

# Manual de Pairs Educatrices Collectifs de Filles IMAGINE



## Droits d'auteur

Copyright 2019, Cooperative for Assistance and Relief Everywhere, Inc. (CARE)/Coopérative pour porter assistance et secours partout dans le monde. Tous les droits sont réservés.

CARE autorise les organisations à but non lucratif travaillant dans le domaine humanitaire à reproduire cet ouvrage, dans son intégralité ou partiellement, à des objectifs non commerciaux en rapport avec leurs activités. Cet ouvrage ne doit pas être vendu, loué, ou être utilisé à des fins publicitaires ou promotionnelles sans le consentement écrit de CARE.

Comme condition à l'octroi de cette autorisation de reproduction de la part de CARE, la mention suivante doit visiblement apparaître sur toute reproduction du contenu de cet ouvrage : « Manuel de Pairs Educatrices Collectifs des Filles. Copyright 2019 Cooperative for Assistance and Relief Everywhere, Inc. (CARE). Utilisé avec permission. »

La citation suivante est recommandée pour toute référence au présent document : « Manuel de Pairs Educatrices Collectifs des Filles ». Cooperative for Assistance and Relief Everywhere, Inc., 2019.

Pour d'autres programmes, outils et rapports du projet IMAGINE, veuillez consulter: [www.care.org/SRHR/IMAGINE](http://www.care.org/SRHR/IMAGINE)

## Remerciements

Rendu possible grâce au soutien de la Fondation Bill et Melinda Gates, ce manuel a été développé pour être utilisé dans le cadre du projet IMAGINE (« Inspirer les adolescentes mariées à imaginer des futurs autonomisés ») de CARE International au Niger. Ce manuel représente un effort de collaboration entre l'équipe de santé et de droits sexuelles et reproductives de CARE Etats-Unis, CARE Niger, et un certain nombre de professionnels de la santé locaux et internationaux.

Ce manuel a été modifié sur la base du « Manuel de l'animatrice collective de filles » préparé par Marleigh Austin et le personnel de CARE en 2018. Le manuel actuel a été conçu par Rachel Shapiro, Carolyn Grant, Halimatou Niandou, Nouroudine Aboubacar, Idrissa Oumarou Kandagou et Mahamadou Mangué AbdoulKarim. Nous souhaitons également remercier Netsanet Kidanemariam pour la création de nombreuses illustrations et la banque d'images USAID / SPRING-UNICEF ANJE pour les images de planification familiale. Enfin, nous voudrions exprimer notre profonde gratitude aux animatrices du Collectif de filles pour leurs contributions, ainsi qu'aux adolescentes du département de Mirriah au Niger qui ont participé à nos activités de recherche formative et de conception et ont grandement contribué au développement de ce programme.

Enfin, nous souhaitons prendre acte des programmes suivants, à partir desquels des parties de ce guide ont été modifiées et adaptées:

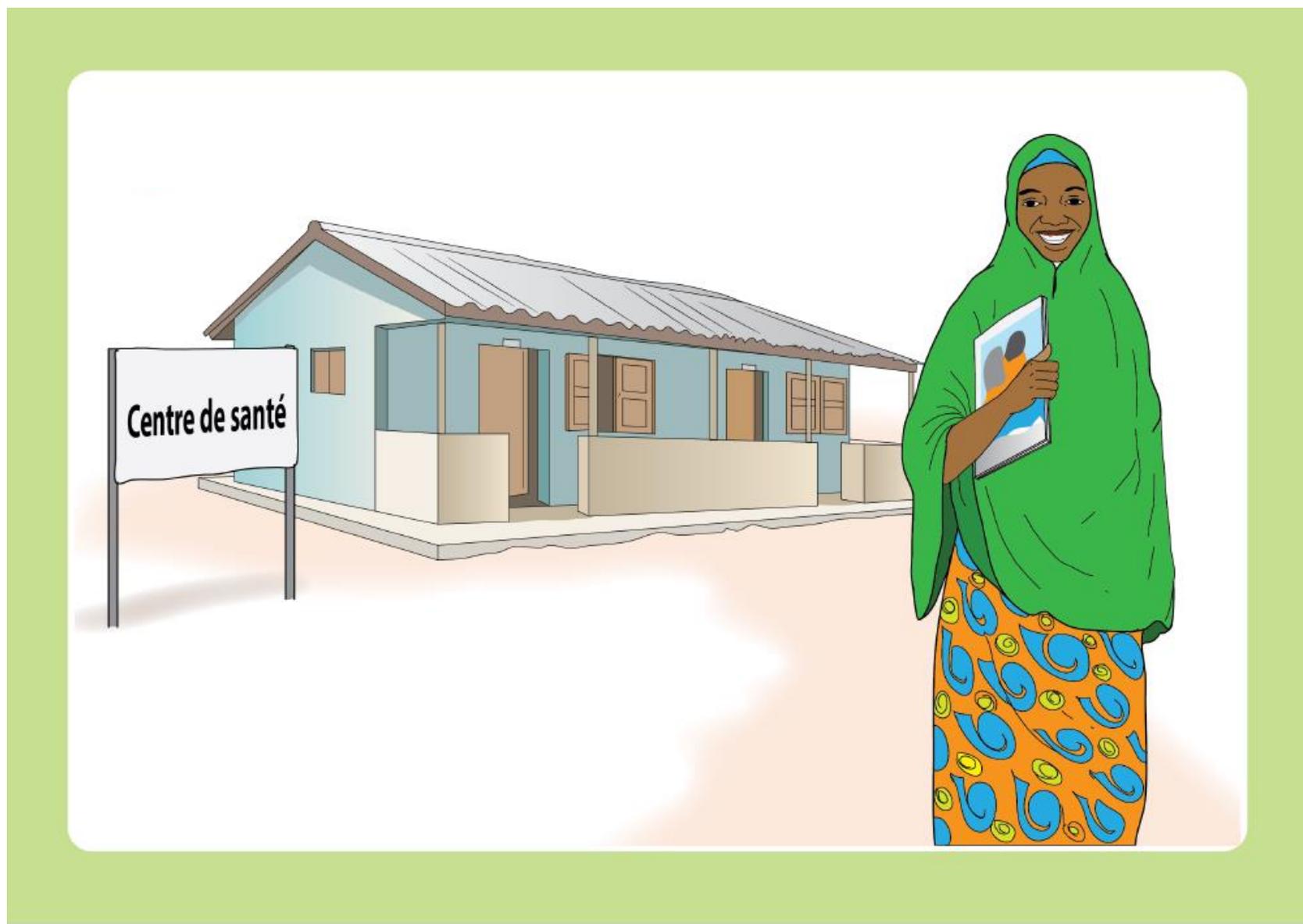
- CARE. 2018. *Healthy, Wealthy and Wise Facilitator Guide*. Atlanta: CARE USA ;
- CARE. Module de formation sur : La gestion des activités génératrices de revenus AGR. Niger : CARE Niger.
- Cowan, E., F. Mekuria, A. Sprinkel. 2016. *Social Analysis and Action: Global implementation manual*. Atlanta: CARE USA ;
- DeGregorio, A. 2016. *Adolescent Age & Life-Stage Assessment and Counseling Tools: Guiding adolescents on the road to young adulthood*. Abuja: USAID ;
- Fistula Care. 2012. *Counseling the Obstetric Fistula Client: A Training Curriculum*. New York: EngenderHealth ;
- Institute for Reproductive Health, Georgetown University, Save the Children 2018. *Implementing Pragati: Community games to increase fertility awareness and family planning use*. Washington, D.C: Institute for Reproductive Health, Georgetown University, Save the Children, USAID ;
- International Sexuality and HIV Curriculum Working Group. 2009. *It's All One: Guidelines and Activities for a Unified Approach to Sexuality, Gender, HIV, and Human Rights Education*. New York: Population Council ;
- International Youth Foundation. *Reproductive Health Lessons: A Supplemental Curriculum for Young People. Adapted for St. Lucia*. Washington D.C.: International Youth Foundation and USAID;
- IPPF European Network. 2008. *Your Sexual Rights – And What You Can Do About Them*. Brussels: IPPF European Network ;
- James-Wilson, D. and Proctor, H. 2014. *Enterprise Your Life: Building the Capacity of Youth for Economic Engagement*. Making Cents International ;
- Levack, A., M. Mehta, T. Castillo, G. Hecker and J. Wickstrom. 2008. *Working with Married Youth: A Curriculum for Peer Educators*. New York: Engender Health, The Acquire Project, USAID ;
- Martin, S. 2008. *Being a Mentor: A Guide to Supporting Young Married Adolescent Women*. Kakamega and Nairobi: APHIA II Western, PATH, USAID;
- Nagaraja, P. and A. Ziv. 2006. *Basics and Beyond: A Manual for Trainers*. New Delhi: TARSHI and Ford Foundation ;
- Nzau, J. 2016. *Guide de Facilitation des Séances des Dialogues*. Niger : CARE USA ;
- Pathfinder International. 2013. *Great Project Scalable Toolkit: I Am Great! GREAT Activity Cards for married and/or parenting adolescents*. Kampala: Pathfinder International, GREAT, USAID ;
- Pathfinder International. 2016. *Small Group Facilitation for Young Married Women and First-time Parents in West Africa: A Supplemental Training Module for Facilitators*. Watertown, MA: Pathfinder International ;
- USAID/SPRING-UNICEF IYCF Image Bank. 2010. [iycf.spring-nutrition.org](http://iycf.spring-nutrition.org).
- Yaker, Robyn. 2018. *Model Couples (Indashyikirwa) in Eliminating Gender-Based Violence: Adapted Training Module*. CARE Rwanda.

