

MINISTÈ SANTE PIBLIK AK POPILASYON
INITE KÒDINASYON PWOGRAM NASYONAL ALIMANTASYON AK NITRISYON (UCPNANu)
MINISTÈRE DE LA SANTE PUBLIQUE ET DE LA POPULATION
UNITE DE COORDINATION DU PROGRAMME
NATIONAL D'ALIMENTATION ET DE NUTRITION (UCPNANu)

Bonjan abitid nan manje ak liyèn



Remèsiman

Ministè Sante Piblik ak Popilasyon vle remèsye projè FANTA-2/FHI 360 ak USAID pou sipò lajan ak asistans teknik yo bay pou materyel sa-a. Remèsiman espesyal pou manb Gwoup Travay Teknik sou Nitrisyon pou kalite travay yo, angajman yo ak devouman yo. Yo bay anpil konkou nan devlopman gid sou « *Bonjan abitid nan manje ak lijiyèn* ».

Remerciements

Le Ministère de la Santé Publique et de la Population voudrait exprimer ses remerciements à FANTA-2/FHI 360 et USAID pour leur assistance financière et technique. Des remerciements spéciaux vont aux membres du Groupe de Travail Technique de la Nutrition pour leur apport technique, engagement et dévouement. Ils ont beaucoup contribué au développement de la boîte à images « *Bonjan abitid nan manje ak lijiyèn* ».

Sitasyon

Ministère de la Santé Publique et de la Population, Unité de Coordination du Programme National d’Alimentation et de Nutrition (UCPNANu) et Food and Nutrition Technical Assistance II Project (FANTA-2). *Bonjan abitid nan manje ak lijiyèn* – 2010. Port-au-Prince, Haïti.

La réalisation de ce support a été rendue possible grâce au soutien généreux du peuple américain par le biais de USAID/Haïti et l’Office de la Santé, des Maladies infectieuses et de la Nutrition du Bureau de Santé globale de l’Agence des Etats-Unis pour le Développement international (USAID), aux termes de l’Accord Coopératif No. GHN-A-00-08-00001-00, adjugé par le biais du Projet d’Assistance Technique pour l’Alimentation et la Nutrition II (FANTA-2) à FHI 360.

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



USAID | **HAITI**
DU PEUPLE AMERICAIN

FANTA-2
FOOD AND NUTRITION
TECHNICAL ASSISTANCE

fhi360
THE SCIENCE OF IMPROVING LIVES

Prefas

Pou anpil moun k ap viv ak jèm SIDA a, enfeksyon an lakòz malnitrasyon devlope pi fasil lakay yo, oswa vin pi grav si yo te genyen l déjà: swa paske kò yo pa ka jwenn ase nitriman nan manje yo, swa paske kò yo bezwen plis enèji pou goumen ak jèm nan, swa maladi lakòz kò yo pa kapab sèvi ak manje yo byen epitou paske kò yo pèdi bon jan nitriman lè yo gen dyare. Manitrasyon an li menm kapab fè maladi SIDA devlope pi vit sou moun ki enfekte ak jèm SIDA a, epi li fè l vin pi grav etan la p depafini sistèm kò a; konsa nenpòt lòt enfeksyon kapab rantre sou maladi li genyen déjà epi anpeche tretman bay bon jan rezilta.

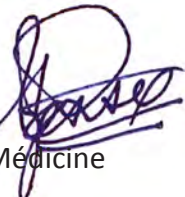
Anpil moun dakò pwogram ki gen entevansyon sou nitrisyon kapab demakònen youn ak lòt malnitrasyon ak jèm SIDA a pandan yap ede sistèm defans kò a, pandan yap fasilite tretman an gen bon jan rezilta dekwa pou moun ki enfekte yo viv pi byen epi kontinye fonksyone nan kominote yo san pwoblèm.

Paske tout moun rekonèt entevansyon sou nitrisyon yo genyen yon wòl enpòtan nan repons konsekan k ap pote nan lit kont maladi SIDA, anpil peyi sou latè tankou AYITI chwazi pou mete tout enfòmasyon ki an rapò avèk nitrisyon nan repons nasyonal kont jèm ak maladi SIDA.

Nan peyi AYITI, maladi SIDA se yon priyorite pou Ministè Sante Piblik ak Popilasyon (MSPP). Depi lane 1996, le MSPP te fè lansman premye plan estratejik nasyonal pou prevansyon ak kontwòl jèm ak maladi SIDA, gouvènman peyi a te pran kokennchen angajman pou lite kont yo toulède avèk kontribisyon epi avèk patisipasyon patnè l yo.

Nan jefò pou amelyore kalite swen pou moun k ap viv ak jèm oswa maladi SIDA, MSPP rekòmande tout moun k ap bay swen pou yo sèvi ak gid sou « *Bonjan abitud nan manje ak lijen* ».

Alex Larsen
Docteur en Médecine
Ministre



Préface

Pour beaucoup de personnes vivant avec le VIH, l'infection engendre ou aggrave la malnutrition à travers une réduction des apports alimentaires, l'accroissement des besoins en énergie ou une mauvaise absorption et perte de nutriments à travers la diarrhée par exemple. La malnutrition à son tour peut accélérer la progression de l'infection au SIDA et aggraver son impact en affaiblissant le système immunitaire, en augmentant la sensibilité aux infections opportunistes et en réduisant l'efficacité du traitement.¹

Il est établi, que les programmes d'intervention alimentaire et nutritionnelle peuvent rompre le cercle vicieux de la malnutrition et du VIH en améliorant la réponse immunitaire, la gestion des symptômes, la réponse au traitement, le statut nutritionnel, la qualité de vie, et la productivité.²

Reconnaissant le rôle important que les interventions alimentaires et nutritionnelles jouent dans la réponse globale de la pandémie du VIH, beaucoup de pays dont Haïti ont opté pour l'intégration des composantes alimentaires et nutritionnelles dans leur réponse nationale.

En Haïti, le SIDA est considéré comme une priorité de santé publique. Le Gouvernement d'Haïti a démontré un grand engagement dans la lutte contre la pandémie du VIH. Un premier Plan Stratégique National pour la Prévention et le Contrôle du VIH et des infections sexuellement transmissibles (IST) a été lancé par le Ministère de la Santé Publique et de la Population (MSPP) en 1996.

Dans le but d'améliorer la qualité des soins offerts aux PVVIH, le Ministère de la Santé Publique et la Population (MSPP) recommande à tous les prestataires l'utilisation de la boîte à images « *Bonjan abitud nan manje ak liyèn* ».

¹ Piwoz E, Preble E (2000). HIV/AIDS and nutrition: a review of the literature and recommendations for nutritional care and support in sub-Saharan Africa. United States Agency for Development.

² Abrams, DI. 2000. "Potential Interventions for HIV/AIDS Wasting: An Overview." Journal of Acquired Immune Deficiency Syndrome 25: S74-S80. Castleman, TJ, Seumo-Fosso, E, and Cogill, B. 2004. "Food and Nutrition Implications of Antiretroviral Therapy in Resource Limited Settings." Technical Note No. 7. Washington, D.C.: Food and Nutrition Technical Assistance (FANTA) Project, C I Loc.

Sa ki nan liv la

TÈM A : Sa ou dwe konnen sou nitrisyon, VIH ak tibèkiloz **6**

Ou bezwen divès kalite manje pou rete an sante.....	8
Manje divès kalite manje chak fwa w ap manje.....	10
Manje divès kalite manje ki bon pou sante w pou ka kenbe gwosè w.....	12

TÈM B : Rapò nitrisyon genyen ak VIH, ak tibèkiloz **14**

Ki rapò nitrisyon genyen ak VIH, ak tibèkiloz?	16
Manje byen epi anvi viv	18
Kondisyon pou manje byen	20
Sekirite alimentè: Fè jan w kapab pou tout kòt fanmi an rive manje mezi vant yo	22

TÈM C : Bezwen manje espesyal pou PVVIH yo ak moun ki fè tibèkiloz **24**

Pran yon ti goutte	26
Bwè anpil likid	28
Kontinye manje ak bwè pou ka gen apeti.....	30
Evite manje twòp grès.....	32

TÈM D : Swiv yon bon rejim alimantè epi ale nan Sant Sante pou konbat maladi **34**

Manje manje ki gen anpil fè ak vitamin A	36
Kouri al pran swen pou tretman tibèkiloz	38
Chèche tretman si w ta gen enfekson nan bouch	40
Chèche tretman si w ta gen kè plen ak vomisman	42
Chèche tretman si w ta gen dyare.....	44

