local.

Requerimentos: Uma corda ou um fio longo de preferência vermelha; oito voluntários;

Preparação: Atribua os seguintes nomes e funções aos participantes: O António, professor, mecânico, dono do quiosque, cabeleireira, banqueiro, filha, servente.

Passo 1: Agora, o António deve segurar o início da corda. Leia a história seguinte. Sempre que pronunciar um dos nomes, passa a corda ao voluntário com o nome que foi pronunciado. Assim a corda faz pouco a pouco a ligação entre os participantes.



Na discussão deve se entender, que todas as ligações caem e ficam interrompidas. O professor já não tem dinheiro para reparar o seu carro, em consequência o mecânico não pode arranjar a sua casa e a cabeleireira não pode ganhar dinheiro, e o banqueiro não pode passar a mensagem ao professor.

Nesta base, pode lançar um debate, sobre o que o António poderia fazer de diferente, por exemplo fazer um teste de saúde para poder ter acesso ao tratamento.

A história do António

O **António** tem 23 anos e olha para a sua família enviando-os para a escola.

(a corda passa do António ao professor)

O professor está tentando fazer um empréstimo no banco de modo a reparar o seu carro.

(a corda passa do professor para o mecânico)

O mecânico usará o dinheiro que obteve da reparação do carro do professor...

(a corda passa ao professor)

...para arranjar a sua casa...

(a corda passa ao servente)

...que por sua vez vai comprar rebuçados para as suas crianças ao quiosque.

(a corda passa ao dono do quiosque) ...

...Quando o quiosque esgota os seus bens, ele usa o telefone do António para encomendar o seu stock e a carrinha do mecânico para levantar as mercadorias do armazém.

(a corda passa ao António)

Quando o dono do quiosque está usando o telefone do António ele encontra-se com a cabeleireira...

(a corda passa à cabeleireira)

...com quem tem uma marcação regular.



A história do António (Continuação)

A cabeleireira diz-lhe que não se está sentindo bem. Foi à clínica levantar alguns medicamentos. Ela viu o António na clínica também falando com a irmã de caridade.

(a corda passa ao António)

Enquanto a cabeleireira e o dono do quiosque estão falando, uma chamada do banqueiro vem para o telefone de António ...

(a corda passa ao banqueiro)

... a deixar uma mensagem para o professor da escola.

(a corda passa ao professor)

Ele deve ir assinar alguns papéis para obter o seu empréstimo. O António...

(a corda passa António)

...pergunta à cabeleireira para pedir ao professor para vir receber a mensagem tão cedo quanto poder.

(a corda passa ao professor)

Quando ele vem, ele corre para o mecânico...

(a corda passa ao mecânico)

...para dar-lhe as boas novidades e decide visitar a cabeleireira para celebrar a obtenção do seu empréstimo.

(a corda passa à cabeleireira)

A cabeleireira usa o dinheiro para comprar alguma farinha do quiosque ...

(passa a corda ao dono do quiosque)

...para fazer um bolo para celebrar a matrícula da filha.

(a corda passa à filha)

A filha recentemente foi muito ajudada em Matemática, pelo seu professor. Ele pediu ajuda muitas vezes, mesmo aos fins de semana.

(a corda passa ao professor)

Coloque a pergunta aos participantes: Será, que o António tem SIDA? Chegou neste estado, porque não fez o teste. Agora tem de cuidar de si até ficar melhor.

O que acontece com os outros, se agora o António fiasse muito doente e não pudesse sair da casa?

(O António deixe cair a corda.)



Passo 2: Depois – no fim do jogo, coloque a seguinte pergunta: O que aconteceria se o António ficar doente e não poder sair da casa para comunicar com os outros. A resposta correcta será: o António deve sair do jogo. Por tanto, ele tem que deixar cair a corda. Agora pergunte aos participantes: Será que as actividades vão realizar-se, visto que o António não está?

Sequência 3: Jogo do António

● Objectivo

Perceber a interacção da economia local para reconhecer o impacto de um caso singular de HIV na economia local.

● Material necessário

- Uma corda de pelo menos 8 metros. Pode-se usar também um fio;
- 8 Voluntários.

● Tempo

30 min



● Metodologia

Jogo do António – usando uma história mostra-se a interdependência de pessoas e a importância de cuidar de sua saúde e da saúde de outros.

● Notas para o Facilitador

A resposta correcta a última pergunta da história será: o António deve sair do jogo. Por tanto, ele tem que deixar cair a corda.

Termine o jogo colocando aos participantes as seguintes perguntas para motivar um debate:

1. O que é que o jogo nos quis demonstrar?
2. Como podemos prevenir a transmissão do HIV?
 - Ser fiel ao parceiro;
 - Usar preservativo nas relações ocasionais;
 - Conversar com o parceiro (a) para fazer o teste de HIV;

- Tratar as ITS's o mais cedo possível;
- Levar consigo uma lâmina nova quando for ao curandeiro;
- Não partilhar a mesma lâmina com outros membros da família quando for ao curandeiro;
- Em caso de acidente, use plástico para socorrer as vítimas, caso não tenha luvas descartáveis;
- Caso esteja grávida aceite fazer o teste de HIV na CPN;
- Faça o teste de HIV.