# Table de matières

## Contents

<b>PART I: Séances de santé et compétences de la vie</b> .....	5
Introduction .....	6
Sexe et genre .....	10
La puberté et le système reproducteur .....	14
Fertilité et conception .....	24
Contraception .....	32
Comprendre la planification familiale .....	44
Première naissance précoce - point de vue santé.....	50
Première naissance précoce- Perspective économique .....	56
Se Fixer des objectifs.....	61
Budget des ménages.....	67
Communication.....	76
Violence basée sur le genre.....	82
Plan d'action .....	88
<b>PART II: Séances Ecole de Commerce</b> .....	93
Séance de plan d'affaires 1: faire un plan d'affaires .....	94
Séance de plan d'affaires 2: le sourçage de votre produit & ajouter la valeur.....	102
Séance de plan d'affaires 3: la stratégie de vente et de marketing.....	108
Séance de plan d'affaires 4: investissements intelligents .....	118
Séance de plan d'affaires 5: gestation de mon entreprise.....	124
Séance de plan d'affaires 6: planifier les problèmes.....	130
<b>Annexe</b>	
Avenirs Prospères.....	134

## PART I: Séances de santé et compétences de la vie



## Introduction: faire les règles



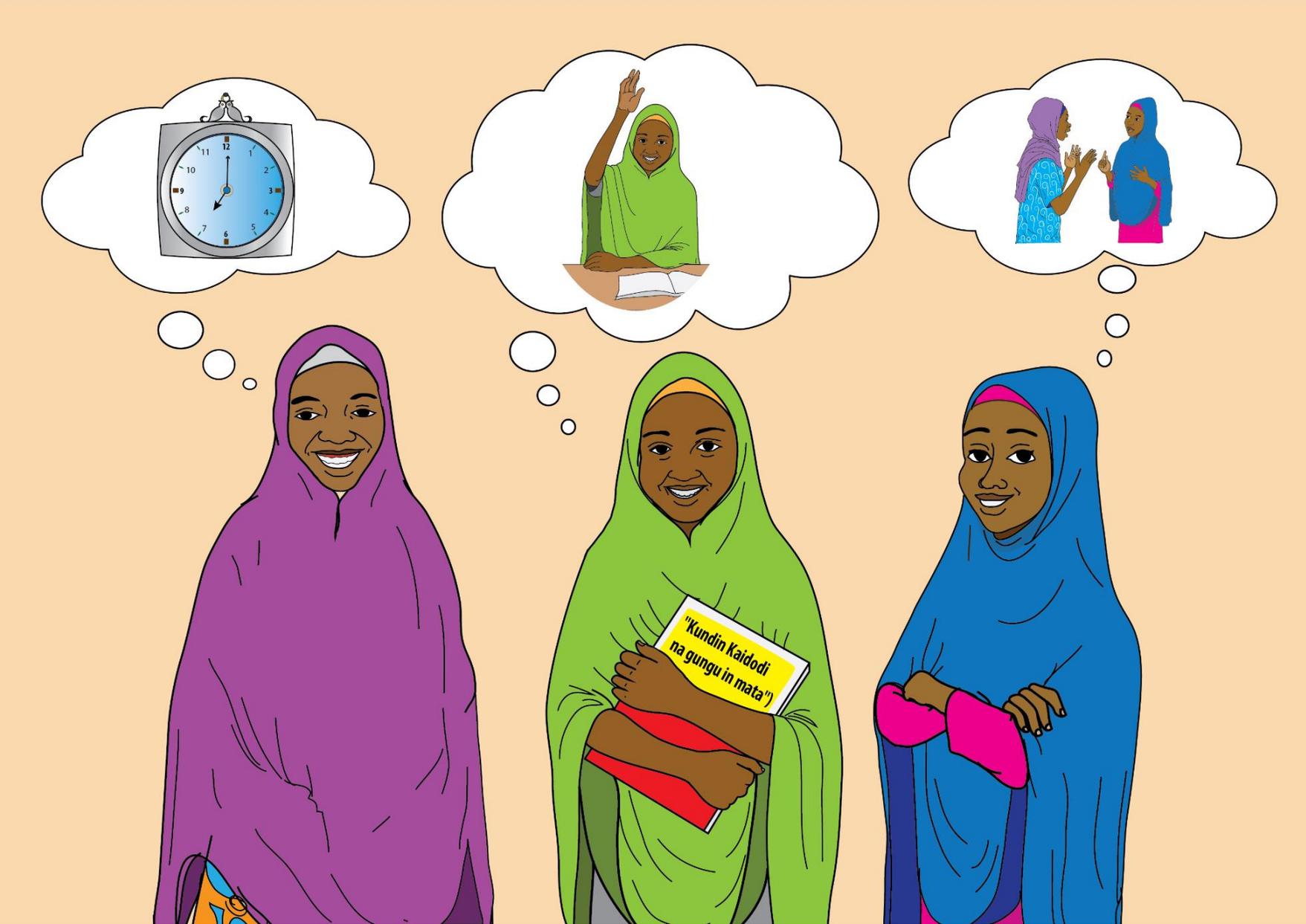
### Messages clés:

- Les règles peuvent nous aider à créer un bon environnement de groupe.

### Questions:

- Selon vous, quelles sont les règles qui pourraient nous aider à renforcer la confiance et à travailler en tant que groupe ?

Introduction: faire les règles



## Introduction: mes valeurs



### Messages clé:

- Une valeur est une idée ou une conviction qui vous tient à cœur.
- Les valeurs peuvent guider la manière dont nous prenons des décisions, en particulier en ce qui concerne notre santé reproductive.
- Les droits de l'homme sont des valeurs que chaque personne à travers le monde mérite. Ils nous aident à vivre une vie heureuse et en sécurité.

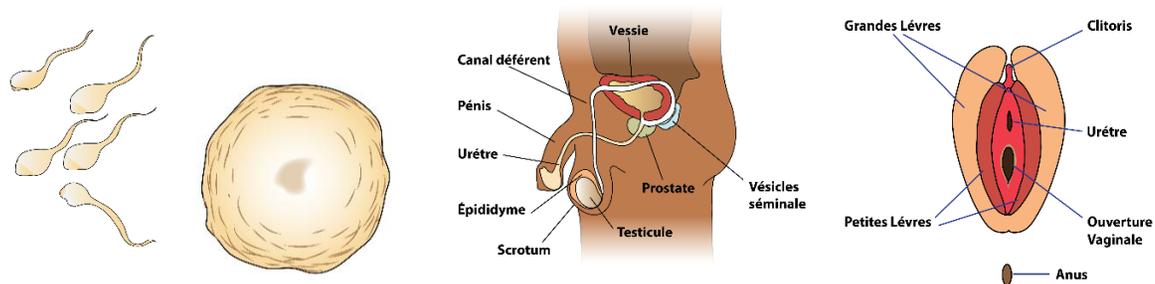
### Questions:

- Quels sont les exemples d'une valeur?
- Comment les valeurs affectent-elles notre santé?
- Comment pouvons-nous protéger les droits humains dans notre groupe et notre communauté?