TÈM E : Bonjan swen ak soutyen nitrisyon pou PVVIH yo **46**

Al nan sant sante san mank chak fwa lè a rive	48
Manje byen dekwa pou tretman ARV w ap swiv la bay pi bon rezilta.....	50
Detann ou epi pran bonjan repo si w gen VIH ak/oubyen tibèkiloz	52

TÈM F: Konsèy sou pwòpte nan manje, nan kò w ak nan lantouraj kote w ap viv la **54**

Sèvi ak dlo trete	56
Kenbe lantouraj kote w ap viv la pwòp	58
Veye pou manje w prepare nan bonjan kondisyon liyèn	60
Kenbe kò w pwòp	62

TÈM G : Konsèy pou mennen lavi w kòmsadwa **64**

Toujou bay kò w mouvman.....	66
Devlope bonjan abidid pou sante w	68
Evite estrès ak pwoblèm	70
Toujou kenbe bonjan komunikasyon ak patnè w.....	72
Pa rete pou kont ou	74
Manje ak yon moun ki enfekte, bwè avè l, oswa manyen li, pa ka fè w trape SIDA	76

TÈM H : Bay tibebe a tete ak lòt manje ki pou kenbe l **78**

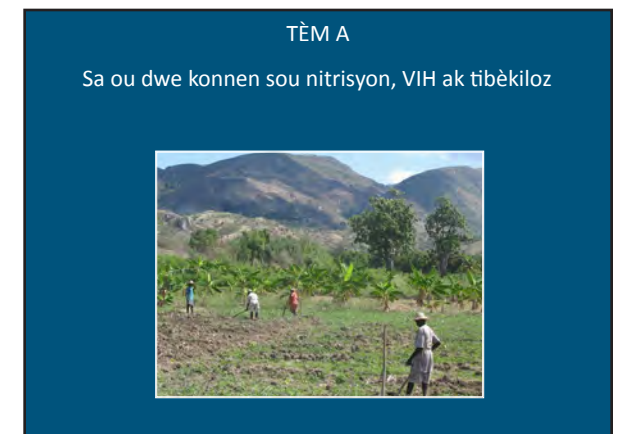
Manman, bay tibebe a tete sèlman depi l fèt rive 6 mwa	80
Manman, rive 6 mwa, kontinye bay tete epi ajoute lòt manje ki pou kenbe l	82
Devlope bonjan abidid pou sante w ak sante tibebe a	84
Manman, si w ansent oubyen w ap bay tete, manje manje ki bay anpil fòs, ki gen pwoteyin, vitamin ak minewo.....	86

TÈM A

Sa ou dwe konnen sou nitrisyon, VIH ak tibèkiloz

Nan seksyon sa a:

- Ou bezwen divès kalite manje pou rete an sante
- Manje divès kalite manje chak fwa w ap manje
- Manje divès kalite manje ki bon pou sante w pou ka kenbe gwosè w



TÈM A

Sa ou dwe konnen sou nitrasyon, VIH ak tibèkiloz



TÈM A

Ou bezwen divès kalite manje pou rete an sante

K: Ki kalite manje ou wè nan imaj sa yo ?

K: Ki kalite manje ou manje ?

K: Pou kisa li enpòtan pou manje divès kalite manje ?

R: Manje anpil kalite manje pwoteje kò a tout jan.

R: Chak lè w ap manje, toujou mete twa kalite manje yo

R: Okenn kalite manje sa yo pa kont pou tèt pa yo. Fòk ou marye yo youn ak lòt.

K: Ki avantaj chak gwoup manje sa yo genyen ?

R: **Manje ki bay fòs** (diri, mayi, pitimi, bannann, lwil, bè, pistach, manba, sik ak siwo)

- Yo bay kò a fòs pou l ka byen fonksyone

R: **Manje ki konstwi kò** (vyann, poul, pwason, akamil, ze, lèt, pwa ak lòt ankò)

- Yo ede chè ak zo yo devlope
- Yo ede reprann gwosè
- Yo ranfòse sistèm defans kò a
- Yo bay san an pi plis globil blan ak globil wouj

R: **Manje ki pwoteje kò** (mango, melon, fèy vèt, zepina, tomat, chou)

- Yo ede kò a pwoteje tèt li
- Yo bay manje bon gou



TÈM A

Ou bezwen divès kalite manje pou rete an sante

Manje ki pwoteje kò



Manje ki konstwi kò



Manje ki bay fòs



TÈM A

Manje divès kalite manje chak fwa w ap manje

K : Kijan ou wè manje yo marye nan imaj sa yo ?

R : Chak imaj gen pou pi piti twa gwoup manje (sa ki bay fòs, sa ki konstwi, ak sa ki pwoteje kò)

K : Konbyen fwa ou manje pa jou ?

K : Ki kalite manje ou pran nan maten, a midi epi aswè ?

K : Kilès nan plat manje sa yo ou pi pito ?

K : Kisa w te ka fè depi koulye a rive pwochen seyans lan pou w ka manje pi plis kalite manje?

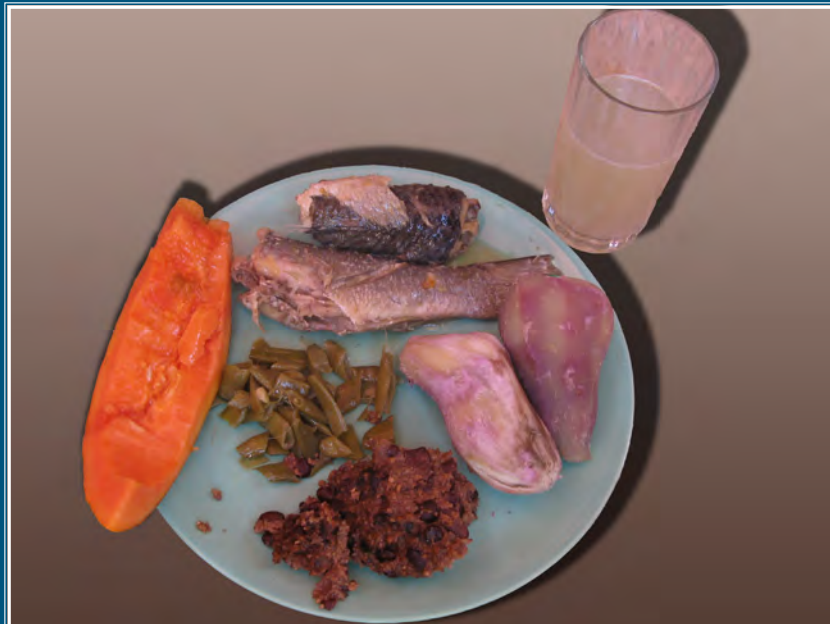
Anplis konsey sou nitrisyon nou sot bay yo, ede kliyan an chwazi youn oswa de ti bagay ki pi fasil pou l fè

- Bwè likid ki bon pou sante w chak lè w ap manje epi pandan tout jounen an
- Manje pou pi piti yon pòsyon manje ki bay fòs, ki konstwi kò epi ki pwoteje kò a chak lè w ap manje
- Manje de fwa pa jou tan pou manje yon fwa
- Manje twa fwa pa jou tan pou manje de fwa
- Manje twa fwa pa jou ak yon ti goute nan mitan repa yo



TÈM A

Manje divès kalite manje chak fwa w ap manje



TÈM A

Manje divès kalite manje ki bon pou sante w pou ka kenbe gwose w

K : Kisa ou wè nan imaj sa yo?

K : Poukisa moun k ap viv ak VIH/Sida oubyen ki gen tibèkiloz bezwen pi plis manje ?

R : VIH/Sida ak tibèkiloz mande kò a pi plis fòs, vitamin ak sèl minewo. PVVIH yo ak moun ki gen tibèkiloz, gen plis chans pou soufri malnitrisyon paske kò yo mande plis fòs, yo manke apeti, epitou maladi masil pou rantre sou yo.

K : Kisa bonjan manje ki byen balanse gen pou wè ak gwose w?

R : Byen manje nesese pou kenbe gwose w epi li ba w plis fòs. Sa ede w reprann gwose ou pèdi lè ou malad

K : Kisa ou wè ou ka fè koulè a rive pwochen seyans la pou kenbe yon gwose nòmal?

Ede kliyan an chwazi youn oswa de bagay ki pi fasil pou l fè

- Manje de fwa pa jou tan pou manje yon fwa.
- Manje twa fwa pa jou tan pou manje de fwa.
- Manje twa fwa pa jou ak yon ti goute nan mitan repa yo.
- Manje pi plis.
- Pran pwa w sou balans pou w ka kontwole gwose w.

TÈM A

Manje divès kalite manje ki bon pou sante w pou ka kenbe gwose w

Manje byen si w ap viv ak VIH la nan san w ...



