



IFLA

تدريب معلوماتي عن فيروس نقص المناعة البشرية / الايدز

معلوماتي عن فيروس نقص المناعة البشرية / الايدز



Sida



تدريب معلوماتي عن فيروس نقص المناعة البشرية/ الإيدز
الاتحاد الدولي لجمعيات ومؤسسات المكتبات
إفلا
لجنة حق الوصول إلى معلومات وحرية التعبير - فايف

لماذا هذا الدليل التدريبي للمكتبيين عن معلومات خاصة بفيروس نقص المناعة البشرية/ الإيدز؟

هناك دليل واضح على كيفية منع انتقال فيروس نقص المناعة البشرية، وبالرغم من ذلك فقد أصيب به مجدداً 2.5 مليون شخص في عام 2007، وتوفي 2.1 مليون شخص. ولحماية أنفسهم والآخرين يحتاج الناس إلى وسائل ملائمة للوقاية والعلاج، كما يحتاجون إلى مدخل للوصول إلى المعلومات والخدمات والعلاج. وعلى الرغم من الجهود المشتركة التي يبذلها المجتمع الدولي من أجل أن يصبح وجود هذا المدخل حقيقة في الدول الأكثر إصابة بالمرض، إلا أن أقل من نصف الشباب لا يستطيعون التعرف بطريقة صحيحة على وسائل انتقال فيروس نقص المناعة البشرية. ويتوفر لشخص واحد من أربعة يحملون هذا الفيروس وسيلة للحصول على العلاج. من ثم فقد أصبح العمل الشامل ضرورة ملحة. وتمثل المعلومات مصدراً رئيسياً في مكافحة هذا الوباء، إذ يجب أن يعرف الناس كيفية حماية أنفسهم، وأين يحصلون على وسائل الوقاية مثل الواقي والإبر الطبية النظيفة، كما يحتاجون إلى معرفة كيفية اكتشاف وجود فيروس نقص المناعة البشرية والأماكن التي يجدون فيها العلاج إذا ما تم اكتشاف الفيروس عندهم.

يجيد المكتبيون على مستوى العالم توفير ونشر المعلومات، وهكذا يستطيعون أن يحدثوا تغييراً في محاربة هذا الوباء بأن يكون لهم دور قيادي في نشر معلومات تنقذ الحياة على مستوى مجتمعاتهم. يعطي هذا الدليل ملخصاً عن الحقائق الأساسية المتعلقة بفيروس نقص المناعة البشرية / الإيدز ويساعد على تطور وسائل نشر المعلومات بطريقة تراعي الثقافة السائدة وتتعامل مع أماكن وأنساق مختلفة يتنوع فيها توافر عوامل الوقت، العاملين، المواد المعلوماتية والبنية التكنولوجية والعامة، كما تأخذ هذه الوسائل في الاعتبار مستويات الثقافة المعرفية المختلفة لدى الأشخاص الذين يسعى المكتبيون إلى الوصول إليهم.

من قام بعمل هذا الدليل؟

لقد تم عمل وتطوير هذا الدليل في ورشة عمل لـ إفلا / فايف والتي عُقدت في يونيو 2007 في دبي بالإمارات العربية المتحدة. لقد كان المشاركون في هذه الورشة ممثلين لخلفيات ثقافية متعددة. وتألف فريق العمل من مكتبيين وخبراء في علم المعلومات من الهند، البرازيل، أفريقيا، اليابان، الولايات المتحدة الأمريكية، أوغندا، المملكة المتحدة، الإمارات العربية المتحدة وألمانيا.

كيف يمكن استخدام هذا الدليل؟

يقدم هذا الدليل صورة مختصرة لورشة عمل تُعقد لمدة يوم واحد وتُقدم إلى مجموعة يتراوح عددها من 10 - 20 مشارك يعملون في المكتبات أو أي مهنة أخرى مرتبطة بتوفير المعلومات. وليس من الضروري أن يكون الميسر القائم بورشة العمل خبيراً في فيروس نقص المناعة البشرية / الإيدز ولكن عليه أن يكون ملماً بعمل المكتبيين. ويضم هذا الدليل وصفاً مختصراً لكل واحدة من جلسات المؤتمر، وشرائح عرض على برنامج Power Point تُعطي ملخصاً عن انتشار هذا الوباء على مستوى العالم ومعلومات عامة عن فيروس نقص المناعة البشرية والإيدز، وتساعد هذه الشرائح على الانتقال من جلسة إلى أخرى في ورشة العمل، كما يتضمن الدليل ملحقاً يقدم موجزاً عن الإصدارات الخاصة بفيروس نقص المناعة / الإيدز ومصادر أخرى للمعلومات. ويوجد في بداية كل جلسة ملحوظة قصيرة إلى الميسر توضح الهدف من الجلسة والإعداد المطلوب لها.

- سبورة أو ورق قلاب
- جهاز كمبيوتر محمول وجهاز عرض شرائح من أجل عرض شرائح الـ Power Point (إذا ما كانا متاحين)
- إذا لم يتوفر وجود جهاز كمبيوتر محمول وجهاز العرض، فننصح بطبع بعض شرائح عرض الـ Power Point وبعض الأمثلة من مواد معلوماتية تتعلق بفيروس نقص المناعة البشرية / الإيدز وذلك من أجل الجلسة التفاعلية التي ستعقد بعد الظهر
- أفلام فيديو ومواد سمعية إذا ما تيسر وجود الأجهزة الخاصة بهم
- ورق ليكتب عليه المشاركون
- نسخة مطبوعة لامتحان موجز عن فيروس نقص المناعة البشرية / الإيدز لكل مشارك (انظر صـ 27) و لمدونة الممارسات الخاصة بمنظمة العمل الدولية (ILO) (انظر صـ 29)

ما الذي يجب على الميسر إعداده؟

- إن الدليل يفسر نفسه بنفسه ويجب على الميسر قراءته بدقة وأن يكون لديه فكرة عن عرض الـ Power Point والمعلومات الإضافية الموجودة في الملحق. وحتى يمكن أن يُكيف الدليل مع النسق والإطار المحلي تحتاج ثلاث جلسات في ورشة العمل إلى إعداد خاص مسبق:
- 1- تدريب إذابة الجليد: مجموعة من المعلومات الخاصة (غير محددة الهوية) (انظر صـ 6- 7 وصـ 26)
 - 2- الشركاء المحليون: يجب أن يقوم الميسر بجمع معلومات عن المؤسسات المحلية والشركاء الهامين - يتم إعداد قائمة لإعطائها للمشاركين (صـ 22)
 - 3- الثقافة المعلوماتية: اختار بعض الأمثلة من المواد المعلوماتية من أجل الجلسة الخاصة بالثقافة المعلوماتية (انظر صـ 21، وصـ 28)

يوم - الجدول (من 7 ساعات ونصف - 8 ساعات)

فترة الصباح (من 3 ساعات - 3 ساعات ونصف)

مقدمة

تدريب إذابة الجليد

ملخص عن فيروس نقص المناعة البشرية / الإيدز

استراحة للقهوة

الوقاية والعلاج

الغذاء (ساعة ونصف)

فترة بعد الظهر (3 ساعات)

تدريب تفاعلي / الحواجز التي تعوق توفير المعلومات

استراحة للقهوة

تدريب تفاعلي / الثقافة المعلوماتية

ملحوظات ختامية

يتيح هذا الجدول الذي يتراوح ما بين سبع ساعات ونصف وثمان ساعات الفرصة لمناقشة عوامل هامة مرتبطة بمعلومات عن فيروس نقص المناعة البشرية / الإيدز ويعطي وقتاً كافياً لمناقشة البيئة والإطار المحلي والعوائق الثقافية. ولكنه يتبع نظاماً محدداً في الوقت؛ وإذا توفر وقت أكثر، يمكن أن يمتد هذا الجدول ليكون ورشة عمل تُعقد على مدى يومين أو ثلاثة.

المقدمة (30 دقيقة)

ملحوظة للميسر: تهدف الجلسة الأولى الافتتاحية إلى تعريف المشاركين بإطار ورشة العمل والى شرح هدف الورشة. فيتعرف المشاركون على لجنة فايف: ما هي وكيف تعمل. كما تهدف هذه الجلسة إلى جعل موضوع فيروس نقص المناعة البشرية / الإيدز موضوعاً شخصياً وذلك من خلال الحديث عن الخبرات الشخصية للمشاركين والظروف الخاصة بأماكن العمل.

1- تدبير الشؤون المنزلية

قديم للمشاركين معلومات متعلقة بالحمامات، إجراءات الطوارئ وغيرها (يتوقف هذا على الظروف)

2- هذه ورشة عمل تقدمها فايف، فايف هي... (تتوافر شريحة الـ Power Point)

لقد أنشأت إفلا / فايف في كوبنهاجن في عام 1948 كمبادرة من الإفلا (الاتحاد الدولي لجمعيات ومؤسسات المكتبات) من أجل حماية وتقرير حقوق الإنسان الأساسية، كما تشجع لجنة ومكتب إفلا / فايف حرية الوصول إلى معلومات وحرية التعبير في جميع النواحي سواء المرتبطة بصورة مباشرة أو غير مباشرة بالمكتبات ومهنة المكتبات. تتابع وتلاحظ إفلا / فايف مكانة وموقف الحرية الفكرية داخل مجتمع المكتبات على مستوى العالم، كما تساند تطور سياسة الإفلا وتعاونها مع منظمات دولية أخرى معنية بحقوق الإنسان، وتقوم بالرد على أي انتهاك يحدث لحرية الحصول على المعلومات وحرية التعبير.

الحرية الفكرية هي حق كل شخص في اعتناق الأفكار والتعبير عنها، واستقاء المعلومات وتلقيها. الحرية الفكرية هي أساس الديمقراطية وهي عصب فكرة المكتبات. يمول إفلا / فايف الوكالة السويدية الدولية للتطور والتعاون (سيدا)

3- هدف ورشة العمل

للناس الحق في المعرفة خاصة إذا ما كانت صحتهم ومستقبلهم يعتمدون على معلومات هامة، وفي حالة فيروس نقص المناعة البشرية / الإيدز تصبح المعلومات مصدراً ينفذ الحياة.

