

Envie de partager votre expérience avec d'autres personnes séropositives ? De partager des moments conviviaux et rompre l'isolement ?

Envie de vous informer sur votre santé ?

La Plateforme Prévention Sida est une association de lutte contre le VIH/sida et les IST. Nos projets à l'attention des personnes vivant avec le VIH (PVVIH) visent à :

- proposer des espaces de réflexion et de discussion;
- améliorer la santé des PVVIH;
- améliorer leur bien-être et leur qualité de vie;
- lutter contre la stigmatisation et la discrimination dont elles sont encore victimes aujourd'hui.

— Notre accueil de première ligne —

Un accueil chaleureux de toutes les personnes vivant avec le VIH, avec ou sans rendez-vous deux fois par semaine le mardi de 14h à 16h30 et le jeudi de 10h à 12h (écoute en toute confidentialité, soutien, information, orientation et accompagnement vers les services habilités en cas de besoin). L'accompagnement se fait de manière individuelle par une personne qui elle aussi vit avec le VIH. L'écoute et le soutien que nous proposons est d'ordre psychosocial et inclus également les questions de discrimination. Nous sommes prêts à vous accueillir pour répondre à toutes les questions que vous vous posez.

— Nos activités de groupe —

Découvrez les activités de la Plate-Forme Prévention Sida et choisissez celle qui correspond le plus à vos besoins.

« L'Espace Mandela »

L'Espace Mandela vous propose des activités collectives pour renforcer vos capacités en tant que PVVIH. Ces activités s'adressent aux personnes les plus vulnérables et se font avec d'autres personnes vivants avec le VIH, en vue d'améliorer votre qualité de vie et votre bien-être.

→ **Education nutritionnelle** : moments de rencontre et de convivialité dans le but d'améliorer ou de changer vos habitudes alimentaires à travers des séances d'informations, de découverte de nouveaux produits ou de nouvelles recettes.

→ **Activités culturelles (1 fois par mois)** : sorties culturelles en groupe pour sortir de chez soi et faire de nouvelles rencontres. Le programme des sorties est planifié 1 fois tous les trois mois lors d'une réunion du comité des spectateurs.

→ **Séances de bien-être (1 fois par mois)** : massage et détente du corps par une bénévole professionnelle des soins Ayurveda.

→ **Séjour formation résidentiel (1 fois par an)** : offre aux PVVIH les plus vulnérables la possibilité de se

retrouver dans un lieu dédié aux échanges en toute confidentialité, au partage et au bien-être. D'autres activités sont proposées ponctuellement : marche, atelier d'écriture, etc...

« Actions Plus »

Action Plus est un groupe de réflexion, de communication et d'action sur la séropositivité. Il propose aux PVVIH de s'impliquer dans la réalisation d'outils et d'activités à l'attention des PVVIH, leurs proches et/ou les professionnel·les de la santé.

→ **Demi-journée de réflexion (1 fois par mois)** : pour mettre en œuvre des projets abordant des thématiques choisies sur base des besoins des PVVIH. Lors de ces réunions, les participant·es décident ensemble d'une thématique et travaillent ensuite sur l'élaboration d'outils (enregistrements audio, vidéos, brochures, flyers, etc.).



ESPACE MANDELA

Actions Plus
GROUPE DE COMMUNICATION,
DE RÉFLEXION ET D' ACTIONS
SUR LA SÉROPOSITIVITÉ



— Nos espaces de discussion —

→ **Cafés santé (3 fois par an)** : à destination des PVVIH et des professionnel·les de la santé qui les accompagnent. Ils vous permettent d'améliorer vos connaissances grâce à des séances d'information données par des expert·es. Vous aurez l'occasion de rencontrer des professionnel·les et de poser toutes vos questions. Quelques exemples de thématiques : le bien-être psychologique, le VIH et le vieillissement, etc.

→ **Journée d'étude (1 fois par an)** : s'adresse tant aux professionnel·les de la santé qu'aux PVVIH. Elle a pour but d'approfondir une thématique en lien avec les discriminations envers les PVVIH via des exposées présentés par des expert·es.

— Nos actions pour les professionnel·les —

Pour les professionnel·les travaillant avec les PVVIH, nous vous invitons à nous contacter pour recevoir de l'information sur nos activités ou commander des outils d'information et de sensibilisation.



Intéressé·e par nos activités ?

Envie de nous rejoindre ?

Vous pouvez nous contacter ou prendre rendez-vous du lundi au vendredi, de 9h à 17h30.

- Par téléphone au 02.733.72.99 ou 0484.73.50.81
- Par mail à info@preventionsida.org
- Via notre site www.preventionsida.org

Nous serons ravis de répondre à toutes vos questions et de vous donner plus d'informations.

Adresse : Place de la Vieille Halle aux blés
28/29, 1000 Bruxelles



Activités collectives

pour les personnes vivant avec le VIH