Sequência 3: Jogo do António

Passos

O António tem 23 anos e olha para a sua família enviando-os para a escola.

(a corda passa do António ao professor)

O professor está tentando fazer um empréstimo no banco de modo a reparar o seu carro .

(a corda passa do professor para o mecânico)

O mecânico usará o dinheiro que obteve da reparação do carro do professor...

(a corda passa ao professor)

...para arranjar a sua casa...

(a corda passa ao servente)

...que por sua vez vai comprar rebuçados para as suas crianças do quiosque.

(a corda passa ao dono do quiosque) ...

...Quando o quiosque esgota os seus bens, ele usa o telefone do António para encomendar o seu stock e a carrinha do mecânico para levantar as mercadorias do armazém.

(a corda passa ao António)

Quando o dono do quiosque está usando o telefone do António ele encontra-se com a cabeleireira...

(a corda passa à cabeleira)

...com quem tem uma marcação regular. A cabeleireira diz-lhe que não se está sentindo bem. Foi a clínica levantar alguns medicamentos. Ela viu o António na clínica também falando com a irmã de caridade.

(a corda passa ao António)

Enquanto a cabeleireira e o dono do quiosque estão falando, uma chamada do banqueiro vem para o telefone de António ...

(a corda passa ao banqueiro)

... a deixar uma mensagem para o professor da escola.

(a corda passa ao professor)

Ele deve ir assinar alguns papeis para obter o seu empréstimo. O António...

(a corda passa António)

...pergunta à cabeleireira para pedir o professor

para vir receber a mensagem tão cedo quanto poder.

(a corda passa ao professor)

Quando ele vem, ele corre para o mecânico...

(a corda passa ao mecânico)

...a dar-lhe as boas novidades e decide visitar a cabeleireira para celebrar a obtenção do seu empréstimo.

(a corda passa à cabeleira)

A cabeleireira usa o dinheiro para comprar alguma farinha do quiosque ...

(passa a corda ao dono do quiosque)

...para fazer um bolo para celebrar a matrícula da filha.

(a corda passa à filha)

A filha foi muito ajudada em Matemática, recentemente, pelo seu professor, que ele muitas vezes pediu ajuda, mesmo aos fins de semana.

(a corda passa ao professor)

Coloque a pergunta aos participantes: Será, que o António tem SIDA?

O que acontece com os outros, se agora o António ficaria muito doente e não poder sair da casa?

O António deixe cair a corda.





Desporto: Futebol cria habilidades para a vida

O Dia 6 de Abril é o Dia Internacional do Desporto para o Desenvolvimento e Paz.

Jogo: Futebolista da Prevenção

Leia atentamente as regras do jogo e veja a imagem antes de começar.

- 1 – Defina a zona para marcar golo – a uma distância de 10-20 m da baliza.
- 2 – O jogador vai driblando para a zona de marcação de golo e remata para **marcar golo**.
 - Se ele tiver sucesso, irá para a baliza como guarda-redes.
 - Se ele falhar, o guarda-rede ganha 1 ponto e o jogador tem que alinhar atrás dos outros jogadores.
- 3 – Quando um jogador atinge a zona de marcação ele tem que **gritar os riscos para contrair o HIV/SIDA** (por exemplo „Sexo sem protecção“).



- O guarda-redes tem que evitar que este risco entre na área de golo e tentar apanhar a bola.
- 4 – Os participantes devem **enumerar diferentes comportamentos de risco**.
 - 5 – Sempre que um jogador **não marcar golo**, o guarda-redes ganha um ponto.
 - 6 – Se a **bola entrar na baliza**, o guarda-redes tem que sair da baliza e alinhar-se atrás dos outros jogadores.



PREVENÇÃO DE HIV

Pergunta *

Escolhe a resposta correcta *

1. Qual é o meio de transmissão mais frequente do HIV?	1. Usar seringas. 2. Só quando tem contacto com trabalhadores do sexo. 3. Álcool. 4. Sexo desprotegido (com várias parceiras ou parceiros). 5. Mau espírito.
2. Qual é a diferença entre HIV e SIDA?	1. Não há diferença. 2. Quem é HIV positivo tem o vírus e pode transmiti-lo a outros, mas pode parecer saudável. Quem tem SIDA pode ter várias doenças. 3. Só quando tem SIDA pode tomar medicamentos, porque pode ter tuberculose e transmitir o Vírus.
3. Qual é a importância de fazer o teste de HIV?	1. Conhecer o sero-estado e ser dono do seu próprio destino. 2. Para visitar os colegas no Posto de Saúde. 3. Para participar na Feira de Saúde.
4. Como é que podemos prevenir o HIV?	1. Uso correcto do preservativo, não partilhar agulhas, lâminas e outros objectos cortantes. Evitar e tratar ITS. Fazer teste de HIV. 2. Não pensar em HIV. 3. Deixar a responsabilidade aos outros.