من أجل منع انتقال فيروس نقص المناعة البشرية ولمساعدة الأشخاص المصابين به بالفعل، يصبح وجود اتجاه عام وبيئة مساندة عاملين أساسيين. وهذا يعني أن الناس يحتاجون إلى:

1- وجود مدخل للمعلومات عن الوقاية والعلاج

2- وجود مدخل للحصول على خدمات الصحة الجنسية والإنجابية حيث يظل الاتصال الجنسي هو الوسيلة الأساسية لانتقال الفيروس

3- وجود طريقة للحصول على وسائل الوقاية مثل الواقي والإبر الطبية النظيفة

4- وجود طرق للوصول إلى العلاج

إن المعلومات والتعليم والاتصال (IEC) هي الوسائل الرئيسية لمحاربة فيروس نقص المناعة البشرية والإيدز. ويمكن أن توفر المكتبات معلومات تنقذ الحياة على مستوى المجتمع، ولذلك فإنه من الواجب المهني للمكتبيين أن يوفرُوا المعلومات الملائمة لمن يحتاجها.

يهدف الجزء الصباحي من ورشة العمل إلى تعريف المكتبيين بهذا الوباء، انتشاره على مستوى العالم، وإمكانيات الوقاية والعلاج. إن المعلومات الخاصة بفيروس نقص المناعة البشرية / الإيدز هي في غاية الحساسية من الناحية الثقافية. ونظراً لأن الاتصال الجنسي يظل هو أكثر الطرق شيوعاً لنقل الفيروس، لذا فهو مرتبط بصورة وثيقة بمعلومات عن الصحة الجنسية والإنجابية والثقافة الجنسية. وفي كثير من المجتمعات تعتبر هذه الموضوعات من الأمور المخجلة والمحظورات. وهنا - وأكثر من أي مجال آخر للاتصال - يتوقف نشر المعلومات بصورة فعالة على البيئة والمحيط الثقافي، الموارد المحلية مثل العاملين وتوافر وسائل الإعلام والثقافة المعلوماتية للقراء.

وتختلف الظروف من دولة إلى أخرى ومن مكتبة إلى أخرى. لذلك فإن فترة بعد الظهر من ورشة العمل تسعى إلى تطوير أفكار لنشر المعلومات، أفكار يمكن تطويعها محلياً وتستطيع أن تتعامل مع الحواجز والمعوقات الثقافية (أو أي حواجز أخرى) وتصل إلى أكثر الأشخاص تأثراً وعرضة لهذا الفيروس مثل الأميين والنساء والفتيات الصغار.

4- القيم والأهداف

بينما يعتمد نشر المعلومات الخاصة بفيروس نقص المناعة البشرية / الإيدز على الإطار الثقافي والمحلي، إلا أن حق الحصول على هذه المعلومات هو حق دولي ومتضمن في المادة 19 من إعلان الأمم المتحدة العالمي لحقوق الإنسان. ومن ثم فإن توفر معلومات عن فيروس نقص المناعة البشرية / الإيدز لا يعتبر عملاً خيرياً بل هو واجباً إنسانياً.

المادة 19 من إعلان الأمم المتحدة العالمي لحقوق الإنسان:

"لكل شخص الحق في حرية الرأي والتعبير، ويشمل هذا الحق حرية اعتناق الأفكار دون أي تدخل واستثناء الأنبياء والأفكار وتلقيها وإذاعتها بأية وسيلة كانت دون تقييد بالحدود الجغرافية."

وفي القمة الألفية للأمم المتحدة والتي عُقدت في سبتمبر 2000، اتفقت 189 دولة على إعلان التنمية الألفي. ويقدم الإعلان ثمانية أهداف إنمائية للألفية (MDGS) ويهدف إلي تحقيقها في عام 2015 وتسعى إلى خفض الفقر المدقع وتعزيز التنمية الإنسانية:

الهدف الأول: القضاء على الفقر المدقع والجوع

الهدف الثاني: تحقيق تعميم التعليم الابتدائي

الهدف الثالث: تعزيز المساواة بين الجنسين

الهدف الرابع: تخفيض معدل وفيات الطفل

الهدف الخامس: تحسين الصحة النفاسية

الهدف السادس: مكافحة فيروس نقص المناعة البشرية، الملاريا وأمراض أخرى

الهدف السابع: كفاءة الاستدامة البيئية

الهدف الثامن: إقامة شراكة عالمية من أجل التنمية

يخاطب الهدف الإنمائي السادس مباشرة هذا الوباء. وهناك أهداف أخرى تسعى إلى تحسين ظروف المعيشة والتي من شأنها تحسين الموقف الصحي. على سبيل المثال، إذا ما تلقى الطفل تعليماً ابتدائياً، ستصبح لديه فرصة أفضل ليُعلم عن فيروس نقص المناعة البشرية / الإيدز وعن كيفية حماية نفسه. وإذا ما تم تحسين الصحة النفاسية والظروف الصحية الخاصة بالأم فإنه يصبح من الممكن تجنب انتقال الفيروس من الأم إلى الطفل أثناء الحمل. يتضمن كل واحد من هذه الأهداف أهدافاً خاصة من المفترض تحقيقها في عام 2015.

ان الغاية المرتبطة بالهدف السادس هو وقف انتشار فيروس نقص المناعة البشرية / الإيدز والبدء في العمل على عكس وحصر انتشار الفيروس / الإيدز. ولقد تم عمل مؤشرات خاصة لتقييم الجهود الدولية المبذولة لمحاربة هذا الوباء، وهي كالآتي:

- انتشار فيروس نقص المناعة البشرية لدى النساء الحوامل اللواتي تتراوح أعمارهن ما بين 15-24 سنة (برنامج الأمم المتحدة المشترك المعني بفيروس نقص المناعة البشرية UNAIDS)
- نسبة استخدام الواقي بالمقارنة بنسبة انتشار الفيروس / الإيدز. ولقد تم عمل مؤشرات خاصة لتقييم الجهود الدولية 15 - 24 سنة ولديهم معرفة صحيحة وشاملة عن فيروس نقص المناعة البشرية / الإيدز (UNAIDS، اليونيسيف، قسم السكان للأمم المتحدة، منظمة الصحة العالمية)
- نسبة الحضور في المدارس بالنسبة للأطفال الأيتام في مقابل نسبة حضور الأطفال الغير أيتام والذين تتراوح أعمارهم ما بين 10 - 14 سنة

مواقف أخلاقية

الأخذ في الاعتبار عدم المساواة بين الجنسين

النساء والفتيات هم الأكثر تعرضاً لانتقال الفيروس والمرض من خلال الاتصال الجنسي. وتتزايد المخاطر التي تتعرض لها النساء صغيرات السن من خلال عدم المساواة بين الجنسين وبعض الممارسات الخاطئة مثل الزواج المبكر والعنف الجنسي. وعادة ما يبحث الرجال الكبار عن شريكات أصغر سناً وخاليات من فيروس نقص المناعة البشرية. وفي كثير من الأحيان فإن النساء الصغيرات اللاتي يتزوجن رجالاً أكبر سناً لا يكن في موقف يسمح لهن بالتفاوض لاستخدام الواقي إذا ما شككن في ولاء شركائهن أو في احتمال إصابتهم. ويتطلب تحسين أوضاع النساء والفتيات إحداث تغيير في أنماط السلوك لدى الرجال والنساء، الفتيان والفتيات. ويجب أن يسير العمل على تمكين وتقوية النساء جنباً إلى جنب مع البرامج والحملات التي تشجع الرجال على تحمل المسؤولية فيما يتعلق بشركائهم وبأنفسهم.

يجب أن يؤخذ في الاعتبار عند توفير معلومات من خلال المكتبات عن فيروس نقص المناعة البشرية / الإيدز الموقف الضعيف والحساس للنساء والفتيات والتميز الذي يحدث ضدهن. يجب أن يتضمن التحليل الدقيق لهذا الموقف أسئلة كالتالية: هل المكتبة مكان سالم يمكن أن تذهب إليه الفتيات؟ هل تستطيع الفتيات زيارة المكتبة؟ هل هناك مكان يمكن أن تقرأ فيه الفتيات ويتعلمن عن فيروس نقص المناعة البشرية بدون الخوف من الإحساس بالخجل والعار؟

الأخذ في الاعتبار الاختلافات والممارسات الثقافية

لا يتحقق نشر المعلومات بمجرد وضع كتاب على الرف، ولكن يتطلب تحليلاً دقيقاً للإطار والممارسات الثقافية. ففي المجتمعات التي يتحدث الناس فيها بصراحة عن الجنس ويتلقون بالفعل تعليماً عن الجنس لا يتطلب الأمر كثيراً من الجراءة لنشر المعرفة عن الوسائل الفعالة للوقاية. ولكن في كثير من البلدان التي ترتفع فيها نسبة الإصابة بهذا الوباء يظل الحديث عن الجنس علناً تابوهاً أو أمراً محرماً. ففي مثل هذه المجتمعات يجب على المكتبيين أن يبحثوا بدقة عن أفضل طريقة للمزج بين الخصوصية من ناحية وتوفير الحصول على معلومات من ناحية أخرى. ومن الواضح أنه ليس هناك حل واحد لهذه المشكلة. ولكي يستطيع المكتبيون أن يحدثوا تغييراً بالفعل عند محاربتهم لفيروس نقص المناعة البشرية والإيدز، يجب أن يناصروا ويساندوا هذه الحرب بأنفسهم. ويحاول هذا الدليل أن يوضح الطرق التي تساعد المكتبيين في التغلب على الحرج الذي قد يشعرون به عند مناقشة أو التعامل مع أمور خاصة وجنسية مع مستخدمي المكتبات. وتوجد الحاجة إلى أفكار جديدة وخلقة بالأخص في الدول النامية. وفي كثير من المجتمعات تكون سرد الحكايات والدراما ولعب الأدوار والموسيقى طرقاً أكثر فعالية في الوصول إلى الناس أكثر من مجرد مدهم بالمعلومات عن طريق مواد مكتوبة. وفي النهاية فإن مفهوم المكتبة وما هو دورها يختلف من دولة إلى أخرى. فالصورة التقليدية لمبنى قديم مملوء بالكتب يذهب إليه الناس للقراءة قد لا تكون مناسبة للعديد من الأنساق والأماكن. كذلك ففي أماكن عديدة في الدول النامية يمكن أن نجد مكتبيين ولا نجد مكتبات. وبغض النظر عن الظروف فإن فايف تدعو إلى مهنة مكتبات توقعية ونشطة تحاول الوصول إلى أكبر قدر ممكن من الناس، وهذه هي الطريقة الوحيدة التي يمكن من خلالها أن نحقق تغييراً في الحرب ضد فيروس نقص المناعة البشرية والإيدز.

تدريب إذابة الجليد: (30 دقيقة)

ما هو إذابة الجليد؟

إذابة الجليد هي أنشطة تتم في بداية التدريب لتجعل الناس يشعرون بأنهم على سجيتهم.