...pou w ka kenbe gwose w

TÈM A

Manje divès kalite manje ki bon pou sante w pou ka kenbe gwosè w

Menm si w ap viv ak VIH la nan san w...



...manje byen pou w ka kenbe gwosè w

TÈM B

Rapò nitrisyon genyen ak VIH, ak tibèkilo?

Nan seksyon sa a:

- Ki rapò nitrisyon genyen ak VIH, ak tibèkilo?
- Manje byen epi anvi viv
- Kondisyon pou manje byen
- Sekirite alimentè: Fè jan w kapab pou tout kòt fanmi an rive manje mezi vant yo

TÈM B

Rapò nitrisyon genyen ak VIH, aktibèkilo?



TÈM B

Rapò nitrisyon genyen ak VIH, ak tibèkilo?



TÈM B

Ki rapò nitrisyon genyen ak VIH, ak tibèkiloz?

K: Kisa ou wè nan imaj sa yo?

K: Dapre lide pa w, ki rapò malnitrisyon genyen ak yon sistèm defans kò ki fèb, enfeksyon k ap rantre pi fasil sou kò a, epitou bezwen manje pi plis?

Ede kliyan an konprann ki rapò malnitrisyon genyen avèk yon sistèm defans kò ki fèb, enfeksyon yo ki aji pi fasil sou kò a epitou yon bezwen manje ki pi plis toujou.

R: **Malnitrisyon** lakòz pèdi gwozè, feblès, fatig epi mank vitamin ak minewo. Sa ka fè sistèm defans kò a vin febli.

Yon sistèm defans ki fèb kapab bese kapasite kò a pou l konbat VIH la, tibèkiloz ak lòt enfeksyon. Sa vin fè enfeksyon yo aji pi fasil.

Bezwen bon kalite manje: VIH la ak/oubyen tibèkiloz mande kò a pi plis fòs pou l fonksyone. Dyare kapab fè w pèdi anpil bon eleman nan sa kò a bezwen. Lè w pa gen apeti w ap manje mwens, sa vin bay malnitrisyon.

Enfeksyon yo k ap aji pi fasil sou kò a (dyare, tibèkiloz, grip) lakòz VIH la ap vale teren. Lè VIH ak tibèkiloz ap devlope sou yon moun sa ka fè l pèdi apeti. Tout sa fè moun nan bezwen bon kalite manje.



TÈM B

Ki rapò nitrisyon genyen ak VIH, ak tibèkiloz?

Enfeksyon aji pi fasil sou kò a toujou



Malnitrisyon



Bezwen bon kalite manje



Sistèm defans kò a k ap febli



TÈM B

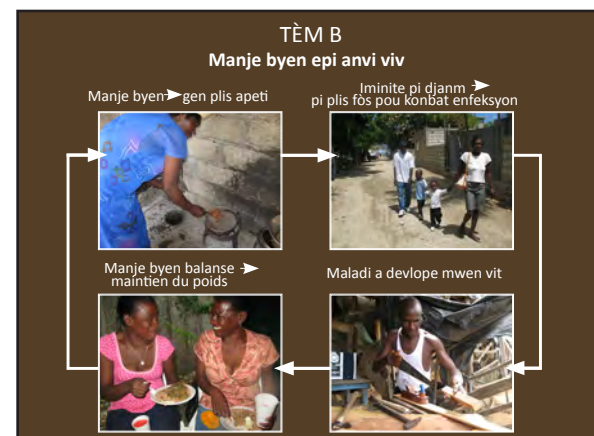
Manje byen epi anvi viv

K: Kisa nou wè nan imaj sa yo?

K: Dapre ou, kijan byen manje kapab ede w gen anvi viv ?

Ede kliyan an konprann lè l manje byen epi l anvi viv, ki rapò sa genyen ak kapasite pou l travay byen, gen yon bon sistèm defans epi maladi pa devlope vit.

R: **Manje byen** ede kenbe gwosè ak fòs epitou ranplase vitamin ak minewo ki pèdi nan maladi. Sa fè sistèm defans kò a pi byen fonksyone. **Lè sistèm defans la pi djanm** kò a vin plis kapab defann tèt li kont enfeksyon maladi a koze tankou dyare, grip ak tibèkiloz. Sa fè VIH la devlope mwenn vit. **Lè VIH pa devlope vit** sa ede tretman an pase pi byen epitou mwens tan ak lajan depanse pou jwenn swen sante. Sa ede PVVIH yo bay kò yo plis mouvman, okipe tèt yo ak fanmi yo epi **satisfè bezwen manje yo**. **Lè bouch ou bon** sa vin fè w **satisfè bezwen manje w** epitou ou **gen yon bon nitrisyon**.



TÈM B

Manje byen epi anvi viv

Manje byen → gen plis apeti



Sistèm defans kò pi djanm →
pi plis fòs pou konbat enfeksyon



Manje byen balanse →
kenbe gwosè kò a



Maladi pa devlope vit



TÈM B

Kondisyon pou manje byen

K: Kisa ou wè nan imaj sa yo ?

K: Kisa ki anpeche w manje byen?

Ede kliyan an chèche pwoblèm yo. Si kliyan an mal pou jwenn yo, ou ka toujou ba l kèk lide pami sa ki prezante la yo.

K: Kisa w ap fè, depi koulye a rive pwochen seyans lan pou lite kont pwoblèm ki anpeche w manje byen?

Ede kliyan an chwazi youn oswa de ti bagay ki pi fasil pou l fè dapre pwoblèm nou jwenn.

Manke tan pou prepare manje

- Kite pwa chèch yo tranpe tout nwit la
- Marye plizyè manje nan yon sèl plat.
- Chèche pataje responsablite fè manje a ak yon lòt moun.

Manke kòb pou achte manje yo

- Achte manje ki bay fòs mezi mwayen w (tankou pistach ak pwa).
- Fè elvaj poul oubyen lapen.
- Kòmanse fè yon jaden lakay ou oubyen ak lòt moun.
- Chèche jwenn manje nan òganizasyon charite yo.

Manje yo rekòmande m yo mwen pa ka jwenn yo tout tan, yo gen sezon yo.

- Eseye plante yo nan jaden fanmi an oubyen nan jaden kominote a.
- Jwenn lòt manje ki menm jan pou ranplase yo.
- Fè rezèv manje apre rekòt.

Manke fòs pou al achte epi pou fè manje a

- Mande èd bò kot moun nan fanmi an, nan men gwoup benevòl, asosyasyon PVVIH yo, asistan sosyal ak konseye kominotè yo.

Bon manje yo rekòmande yo se yo nou vann tan pou n manje yo

- Pale ak moun k ap viv avè w la epi lòt moun nan fanmi an : pito nou manje bon manje pou evite maladi olye pou n vann manje yo.



TÈM B

Kondisyon pou manje byen



TÈM B

Sekirite alimantè : fè jan w kapab pou tout kòt fanmi an rive manje mezi vant yo

K: Kisa ou wè nan imaj sa yo?

K: Kisa w ap fè, depi koulye a rive pwochen seyans lan pou asire gen manje pou bay tout fanmi an selon bez-wen yo? Ede kliyan an jwenn pwoblèm li genyen.

K: Kisa w pral fè sòti koulye a rive nan pwochen seyans lan pou asire gen manje pou bay tout fanmi an selon bez-wen yo?

Ede kliyan an chwazi youn oubyen de ti bagay ki pi fasil pou l fè :

- Patisipe nan mennen yon aktivite ki bay lajan.
- Pran enfòmasyon sou rezo sosyal sekirite alimentè andedan kominote a.
- Fè pwovizyon manje ak kilti ki donnen tout sezon.
- Rebalanse depans ou pou sa achte plis manje ki bon pou sante w.
- Fè yon jaden legim oubyen kòmanse fè elvaj zannimo (poul, lapen, kabrit, elatrye).
- Manje ak kòt fanmi an, ak zanmi, oswa ak lòt PVVIH yo.
- Mande enfòmasyon sou enstitisyon k ap bay èd.



TÈM B

**Sekirite alimantè : fè jan w kapab pou tout kòt fanmi an
rive manje mezi vant yo**



TÈM C

Bezwen manje espesyal pou PVVIH yo ak moun ki fè tibèkiloz

Nan seksyon sa a:

- Pran yon ti goute
- Bwè anpil likid
- Kontinye manje ak bwè pou ka fè apeti w vini
- Evite manje twòp grès



TÈM C

Bezwen manje espesyal pou PVVIH yo ak moun ki fè tibèkiloz



TÈM C

Pran yon ti goute

K : Kisa ou wè nan imaj sa yo?