** Por cada pergunta existem uma ou mais respostas correctas. O Ponto Focal pode usar as perguntas e respostas em sessões de sensibilização. Confirme quais são as respostas correctas – e porquê – a partir da página 68.*

Fazer teste de HIV é um meio de prevenção.

Quem conhece seu estado pode prevenir melhor: Se for positivo, tem mais possibilidades de cuidar da saúde, iniciar o tratamento cedo e evitar que chegue ao estágio do SIDA, bem como reforçar o hábito de usar o preservativo. Se for negativo reforçar as atitudes de prevenção: evitar relações sexuais desprotegidas.

Só 3 meses depois de uma eventual infecção o teste rápido pode ser confiável. Por isso deve se privilegiar o uso do preservativo até saber o seu estado. **Muita gente já faz o teste HIV de três em três meses.**



Foto: wikimedia



Usar o preservativo masculino

Esta actividade participativa pode ser realizada pelo Ponto Focal ou formador do Centro de Saúde mais próximo ou por um membro do grupo de activistas locais. O objectivo é perceber quais as etapas no uso do preservativo.

- (1) Verificar a data de validade
- (2) Chegar a acordo sobre o uso do preservativo com o seu parceiro
- (3) Ter erecção e a mulher ter vontade
- (4) Abrir a embalagem do preservativo com cuidado
- (5) Apertar por fora o topo do preservativo
- (6) Desenrolar o preservativo no pénis erecto até ao fim
- (7) Fazer sexo e obter prazer até ejacular
- (8) Tirar o pénis com cuidado pegando no preservativo e no pénis ao mesmo tempo.
- (9) Remover o preservativo do pénis
- (10) Deitar o preservativo num lugar onde as crianças não possam apanhar (por ex. latrinas)
- (11) Abrir outro preservativo se quiser ter relação sexual





Prepare cartolinas com textos conforme a figura.

Não escreva os números na carta! Os números só servem para o facilitador verificar a ordem das acções.

Acção

Neste exercício poderá falar sobre os receios que existem em usar preservativo e procurar argumentos contra eles.

- Deixe que **cada participante retire uma cartolina** (se tiver mais de 11 participantes, dois a dois tiram uma cartolina).
- Convide os participantes a **formarem uma linha**, de forma que as cartolinas descrevam **a ordem correcta de como usar** o preservativo.
- Deixe por alguns instantes os participantes **discutirem** sobre a sua ordem.
- Se depois de algum tempo ainda permanecer um erro na linha, indique a ordem correcta.
- Estimule uma breve discussão sobre as **consequências** do erro.
- Selecione alguns números das fases de ordenamento que acha constituiriam muitos **riscos**.
- Assegure que a linha final esteja correcta.





Mapeamento de ideias para saúde

O grupo elabora um **cartaz de recomendações para saúde**. O facilitador disponibiliza um papel gigante e outros em tamanhos menores. Pode usar o quadro da escola e giz.

O facilitador pode usar as informações nas páginas 36 e 65 até 74 para poder responder. Também pode convidar um técnico de saúde para apoiar. **Faça as seguintes questões aos participantes.**

- Que doenças conhecem?
 - Desenvolva com os colegas uma lista de doenças, mas deixar espaço.
- Como se pode prevenir ou tratar cada uma dessas doenças? Deve-se procurar o médico tradicional ou o centro de saúde / hospital?
 - Adiciona a cada doença já escrita na lista os meios de prevenção e tratamento.
- O que cada participante recomendaria aos seus familiares para evitar estas doenças?
 - Recolha estas respostas em papéis menores e coloque-os num papel gigante.

Peça para escreverem respostas curtas em cada pedaço de papel. Recolha os papéis menores e leia de forma anónima cada papel para os participantes.

Podem discutir em grupo:

- O que **implica** a resposta escrita e como se pode realizar?
- Qual a perspectiva das mulheres e a perspectiva dos homens?



- A maior parte dos participantes **partilha** essa opinião?

De forma participativa, escolham as **respostas mais significativas**, que podem ser coladas num papel gigante, em forma de cartaz (p.ex. por imagem de um cartaz aqui).

Depois pode colocar o cartaz num lugar público. O Ponto Focal pode fazer uma fotografia do cartaz e enviá-lo a outros Pontos Focais.



Paz e Desenvolvimento

É a paz que permite o desenvolvimento e o bem-estar. É em tempos de paz, que podemos melhorar a nossa saúde e desenvolver a nossa vida. A paz obriga ao estabelecimento de leis.

As leis são normas e facilitam a obtenção de consensos entre as pessoas e dão a segurança para manter a paz.

O dia 21 de Setembro é Dia da Paz.

Somos Optimistas



O Dia Mundial da Discriminação Zero é um apelo a todas as pessoas para promoverem e celebrarem o direito de todos a viver uma vida plena com dignidade – independentemente da aparência, de onde vêm e de quem amam. O símbolo da Discriminação Zero é a borboleta. Ninguém deve discriminar uma pessoa por ter uma doença. Ao contrário: deve ajudar. Muitas pessoas vivendo com HIV falavam com amigos sobre essa situação – e descobriram outros na mesma situação. Juntos é mais fácil viver bem. Só temos de começar a falar entre nós...