ملحوظة إلى الميسر: اختار تدريباً لإذابة الجليد يتفق مع الإطار الذي تعمل به

يعتمد إحساس الناس بالراحة وإثارة اهتمامهم بموضوع ورشة العمل بدرجة كبيرة على الثقافة وخلفية الدولة التي ينتمون إليها وأيضاً على حجم المجموعة. ففي الدول التي يوجد بها نسب عالية من الإصابة بالفيروس ويتفشى فيها هذا الوباء ويصبح جودهما جزءاً من الحياة اليومية، قد يكون من الضرورة الحديث عن التجارب الخاصة - ومن ناحية أخرى فإن المشاركين الذين فقدوا أصدقاء أو أفراداً من عائلاتهم بسبب هذا الوباء قد يجدون صعوبة في الحديث عن من فقدوهم. كذلك ففي الأطر الثقافية التي يمثل فيها الحديث عن الأمور الجنسية أمراً محرماً يكون من المفيد غالباً عمل نشاط محفز يجعل الناس يشعرون بالراحة.

1- فيروس نقص المناعة البشرية ومكان العمل - اجعل الوباء موضوعاً يتسم بالخصوصية

ملحوظة إلى الميسر: يهدف تدريب إذابة الجليد المقترح إلى جعل الموضوع أكثر خصوصية والنزول به من الجانب التجريدي الغير تطبيقي إلى الحياة الشخصية وظروف العمل الخاصة بالمشاركين في ورشة العمل. إذا ما أتحت لك الفرصة مسبقاً لجمع معلومات بدون معرفة الهوية عن مدى معرفة المشاركين واهتماماتهم الخاصة، فاستخدم هذه المعلومات من أجل عمل مقدمة لهذا التدريب. ويجب مناقشة الأسئلة التالية في تدريب إذابة الجليد:

- هل تعلم عدد الأشخاص الذين يعملون معك والمصابين بفيروس نقص المناعة البشرية؟
- ما هي السياسات الخاصة بالمنظمة أو الشركة التي تعمل بها بخصوص فيروس نقص المناعة البشرية / الإيدز؟
- ماذا يحدث إذا ما أصبحت أنت نفسك حاملاً لفيروس نقص المناعة البشرية؟
- هل تعرف شخصاً حاملاً لفيروس نقص المناعة البشرية؟

2- اجعل النشاط تفاعلياً (من أجل اختيارات أخرى لإذابة الجليد انظر ص 26)

يمكن القيام بهذا التدريب من خلال مجموعات عمل أو شخصين أو أفراد وذلك حسب حجم المجموعة والممارسات الثقافية السائدة. وهناك بعض الأنشطة المقترحة التي يمكن أن تختار منها:

- السرد القصصي
- الدراما
- الفيديو
- لعب الأدوار
- مجموعات الهمس (من 4 - 5 أعضاء): يحكي كل شخص إلى الآخر عن أشخاص يعرفهم وعن فيروس نقص المناعة البشرية / الإيدز وعن أناس يعرفهم يحملون فيروس نقص المناعة. (النشر، المساندة، الإحساس بالخزي والعار، الخجل، العلاج الخ)

ملخص عن فيروس نقص المناعة / الإيدز (30 دقيقة)

ملحوظة للميسر: استخدم شرائح العرض Power Point الموجودة مع الدليل، أو قم بإنزال أحدث نسخة من الموقع الإلكتروني لبرنامج الأمم المتحدة المشترك المعني بفيروس نقص المناعة البشرية www.unaids.org.

وفي حالة عدم وجود جهاز عرض يمكن توزيع نسخة مطبوعة من هذه الشرائح على المشاركين أو كتابة بعض الأرقام على السبورة.

الجزء الرابع: يجب أن يجيب المشاركون على امتحان موجز عن فيروس نقص المناعة البشرية / الإيدز قبل أن يتعلموا طرق انتقال العدوى والوقاية والعلاج.

1- الأبعاد الدولية للوباء:

في كل عام ينشر برنامج الأمم المتحدة المشترك المعني بفيروس نقص المناعة البشرية UNAIDS "تحديثاً عن الوباء" يتضمن آخر التقديرات الدولية للأشخاص الأحياء الذين يعانون من فيروس نقص المناعة البشرية / الإيدز، الإصابات الجديدة في العام الأسبق، أعداد الوفيات بسبب الإيدز، وعدد الأطفال الحاملين لفيروس نقص المناعة. كما يبين هذا التحديث التوزيعات الإقليمية لهذا الوباء.

يمكن العثور على شرائح عام 2007 على الموقع الإلكتروني

http://data.unaids.org/pub/EPISlides/2007/07/1118_epicore2007_slides_en.pdf

2- ما هو فيروس نقص المناعة البشرية / الإيدز؟

لقد سمع الكثير من الأشخاص عن فيروس نقص المناعة البشرية ويعلمون أنه فيروس خطير وأن الإيدز مرض مميت. وبالرغم من ذلك لا يعرف العديد منهم الكثير عما يسببه فيروس نقص المناعة لجسم الإنسان، وكيف يرتبط الفيروس بالإيدز وكيف ينتقل الفيروس. وهذه المعرفة هامة جداً لفهم الجهود المبذولة للوقاية ولتجنب إحساس الأشخاص المصابين بفيروس نقص المناعة البشرية / الإيدز بالخزي والعار.

ماذا يعني؟ (متاحة على شريحة عرض الـ Power Point)

- انتش أي في HIV - هو فيروس نقص المناعة البشرية
- إيدز أو سيدا - هو سيندروم نقص المناعة المكتسبة

ماذا يفعل لجسم الإنسان؟

- يهاجم فيروس نقص المناعة البشرية الخلايا الدفاعية CD4 التي تحمي جهاز المناعة. عندما يصبح الإنسان حاملاً لفيروس نقص المناعة البشرية، يصبح أقل قدرة على محاربة العدوى وأكثر استعداداً وعرضة لعدوى خطيرة تُعرف بالعدوى الانتهازية (OIs)

هل يكون الشخص الحامل لفيروس نقص المناعة البشرية مصاباً بالإيدز؟

- لا، يتم تشخيص إصابة الإنسان بالإيدز إذا ما كان لديه أقل من 200 من خلايا CD4 و/أو لديه واحد من 21 عدوى مُعرّفة للإيدز. ويمكن أن يظل الناس حاملين للفيروس لسنوات قبل أن يظهر عليهم مرض الإيدز.

إذا ما تُرك الإنسان دون علاج، فسوف يدمر فيروس نقص المناعة البشرية تقريباً كل جهاز المناعة وهذا يجعل الجسم عرضة لواحد أو أكثر من الأمراض المهلكة التي لا تصيب عادة الأشخاص الأصحاء. هذه المرحلة من الإصابة بفيروس نقص المناعة البشرية هي التي تُعرف بالإيدز أو السيدا أو سندروم نقص المناعة المكتسبة. كلما ازداد الضرر والدمار الذي يصيب جهاز المناعة كلما ازدادت خطورة التعرض للموت من العدوى الانتهازية.

3- أعراض فيروس نقص المناعة والإيدز

سؤال للمشاركين : كيف يمكن أن تعرف إذا كان هذا الشخص حاملاً لفيروس نقص المناعة أو لديه مرض الإيدز؟

الإجابة هي عدم وجود طريقة سهلة لمعرفة هذا. فالشخص الذي يحمل فيروس نقص المناعة قد يستمر به لسنوات دون ملاحظة أي أعراض، والطريقة الوحيدة التي يمكن من خلالها معرفة إصابة الشخص بالفيروس هو من خلال إجراء تحليل دم. إن فيروس نقص المناعة البشرية يهاجم جهاز المناعة للإنسان، وبالتالي يصبح الشخص أكثر عرضة للعدوى الانتهازية ولمرض السرطان الذين يستطيع جهاز المناعة عادة مقاومتهم. العدوى الانتهازية هي عدوى تحدث تقريباً في جميع أجهزة الجسم. وبدون علاج عادة ما يأخذ فيروس نقص المناعة البشرية من 8 - 10 سنوات حتى يتطور إلى مرض الإيدز. ويعتمد طول الفترة ما بين الإصابة بالعدوى وظهور أعراض المرض على الظروف المحيطة، فكلما ضعف جهاز المناعة كلما ظهرت الأعراض أكثر وأسرع.

كيف ينتقل فيروس نقص المناعة؟

طرق الانتقال:

إن المعلومات الدقيقة والمبنية على حقائق هي الوحيدة التي يمكن أن تحارب الخرافات والإحساس بالخزي، وتوضح كيف تعمل الوقاية بكفاءة. نظراً لأن فيروس نقص المناعة البشرية مرتبط بشدة بالأمور الجنسية فهذا يجعل من المناقشة الصريحة حول طرق الانتقال ووسائل الوقاية مهمة صعبة في بعض الثقافات. إذا ما كان الشخص حاملاً لفيروس نقص المناعة البشرية ولا يأخذ الأدوية الملائمة، فسيتركز الفيروس بصورة كبيرة في سوائل الجسم مثل الدم، السائل المنوي، البكتريا المهبلية ولبن الرضاعة. ويمكن أن ينتقل الفيروس إذا ما دخل أحد هذه السوائل للشخص المصاب إلى جسم شخص آخر من خلال الجروح المفتوحة أو الغشاء المخاطي.

اختبار موجز:

هناك العديد من الأساطير عن انتقال فيروس نقص المناعة البشرية ومن المحتمل ألا يتمكن حتى المشاركون في ورشة العمل من التعرف بصورة صحيحة على كل وسائل انتقال الفيروس. استخدم هذا الاختبار الموجز عن المعلومات الخاصة بانتقال فيروس نقص المناعة والموجود في ملحق هذا الدليل لتجعل الجلسة تفاعلية ولتعطي المشاركين الفرصة لكي يختبروا معرفتهم بفيروس نقص المناعة. يجب أن يُوزع هذا الاختبار ويُملأ قبل تقديم هذه المعلومات إلى المشاركين.

ملحوظة إلى الميسر: لا يهدف هذا التدريب إلى جعل المشاركين يشعرون بعدم الراحة ولا أن يعرضوا نتائج هذا الاختبار أمام المجموعة كلها. يجب أن يحتفظ كل مشارك / مشاركة بورقته / ورقته لمقارنة الإجابات بالمعلومات التي سيقدمها ميسر ورشة العمل.