K : Ki manje ki pwoteje kò ou wè nan imaj yo (Ekz: fwi ak legim)?

K : Ki manje ki bay fòs ou wè nan imaj yo (Ekz: manje ki gen farin)?

K : Ki manje ki konstwi kò ou wè nan imaj yo (Ekz: vyann ak lòt ankò)?

K : Ki likid ou wè nan imaj yo?

K : Kisa sa vle di yon goute?

R: Yon goute se yon ti manje moun nan pase lan bouch li ant manje maten ak manje midi epi ant manje midi ak manje answè

K : Ki kalite goute ou pito ? Ki kalite goute ou ka jwenn?

K : Kisa w ap fè, depi koulye a rive pwochen seyans lan pou w manje yon ti goute

Ede kliyan an chwazi youn oubyen de ti bagay ki pi fasil pou l fè:

- Pran yon goute chak jou.
- Pran yon goute lematen ak apre midi, nan mitan chak repa yo.
- Bwè ji oubyen lòt likid ki remanbre oswa manje yon ti goute nan plas yon repa konplè si mwen malad e mwen pa grangou.
- Pran chak goute byen balanse (ki genyen pwoteyin, ki bay fòs, ki pwotege kò) pou ka gen yon bon nitrisyon.



TÈM C

Pran yon ti goute



TÈM C

Bwè anpil likid

K : Kisa ou wè nan imaj sa yo?

K : Kisa ou abitye bwè (toulejou)?

K : Ki likid ou pito?

K : Ki likid ou kapab jwenn pou bwè?

K : Kisa sa w jwenn nan bwè anpil likid nan mitan manje yo?

R : Lè w bwè dlo trete, bouyon ak ji fwi, sa ede kò a rete an sante.

K : Kisa ou ka fè sòti koulye a rive pwochen seyans lan pou asire ou bwè kantite likid ou bezwen an?

Ede kliyan an chwazi youn oubyen de ti bagay ki pi fasil pou l fè:

- Bwè nan mitan manje yo, apre manje, ak goute.
- Bwè pou pi piti 8 vè (2 lit) dlo trete chak jou.
- Bwè dlo trete pandan tout jounen an.
- Pa bwè anpil te ak kafe.



TÈM C

Bwè anpil likid



TÈM C

Kontinye manje ak bwè pou ka gen apeti

K : Kisa ou wè nan imaj sa yo?

K : Pou kisa yon moun dwe manje ak bwè lè l malad menm si li pa grangou?

R: Fòk ou manje pou kenbe yon bon nitrisyon. Ou toujou bezwen manje, menm lè w santi kò w ak bouch ou pa bon ditou.

K : Kisa ou ka fè sòti koulye a rive pwochen seyans lan pou kontinye manje menn lè w pa gen apeti ?

R: Pran ti kantite manje 5 a 6 fwa pa jou oubyen chak 2 zèdtan epi varye manje yo; manje pa egzanp bannann kraze oswa pire pòm detè (se manje ki fasil pou vale); bwè labouyi anrichi ak farin soja oubyen manba pou l bay plis fòs; rache vyann yo, poul yo, oubyen koupe yo ti mòso pou ka manje l pi fasil.

K : Kisa ou ka fè sòti koulye a rive pwochen seyans lan pou gen apeti ?

Ede kliyan an chwazi youn oubyen de ti bagay ki pi fasil pou l fè:

- Pa bwè alkòl, pa fimèn, sa ap fè w pèdi apeti
- Manje bagay ou renmen.
- Bwè anpil dlo, lèt, lèt kaye, soup, oubyen ji pandan tout jounen an.
- Fè egzèsis ak kò w, al pwonmnen, plen poumon w ak lè fre, respire pou ka eksite apeti w.
- Manje ansanm ak fanmi w, evite manje pou kò w.



TÈM C

Kontinye manje ak bwè pou ka fè apeti w vini



TÈM C

Evite manje twòp grès

K : Kisa ou wè nan imaj sa yo?

K : Kisa k ka rive w lè w manje twòp grès?

R: Grès bay bon gou men twòp pa bon pou sante w. Manje ki gen anpil grès tankou fritay, yo plen vant men yo pa pote kalori ak lòt bagay ki bon pou sante w.

K : Ki rapò manje twòp grès genyen ak maladi?

R: Gwo vant (obezite) se yon maladi grav ki sòti nan manje twòp grès ak sik epi ki bay maladi sik (dyabèt). Pou PVVIH yo ki sou tretman ARV, san lan venn yo konn bloke akòz twòp grès yo manje (lipid ogmante ak kolestewòl).

K : Kisa ou ka fè sòti koulye a rive pwochen seyans lan pou manje mwens grès ?

Ede kliyan an chwazi youn oubyen de ti bagay ki fasil pou l fè:

- Mete mwens lwil nan manje a.
- Evite manje ki pa bon pou sante w.



TÈM C

Evite manje twòp grès



TÈM D

Swiv yon bon rejim alimantè epi ale nan Sant Sante pou konbat maladi

Nan seksyon sa a:

- Manje manje ki gen anpil fè ak vitamin A
- Kouri al pran swen pou trete tibèkiloz
- Chèche tretman si w ta gen enfekson nan bouch
- Chèche tretman si w ta gen kè plen ak vomisman
- Chèche tretman si w ta gen dyare



TÈM D

**Swiv yon bon rejim alimantè epi ale nan Sant Sante
pou konbat maladi**

Swiv yon bon rejim alimantè epi ale nan Sant Sante pou konbat maladi



TÈM D

Manje manje ki gen anpil fè ak vitamin A

K : Poukisa anemi se yon pwoblèm?

R: Pou yon PVVIH ki fè anemi, maladi SIDA a ka devlope sou li pi rapid. Anemi pandan gwosès ka pwovoke akouch-man anvan lè epi tibebe a ka fèt twò piti.

K : Eske gen manje espesyal ou ka manje lè w santi w fèb epi w fatige?

K : Ki manje ou wè nan imaj sa yo?

K : Kilès lan manje sa yo ou ka jwenn pou w manje?

K : Kisa ou ka fè sòti koulye a rive pwochen seyans lan pou evite anemi antre sou ou ?

Ede kliyan an chwazi youn oubyen de ti bagay ki pi fasil pou l fè:

- Manje pwason, vyann, fwa ak ze; yo gen anpil fè pou ede kò a reprann fòs epi yo gen anpil pwoteyin pou ede konstwi kò a.
_____ De fwa pa semèn _____ Twa fwa pa semèn
- Lè w fin manje, manje fwi tankou zoranj, mango ak sitwon pou ede kò a ranmase tout fè li kapab pran nan manje ki gen anpil fè ak vitamin A.
- Manje fèy legim vèt tankou zepina, lanman, lyann panyen, benzoliv ak kreson, tankou tou pòmètè ak joumou.
- Si w se yon jènfi, yon fanm ansent oswa yon nouris, ou bezwen plis fè ak asid folik; ale chèche yo nan san sante.
- Pran medikaman k ap ede w lite kont vè yon fwa chak 4 oubyen 6 mwa.
- Kouri al pran swen kont palidis epi dòmi anba yon moustikè ki gen pwodui pou kwape moustik.



TÈM D

Manje manje ki gen anpil fè ak vitamin A



TÈM D

Kouri al pran swen pou trete tibèkiloz

K : Kisa ou wè nan imaj sa yo?

K : Kouman w santi w lè w gen tibèkiloz?

R : Men siy maladi tibèkiloz : swe lannwit, lafyèv, yon tous ki pa ka rete, w ap pèdi pwa oubyen feblès. Kouri al pran swen san pèdi tan si w gen youn oubyen plis nan siy sa yo.

K : Ki tretman tibèkiloz ?

R: Tretman tibèkiloz dire 6 mwa. Fòk malad la pran medikaman yo chak jou pandan 6 mwa sa yo. Si l pa pran medi-kaman yo kòmsadwa, li riske rechite oswa devlope yon rezistans ak tretman an, epitou kontaminen lòt moun nan fanmi an.

K : Ki rapò tibèkiloz genyen ak nitrisyon?

R: Tibèkiloz fè kò a mande pi plis manje. Kèk medikaman kont tibèkiloz fè kò a mande pi plis eleman ki pou ede l. Eleman sa yo w ap jwenn yo nan melon, nwa, zaboka, pwa, tout sereyal yo, pwason, vyann ak poul.



TÈM D

Kouri al pran swen pou trete tibèkilo



TÈM D

Chèche tretman si w ta gen enfeksyon nan bouch

K : Kisa ou wè nan imaj sa yo?

K : Kisa yo rele enfeksyon nan bouch?