Mais informação: www.unaids.org.br | www.pnud.org.br

Violência Doméstica

A violência doméstica é a violência praticada no âmbito familiar. Inclui diversas práticas, como a violência e o abuso sexual contra menores, maus-tratos contra idosos, e violência contra a mulher e contra o homem, além da violência sexual contra o parceiro.

A violência provoca o mal-estar das vítimas, a destruição das famílias e a perda de bens. A violência nunca serve para resolver um problema, e muitas vezes agrava. A pessoa que violenta a outra vai enfrentar ainda mais dificuldades devido aos seus actos. Portanto, a violência é proibida. A violência sexual é um dos factores importantes da transmissão do HIV e é punida mundialmente.

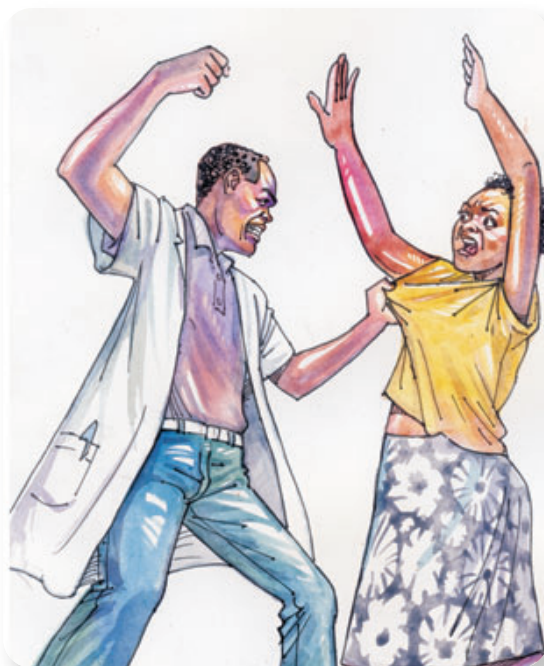


Ilustração: GLZ



O Telefone da fofoca

Este é um jogo participativo de reflexão, que pode ser realizado pelo Ponto Focal, p.ex., no intervalo de uma reunião. O objectivo é a consciencialização sobre os efeitos da má-comunicação.

Passos

- 1 – Pense numa **frase** um pouco complicada e escreva-a num cartão, de modo a que os participantes não a vejam.

Por exemplo:

- "O João levanta-se de manhã muito cedo para começar a fazer os testes de saúde."
- "A Alegria falou ontem à noite com o seu marido para fazerem os testes de saúde juntos."

- 2 – **Memorize** a frase.

Convide os **participantes** a se levantarem e formarem uma fila. Se forem mais de 25 participantes, forme duas linhas.

- 3 – Explique que vai **sussurrar** uma frase a um participante, e este a dirá (a sussurrar!) à orelha do próximo e assim sucessivamente. O **último participante diz o que entendeu** da pessoa anterior.

- 4 – No fim leia a frase escrita no cartão (passo 1), o que disse ao primeiro participante.

- 5 – Peça aos participantes para que em conjunto **comparem** o que foi dito ao primeiro participante e o que o último participante entendeu.

- 6 – Convide os participantes a se sentarem e peça-lhes que falem das **lições que tiraram do exercício**



Notas do facilitador

Utilize este exercício de modo a chamar atenção para os problemas que a divulgação de boatos ou fofocas podem causar na reputação e bom nome dos outros.

Direitos Humanos

O dia 10 de Dezembro é **Dia Mundial dos Direitos Humanos**. O Ponto Focal pode implementar uma sessão sobre estes direitos internacionais ou convidar formadores, que tenham conhecimentos profundos sobre Direitos Humanos para falar especificamente sobre a equidade dos direitos para todos os humanos. Poderá convidar formadores da ECOSIDA, que têm formação para realizar de sessões sobre Violência, Abuso e Assédio Sexual. A N'weti tem programas e material IEC sobre violência doméstica (filmes e jornais).



Evitar Discriminação e Sensibilizar contra o Estigma

Actividade Participativa

Com este exercício pretende-se que os participantes percebam que a estigmatização acontece em diferentes situações da vida quotidiana e que todos nós já vivemos situações de estigma.

Preparação

Preparam-se folhas em tiras compridas e em cada tira escreve-se uma palavra:



Passos I

- 1 – O moderador **explica o jogo** a todos os participantes. Agora explique, que o próximo exercício vai ser para **entender melhor as formas de exclusão**.
- 2 – Metade dos participantes (**grupo 1**) sai com o moderador para **fora da sala** (ou para um local longe do outro grupo 2).
- 3 – Colocam-se as folhas na cara dos membros do grupo 1 – mas estes participantes **não devem saber** o que está escrito no papel!
- 4 – Quando todo o grupo 1 têm um papel na cara, os **dois grupos juntam-se**.
- 5 – Os participantes do **grupo 2 cumprimentam os do grupo 1**, que tem um papel na cara, como se os encontrassem na rua.
- 6 – Acabe o jogo depois de 5 a 10 minutos.