# Introduction: mes valeurs



## Sexe et genre: la différence entre sexe et genre



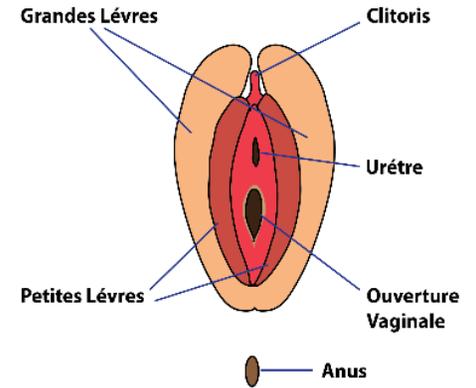
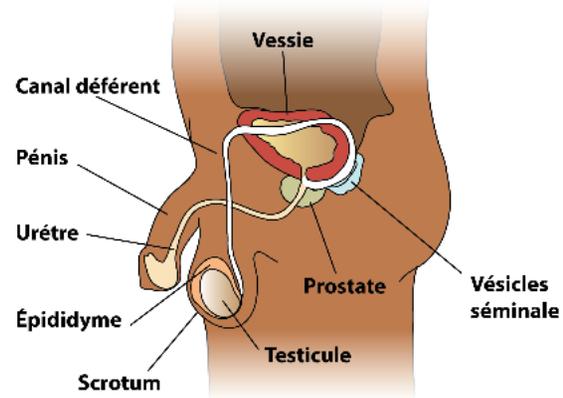
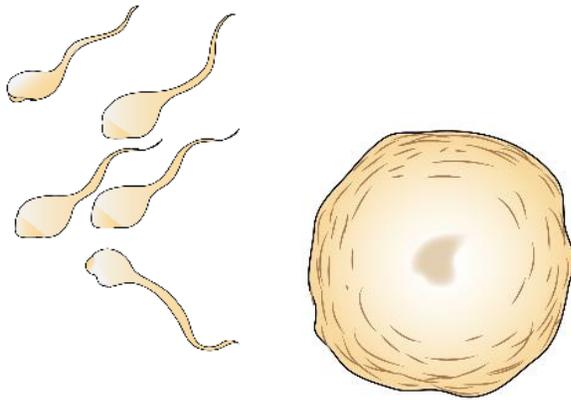
### Messages clés:

- **Sexe:** Les caractéristiques physiques qui identifient une personne en tant qu'homme ou femme.
- **Genre:** C'est l'ensemble des règles qui disent aux hommes et aux femmes comment ils doivent agir. Le genre est appris.
- **Normes:** règles non écrites sur la manière dont les gens doivent se comporter dans la société. Celles-ci sont souvent très différentes pour les hommes et les femmes.

### Questions:

- Qu'est-ce que le sexe?
- Qu'est-ce que le genre?
- Pouvez-vous identifier les règles que vous êtes censé suivre ou les manières dont vous devez vous comporter en raison de votre sexe?

# Sexe et genre: la différence entre sexe et genre



## Sexe et genre: tâches ménagères



### Messages clés:

- Les tâches que nous accomplissons dans notre communauté concernent les normes de genre. Cela signifie que la tâche est généralement différente pour un homme ou une femme.
- Le partage des tâches et des décisions peut aboutir à des familles et des communautés plus heureuses et plus productives.

### Activité:

- Utilisez **les cartes-images de tâches liées au genre** pour demander qui accomplit habituellement cette tâche ou prend cette décision: hommes, femmes ou les deux?