K : Kouman pou trete bouch k ap senyen?

K : Kijan pou manje plis epi bwè pi fasil lè bouch ou blese?

K : Kisa ou ka fè, sòti koulye a rive pwochen seyans lan pou pèmèt ou manje pi fasil lè bouch ou ap senyen?

Ede kliyan an chwazi youn oubyen de ti bagay ki pi fasil pou l fè:

- Manje manje demi likid, ki kraze oubyen ki fonn nan bouch tankou zaboka, milton, papay, bannann kraze, lèt kaye , bouy-on legim, espageti ak manje ki rache.
- Fè dekwa pou manje w ap manje yo plis likid oswa mou.
- Bwè likid fre, soup, ji fwi, bouyon legim oubyen manje fwi yo.
- Rense bouch la ak dlo sale oubyen dlo ki gen yon ti priz bikabonat (1 ti kiyè sèl oswa bikabonat nan yon tas dlo).
- Eseye manje malgre enfeksyon nan bouch la.
- Evite manje manje ki gen twòp epis epi ki pike.
- Pase sou po bouch ou lwil, vazlin, oswa magarin plizyè fwa nan jounen an.



TÈM D

Chèche tretman si w ta gen enfekson nan bouch



TÈM D

Chèche tretman si w ta gen kè plen ak vomisman

K : Kisa ou wè nan imaj sa yo?

K : Pwochen fwa ou ta souffri kè plen ak vomisman, kisa w ap fè pou kontwole pwoblèm nan?

Ede kliyan an chwazi youn oubyen de ti bagay ki pi fasil pou l fè:

- Chita pou manje epi tann trant minit pou pipiti avan w al kouche.
- Bwè likid nan mitan repa yo.
- Evite pare manje ou menm (sant manje a pandan w ap fè l la ka koupe apeti w epi ba w plis kè plen).
- Bwè ti kantite dlo, soup oubyen tizàn abaz epis.
- Manje manje demi likid epi tounen nan manje solid depi vomisman an sispann.
- Respire po zoranj fre oubyen po sitwon; ou ka bwè yon ji sitwon ak dlo cho oubyen ankò yon tizàn abaz plant oswa jenjanm.
- Manje pen griye, biswit sèk, bannann ak patat boukannen, kasav.
- Al wè doktè, miss oubyen al nan sant sante avan w pran medikaman pou vomisman si ou ta gen bezwen.



TÈM D

Chèche tretman si w ta gen kè plen ak vomisman



TÈM D

Chèche tretman si w ta gen dyare

K: Kisa ou wè nan imaj sa yo?

K: Poukisa ka a grav si w sispann bwè likid lè w gen dyare?

R: Dyare se gwo danje pase l fè kò a pèdi anpil dlo, sa vin fè moun nan dezidrate.

K: Kisa pou w fè lè w gen dyare?

R: Depi dyare a kòmanse fòk moun nan bwè pi plis likid pase sa l abitye bwè. Fòk li kontinye manje ak bwè nòmalman. Li dwe pran sewòm oral pou evite l dezidrate. Lave men w ak dlo ak savon anvan ak apre ou manje epitou lè w sòti nan latrin. Konsilte doktè, enfimyè oubyen yon ajan sante avan ou pran yon medikaman kont dyare a.

K: Pwochen fwa ou gen dyare kisa w pral fè si w mal pou manje ak bwè?

Ede kliyan an chwazi youn oubyen de ti bagay ki pi fasil pou l fè:

- Bwè apeprè 2 lit likid chak jou.
- Bwè dlo diri.
- Manje labouyi , sereyal oubyen pòm detè
- Manje legim (militon, kawòt) epi bouyon legim pou ranplase enpe nan mine-wo ou pèdi yo.
- Kale epi kwit legim ak fwi yo yon jan pou kò a kapab tolere yo pi byen.



TÈM D

Chèche tretman si w ta gen dyare



TÈM E

Bonjan swen ak soutyen nitrisyon pou PVVIH yo

Nan seksyon sa a:

- Al nan sant sante san mank chak fwa lè a rive
- Manje byen dekwa pou tretman ARV w ap swiv la bay pi bon rezilta
- Detann ou epi pran bonjan repo si w gen VIH ak/oubyen tibèkiloz

TÈM E

Bonjan swen ak soutyen nitrisyon pou PVVIH yo



TÈM E

Bonjan swen ak soutyen nitrasyon pou PVVIH yo



TÈM E

Al nan sant sante san mank chak fwa lè a rive

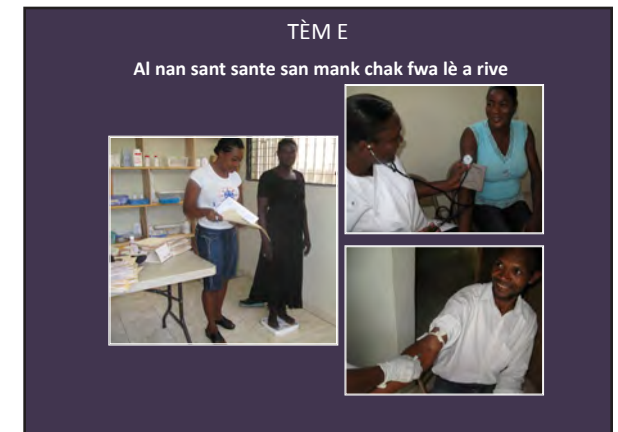
K: Kisa ou wè nan imaj sa yo?

K : Kisa w ka fè pou benefisye swen sante?

K : Kisa ou ka fè sòti koulye a rive pwochen seyans lan pou ka pi byen benefisye swen sante?

Ede kliyan an chwazi youn oubyen de ti bagay ki pi fasil pou l fè:

- Al pran swen san pèdi tan (pa kite 2 jou pase) depi w santi kò w pa bon oubyen ou santi w fèb.
- Fè pran pwa w pou kontwole gwosè w.
- Fè yo konsilte w pou detekte maladi epi trete yo dekwa pou pa sibi vye konsekans.
- Fè yo kontwole CD4 ou (chaj viral) pou pi piti yon fwa chak 6 mwa.
- Pran sèvis medikal yo ofri yo tankou tretman ARV, tretman pou tibèkiloz, vant fè mal, palidis ak anemi epitou pran sipleman vitamin ak minewo yo.
- Mande fanmi w oubyen zanmi w akonpayen w nan sant sante a.



TÈM E

Al nan sant sante san mank chak fwa lè a rive



TÈM E

Manje byen dekwa pou tretman ARV w ap swiv la bay pi bon rezilta

K: Kisa ou wè nan imaj sa yo?

K : Ki rapò ARV yo genyen ak malnitrisyon?

R: ARV yo ak nitrisyon gen antre-sòti ki kapab aji sou efikasite tretman an. Gen ARV yo pran san manje ni bwè, gen lòt se avèk manje oswa likid epi gen lòt ankò se avèk ou san manje. Byen manje ka ede tretman an fèt pi byen, sa ka ede sitiyasyon nitrisyonèl ak efikasite medikaman yo.

K: Kisa ou ka fè sòti koulye a rive pwochen seyans lan pou w jwenn pi bon rezilta ak tretman ARV w ap swiv la?

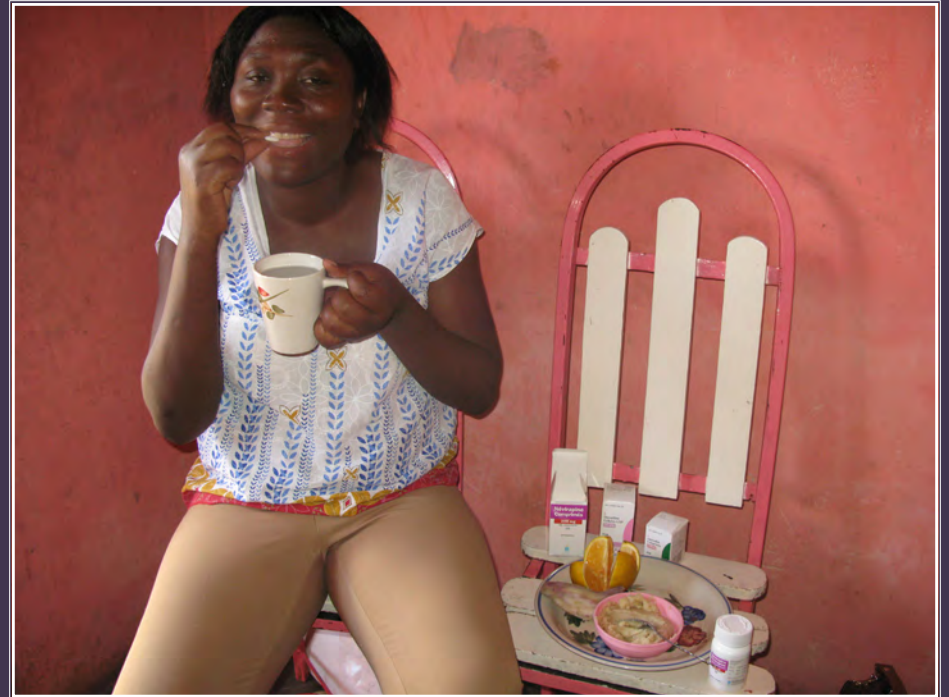
Ede kliyan an chwazi youn oubyen de ti bagay ki pi fasil pou l fè:

- Toujou pran ARV w yo san mank.
- Mande moun k ap ba w sèvis yo enfòmasyon byen klè sou ki lè epi chak konbyen tan ou dwe pran medikaman yo. Swiv sa yo di w la san mank.
- Mande moun k ap ba w sèvis yo enfòmasyon byen klè pou w ka byen konprann kilès nan ARV yo ou dwe pran san manje ni bwè, kilès ladan yo pou pran ak manje oubyen likid, epi kilès ankò pou pran avèk ou san manje.