10 – Peça aos participantes para se sentarem e discutirem sobre os (pre)conceitos.

11 – Deixe-os **discutir**:

- O que estará por trás da cena que acabam de representar?
- Que significado tem a forma como se cumprimentaram?
- Isso acontece na vida real?
- Quais são as consequências desse tipo de comportamento?

Passos II

- 7** – **Pergunte** aos participantes do grupo 1 (com papel/folha) como se sentiram quando estavam a ser cumprimentados pelos colegas.
- 8** – Depois, peça aos membros do grupo 1 para tirar as folhas e deixe-os **comentar**.
- 9** – Peça aos restantes participantes (grupo 2) para explicarem como se **sentiram** ao se dirigirem a cada um dos colegas do grupo 1.





Direito e Não Discriminação

Pergunta *

Escolhe a resposta correcta *

1. Quais são os deveres de uma pessoa vivendo com HIV?	1. Nenhum, só tem direitos. 2. A pessoa vivendo com HIV tem, entre outras, a responsabilidade de cumprir com a prescrição médica e dar a conhecer ao cônjuge ou parceiro sexual sobre a sua condição serológica. 3. De cuidar de si.
2. A discriminação pode existir?	1. A lei 12/2009, art. 42 garante o direito de trabalhar, de formação, promoção e progressão de carreira. Quem desprezar o seu direito pode ser condenado à prisão e multa. 2. Pode existir, mas não deve porque coloca todos em risco.
3. Quem decide quem pode saber do meu estado de saúde?	1. Os meus familiares. 2. Os meus vizinhos e amigos de Facebook ou Google ou WhatsApp. 3. A lei 12/2009, no artigo 49 garante a confidencialidade do estado de saúde de uma pessoa.

** Por cada pergunta existem uma ou mais respostas correctas. O Ponto Focal pode usar as perguntas e respostas em sessões de sensibilização. Confirme quais são as respostas correctas – e porquê – a partir da página 73.*



Foto: flickr – Rosino

7

PLANIFICAÇÃO E MONITORIA

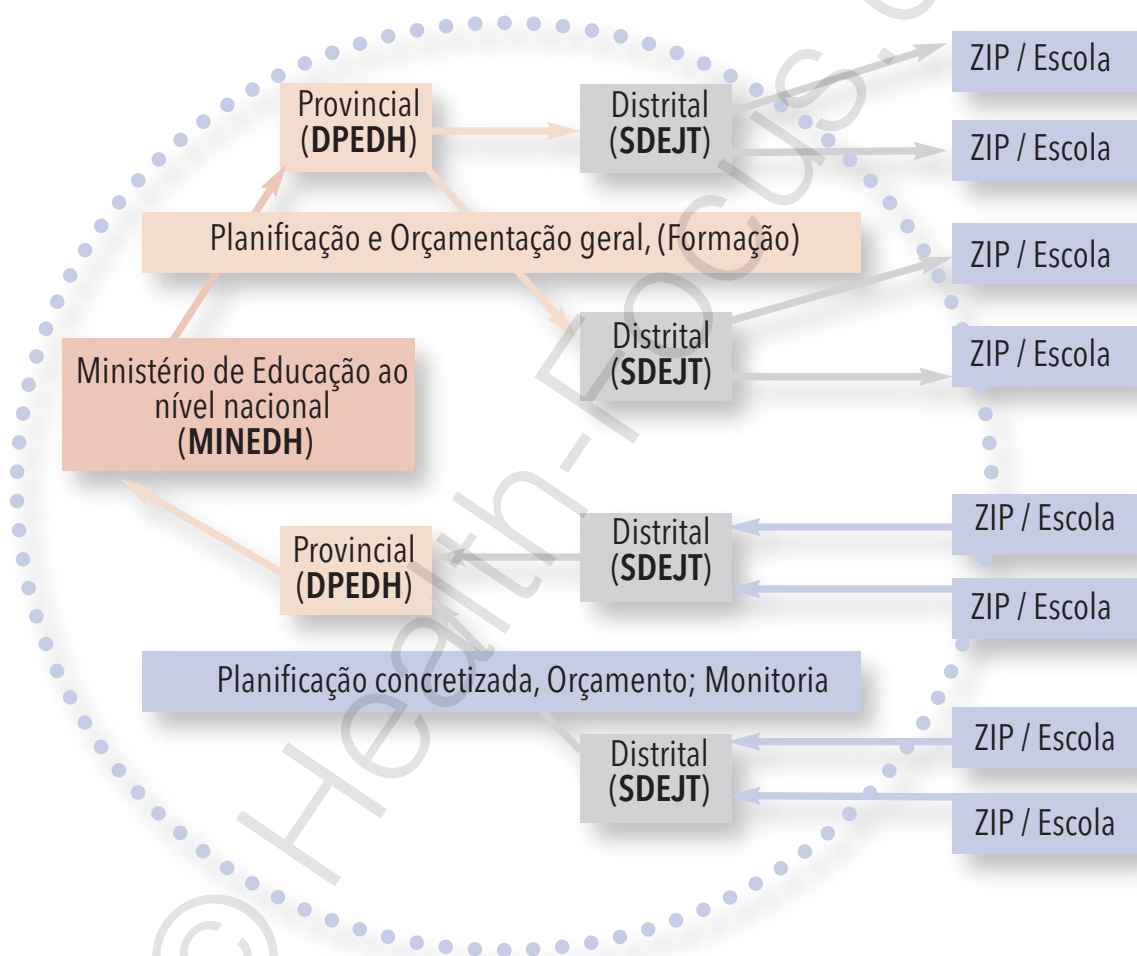
**Lembre-se que
um bom trabalho
depende de saúde.**