1- الانتقال من خلال الاتصال الجنسي:

أن وجود اتصال جنسي بدون حماية وفي حالة إصابة أحد الأفراد بفيروس نقص المناعة هو الوسيلة الرئيسية لانتقال فيروس HIV. ولكن احتمال انتقال الفيروس بواسطة الجنس عن طريق الفم بسيطاً بالمقارنة بالاتصال المهبلية أو الشرجية. وتعتبر الفتيات والنساء أكثر تعرضاً لانتقال فيروس نقص المناعة بالمقارنة بالرجال وذلك نظراً لقابليتهم وحساسيتهم الفسيولوجية والتي تجعل احتمال إصابتهم 2 - 4 مرات أكثر من الرجال بالإضافة إلى عدم المساواة بين الجنسين والتمييز الجنسي.

العدوى التي تنتقل من خلال الاتصال الجنسي (STIs)

بالإضافة إلى فيروس نقص المناعة / الإيدز توجد العديد من أنواع العدوى التي تنتقل من خلال الاتصال الجنسي ومنها علي سبيل المثال فيروس بابيلوما الذي يمكن أن يسبب سرطان عنق الرحم.

2- الدم ومنتجات الدم

بخلاف الاتصال الجنسي يمكن أن ينتقل فيروس نقص المناعة البشرية عند التعرض لدم مصاب بهذا الفيروس. وتحدث العدوى إذا ما دخل دم مصاب إلى مجرى الدم للإنسان عن طريق الجروح المفتوحة أو الحقن. وأكثر الأشخاص تعرضاً للخطر هم الذين يأخذون أدوية/ يتعاطون المخدرات بالحقن والذين لا تتوافر لديهم إبر طبية نظيفة لذا يستخدمون إبر سبق لآخرين استعمالها. وكذلك هناك خطورة على المرضى الذين يعتمدون على نقل الدم في حالات الطوارئ أو في حالات الهيموفيليا (مرض النزف الوراثي) وذلك إذا لم تكن منتجات الدم قد تم فحصها أو التحكم فيها بدرجة كافية.

3- الانتقال الرأسي من الأم إلى الطفل

هناك طريقة أخرى للانتقال الفيروسي تُعرف باسم الانتقال من الأم إلى الطفل أو الانتقال الرأسي. بدون علاج ووسائل وقاية طبية ملائمة تصبح هناك فرصة كبيرة جداً لأن تنتقل الأمهات اللاتي يحملن فيروس نقص المناعة هذا الفيروس إلى أطفالهن من خلال الحمل، والولادة والرضاعة الطبيعية. بدون علاج سيصبح 15 - 30% من الرضع الذين وُلدوا لأمهات مصابات بفيروس نقص المناعة البشرية مصابين بهذا الفيروس أثناء الحمل والولادة، ونسبة أخرى تتراوح ما بين 5 - 20% ستصاب بالفيروس من خلال الرضاعة الطبيعية. ولكن مع العلاج السليم والمساعدة الطبية يمكن أن تقل خطورة انتقال الفيروس بنسبة كبيرة.

أساطير حول انتقال فيروس نقص المناعة (يمكن جمعها على السبورة)

- ينتقل فيروس نقص المناعة من خلال لسعة البعوض
- ينتقل فيروس نقص المناعة من خلال الشرب من نفس الكوب أو استخدام نفس فرشاة الأسنان
- ينتقل فيروس نقص المناعة من خلال مصافحة شخص مصاب باليد
- ينتقل فيروس نقص المناعة من خلال التقبيل

يمكن وجود تركيز بسيط في سوائل أخرى للجسم مثل اللعاب، البول، الدموع، وهذه السوائل لا تمثل خطراً للإصابة بالعدوى.

سؤال للمشاركين في ورشة العمل:

هل يمكن انتقال فيروس نقص المناعة من خلال الجنس عن طريق الفم؟

الإجابة: الجنس عن طريق الفم يمثل سلوكاً به مخاطرة بسيطة نسبياً، ولكن يظل احتمال الإصابة بفيروس نقص المناعة من خلال الجنس عن طريق الفم مع شخص مصاب قائماً، وبالأخص إذا ما كان هناك أنسجة متهتكة أو قروح بفم الشخص الذي يمارس الجنس من خلال الفم. ولكن تظل العدوى بفيروس نقص المناعة من خلال الجنس عن طريق الفم نادرة جداً.

استراحة للقهوة (10 دقائق)

الوقاية والعلاج (ساعة ونصف)

1- دور المكتبات؟

“ لا يمكن ألا تحرك المكتبات والخدمات المعلوماتية ساكناً بينما العدو يفتك بشباب أمتهم من الداخل ويضربهم في صمت وفي الظلام ” كينجو ج مكامبو 2002.
تمثل المعلومات، التعليم والاتصال الوسائل الرئيسية لمحاربة فيروس نقص المناعة / الإيدز. يمكن أن توفر المكتبات مدخلاً للحصول على معلومات هامة ولتنشر المعرفة فيما يتعلق بالوقاية والعلاج.

2- الوصول إلى أكثر الناس تضرراً:

عادة ما تفتقد القطاعات الحساسة من السكان والأكثر تعرضاً وتضرراً بالفيروس وجود مدخل للوصول إلى المكتبات والمعلومات الهامة. من أمثلة هذه القطاعات الفقراء، النساء والفتيات، الأيتام، الشباب (من 15 - 24 سنة) ، الشواذ جنسياً، المهاجرون، اللاجئين، والعاملون بمجال الجنس التجاري. ومن ثم فإن المكتبات النشيطة تمثل ضرورة ملحة للوصول إلى السكان الذين يعيشون في ظروف تشكل خطراً كبيراً.

الوقاية

1- لماذا التركيز على الوقاية؟

لا يوجد مصل واقى لفيروس نقص المناعة / الإيدز. ونظراً لصعوبة شراء العلاج والحصول عليه بالنسبة للعديد من الناس في العالم، تُعتبر الوقاية في الوقت الحالي هي أفضل طريقة لمكافحة الوباء.

2- منع الانتقال الجنسي: اتجاه أ، ب، ت ABC

يوصي اتجاه ABC بإتباع ثلاث قواعد سلوكية من أجل منع العدوى عن طريق الاتصال الجنسي.

أ- الامتناع A- Abstinence

ينتقل فيروس نقص المناعة أساساً من خلال الاتصال الجنسي. لذلك تقنياً فإن أكثر الطرق فعالية لمنع الإصابة به هو الامتناع عن ممارسة أي نشاط جنسي يتضمن الاتصال مع سواكل جسم أي شخص. ويعني الامتناع تأجيل ظهور أحوث الاستثارة الجنسية أو الامتناع عن ممارسة الجنس إذا ما كان الشخص بالفعل مثار جنسياً.

ب- كن وفاقاً B- Be faithful

لا يُعد الامتناع عن النشاط الجنسي اختياراً بالنسبة للعديد من الناس. ولأن تعدد الشركاء الجنسيين يزيد من خطورة العدوى، فإن القاعدة السلوكية الثانية تقترح أن يلتزم الشخص بشريك واحد فقط ويكون وفاقاً له/لها إذا لم يكن الامتناع ممكناً. إذا ما كان الشريك قد تم اختبارهما وتبين خلوهما من الفيروس وكانا وفاقين لبعضهما البعض، تنعدم خطورة العدوى عن طريق الممارسة الجنسية. والوفاء هنا يعتمد على التزام الطرفين ومن ثم فهو لا يخلو من المخاطرة، فالكثير من الناس أصيبوا بالفيروس بسبب خيانة شركائهم.

ت- استخدم الواقي C- use a Condom

وفي النهاية إذا كان للشخص أكثر من شريك جنسي أو إذا كان كثيراً ما يغير شركاءه أو لديه شك في وفاء شريكه / شريكته، يصبح استخدام الواقي اللثى الذكري أو الواقي النسائي أفضل حماية ضد انتقال العدوى جنسياً.

ما هو الواقي النسائي؟

بينما يوضع الواقي الذكري على العضو الذكري، فإن الواقي النسائي يوضع داخل المهبل. يمكن وضع الواقي داخل المهبل بضعة ساعات قبل ممارسة الجنس، كما يمكن استخدام زيوت مخففة للاحتكاك مكونة أساساً من الزيوت والماء. بإزالة الحلقة الداخلية في الواقي النسائي يمكن استخدام هذا المنتج عند الاتصال الشرجي.

سؤال للمشاركين في ورشة العمل:

هل يمكن أن تتخيل موقفاً لا يكون فيه اتجاه ABC غير فعال بالنسبة للانتقال الجنسي لفيروس نقص المناعة؟

نقائص اتجاه ABC

إن اتجاه ABC هو وسيلة فعالة للوقاية تحت ظروف معينة، ولكن تظل هناك ظروف لا يعمل فيها هذا الاتجاه. فهو يفترض أن المرء يختار شريكه / شريكته الجنسية؛ انه / إنها يمكن أن يثق/ تثق في وفاء شريكته / شريكها. كذلك فهناك مشكلة مدى توافر الموارد المطلوبة مثل الواقي أو أن يكون الشخص في مركز يسمح بالتفاوض من أجل استخدام الواقي.

تتعرض النساء صغيرات السن واللاتي يتزوجن رجالاً أكبر منهن للخطر إذا ما كان لشركائهن شركاء جنسيون سابقون، أو إذا ما كان لديهن شك في وفاء شركائهن. فقد يكون من الصعوبة بالنسبة لهؤلاء الفتيات التفاوض لاستخدام الواقي إذ أن شركاءهن قد ينظرون إلى هذا كدليل على عدم الثقة أو يلومونهن ويتهمونهن بعدم الوفاء. كذلك فإن النساء والفتيات بالأخص كثيراً ما يتعرضن للقمع والعنف الجنسي ولا يكون لهن القدرة والحرية لأي اختيارات تتعلق بشركائهن الجنسيين واستخدام الواقي. إن الواقي النسائي هو الإمكانية الوحيدة لحماية النساء والفتيات اللاتي يتعرضن أو يعشن في مواقف تتسم بالخطورة العالية.

3- تجنب التعرض لدم ملوث بفيروس نقص المناعة.

أ- التزود بالدم

إن فحص منتجات الدم يقلل من خطر انتقال الفيروس وذلك لأنه يمكن استبعاد وحدات الدم المصابة من الدم المنقول. للأسف الشديد لا يتم عمل فحص للدم في كل أنحاء العالم.