TÈM E

Manje byen dekwa pou tretman ARV w ap swiv la bay pi bon rezilta



TÈM E

Detann ou epi pran bonjan repo si w gen VIH ak/oubyen tibèkiloz

K : Kisa ou wè nan imaj sa yo?

K : Kisa w fè lè w p ap travay?

K : Palemde aktivite w ap mennen chak jou.

K : Kilè ki pi bon moman pou w repoze w?

K : Kisa ou ka fè sòti koulye a rive pwochen seyans lan pou w detann ou epi pran bonjan repo ?

Ede kliyan an chwazi youn oubyen de ti bagay ki pi fasil pou l fè:

- Repoze w depi w santi fatig.
- Dòmi pou pi piti 8 èdtan chak jou.
- Fè bagay ou renmen fè (jwe kat oswa domino, koute mizik, li jounal, li liv, bay blog ak zanmi w).
- Mande yo ede w fè travay nan kay la.
- Aksepte èd lè yo ofri w.

TÈM E

Detann ou epi pran bonjan repo si
w gen VIH ak/oubyen tibèkiloz



TÈM E

**Detann ou epi pran bonjan repo si
w gen VIH ak/oubyen tibèkiloz**



TÈM F

Konsèy sou pwòpte nan manje, nan kò w ak nan lantouraj kote w ap viv la

Nan seksyon sa a:

- Sèvi ak dlo trete
- Kenbe lantouraj kote w ap viv la
- Veye pou manje w prepare nan bonjan kondisyon liyèn
- Kenbe kò w pwòp

TÈM F

Konsèy sou pwòpte nan manje, nan kò w ak nan lantouraj kote w ap viv la



TÈM F

Konsèy sou pwòpte nan manje, nan kò w ak nan
lantouraj kote w ap viv la



TÈM F

Sèvi ak dlo trete

K : Kisa ou wè nan imaj sa yo?

K : Kote dlo w ap sèvi a sòti?

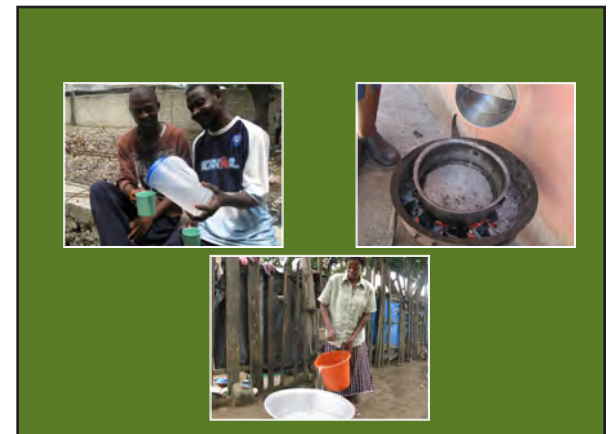
K : Kisa w ka fè pou w trete dlo w ap bwè a?

K : Pouki se dlo trete sèlman ou dwe bwè?

K : Kisa ou ka fè sòti koulye a rive pwochen seyans lan pou asire dlo w ap bwè a se dlo trete li ye?

Ede kliyan an chwazi youn oubyen de ti bagay ki pi fasil pou l fè:

- Trete dlo a epi bwè dlo trete chak jou (si dlo tiyo a pa pwòp oubyen li sot nan pui, nan yon pui atezyen oubyen larivyè):
 - Bouyi l pandan 15 a 20 minit, oubyen
 - Mete 3 gout dlo javèl (klowòks) pou chak galon dlo.
- Pote dlo trete a nan yon veso (bokit, galon) pwòp ak kouvèti li byen fèmen.
- Konsève dlo trete a nan yon veso ak tout kouvèti li byen fèmen.
- Pran dlo trete ki nan bokit la ak yon veso ki gen manch pou men w pa touche dlo a.



TÈM F

Sèvi ak dlo trete



TÈM F

Kenbe lantouraj kote w ap viv la pwòp

K : Kisa ou wè nan imaj sa yo?

K : Kijan pou tieke si lantouraj kote w ap viv la pwòp?

K : Ki avantaj yon PVVIH genyen pou rete nan yon lantouraj pwòp?

K : Kisa ou ka fè sòti koulye a rive pwochen seyans lan pou asire lantouraj kote w ap viv la pwòp?

Ede kliyan an chwazi youn oubyen de ti bagay ki pi fasil pou l :

- Netwaye lantouraj kote w ap viv la pou pi piti yon fwa pa jou (wete dlo k ap dòmi, vye kawotchou k fin sèvi...).
- Mete fatra kay la nan yon vesokli gen kouvèti k ap sèvi kòm poubel oswa fè konpòs avè l.
- Lave epi dezenfekte poubèl la tout tan.
- Sèvi ak latrin epi toujou kenbe yo pwòp, ak bouch yo fèmen.
- Dezenfekte latrin yo, tout pati k sal ak poupou yo avèk Klowòks
- Fèmen zannimo yo yon kote ki lwen kizin nan.
- Kenbe nap ki sou tab kizin nan pwòp.

TÈM F

Kenbe lantouraj kote w ap viv la pwòp



TÈM F

Kenbe lantouraj kote w ap viv la pwòp



TÈM F

Veye pou manje ou prepare nan bonjan kondisyon liyèn

K : Kisa ou wè nan imaj sa yo?

K : Pou kisa kote manje ap fèt la dwe rete pwòp?

K : Kisa pou w fè pou kote manje ap fèt la toujou rete pwòp?

K : Kisa ou ka fè sòti koulye a rive pwochen seyans lan pou asire kote manje a ap fèt la toujou rete pwòp?

Ede kliyan an chwazi youn oubyen de ti bagay li kapab fè:

- Veye pou manje yo pa ranmase mikwòb kote y ap prepare yo a.
- Lave men w avan w manyen manje yo.
- Bwè dlo potab epi sèvi avèk sa pou fè manje tou.
- Sèvi ak dlo trete ou bwè a pou fè manje.
- Sèvi ak veso ki pwòp pou prepare, sèvi, manje epi konsève manje a.
- Kouvri epi konsève manje yo lwen pousyè, ti bèt, mouch, foumi, rat ak sourit
- Separe manje kwit ak manje kri. Konsève yo chak apa sitou si se vyann.
- Chofe rèss manje yo sou gwo dife avan ou manje yo.
- Kenbe espas kizin nan pwòp anvan epi apre ou fin prepare manje.
- Lave veso yo ak dlo pwòp ak savon.
- Lave fwi ak legim yo ak dlo pwòp ki gen klowòks ladann.
- Kwit vyann (sitou vyann wouj), poul ak pwason kòmsadwa.



TÈM F

Veye pou manje ou preparenan bon kondisyon liyèn



TÈM F

Kenbe kò w pwòp

K : Kisa ou wè nan imaj sa yo?

K : Kijan w pran swen kò w?

K : Pou kisa w panse liyèn kò se yon bagay enpòtan pou yon PVVIH , pou yon moun ki gen maladi tibèkiloz?

K : Kisa ou ka fè sòti koulye a rive pwochen seyans lan pou asire w ap kenbe kò w pi pwòp toujou?