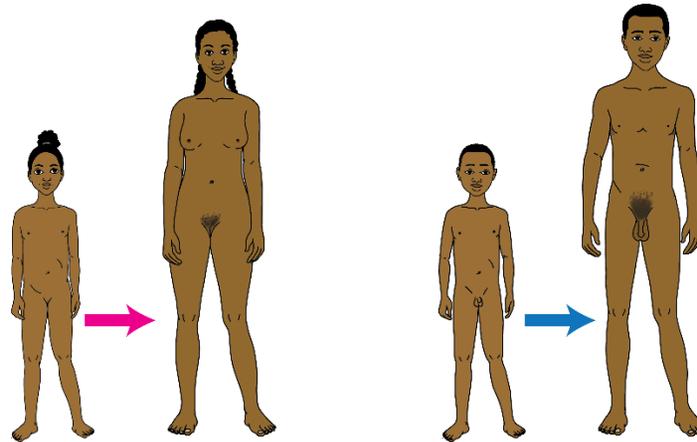
### Questions:

- Qui fait plus de tâches? Pourquoi? Comment cela vous affecte-t-il?
- Qui prend plus de décisions? Pourquoi? Comment cela vous affecte-t-il?
- Comment les hommes et les femmes peuvent-ils partager plus de tâches et de décisions?

## Sexe et genre: tâches ménagères



## La puberté et le système reproducteur: changements au cours de la puberté



**REMARQUE: Si possible, essayez d'inviter un agent de santé à cette réunion.**

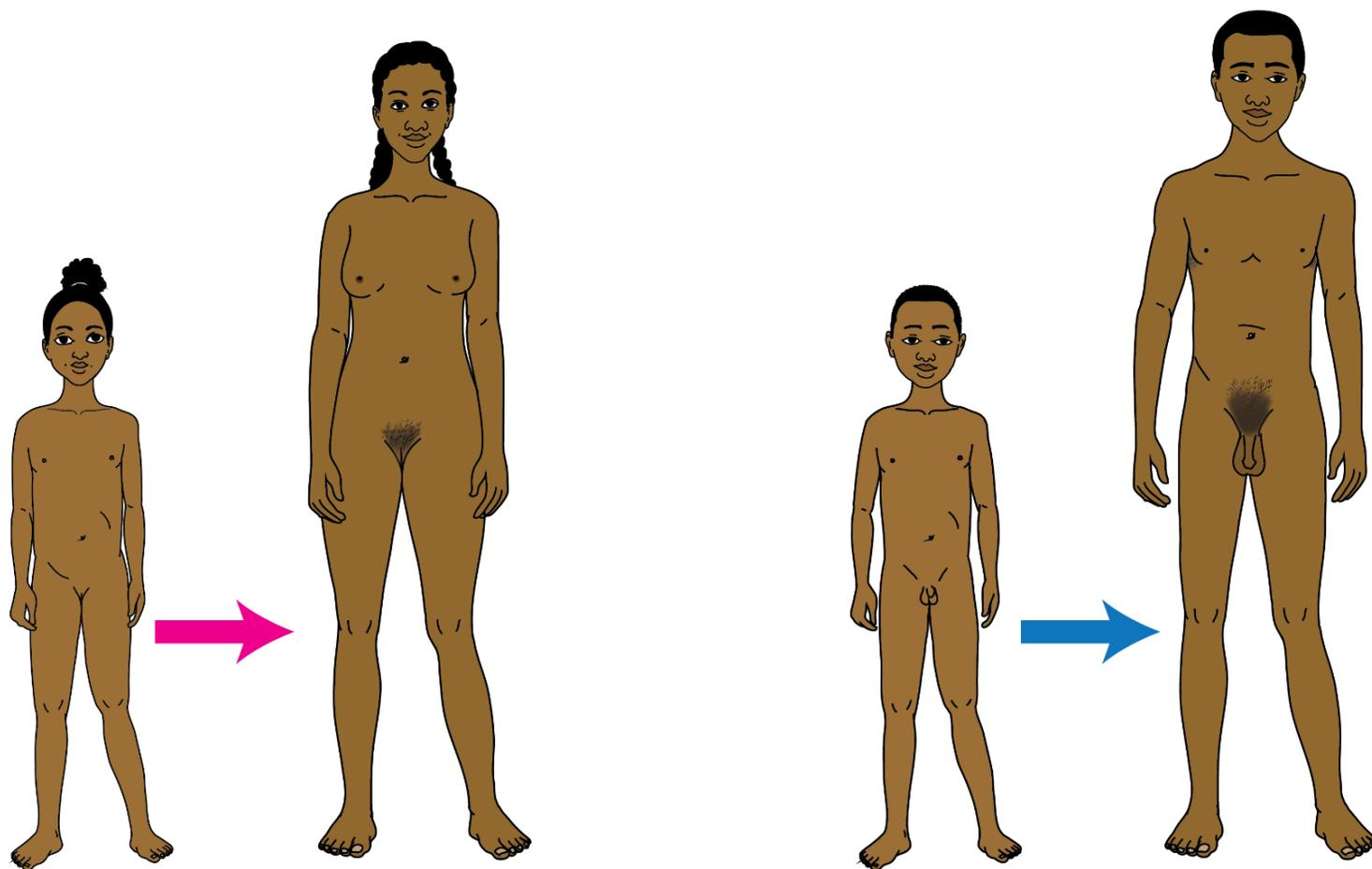
### Messages clés:

- La puberté décrit les changements que nous vivons en devenant adultes. Les changements comprennent des choses telles que la croissance des poils, la croissance des seins et d'autres changements physiques.
- Pendant la puberté, une fille devient physiquement apte à avoir un bébé et un garçon devient physiquement apte à engendrer un enfant. Cependant, cela ne signifie pas qu'il est sans risque pour une fille de devenir enceinte.
- Outre les changements physiques, les rôles des garçons et des filles dans la société peuvent changer après la puberté.

### Questions:

- Quels changements arrivent-ils aux filles et aux garçons pendant la puberté?
- Est-ce que les gens changent la façon dont ils traitent les filles et les garçons après la puberté? Pourquoi?
- En plus d'être physiquement prêt à avoir l'enfant, quoi d'autre vous devez considérer avant de devenir enceinte?

## La puberté et le système reproducteur: changements au cours de la puberté



## La Puberté et le système reproducteur: la menstruation



### Messages clés:

- Pendant la puberté, la plupart des filles commencent à menstruer (avoir leurs règles). La menstruation est la perte de la muqueuse utérine chaque mois si un ovule n'a pas été fécondé.
- La menstruation est une partie normale et saine de la vie d'une femme. Il est encore sûr et sain de participer à toutes les activités, telles que l'école, les activités ménagères ou le travail.
- Une femme commence ses menstrues pendant la puberté et continue jusqu'à l'âge d'environ 50 ans. Quand une femme est enceinte, ses règles cessent temporairement.
- Certaines femmes peuvent ressentir de la douleur avec leurs règles. Ceci est normal et sain. Un agent de santé peut vous aider à apprendre à gérer la douleur pendant vos règles.

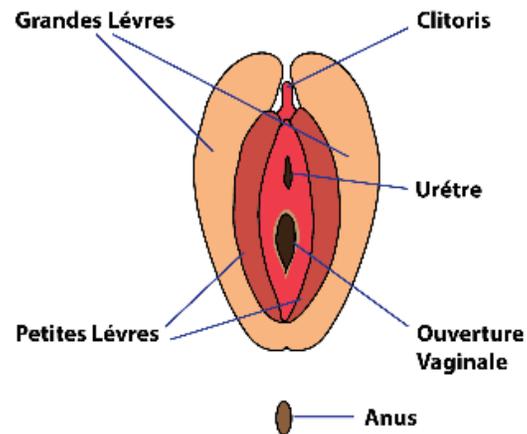
### Questions:

- Qu'est-ce que les filles de cette communauté utilisent pour gérer leurs règles?
- Quel est le lien entre les croyances de notre communauté sur la menstruation et les normes de genre?