ب- الحوادث

تفترض الإستراتيجية العالمية لأخذ الاحتياط أن دم كل شخص مصاب بنسبة كبيرة بفيروس نقص المناعة. ولذا لا يُعتبر التعرض للدم آمناً. عادة ما تتضمن حقائب الإسعاف الأولى قفازات لينة يجب أن تُلبس إذا ما تم لمس دم شخص ما أو جرح مفتوح.

ت- الحقن والسرنجات

يجب عدم استعمال نفس الإبرة أو السرنجة للحقن والتي تم استخدامها مع أشخاص آخرين؛ يجب استخدام أداة جديدة مع كل مريض. وفي حالات الطوارئ التي يصعب فيها الوصول إلى أدوات معقمة، يمكن تقليل خطورة انتقال الفيروس عن طريق غلي الإبر والسرنجات التي سبق استخدامها أو غسلها أكثر من 3 مرات بمبيض أو كلور منزلي قوي ثم شطفها بصورة متكررة بالمياه. لا تعتبر هذه الطريقة آمنة ولا يجب أن تستعمل إلا كحل أخير.

ويُعتبر تعاطي الأدوية أو المخدرات عن طريق الحقن بالأوردة هو ثاني أهم طرق انتقال الفيروس بعد الاتصال الجنسي. إن برامج تبادل الإبر الطبية / السرنجات للأشخاص الذين يتعاطون المخدرات عن طريق الحقن يقلل من خطر العدوى لأنها توفر معدات معقمة.

4- منع الانتقال من الأم إلى الطفل

من أجل تحقيق وقاية فعالة تمنع انتقال فيروس نقص المناعة من الأم الحامل إلى طفلها الذي لم يولد بعد، يتطلب الأمر إتباع إستراتيجية من ثلاث أبعاد:

- الوقاية من الإصابة بفيروس نقص المناعة عند الأباء المستقبليين

- تجنب الحمل الغير مرغوب فيه عند النساء المصابات بفيروس نقص المناعة
 - منع انتقال فيروس نقص المناعة من الأمهات اللاتي تحملن هذا الفيروس إلى أطفالهن أثناء الحمل، المخاض، الولادة والرضاعة الطبيعية.
- يمكن منع انتقال فيروس نقص المناعة أثناء الحمل، المخاض، الولادة والرضاعة الطبيعية من خلال العلاج كما سيوضح فيما بعد.

5- الظروف التي تفضي إلى سلوك يتسم بالمخاطرة

تعاطي الكحوليات والمخدرات

يجعل تعاطي الكحوليات والمخدرات الناس أقل احتياطاً، وغالباً ما يفضي إلى سلوكيات تتسم بالمخاطرة مثل الاتصال الجنسي الذي يخلو من الحماية.

الأطر والأنساق الإنسانية:

ينتشر فيروس نقص المناعة بصورة أسرع في المواقف الحياتية التي تتسم بالتشتت وعدم الاستقرار الاجتماعي. الصراعات العنيفة، الكوارث الطبيعية، انتقال الأشخاص من مكان لآخر، كلها عوامل تزيد من خطورة الانتقال. وغالباً ما تفتقد أماكن الطوارئ البنية الأساسية ووسائل الوقاية أو القنوات التي تساعد على نشر وبث المعلومات. كذلك فإن المواقف التي تتسم بالتوتر الشديد تفضي إلى سلوكيات تتسم بالمخاطرة.

الفقر:

عادة ما يفتقد الأشخاص الذين يعيشون في فقر مدقع وسائل الوصول إلى معلومات أو وسائل وقاية مثل الواقي أو الإبر الطبية المعقمة أو الخدمات الطبية. وغالباً لا تسمح لهم ظروفهم القيام باختيارات عن عمد وتتسم بالمعرفة لحماية أنفسهم.

6- الاستشارة والاختبار التطوعي VCT

لماذا يتحتم على القيام بالاختبار؟

في عالم فيروس نقص المناعة يجب أن يعرف كل إنسان موقفه لحماية نفسه والآخرين. وليست هناك أي أعراض تبين ما إذا كان هذا الشخص حاملاً لفيروس نقص المناعة. إن اختبار الأجسام المضادة لفيروس نقص المناعة هو الطريقة الوحيدة للتأكد. وكثير من الأشخاص الذين قاموا بإجراء الاختبار كانوا يشعرون بالقلق بدون داعي. ولكن نوصي كل شخص بالاختبار والاستشارة التطوعية أو الإرادية نظراً لأن الاكتشاف المبكر للإصابة بفيروس نقص المناعة يعطي الفرصة لعلاج طبي وزمني ملائم ويساعد على حماية الآخرين من انتقاله إليهم.

كيف يعمل هذا الاختبار؟

عادة ما تؤخذ عينة صغيرة من الدم من ذراع المريض، تُرسل إلى معمل وتُختبر. ويبحث اختبار فيروس نقص المناعة عن الأجسام المضادة في دم الشخص. إن الاختبار القياسي للأجسام المضادة يكون على الأقل 99.5% دقيقاً إذا ما تم العثور على أجسام مضادة. ففي خلال 6 - 12 أسبوع يكون أغلب الأشخاص المصابين بفيروس نقص

المناعة قد كوّنوا أجساماً مضادة للفيروس يمكن اكتشافها. ويمكن انتقال الفيروس إلى آخرين خلال هذه الفترة من 6 - 12 أسبوع حتى لو لم يتم اكتشاف الأجسام المضادة.

أين يمكن عمل الاختبار؟

يُنصح بعمل الاختبار في عيادة طبية، عيادة جراح أو في مركز متخصص للاستشارة والاختبار التطوعي الخاص بفيروس نقص المناعة / الإيدز. ستشرح هيئة العاملين الطبية أو الاستشاري المتخصص كيف يعمل هذا الاختبار وماذا تعني النتائج. وإذا ما كانت النتائج ايجابية، فأنهم يستطيعون أن يساندوا المريض للتعايش مع النتيجة ويعطونه معلومات عن العلاج والحياة مع فيروس نقص المناعة.

الاختبار التطوعي مقابل الاختبار الإيجابي

إن الاختبار الإيجابي يعني أنه ضرورة مفروضة، وأن الشخص ليس لديه حرية الاختيار للقيام به أو لا. ونظراً لأن الاختبار الإيجابي يتعارض مع حق الفرد في تقرير ما يريده، فيجب تشجيع الاختبار الإرادي أو التطوعي، فهو يعني أن المريض يقرر إذا ما كان يريد أن يعرف موقفه / موقفها أم لا.

الاختبار السري والاختبار مجهول الهوية

المقصود بالاختبار السري أن المريض يترك اسمه، سنه، عنوانه عند الذهاب للاختبار وأن هذه المعلومات تتاح فقط للعاملين بالعيادة الذين لهم علاقة بعملية الاختبار، وفي بعض الأحيان لمسؤولين بعينهم في الصحة العامة. إذا ما كان المريض يفضل عدم إعطاء هذه المعلومات، فيمكنه / يمكنها إما إعطاء وسائل اتصال غير صحيحة - قد تجعل من الصعوبة إخبار الشخص بالنتائج - أو أن يطلب عمل اختبار مجهول الهوية. وفي حالة عمل هذا النوع من الاختبار، فسيتم التعرف على المريض من خلال كود رقمي.

أخذ العينات والاختبار في المنزل

في بعض الدول يكون من الممكن استخدام حقيبة صغيرة لأخذ عينة فيروس نقص المناعة أو حقيبة صغيرة لاختبار فيروس نقص المناعة في المنزل. في الحالة الأولى، تُرسل عينة الدم إلى معمل ويمكن الاتصال برقم معين لمعرفة النتيجة. وفي الحالة الثانية يتم عمل الاختبار كلية في المنزل. ولكن يفتقد كل من أخذ العينة وتحليلها في المنزل وجود خبير يؤكد أن الاختبار تم إجراؤه بطريقة سليمة. وهناك عيب آخر ألا وهو أن المريض يكون بمفرده عندما يعلم النتيجة فلا يمكن أن يتلقى المساعدة من استشاري مهني ومتخصص. لذلك لا ننصح بأخذ العينات وإجراء الاختبار في المنزل إلا إذا ما كان هناك شك له ما يبرره فيما يتعلق بسرية المواقع الطبية أو وجود احتمال كبير للشعور بالخزي والتعرض للتمييز.

العلاج

هناك احتمال كبير لأن يصبح الأشخاص المصابون بفيروس نقص المناعة مرضى بالإيدز خلال فترة قصيرة من الوقت. ليس هناك علاج أو مصل ضد فيروس نقص المناعة والإيدز، ولكن هناك علاج باستخدام عقاقير لعلاج الفيروس ومضادة لفيروس ريترو المسبب للإيدز ARVs يمكن أن تطيل عمر المريض لسنوات وتحارب الأعراض والعدوى الانتهازية OIs. لقد جعلت اللجنة الدولية هدفها توفير مدخل عالمي للوصول إلى علاج لفيروس نقص المناعة البشرية / الإيدز بحلول عام 2010. ولقد تم حدوث تقدم كبير نحو هذا الهدف في السنوات الأخيرة. ولكن بنهاية عام 2006 لم يكن هناك من كل أربعة أشخاص مصابين بفيروس نقص المناعة ولديهم دخل مادي بسيط أو متوسط إلا شخص واحد يستطيع الوصول إلى العقاقير المضادة لفيروس ريترو. تظل زيادة فرص توافر العلاج وإمكانية الحصول عليه واحدة من أهم التحديات الملحة لمحاربة هذا الوباء.

1- عقاقير علاج الفيروس والمضادة لفيروس ريترو ARVs

إن العلاج بهذه العقاقير هو الطريقة الرئيسية لعلاج فيروس نقص المناعة ومرض الإيدز ويتكون من تركيبة من الأدوية التي يجب أن يأخذها الأشخاص الذين ثبت إصابتهم بفيروس نقص المناعة يومياً طوال حياتهم. أن فيروس نقص المناعة يضاعف نفسه داخل خلايا جسم الإنسان وبهذه النسخ يهاجم الخلايا السليمة وينتشر إلى باقي الجسم. تقلل أدوية علاج الفيروس من سرعة هذه العملية. ويتحتم على المرضى أن يأخذوا تركيبة من الأدوية لأن الفيروس غالباً ما يغير من نفسه في عملية التناسخ ويصبح مقاوماً لواحد من هذه الأدوية.

2- الوقاية والعلاج من العدوى الانتهازية

بالإضافة إلى علاج الإصابة بفيروس نقص المناعة نفسه فهناك علاج لمنع و / أو علاج العديد من أنواع العدوى الانتهازية المرتبطة بفيروس نقص المناعة.