Ede kliyan an chwazi youn oubyen de ti bagay ki pi fasil pou l fè:

- Toujou lave men w ak dlo pwòp epi savon avan ak apre w fin fè manje, sot nan latrin, anvan epi apre w fin manje, anvan w bay timoun tete oubyen manje, epi apre w fin netwaye timoun ki fè pou pou.
- Lave men w ak dlo pwòp ak savon, kite l seche.
- Lave tout kò w ak dlo pwòp ak savon lematen epi aswè.
- Pran swen andedan bouch ou, netwaye dan w (ak bwòsdan pat dantifris) apre chak fwa ou fin manje.
- Enfòmè moun k ap ba w swen yo lè w gen yon pwoblèm sou po w (blese, boule, elatrye).
- Lave rad ou ak dra w nan dlo pwòp ak savon epi seche yo nan gro solèy.
- Kenbe zong ou pwòp epi koupe yo kout.



TÈM F

Kenbe kò w pwòp



TÈM G

Konsèy pou mennen lavi w kòmsadwa

Nan seksyon sa a:

- Toujou bay kò w mouvman
- Devlope bonjan abitud pou sante w
- Evite estrès ak pwoblèm
- Toujou kenbe bonjan kominikasyon ak patnè w
- Pa rete pou kont ou
- Manje ak yon moun ki enfekte, bwè avè l, oswa manyen li, pa ka fè w trape SIDA

TÈM G

Konsèy pou mennen lavi w kòmsadwa



TÈM G

Konsèy pou mennen lavi w kòmsadwa



TÈM G

Toujou bay kò w mouvman

K: Kisa ou wè nan imaj sa yo?

K : Kouman aktivite fizik ap ede w toujou rete an sante?

K : Ki kalite aktivite fizik ou bay kò w?

K: Kisa ou ka fè sòti koulye a rive pwochen seyans lan pou toujou bay kò w mouvman?

Ede kliyan an chwazi youn oubyen de ti bagay ki pi fasil pou l fè:

- Fè yon pwomnad chak jou
- Chak jou, fè egzèsis senp tankou pliye depliye jenou w ak koud ou, detire kò w, fè dwèt ou touche zotèy ou san pliye jenou w.
- Si w oblije rete kouche, mande yon moun mase bra w ak janm ou pou evite doulè rimatis epi chanje pozisyon tanzantan.



TÈM G

Toujou bay kò w mouvman



TÈM G

Devlope bonjan abitud pou sante w

K : Kisa ou wè nan imaj sa yo?

K : Ki pratik ki pa bon pou sante w?

R: Bwè alkòl ak fimèn fè moun pèdi apeti. Lè w bwè ou ka gen konpòtman kote ou pran gwo chans. Alkòl melanje ak kèk medikaman (tankou ARV yo) ka fè yo vin pa efikas ankò. Lè w fimèn ou gen pi plis chans pou trape maladi ak enfeksyon tankou nemoni.

K: Kisa ou ka fè sòti koulye a rive pwochen seyans lan pou devlope bonjan abitud pou sante w?

Ede kliyan an chwazi youn oubyen de ti bagay ki pi fasil pou l fè:

- Sispann bwè alkòl.
- Sispann fimèn.
- Sèvi ak kapòt pou evite VIH la ba w lòt enfeksyon epitou pou ou pa bay lòt moun maladi a.
- Si w pa vle sèvi ak kapòt ou dwe fè abstinans oubyen rete fidèl ak yon sèl patnè.



TÈM G

Devlope bonjan abitud pou sante w



TÈM G

Evite estrès ak pwoblèm

K : Kisa ou wè nan imaj sa yo?

K : Sa konn rive deja pou kè w sere, ou sou estrès, tankou moun ki nan imaj la?

K : Kisa w konn fè pou kalme estrès, pou kontwòle pwoblèm yo?

K : Kisa ou ka fè sòti koulye a rive pwochen seyans lan pou kalme estrès ou epi kontwòle pwoblèm yo?

Ede kliyan an chwazi youn oubyen de ti bagay ki pi fasil pou l fè:

- Chèche jwenn soutyen sikososyal nan mitan fanmi w ak nan kominote a.
- Fè aktivite sosyal ak moun nan fanmi an.
- Pale ak moun ou renmen sou sitiyasyon sante w: sa va libere w, l ap soulaje w.
- Pase tan ak fanmi w, ak zanmi w epi ak konseye espirityèl ou pou chase depresyon ou, wete presyon sou tèt ou.
- Chwazi yon manm fanmi an, yon zanmi, yon moun k ap viv ak VIH oubyen yon lòt moun ki ka tandè w, pale avè w sou pwoblèm ou.
- Manje sa w renmen ka ede paske kè sere ka fè w pèdi apeti.
- Bwè dlo trete ak ji fwi mezi w kapab.
- Pran anpil repo.



TÈM G

Evite estrès ak pwoblèm



TÈM G

Toujou kenbe bonjan kominikasyon ak patnè w

K : Pou kisa madanm ak mouche konn kache verite sou estati VIH yo?

K : Ki avantaj w ap genyen nan di laverite?

R: Lè de moun k ap viv ansanm manke pale youn ak lòt, sa lakòz youn pa konprann lòt. Manm fanmi an dwe konnen kijan manje byen se yon bagay ki enpòtan pou moun k ap viv ak VIH. Lè patnè yo youn di lòt kote yo gad ak afè VIH la, yo kapab sipòte youn lòt. Li nesesè pou youn konnen estati lòt.

K : Ki pi bon fason pou madanm a mouche pale sou estati VIH yo?

K : Kijan pou n rive fè yo tonbe dakò pou yo mete plis kòb pou manje?

K: Kisa ou ka fè sòti koulye a rive pwochen seyans lan pou toujou kenbe bonjan kominikasyon ak patnè ou?

Ede kliyan an chwazi youn oubyen de ti bagay ki pi fasil pou l fè:

- Ale konsilte ansanm sou kesyon VIH la ak sou zafè nitrisyon.
- Pale avè l sou kijan li ka ede w rete an sante.
- Pale avè l sou kijan sipò li enpòtan pou ou.



TÈM G

Toujou kenbe bonjan komunikasyon ak patnè w



TÈM G

Pa rete pou kont ou

K: Kisa ou wè nan imaj sa yo?

K : Ki avantaj ou ka tire lè w patisipe nan gwoup soutyen yo?

K: Kisa ou ka fè sòti koulye a rive pwochen seyans lan pou w pa rete pou kont ou?

Ede kliyan an chwazi youn oubyen de ti bagay ki pi fasil pou l fè:

- Patisipe nan gwoup soutyen pou w ka santi w alèz.
- Chak jou rete an kontak ak moun ou renmen, fanmi w, pitit ou, zanmi w.
- Chèche jwenn soutyen manm nan fanmi an ak kominote a.
- Manje ansanm ak manm gwoup soutyen w yo.
- Fè efò pou rete konsekan nan fason w ye ak tèt ou.
- Fè efò pou rete konsekan nan fason w ye ak lòt moun / nan jan w reyaji.
- Chèche jwenn soutyen pou moun k ap viv ak VIH la kapab manje byen epi bwè bon dlo trete.



TÈM G

Pa rete pou kont ou



TÈM G

Manje ak yon moun ki enfekte, bwè avè l, oswa manyen li, pa ka fè w trape sida

K : Kisa ou wè nan imaj sa yo?

K : Pou ou menm, kisa yo vle di

K : Kisa ki ka fèt pou manm fanmi w vin aksepte lide ke si yo manje, bwè dlo ak yon PVVIH oswa manyen li, pa ka fè yo trape VIH?

R: Tout kontak ak yon PVVIH (tankou manyen l, dòmi lan menm chanm) p ap fè w enfekte pousa.

- Li enposib pou trape VIH la paske ou sèvi nan menm tas oswa asyèt, ou bwè menm dlo, manje menm manje, ak yon PVVIH. Repouse moun ki enfekte ak VIH, mete yo sou kote, se ajisman moun ki pa gen fòmasyon oswa moun ki gen kèdi.
- PVVIH yo gen dwa pou yo jwenn kantite manje ak dlo trete pa yo nan fanmi an. PVVIH yo bezwen lanmou, swen espesyal ak ankourajman.
- Manje ansanm ak manm fanmi an, ak zanmi yo, se bagay ki ba yo plis apeti epitou sa fè manje a pwofite yo pi byen pou yo ret an sante. Manje pwodui ki bon pou lasante, bwè dlo trete, jwenn tretman pou enfeksyon, epi pran medikaman kont sida (antiretwoviwo oswa ARV), tout bagay sa yo bay moun k ap viv ak VIH plis fòs epi rann yo plis kapab travay.

pa ka fè w trape SIDA



TÈM G

**Manje ak yon moun ki enfekte, bwè avè l, oswa manyen li,
pa ka fè w trape sida**



TÈM H

Bay tibebe a tete ak lòt manje ki pou kenbe l

Nan seksyon sa a:

- Manman, dwe bay tibebe a tete sèlman depi l fèt rive 6 mwa
- Manman, rive 6 mwa, kontinye bay tete epi ajoute lòt manje ki pou kenbe l
- Devlope bonjan abitud pou sante w ak sante tibebe a
- Manman, si w ansent oubyen w ap bay tete, manje manje ki bay anpil fòs, ki gen pwoteyin, vitamin ak minewo

TÈM H

Bay tibebe a tete ak lòt manje ki pou kenbe l



TÈM H

Bay tibebe a tete ak lòt manje ki pou kenbe l



TÈM H

Manman, bay tibebe a tete sèlman depi l fèt rive 6 mwa

K : Pou kisa pou tibebe an pran tete sèlman depi l fèt rive 6 mwa?