Estrutura e Ciclo de Planificação Anual do MINEDH

Para a planificação é necessário começar por analisar a situação actual.

As experiências do passado, relatórios e lições aprendidas podem servir para definir os novos desafios. Com base na análise da situação definem-se os objectivos para promover a melhoria da situação. Estes objectivos devem estar alinhados com os grandes objectivos estratégicos para o sector.



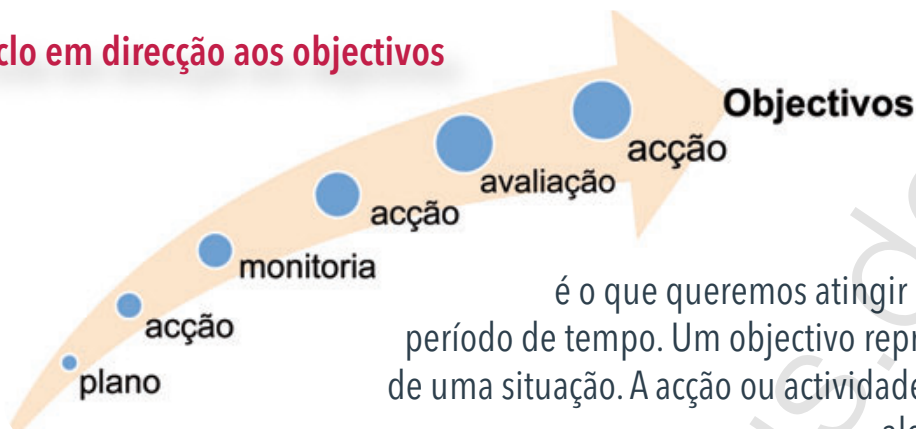
Uma vez definidos os objectivos, é importante definir os resultados esperados e as actividades e acções decorrentes – e estimar os custos.

Para cada actividade deve-se identificar os recursos necessários. A estimativa dos custos deve ser o mais realista possível, baseada em informações actualizadas. As experiências dos anos anteriores podem dar uma orientação.



Métodos de Planificação

Ciclo em direcção aos objectivos



O Objectivo

é o que queremos atingir num determinado período de tempo. Um objectivo representa a melhoria de uma situação. A acção ou actividade deve conduzir ao alcance do objectivo.

A experiência dos anos anteriores ajuda a planificar



Resultado: Barriga Redonda

Indicador: Frutas crescem na árvore

Actividades: Plantar árvores, regar

Recursos: Terreno, água, semente

Objectivo: Não ter fome

Situação: Falta de comida

Problema: Fome

Indicadores, ajudam a observar regularmente a situação para implementar uma acção e correcção o mais cedo possível. **Indicadores permitem ver se as actividades contribuem para alcance do objectivo.**

Assim, um indicador deve ser:

Simples e fácil de entender,

Mensurável, através de estatísticas e números ou pela observação

Atingível de uma maneira...

Realístico durante um...

Tempo definido.



Plano anual

Exemplo de um plano anual com actividades para prevenção de HIV para os colegas no DPEDH, SDEJT ou os professores.

Programa de Actividades de (SDEJT XYZ) para o ano 2016										O P Q R S T U V W X Y											
</																					



Planificar e Implementar sessões do Programa de HIV no Local de Trabalho

É fácil para implementar um encontro do Programa de HIV no local de trabalho:

Primeiro, o Ponto Focal escolhe as áreas temáticas, explicadas neste guião, seja a prevenção de HIV ou sobre ITS, sobre a Vida Positiva e Nutrição ou sobre direitos e a Assistência Social. Leia os capítulos "Em Foco" e as perguntas/respostas do respectivo capítulo.

Nesta base escolhe uma ou várias actividades aqui escritas e leia atentamente. Pode experimentar a realização da actividade com amigos ou familiares.

Depois convide os seus colegas com antecedência. O dia, a hora, o local e o tema do encontro devem constar no convite. Pode coordenar com o director da escola e/ou com o responsável da planificação. Também pode convidar facilitadores, por exemplo técnicos de saúde ou voluntários locais.



O Ponto Focal junta os colegas numa sala – pode ser numa das salas da escola. Devendo iniciar a hora certa. Cumprimenta os colegas e explique o tema do dia que você escolheu, por exemplo a prevenção. Explique o objectivo da sessão – e começa a actividade.