3- منع انتقال العدوى من الأم إلى الطفل

- أثناء الحمل والولادة
عامة فإن تركيبة العقاقير المضادة لفيروس رترو والتي تأخذها امرأة مصابة بفيروس نقص المناعة لصحتها لها فعالية كبيرة في منع انتقال الفيروس من الأم إلى الطفل. وعادة ما يتلقى الرضع الذين ولدوا للتو العلاج لمدة الأيام أو الأسابيع الأولى من حياتهم لتقليل الخطورة التي يتعرضون لها بصورة أكبر.

• رضاعة أكثر أماناً للرضع

هناك أدلة على أن الرضاعة الطبيعية التي تقوم بها الأم حاملة فيروس نقص المناعة تقلل من التأثير الإيجابي للعلاج الذي يتلقاه الرضيع. لذا تُنصح الأمهات حاملات الفيروس بألا يقمن برضاعة أطفالهن طبيعياً، ولكن هذا القرار يتوقف بالطبع على مدى توافر بدائل أخرى. ففي العديد من البلاد تكون البدائل غير آمنة لأنه لا توجد مياه نظيفة. لذلك فالمشورة الدقيقة ضرورية من أجل تعريف الأمهات حاملات فيروس نقص المناعة بالمخاطر ولمساعدتهن للعثور على أفضل البدائل.

4- إتاحة الوصول إلى الخدمات وتوافر العقاقير

يتوقف نجاح العلاج على مدى توافر الخدمات الصحية والأدوية وإمكانية الحصول عليها. ويختلف الوصول إلى العقاقير المضادة لفيروس رترو وعلاج العدوى الانتهازية من دولة إلى أخرى. وتُعرف منظمة الصحة العالمية (WHO) ثلاثة أبعاد للوصول إلى هذه الخدمات والعقاقير:

أ- توفرها

- إمكانية الوصول إليها فعلياً
- إمكانية شرائها والتي تصف المدخل الاقتصادي
- مدى تقبلها وهذا يشير إلى المدخل الاجتماعي والثقافي

ب- التغطية

- نسبة السكان التي تحتاج إلى الوقاية وتلقاها
- تتوقف التغطية على العرض والطلب

ت- التأثير

ويُعرف بنقص نسب العدوى الجديدة أو تحسن نسب النجاة

5- المؤسسات (المستشفيات - العيادات - مراكز الاستشارة والاختبار التطوعي)

لتجنب المقاومة ومحاربة العدوى الانتهازية والآثار الجانبية بصورة فعالة يتطلب العلاج بالعقاقير ضد فيروس الرترو توفر مساندة واستشارة مهنية وذلك من خلال مراكز الرعاية الصحية. ويمكن للمكاتب توفير معلومات عن التسهيلات المحلية وإمكانية الوصول إلى العلاج.

6- الظروف المساندة للعلاج

يتوقف نجاح العلاج بدرجة كبيرة على مدى إتباع المريض للروشتة الطبية. إذ يقلل العديد من مرضى فيروس نقص المناعة تأثير العقاقير بعدم أخذها بطريقة سليمة، من ثم يُنصح بعمل خطة شخصية "للاللتزام الطبي" وذلك لضمان أخذ العقاقير بصورة دورية وبالتركيب السليمة.

7- الحياة بصورة ايجابية

يجب على الأشخاص الذين يعانون من فيروس نقص المناعة أن يحافظوا على صحتهم الجسمانية والانفعالية. ومن المفيد للكثيرين أن يكونوا على اتصال مع أشخاص يعانون من فيروس نقص المناعة وذلك لتبادل الخبرات. إن الغذاء السليم وممارسة الرياضة مهمان لكل الناس ولكنهما أكثر أهمية للأشخاص الذين يعانون من فيروس نقص المناعة. ويُنصح بـ:

- إتباع نظام غذائي صحي
- ممارسة الرياضة بانتظام
- تجنب الكحوليات والتبغ / أو بالتأكيد التقليل من نسب استهلاكهم
- التقليل من التوتر
- تجنب كل أنواع العدوى (كلما أمكن) لأنها تسبب إلى صحتك ومستقبلياً تضعف جهاز المناعة
- عدم استخدام أية عقاقير إلا التي يصفها الطبيب
- زيارة الطبيب بصورة منتظمة

الغذاء (ساعة ونصف)

الحوجز التي تعوق وصول المعلومات / تدريب تفاعلي (ساعة)

ملحوظة إلى الميسر: ضرورة وجود سبورة أو ورق قلاب

يكرس الجزء الصباحي من ورشة العمل لتعلم الحقائق الأساسية عن فيروس نقص المناعة ومرض الإيدز. وترتكز فترة بعد الظهر على الدور الفعال للمكتبات، وتحاول تعريف أفضل الطرق لنشر المعلومات في الإطار أو النسق المحلي. إن المعلومات الخاصة بفيروس نقص المناعة / الإيدز هي الأكثر حساسية من الناحية الثقافية عن معظم المعلومات التقنية الأخرى، بل وأكثر من أغلب المعلومات الطبية الأخرى. في المجتمعات المنفتحة والمتحررة قد يكون من الملائم عرض فيلم فيديو وقائي يتضمن تبادل القبلات بين رجل وامرأة (أو أي شريكين/ شريكيتين) أو ظهور رجلين شاذين وهما يمسكان أيدي بعضهما البعض، ولكن في أماكن أخرى قد يمنع الآباء عرض مثل هذا الفيديو على أطفالهم. ونظراً لارتباطها الوثيق بتابوه الثقافة الجنسية، كثيراً ما يمنع الإحساس بالعار والممارسات الثقافية أو الدينية النشر الفعال لهذه المعلومات. وفي بعض الدول يتم هذا النشر الفعال عن طريق إقامة ركن للمعلومات الخاصة بفيروس نقص المناعة / الإيدز في المكتبات. وفي دول أخرى يشعر مستخدمو المكتبة بالخوف من أن ترتبط أسماؤهم بفيروس نقص المناعة / الإيدز ويشعرون بالخزي عندما يراهم الآخرون وهم ينظرون إلى هذه المواد المعلوماتية، ولكن الحواجز الثقافية ليست هي العوائق الوحيدة لنشر المعلومات.

إن المشاركين بورشة العمل هم أكثر الأشخاص معرفة بالعوائق الهامة التي تقابلهم عندما يحاولون الوصول إلى المستخدمين المحليين، ومن ثم فإن الجلسة الأولى للجزء الخاص ببعد الظهر مصممة في صورة تدريب تفاعلي. وتبعاً لعدد المشاركين في ورشة العمل يمكن أن يتم هذا التدريب عن طريق تقسيمهم إلى مجموعات من أربعة أشخاص. ويُطلب من المشاركين أن يفكروا ويكتبوا عن العوائق التي يتوقعون مواجهتها عند نشر المعلومات المتعلقة بفيروس نقص المناعة ومرض الإيدز.

بعد ثلاثين دقيقة يتم عرض نتائج عمل المجموعات وتوضع على السبورة / الورق القلاب وتُقسم إلى التصنيفات الآتية:

- حواجز ثقافية
- حواجز سياسية
- حواجز اقتصادية
- حواجز خاصة بالموارد

أمثلة للحواجز:

حواجز ثقافية (قم بإعداد أمثلة خاصة من ثقافات متعددة)

- **التابوه (المحظورات) -** إن التابوهات الثقافية السائدة والمتعلقة بالجنس ووسائل انتقال فيروس نقص المناعة تخلق صعوبات في المناقشة المفتوحة عن الوقاية والعلاج
- **الإحساس بالخزي -** ويشير إلى عدم تقدير واحترام الأشخاص الذين يحملون فيروس نقص المناعة / الإيدز أو الذين لهم علاقة بفيروس نقص المناعة / الإيدز. وفي كثير من الأحوال يتبع الإحساس بالخزي حدوث تمييز (برنامج الأمم المتحدة المشترك المعني بفيروس نقص المناعة UNAIDS)
- **التمييز -** هو المعاملة الغير عادلة للأفراد بناءً على موقفهم الفعلي أو الملاحظ من فيروس نقص المناعة (UNAIDS)
- **السلوك تجاه الشواذ جنسياً -** في كثير من المجتمعات يعاني الشواذ جنسياً من الإحساس بالخزي والتمييز والقهر. فالسلوك السلبي تجاه الشواذ جنسياً يمنع الكثير من الناس من التحدث صراحة عن اختياراتهم الجنسية.
- **مكانة النساء في المجتمع -** إن النساء والفتيات هم الأكثر حساسية وتعرضاً لفيروس نقص المناعة / الإيدز. إن عدم المساواة بين الجنسين والتمييز بينهما غالباً ما يمثلان حواجز تعوق حصول النساء على المعلومات، ووسائل الوقاية، والخدمات والعلاج.
- **الأراء الدينية -** يمكن أن تشكل حواجز ثقافية، على سبيل المثال إذا ما كانت تساهم في الإحساس بالعار وتساعد على عدم المساواة التقليدية بين الجنسين أو تدين استخدام الواقي.
- **الخرافات والأساطير -** يمكن تؤدي إلى سلوك يتسم بالمخاطرة والشعور بالخزي.
- **العادات الثقافية -** تمثل أي عادات ثقافية تساهم في خلق سلوك يتسم بالمخاطرة، وإحساس بالخزي والتمييز بين الجنسين أو عدم المساواة بينهما حاجزاً للنشر الفعال للمعلومات المتعلقة بفيروس نقص المناعة / الإيدز.

حواجز سياسية

- **افتقاد السياسات -** إن الحرب ضد فيروس نقص المناعة / الإيدز تتطلب إطاراً من سياسة فعالة على المستوى القومي والمؤسسي. فيجب على المكتبات على سبيل المثال أن يكون لديها سياسات واضحة خاصة بنشر معلومات عن فيروس نقص المناعة / الإيدز وسياسات لحماية العاملين والمستخدمين المصابين بفيروس نقص المناعة من التمييز.
- **السياسات القومية -** يمكن أن تشكل حاجزاً إذا ما قامت بالتمييز ضد الأشخاص الذين يعانون من فيروس نقص المناعة، النساء أو الشواذ جنسياً.