R : Lèt manman se pi bon manje pou tibebe k fenk fèt ak pou timoun piti. Li ede yo grandi, devlope, epitou li pwoteje yo kont maladi. Lè tibebe a pran tete sèlman jouk rive 6 mwa, gen mwen ris pou manman an transmèt VIH la bay pitit li.

K : Pou kisa w pa dwe bay tibebe lòt bagay pou bwè (tankou dlo, ji fwi, lèt oubyen te fèy)?

R : Malnitrisyon, transmisyon VIH manman bay pitit ak lòt enfeksyon (dyare, enfeksyon nan poumon) epitou timoun mouri tout ka sa yo riske rive pi fasil kay timoun ki pa pran tete sèlman. Yo rekòmande manman yo ki enfekte ak VIH la bay tete sèlman rive 6 mwa. Amwenske ou te evalye sitiyaasyon w ansanm ak yon konseye sèvis Prevansyon Transmisyon Manman Pitit (PTME) epi ansanm nou deside pou bay tibebe a yon lèt ranplasman ki aseptab, ki posib nan sitiyaasyon w, ke ou ka peye pandan toutan sa nesesè (2 zan), epi ki ta bon pou manman ak pitit la. Si se pa sa, ou dwe kontinye bay tete sèlman, rive 6 mwa. (lèt ranplasman se lèt atifisyel pou tibebe)

K: Kisa ou ka fè sòti koulye a rive pwochen seyans lan pou bay tibebe ki poko gen 6 mwa tete sèlman?

Ede kliyan an chwazi youn oubyen de ti bagay ki pi fasil pou l fè:

- Pa bay ditou okenn lòt likid ni manje sofsi se ta medikaman ak vitamin yo preskri w pou tibebe a.
- Bay timoun nan tete sèlman pandan 6 premye mwa yo.
- Bay timoun nan tete depi l mande, epitou pandan tout tan li bezwen.
- Prije lèt la nan yon gode ki gen kouvèti si toutfwa ou oblije sòti. Fè yo bay tibebe a li nan yon tas chak fwa li bezwen.
- Chèche jwenn sipò fanmi an ak zanmi ou dekwa pou jwenn kont tan pou bay pitit ou tete depi l mande.



TÈM H

Manman, bay tibebe a tete sèlman depi l fèt rive 6 mwa



TÈM H

Manman, rive 6 mwa, kontinye bay tete epi ajoute lòt kalite manje ki pou kenbe l

K : Pou kisa li enpòtan pou bay lòt kalite manje apre 6 mwa tete sèlman?

R: Rive sou si mwa, lèt manman pa sifi pou ede timoun nan grandi. Kidonk, fòk ou mete ak lèt manman an twa lòt gwoup manje yo.

K : Eske pou m kontinye bay tete apre si mwa?

R: Si lèt atifisyèl pou tibebe an pa aseptab, si sitiyasyon ekonomik ou pa pèmèt ou achte l pandan 24 mwa, li ta bon pou kontinye ba l tete lè l mande ak lòt manje. Fòk ou sispann bay tete depi w kapab bay timoun nan manje kòm-sadwa san l pa bezwen lèt manman ankò. Ou dwe ba li divès kalite manje dekwa pou l jwenn ase eleman ki bon pou sante li. Plis timoun nan ap grandi, se plis kantite fwa l ap pran konpleman manje yo. Poutèt sa, li ta bon pou kontinye kontwòle chak fwa nan ki kondisyon manman ak pitit la ap manje.

K : Kisa ou ka fè, sòti koulye a rive pwochen seyans lan, pou bay tibebe a lòt kalite manje ki pou kenbe l?

Ede kliyan an chwazi youn oubyen de ti bagay ki pi fasil l pou l fè:

- Kontinye bay tete lè l mande.
- Ba l bwè dlo trete.
- Ba l lòt manje 2 a 3 fwa pa jou lè l gen 6 a 8 mwa, 3 a 4 fwa pa jou lè l gen 9 a 11 mwa, epi 4 fwa pa jou lè l gen 12 a 24 mwa.
- Ba l manje vyann, poul, pwason, ak ze oswa pwa chak jou.
- Ba l fwi ki gen anpil vitamin A ak legim chak jou (patat, kawòt, mango, joumou, zepina, gwayav).
- Sèvi ak lwil vejetal oswa grenn ki gen lwil chak jou (lwil, magarin, manba).
- Evite likid ki pa twò bon pou sante w tankou kafe ak likid sikre tankou kola ak tout lòt bwason ki gen alkòl.



TÈM H

Manman, rive 6 mwa, kontinye bay tete epi ajoute lòt kalite manje ki pou kenbe l



TÈM H

Devlope bonjan abitud pou sante w

K : Kisa ou wè nan imaj sa yo?

K : Kouman pou evite tibebe yo trape maladi?

K : Ki avantaj yon manman sewopozitif genyen lè patnè l konnen estati l?

K : Kisa ou ka fè sòti koulye a rive pwochen seyans lan pou devlope bonjan abitud pou sante w?

Ede kliyan an chwazi youn oubyen de ti bagay ki pi fasil pou l fè:

- Respekte randevou pou ale pran pwa li.
- Kouri nan sant sante san pèdi tan depi timoun nan maladi.
- Evite maladi ou ka pran nan manje ki mal prepare, suiv règ liyèn yo.
- Pale sou estati VIH ou ak patnè w epi envite l ale nan sant sante pou l al fè tè.
- Fè sèks ak kapòt pou evite trape yon lòt enfeksyon .
- Ankouraje patisipasyon patnè w nan konsiltasyon yo, nan peryòd avan tibebe a fèt epi lè y ap bay konsèy pou Sant pou Depistaj Volontè (yo rele l nan lang franse CDV/ PTME).
- Ankouraje patisipasyon patnè w ak fanmi w nan bay timoun nan swen.

TÈM H

Devlope bonjan abitud pou sante w



TÈM H

Devlope bonjan abitud pou sante w



TÈM H

Manman, si w ansent oubyen w ap bay tete, manje manje ki bay anpil eneji, ki gen pwoteyin, vitamin ak minewo

K : Kisa ou wè nan imaj sa yo?

K : Pou kisa fanm ansent ak nouris yo bezwen pi plis manje?

R : Fanm ansent oubyen nouris bezwen manje ase manje dekwa pou yo ka satisfè pwòp bezwen pa yo ak bezwen tibebe ki lan vant la.

K : Ki kalite manje espesyal ou dwe manje pandan w ansent la oswa lè w ap bay tete?

R : Asire ou manje pi souvan epi nan pi plis kantite manje nan manje ki gen anpil eneji, pwoteyin, vitamin ak minewo. Fanm ansent lan dwe jwenn yon manje an plis, nouris la bezwen 2 manje an plis.



TÈM H

Manman, si w ansent oubyen w ap bay tete, manje manje ki bay anpil enej, ki gen pwoteyin, vitamin ak minewo



TÈM A

Sa ou dwe konnen sou nitrisyon, VIH ak tibèkiloz



TÈM B

Rapò nitrisyon genyen ak VIH, ak tibèkiloz



TÈM C

Bezwen manje espesyal pou PVVIH yo ak moun ki fè tibèkiloz



TÈM D

Swiv yon bon rejim alimantè epi ale nan Sant Sante pou konbat maladi



TÈM E

Bonjan swen ak soutyen nitrisyon pou PVVIH yo



TÈM F

Konsèy sou pwòpte nan manje, nan kò w ak nan lantouraj kote w ap viv la



TÈM G

Konsèy pou mennen lavi w kòm sadwa



TÈM H

Bay tibebe a tete ak lòt manje ki pou kenbe l



USAID | **HAITI**
DU PEUPLE AMÉRICAIN

FANTA-2
FOOD AND NUTRITION
TECHNICAL ASSISTANCE

fhi360
THE SCIENCE OF IMPROVING LIVES