

TERMES DE REFERENCE POUR UNE CAMPAGNE NATIONALE DE PLAIDOYER ET DE SENSIBILISATION

Thème : « 100 voix pour la santé mentale au Burundi : écouter les expériences vécues pour construire un changement réel »
Période : 25/09/2026 au 09/10/2026
Lieu : En ligne

0. CONTEXTE ET JUSTIFICATION

Au Burundi, les questions de santé mentale restent confrontées à plusieurs défis : stigmatisation, discrimination, faible connaissance des troubles psychiques, difficultés d'accès aux services spécialisés et tendance à garder silencieuses certaines expériences liées à la souffrance psychologique.

Pourtant, derrière chaque difficulté de santé mentale se trouve une personne avec une histoire, une expérience, des besoins, des capacités et souvent une contribution importante à la société.

La Journée mondiale de la santé mentale 2026 offre ainsi une occasion de déplacer le regard : ne pas seulement parler des personnes concernées, mais leur donner une place pour parler de leur propre expérience.

La campagne « 100 Voix pour la santé mentale au Burundi » veut transformer les expériences vécues en messages de sensibilisation, recommandations et actions de plaidoyer.

I. VISION DE LA CAMPAGNE

Une société burundaise dans laquelle les personnes ayant une expérience vécue de la santé mentale sont écoutées, respectées, impliquées et reconnues comme des acteurs du changement.

II. OBJECTIF GENERAL

Donner une voix aux personnes ayant une expérience vécue de la santé mentale au Burundi et utiliser leurs témoignages pour contribuer à la réduction de la stigmatisation et au renforcement de l'accès à des services de santé mentale et de soutien psychosocial de qualité.

III. OBJECTIFS SPECIFIQUES

La campagne cherchera à :

1. Recueillir 100 témoignages ou expériences vécues.



**Rohero, Avenue Bweru, N° 29,
Bujumbura Mairie**



**+257 69 623760
+257 79 231626**



info@3pinkingi.org

2. Sensibiliser la population aux réalités de la santé mentale.
3. Réduire les préjugés et les attitudes stigmatisantes.
4. Valoriser les parcours de rétablissement et d'espoir.
5. Donner une place aux personnes concernées dans le plaidoyer en santé mentale.
6. Identifier, à partir des témoignages, les principaux obstacles rencontrés par les personnes concernées.
7. Formuler des recommandations à destination des décideurs, professionnels, familles et communautés.
8. Créer un mouvement national autour de l'écoute et de la participation des personnes concernées.

IV. RESULTATS ATTENDUS

A la fin de la campagne, les résultats suivants sont attendus :

1. 100 expériences vécues documentées avec consentement.
2. Une campagne médiatique nationale sur la santé mentale.
3. Une meilleure visibilité des réalités vécues par les personnes concernées.
4. Un livre des 100 voix produit et diffusé.
5. Un Manifeste des 100 voix présenté aux décideurs.
6. Des recommandations concrètes issues des expériences vécues.
7. Un réseau de personnes concernées et d'alliés mobilisés pour poursuivre le plaidoyer.

V. QUI SONT LES « 100 VOIX » ?

Les 100 voix ne doivent pas nécessairement être uniquement des personnes ayant reçu un diagnostic psychiatrique.

La campagne peut inclure différentes expériences vécues, par exemple :

8. Personnes directement concernées

- ✓ Personnes ayant vécu une détresse psychologique ;
- ✓ Personnes ayant utilisé des services de santé mentale ;
- ✓ Personnes vivant ou ayant vécu avec un trouble psychique ;
- ✓ Personnes en parcours de rétablissement ;
- ✓ Personnes ayant vécu une hospitalisation psychiatrique.

9. Familles et proches

- ✓ Parents ;
- ✓ Conjoints ;



- ✓ Frères et sœurs ;
- ✓ Aidants familiaux.

10. Pairs et acteurs communautaires

- ✓ Pairs-aidants ;
- ✓ Éducateurs ;
- ✓ Enseignants ;
- ✓ Travailleurs sociaux ;
- ✓ Psychologues ;
- ✓ Professionnels de santé ;
- ✓ Leaders communautaires.

Mais le cœur de la campagne devrait rester la parole des personnes directement concernées.

VI. APPROCHE METHODOLOGIQUE DE MISE EN OEUVRE

La campagne se fera pratiquement en ligne. Un formulaire anonyme sera élaboré contenant les informations nécessaires (Français et Kirundi) pour recueillir 100 voix, 100 histoires mais aussi 100 messages.

Les questions suivantes seront intégrées dans ce formulaires :

Question1 : Racontez-nous votre expérience / Vuga muri make ivyo wacyiyemwo

Question2 : Qu'aimeriez-vous que la société comprenne de votre expérience ? / Ni igiki wipfuza ko abarundi bamenya kuri ivyo wacyiyemwo ?

Question3 : Qu'est-ce qui vous a le plus aidé ? / Ni igiki cagufashije cane ?

Question4 : Qu'est-ce qui vous a le plus fait souffrir ou vous a fait sentir exclu ? Ni igiki caguteye umubabaro cane canke catumye wumva ukumiriwe ?

Question5 : Qu'est-ce que tu penses de l'accès aux soins de santé mentale ? / Wibaza iki kubijanye no kwivuzwa ingwara zo mu mutwe ?

Question6 : Qu'auriez-vous aimé que votre famille ou votre communauté fasse différemment ? Ni igiki wari gukunda umuryango wawe canke ikibano bari kuba bagukoreye ?

Question7 : Quel changement souhaitez-vous voir au Burundi concernant la santé mentale ? Ni iyahe mpinduka wipfuza kubona ngaha mu Burundi ijanye n'amagara yo mu mutwe ?



Question8 : Quel message donneriez-vous à une personne qui traverse actuellement une période difficile ? Ni ubwahe butumwa woha umuntu wese ariko araca mu bihe bigoye muri ino minsi ?

Après le remplissage du formulaire par les personnes concernées, les informations seront dépouillées progressivement et au fur à mesure afin que les résultats puissent être publiés le jour de la célébration de la journée mondiale de la santé mentale (Le 10 Octobre 2026). Ce jour-là, une conférence de presse sera faite pour partager ces résultats et lancer un message fort de plaidoyer. Après cela, un document de plaidoyer intitulé « 100 voix pour la santé mentale au Burundi », sera élaboré et partagé aux différentes parties prenantes. Ce document contiendra 100 témoignages, les statistiques disponibles sur la santé mentale, les principaux problèmes identifiés, les expériences positives, les obstacles aux soins, les recommandations et les engagements proposés.

Durant toute cette campagne, les messages partagés sur les plateformes numériques seront accompagnés par les hashtaggs personnalisés suivants :

- **100Voix100Experiences**
- **EcouterPourChanger**
- **JeSuisInkingi**

Fait à Bujumbura, le 15/09/2026

Pour 3P INKINGI



Pacifique NDUWIMANA
Fondateur et Directeur Exécutif