- **القهر** - وهو الذي يحدث للأشخاص الذين يعانون من فيروس نقص المناعة / الإيدز أو الذين يقومون بحملات من أجل فيروس نقص المناعة / الإيدز.
- **الفكر الأيديولوجي** - غالباً ما يكون الفكر السياسي سبباً في غياب السياسات، أو وجود السياسات الغير عادلة، التمييز والاضطهاد.
- **صياغة الكلمات والبلاغة** - يمكن أن تسمى وتشكك الأحاديث العامة - التي يلقيها القادة السياسيون - في مصداقية الأشخاص الذين يعانون من فيروس نقص المناعة / الإيدز أو المؤسسات التي تقوم بحملات ضد هذا الوباء.
- **افتقاد التكامل بين سياسات فيروس نقص المناعة / الإيدز والسياسات الأخرى** - يمكن أن تكون الوقاية والعلاج على درجة كبيرة من الفعالية إذا ما ارتبطت سياسات فيروس نقص المناعة / الإيدز بسياسات مجالات أخرى مثل الثقافة الجنسية والخدمات الصحية العامة.
- **افتقاد التسامح، التنوع، الصراحة** - وهي عادة ما تمثل واحدة من أهم الحواجز للتخطيط لسياسة فعالة لفيروس نقص المناعة / الإيدز.
- **الرقابة** - الرقابة الرسمية والعبث بالمعلومات يمثلان حاجزاً للنشر الفعال للمعلومات.

حواجز اقتصادية

بالنسبة للمستخدمين:

- **مصاريف الوصول** - من الممكن ألا تتوفر الإمكانية أو القدرة المادية للأشخاص الذين يعيشون في أماكن نائية للوصول إلى المكتبة بسبب:
 - مصاريف السفر
 - تكاليف الاستدانة - إذ لا يستطيعون القيام بأعمالهم في الوقت الذي يأتون فيه إلى المكتبة / التدريب
 - مصاريف خاصة على سبيل المثال برعاية الأطفال وأفراد آخرين من الأسرة

● مصاريف تكنولوجية

- إذا ما كانت المعلومات المتعلقة بفيروس نقص المناعة / الإيدز يتم توفيرها من خلال تكنولوجيا المعلومات والاتصالات فيكون من الضروري توفر:
 - الكهرباء، أجهزة الكمبيوتر المناسبة وملحقاتها والبرامج الموضوعة فيها

بالنسبة للمكتبة

- **مصاريف العمالة** - وهو المال الذي يُدفع للمكتبيين
- **تكلفة المواد المعلوماتية** - فالكثير من المواد تقدم بدون مقابل وقد يتسبب وجود معلومات معينة وباللغة المحلية في تكلفة أعلى
- **الصيانة** - فلا بد من تجديد وتحديث المعلومات بصفة منتظمة
- **مصاريف التدريب** - وذلك لتعريف العاملين بمعلومات عن فيروس نقص المناعة / الإيدز ولكي يظلوا على دراية بأحدث المعلومات.
- **تكلفة التكنولوجيا** - يمكن ان تكون تكنولوجيا المعلومات والاتصالات أداة مفيدة في نشر المعلومات، ولكن

- يجب أن تتوفر في المكتبة الكهرباء، أجهزة الكمبيوتر المناسبة وملحقاتها والبرامج الموضوعه فيها
- كما يتحتم وجود فنيين مهرة لصيانة الأنظمة
- **مصاريف السفر** - وذلك إذا ما حاول المكتبيون الوصول إلى الأشخاص الذين لا يستطيعون القدوم إلى المكتبة بأنفسهم

حواجز مرتبطة بالموارد (نوعية وفعالية المواد المعلوماتية)

- اللغة - من الضروري توفر المواد المعلوماتية باللغات المحلية لأن معظم السكان المتضررين لا يستطيعون غالباً التحدث بأية لغات أخرى
- الشكل - يجب أن يتوافق الشكل الذي تُقدم به مع الثقافة المعلوماتية للقراء
- التحيز - يجب أن تكون الموارد مبنية على الحقائق ومدعمة بالدلائل
- مشاكل مرتبطة بالنشر (محلية، إقليمية...الخ) - يمكن أن يؤدي نقص الموارد والبنية التحتية أو الرقابة السياسية إلى مشاكل متعلقة بنشر المعلومات.
- ساعات العمل - لا بد أن تراعي مشاكل الوصول للناس الأكثر تضرراً. فإذا كانت المكتبة مفتوحة فقط خلال اليوم، فمن الممكن أن يجد الأشخاص الذين يعملون صعوبة للمجيء إليها. وإذا كانت مفتوحة فقط في المساء، فسيكون من الصعوبة للشابات أو الفتيات زيارة المكتبة.

بعد وضع قائمة بالحواجز الأساسية التي تعوق النشر الفعال للمعلومات، يجب أن يكون هناك وقت لعمل مناقشة مفتوحة حول طرق التعامل مع هذه الحواجز وكيفية الحصول على حلول في ظل الموارد المتاحة.

استراحة قهوة (10 دقائق)

الثقافة المعلوماتية - فهم / تفسير المعلومات (ساعة)
بالإضافة إلى الحواجز التي تم التعرف عليها في الجلسة السابقة، فإن النشر الفعال للمعلومات يعتمد بدرجة كبيرة على المعرفة المعلوماتية للأشخاص الذين يُراد الوصول إليهم. ومرة أخرى تعتمد الثقافة المعلوماتية بدرجة كبيرة على عامل الثقافة. فالرسالة التي يقدمها ملصق لفيروس نقص المناعة / الإيدز قد تكون واضحة في نسق ما، ولكنها غير مفهومة في نسق آخر. ومن أجل القيام بعملهم بصورة ناجحة يجب على المكتبيين أن يحلوا بدقة مهارات مستخدميه في تفسير وتقييم المعلومات.

تدريب تفاعلي

ملحوظة للميسر: ستجد في ملحق هذا الدليل مجموعة مختارة من الملصقات، المطبوعات، شرائط فيديو... الخ تتضمن معلومات عن فيروس نقص المناعة / الإيدز ويمكن إنزالها من على شبكة الانترنت. ويجب عرض نموذج لهذه المواد للمشاركين في ورشة العمل.

من أجل استخدام المواد المعلوماتية بطريقة نشطة يجب على المشاركين أن يناقشوا الأسئلة التالية:

- ما هي الرسالة الأساسية لهذه المادة المعلوماتية؟
- كيف ترتبط هذه الرسالة بفيروس نقص المناعة / الإيدز؟
- هل يمكن فهم هذه الرسالة في النسق الثقافي المحلي؟

- إذا كانت الإجابة بلا، فلماذا؟

- ما هو نوع رد الفعل الذي تتوقعه من هذه المادة؟

- هل ستؤثر هذه الرسالة على سلوك الأشخاص؟
- هل تتسم الرسالة التي تحتويها هذه المادة بالتمييز؟
- هل يمكن استخدام هذه المادة في المكتبة؟
- إذا كانت الإجابة "لا" فلماذا؟
- كيف يمكن تطوير / تطويع هذه المادة للنسق المحلي؟

ملحوظة للميسر: اجمع النقاط الرئيسية لهذه المناقشة وهذا النقد على السبورة / الورق القلاب وقدم ملخصاً في نهاية الجلسة.

السياسات والشراكات (50 دقيقة)

تطوير السياسات المتعلقة بفيروس نقص المناعة البشرية / الإيدز

ملحوظة إلى الميسر: إذا ما قررت القيام بورشة العمل في يوم واحد، فلن يكون هناك وقت كاف للمناقشة وإذا ما كان هناك مساحة زمنية أكبر، يمكن استخدام مدونة ممارسات منظمة العمل الدولية (ILO) ص 29 من أجل مناقشة هذه السياسات. إذا لم يكن هناك وقت كاف، فوزع نسخ من المبادئ الرئيسية لمنظمة العمل الدولية وقدم بعض الملحوظات عن أهمية وجود هذه السياسات.

من أجل مقاومة الإحساس بالخزي والتمييز ومن أجل التأكيد على نشر فعال للمعلومات يجب على كل مكتبة أن تقوم بعمل إطار من السياسة المتعلقة بفيروس نقص المناعة البشرية / الإيدز. يجب أن تناقش هذه السياسة العوامل التالية:

- حقوق وموقف العاملين الذين يعانون من فيروس نقص المناعة / الإيدز في مكان العمل.
- المستخدمون الحاملون لفيروس نقص المناعة / الذين يعانون من الإيدز.
- طريقة عرض المواد المتعلقة بفيروس نقص المناعة / الإيدز - توافرها مع الثقافة المعلوماتية للمستخدمين
- طريقة التعامل مع الحواجز التي تعوق توفير المعلومات والوصول إلى السكان الأكثر تضرراً.

الشراكات

ملحوظة إلى الميسر: وزع القائمة السابق إعدادها والتي تتضمن معلومات عن المؤسسات والشركاء المحليين على المشاركين في الورشة. قد يعرف المشاركون مؤسسات وشركاء هامين لم تفكر أنت بهم. أضف أفكارهم إلى القائمة وقم بعمل نسخة محدثة لهذه القائمة واعطها للمشاركين بعد انتهاء ورشة العمل.

ما أهمية بناء شراكات مع القادة والمؤسسات المحلية؟

- للحصول على فهم أفضل للموقف المحلي
- لإمكانية نشر المعلومات من خلال الآخرين
- لمخاطبة الشعور بالخزي والتمييز بصراحة
- للحصول على المساندة المادية والمجتمعية
- لتجنب التكرار

يقوم الميسرون المحليون بملاً استمارة بها قائمة بالأقسام المختلفة.
قائمة الأقسام:

- المدارس والتعليم
- وسائل الإعلام
- المنظمات غير الحكومية
- قادة المجتمع
- المنظمات الدينية
- المنظمات المجتمعية
- منظمات حكومية
- المجموعات المساندة
- المنظمات الدولية
- المنظمات الخيرية
- المنظمات التي تعطي منحاً

ملحوظات ختامية

- معلومات مجهولة الهوية عن المشاركين ويمكن استخدامها كوسيلة لإذابة الجليد. يجب إرسال هذه الأسئلة مسبقاً إلى المشاركين (عندما يوقعون للاشتراك في ورشة العمل) ويجب جمعها قبل بدء ورشة العمل (ص25)
- اختياران إضافيان لإذابة الجليد - إذا لم يكن أي منهما مناسباً للنسق المحلي يمكن إضافة أنشطة أخرى لتعريف المشاركين بموضوع فيروس نقص المناعة / الإيدز ولجعلهم يشعرون بالراحة (ص26)
- يجب أن يُملأ الاختبار الموجز الخاص بفيروس نقص المناعة / الإيدز بواسطة المشاركين قبل أن يتعرفوا على طرق نقل فيروس نقص المناعة (ص27)
- مصادر من الانترنت تتضمن مواد معلوماتية عن فيروس نقص المناعة / الإيدز ويمكن استخدامها للجلسة التفاعلية الخاصة بالثقافة المعلوماتية (ص28)
- مدونة ممارسات منظمة العمل الدولية ILO (ص29)
- مصادر من الانترنت وقراءات إضافية عن فيروس نقص المناعة / الإيدز (ص30-31)