Todas as actividades incluem um debate. É importante falar abertamente e trocar as percepções, os conhecimentos e pontos de vista. Assim, aprendemos todos uns com os outros.

Depois deve resumir com os colegas, o que aprenderam. É fundamental que o facilitador pergunte aos participantes o que acharam da sessão, como gostariam que tivesse sido e em que aspecto o facilitador deve melhorar.





Monitoria & Avaliação



A monitoria acontece ao mesmo tempo que acontece a implementação das actividades.

A avaliação faz parte das actividades relacionadas com o processo de planificação.

Os dois pratos da balança comparam o que foi planificado com o que foi obtido, dando um valor a cada prato.

Perguntas da avaliação

- Qual era a situação esperada no fim do período planificado?
- Qual é a situação real encontrada?
- O que a monitoria observou durante o processo?
- Quais foram as recomendações para a acção?
- As acções recomendadas foram executadas? Resultaram? Como resultaram? Por que não resultaram?
- Qual é a avaliação deste processo?

Indicadores visualizam a tendência de uma situação macro e apoiam o processo mais estratégico de planificação semestral ou anual.

Exemplo:

Indicador: "As crianças estão com a idade certa no sistema escolar"

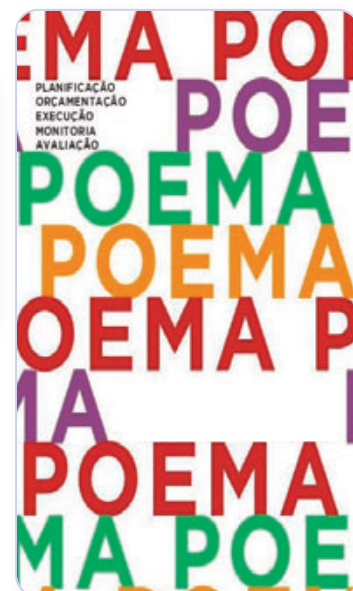
Número de alunos entre os 6 a 12 anos na 1ª a 7ª classe

• População com 6 a 12 anos de idade

X 100 =

Taxa líquida de escolarização no EPC

O resultado deve-se aproximar a 100 por cento. Quanto mais alta for a taxa, maior é o impacto das actividades do processo que foi planificado para atingir o objectivo de aumentar a participação das crianças nas aulas.



8

GÉNERO E MULHERES

**Usar preservativo
é prova de amor.**



Planeamento Familiar

Convide um Grupo de Teatro ou Activistas

Promova uma sessão com activistas ou um grupo de teatro local sobre planeamento familiar.

Várias organizações promovem programas de saúde a nível local. Por exemplo, a Cruz Vermelha e a ADPP formaram activistas, que conhecem os métodos para falar de saúde e de planeamento familiar. O secretário permanente, os líderes tradicionais, o Ponto Focal do NPCPS e os técnicos da saúde podem indicar quem está disponível – ou eles podem implementar uma sessão. O Ponto Focal da Educação pode convidar esse grupo para falar do Planeamento Familiar com os seus colegas.

www.misau.gov.mz | <http://planejamento-familiar.info>



Sequência 3: Perguntas e Respostas – Resumo do debate

Objectivo

Consolidar de forma resumida o conhecimento adquirido nesta sessão.

Material necessário

- Quadro e giz ou papel gigante e marcadores

Tempo

15 min

Metodologia

Resuma o que foi discutido de maneira interactiva

Passos

Escreve no quadro ou num papel gigante verticalmente:

Peça aos participantes para nomear mais palavras, que estão relacionadas com a "Vida Positiva" e escreva horizontalmente, começando com as letras da Vida Positiva. Caso não encontre uma letra (como p.ex. "F" para "Frutas") pode cruzar o "a" da palavra "Fruta" com o "a" de "Vida". Vê o exemplo seguinte, como pode ficar depois este jogo.

Vontade	⇒ Vida / Verdura / oVos
Inspirado	⇒ Informado
Desporto	⇒ Determinado / Dieta / Não-Discriminação / Direito
Amor	⇒ Alimentação / SAudável / Aprender / ximA
Prazer	⇒ Paz / Plano / Perspectiva / Prudência / Partilha
sorrir	⇒ Observância / preservativO
Saúde	⇒ Segredo/ Sorrir / Sexo Seguro
idade	⇒ Infecção / Filho / Família
Tratamento	⇒ Trabalho / fruTa / planeamenTo
Infecção	⇒ Indicação / filha / Dieta
Valor	⇒ Vegetais
Amizade	⇒ Amendoim / massAroca

Cada participante deve nomear e explicar, porque escolheu a palavra e qual é a relação com Vida Positiva. O Ponto Focal deve conduzir o debate colocando perguntas como por exemplo:

- "O que é uma boa alimentação, quais os produtos que dela fazem parte?",
- "Qual a importância de ter uma alimentação saudável? – Porquê?",
- "Quando alguém está tomar medicamentos com regularidade, dizemos que esta pessoa está em quê? [Resposta: Tratamento]"

Agradecemos muito a contribuição e cooperação dos membros do sector da educação de Moçambique no desenvolvimento deste diário para os Pontos Focais e Professores.

