

# LEÇONS ET QUESTIONS DE JEAN-CLAUDE POUR DISCUTER

## *Leçons*

---

1. J'ai toujours essayé d'exprimer de l'amour pour les autres, en dépit des humiliations que j'ai essuyées et de ma dignité bafouée parce qu'étant gay et demandeur d'asile. Le jour où tu n'as plus d'amour à donner, tu deviens aigri et coléreux.
2. Étant gay, étranger, noir et vivant avec le VIH, j'ai affronté les défis, la stigmatisation et la discrimination – et je les ai surmontés.
3. Ma foi, ma confiance en moi et même la séparation d'avec les autres m'ont rendu capable de surmonter les obstacles, d'être honnête avec moi-même, ouvert aux autres et d'accepter le soutien des autres.
4. Quand tu es séparé de tes racines familiales et amicales, essaie de renouer le contact avec famille, amis, ou avec des personnes traversant des situations semblables ou encore avec des personnes du même milieu social que toi.
5. Ne remets pas au lendemain le test de dépistage du VIH parce que tu penses qu'il y a plus important sur le moment et que cela ne pourrait pas t'arriver.
6. Quand tu es séropositif, cherche de l'information, surveille ta nutrition et ton niveau de stress; aie un contrôle médical régulier et protège-toi toujours pendant les rapports sexuels.
7. N'hésite pas à demander conseil et prépare-toi à commencer le traitement antirétroviral en discutant avec ton docteur ou avec des personnes vivant déjà avec le virus et ayant une certaine expérience en la matière.

## *Questions*

---

1. Avez-vous aussi expérimenté différentes sortes de stigmatisation et de discrimination dans votre vie? Comment avez-vous essayé de surmonter cette/ces situations?
2. Que pouvez-vous faire pour réduire le racisme, l'homophobie, la xénophobie et la VIH/SIDA-phobie dans votre pays?
3. Comment pouvez-vous assister les réfugiés ou demandeurs d'asile à sécuriser leur statut de résident ou à avoir un accès correct au système de santé?
4. Avez-vous aussi hésité longtemps avant de faire un test de dépistage du VIH? Et quels sont les conseils que vous pouvez donner aux autres pour surmonter leurs peurs?
5. Qu'est-ce que vous pouvez ou voudriez conseiller aux autres pour vivre une vie positive et saine avec le VIH?