استبيان للمشاركين (يُجمع بدون معرفة الهوية)

أجب فقط على الأسئلة التي تشعر بالراحة تجاهها

نعم / لا	هل تعرف شخصاً يحمل فيروس نقص المناعة؟
نعم / لا	هل تعرف حالتك بالنسبة لفيروس نقص المناعة؟
نعم / لا	هل سبق لك القيام بعمل اختبار للأجسام المضادة لفيروس نقص المناعة؟
نعم / لا	هل تعرف عدد الأشخاص الذين يعملون معك ومصابين بفيروس نقص المناعة؟
نعم / لا	ما هي السياسات التي تتبعها منظمتك / شركتك فيما يتعلق بفيروس نقص المناعة / الإيدز؟
	ماذا يحدث إذا أصبحت أنت نفسك حاملاً لفيروس نقص المناعة؟
نعم / لا	• سأفقد وظيفتي
نعم / لا	• لن أخبر أي شخص
نعم / لا	• هل سيساندني أصدقائي وعائلي؟

تدريبات إذابة الجليد

ملحوظة للميسر: من المهم اختيار تدريب لإذابة الجليد يتوافق مع النسق المحلي. ويمكنك أيضاً استخدام أنشطة أخرى مثل الدراما، السرد القصصي، عمل المجموعات، عرض شريط فيديو إذا ما كانت المجموعة كبيرة العدد.

1- شجرة الكلمات

قم بعمل قائمة من الكلمات المرتبطة بفيروس نقص المناعة / الإيدز، على سبيل المثال القفازات، سوازل الجسم، الحمل، مكان العمل. اسأل المشاركين عما يتبادر إلى ذهنهم عندما يفكرون في هذه الكلمات من خلال نطاق فيروس نقص المناعة والإيدز. اجمع إسهاماتهم على السبورة وحاول أن تضعها في مجموعات وتربط بينهم. يمكن لهذا التدريب الخاص بإذابة الجليد أن يمنح الفرصة لتقديم شروط هامة.

2- قم بعمل رسائل وملصقات خاصة بالوقاية من فيروس نقص المناعة.

تدور ورشة العمل هذه حول نشر المعلومات المتعلقة بفيروس نقص المناعة / الإيدز من خلال المكتبات. اطلب من المشاركين أن يجلسوا معاً في مجموعات من 4 إلى 6 أشخاص. وزع أوراق كبيرة الحجم وأقلام ماركر. سيتاح لكل مجموعة 10 دقائق ليفكروا في رسالة فعالة للوقاية من فيروس نقص المناعة وليصمموا ملصقاً يوضح هذه الرسالة. استخدم العشرين دقيقة الباقية لكي تعرض المجموعات ملصقاتها وتناقشها مع المجموعة الكبرى ككل.

اختبار موجز عن انتقال فيروس نقص المناعة البشرية

لا تقلق: لن تعرض نتائج هذا الاختبار الموجز أمام المجموعة كلها، بل سيعطيك فقط الفرصة للتأكد من معلوماتك قبل التعرف أكثر على فيروس نقص المناعة.

خطأ	صحيح	
		هل من الممكن أن تتعرض لفيروس نقص المناعة من خلال
		القبلات
		الشرب من نفس الكوب
		استخدام نفس فرشاة الأسنان
		الممارسة الجنسية الشرجية فقط
		الممارسة الجنسية الشرجية والمهبلية
		لسعات البعوض
		الرضاعة الطبيعية
		التعرض لدم ملوث
		ما أكثر الأشياء التي تحميك من الإصابة بفيروس نقص المناعة؟
		أخذ حمام بعد الممارسة الجنسية
		حبوب منع الحمل
		استخدام واقي
		أخذ المصل
		نظام غذائي صحي
		ما هي سوائل الجسم التي يمكن أن تصيبك بفيروس نقص المناعة؟
		اللعاب
		الدم
		السوائل المهبلية
		لين الثدي
		السائل المنوي
		الدموع
		البول

مواد معلوماتية عن فيروس نقص المناعة / الإيدز يمكن استخدامها للتدريب التفاعلي عن الثقافة المعلوماتية. **ملحوظة إلى الميسر:** ليس بالضرورة أن يكون كل ملصق ومطبوعة وشريط فيديو في القائمة التالية ملائماً للنسق الثقافي الخاص بك. اختار المواد التي تتوافق مع ظروفك المحلية، وشاهد الفيديو قبل عرضه للمرة الأولى. وإذا كان ممكناً، اجمع بعض المواد المعلوماتية من المجموعات المحلية المساندة والنشطة في مجال فيروس نقص المناعة / إيدز.

ملصقات عن فيروس نقص المناعة / الإيدز

توجد مجموعة من الملصقات عن فيروس نقص المناعة / إيدز على الموقع الإلكتروني الخاص بالمكتبة القومية الطبية بالولايات المتحدة الأمريكية

<http://www.nlm.nih.gov/exhibition/visualculture/safesex.html>

يوجد 625 ملصق عن فيروس نقص المناعة / الإيدز من 44 دولة مختلفة، ويمكن العثور عليهم في قسم التاريخ والمقتنيات الخاصة الموجود بمكتبة Louise M. Darling للطب الإحيائي بجامعة كاليفورنيا بـلوس انجلوس UCLA

<http://digital.library.ucla.edu/aidsposters/>

مطبوعات عن فيروس نقص المناعة / الإيدز

توفر مكتبة Herskovits للدراسات الأفريقية بجامعة Northwestern مجموعة من المطبوعات من أفريقيا والخاصة بالإيدز، وهي متاحة على شبكة الانترنت

<http://www.library.northwestern.edu/africana/aids/exhibit/pamphlets.html>

شرائط فيديو عن فيروس نقص المناعة / الإيدز

عرض قصير موجه إلى الشواذ جنسياً من الرجال الذين لا يحملون فيروس نقص المناعة

<http://www.grandelusion.com/hiv/weissman.html>

مجموعة كبيرة مختارة من أفلام الفيديو عن الإيدز بلغات عديدة ومختلفة

<http://www.aidsvideos.org/>

حملة "البقاء حياً" التي قامت بإنتاجها شبكة الـ MTV وبها عروض مختصرة لفيروس نقص المناعة / الإيدز في الخمسة وعشرين سنة الأخيرة

http://www.staying-alive.org/en/media/other_links/media_player

منظمة العمل الدولية ILO

هناك 10 مبادئ رئيسية لمدونة ممارسات منظمة العمل الدولية بشأن فيروس نقص المناعة البشرية/ نقص المناعة المكتسبة وعالم العمل:

- 1- الاعتراف بفيروس نقص المناعة / الإيدز كقضية من قضايا مكان العمل
- 2- عدم التمييز
- 3- المساواة بين الجنسين
- 4- بيئة العمل الصحية
- 5- الحوار الاجتماعي
- 6- إجراء اختبارات الكشف عن الإصابة بغرض الاستبعاد من العمل أو الالتحاق بالعمل
- 7- مبدأ السرية
- 8- استمرار علاقة العمل
- 9- الوقاية
- 10- الرعاية والدعم

ويمكن العثور على المبادئ الرئيسية العشرة بالتفصيل على الموقع الإلكتروني التالي:

<http://www.ilo.org/public/english/protection/trav/aids/code/tenkeyprins.pdf>

يمكن العثور على مزيد من المعلومات عن مدونة ممارسات منظمة العمل الدولية في العديد من اللغات على :

<http://www.ilo.org/public/english/protection/trav/aids/publ/codelanguage.htm>

معلومات إضافية عن فيروس نقص المناعة / الإيدز

معلومات عامة عن فيروس نقص المناعة / الإيدز

توفر المنظمة الخيرية الدولية AVERT معلومات شاملة عن العديد من العوامل المتعلقة بفيروس نقص المناعة / الإيدز على الموقع الإلكتروني الخاص بها:
<http://www.avert.org/>

الانتشار الدولي للوباء

تنشر الـ UNAIDS سنوياً تحديثاً معرفياً عن انتشار فيروس نقص المناعة / الإيدز
<http://www.unaids.org/en/KnowledgeCentre/HIVData/EpiUpdate/EpiUpdArchive/2007/default.asp>

فيروس نقص المناعة / الإيدز ومكان العمل

يوفر برنامج الأمم المتحدة "فيروس نقص المناعة ومكان العمل" معلومات مفصلة عن العديد من العوامل المتعلقة بفيروس نقص المناعة / الإيدز
<http://unworkplace.unaids.org/>

لقد قامت منظمة العمل الدولية بعمل مدونة ممارسات تتعلق بفيروس نقص المناعة / الإيدز ومكان العمل
<http://www.ilo.org/public/english/protection/trav/aids/publ/code.htm>

الشعور بالخزي والتمييز

توجد نشرة عن التعامل مع الشعور بالخزي والتمييز المرتبط بفيروس نقص المناعة / الإيدز وتصدر عن المركز الدولي للأبحاث عن المرأة ICRW (2006)
http://www.icrw.org/docs/2006_stigmasynthesis.pdf

دور المكتبات في الحرب ضد فيروس نقص المناعة / الإيدز

توجد مقالة بقلم Ellen Forsyth تركز على دور المكتبات العامة للوصول إلى الأهداف الإنمائية الألفية
Forsyth, Ellen, 2005: Public Libraries and the Millennium Development Goals, in: IFLA Journal, 12, 31, 315-323.

يدعو كُتَّاب تقرير إفلا / فايف لعام 2006 إلى وجود مكتبات نشطة من أجل محاربة فيروس نقص المناعة / الإيدز، الفساد والفقير

<http://ifla.org/faife/report/FAIFE-ThemeReport2006.pdf>

إصدارات أخرى

يمكن العثور على إصدارات أخرى تتناول عوامل متعددة خاصة بفيروس نقص المناعة / الإيدز مثل الموقف الحساس الخاص وسهولة تأثر الشباب، النساء والفتيات والسكان المهاجرين، كما توجد أيضاً معلومات عن الصحة الجنسية والإنجابية والوقاية والعلاج على المواقع الالكترونية لمنظمات الـ UNAIDS

www.unaids.org , www.who.org , www.unfpa.org , www.unicef.org