A equipa do Health Focus



Desenvolvimento, contribuições / conteúdos: Agentes do Estado e Funcionários de Moçambique, do Ministério de Educação; Secretário Permanente e Ponto Focal do MINEDH e do MAEFP.

Produção: Health Focus GmbH (Arge Health Focus/ ICON; www.Health-Focus.de), Programa de HIV no Local de Trabalho do Sector de Educação, Programa Pro-Educação da GIZ (www.giz.de)

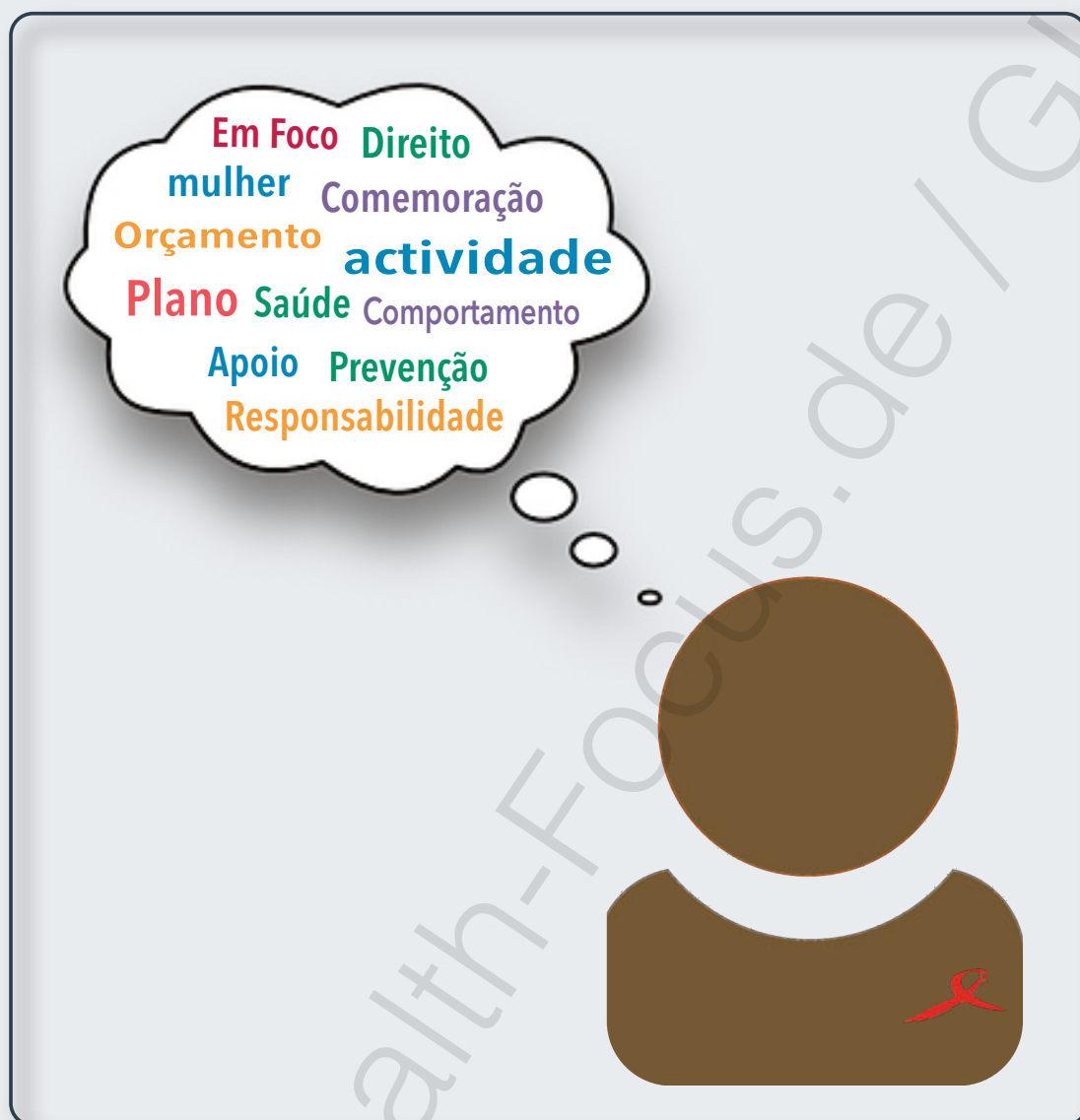
Facilitação, Coordenação, Redacção: M. Hanitzsch (www.CoResult.eu)

Gráfico: C. Gélineau (www.felides.com)

Fotos: Health Focus, CoResult.eu, Pixelio.de, Pixabay e outros (ver fotos)

IEC: JHU, Ecosida, PSI, GIZ

Versão digital: www.Ponto-Focal-mz.org



www.ponto-focal-mz.org

Programa HIV no local de Trabalho