## La Puberté et le système reproducteur: la menstruation



## La puberté et le système reproducteur: anatomie externe de la femme



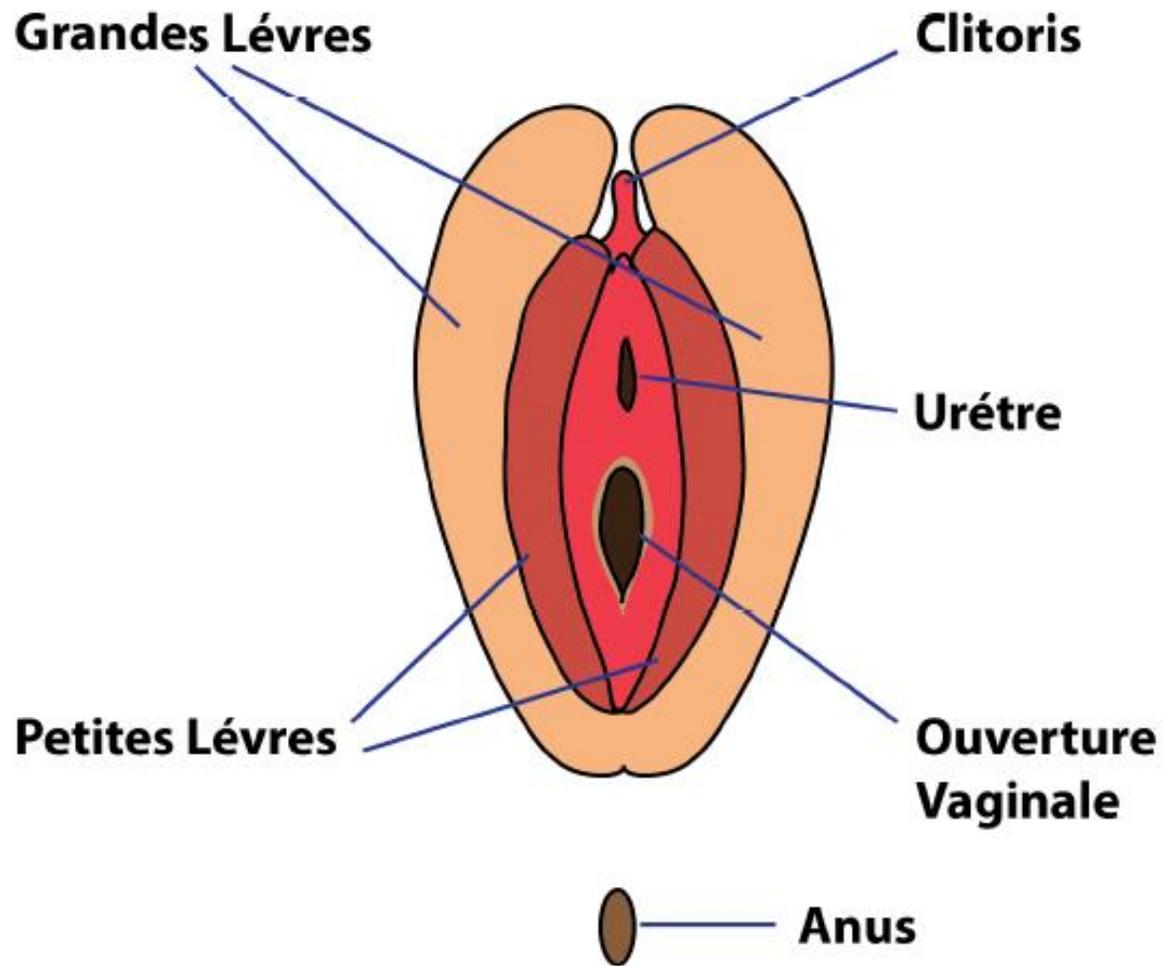
### Messages clés:

- Cette image montre l'extérieur du système de reproduction de la femme.
- **Grandes lèvres:** Les plis de la peau qui recouvrent et protègent les organes génitaux.
- **Urètre:** Où l'urine quitte le corps.
- **Clitoris:** Fournir du plaisir sexuel.
- **Ouverture vaginale:** Le passage de l'utérus à l'extérieur du corps.
- **Anus:** Où les selles quittent le corps.

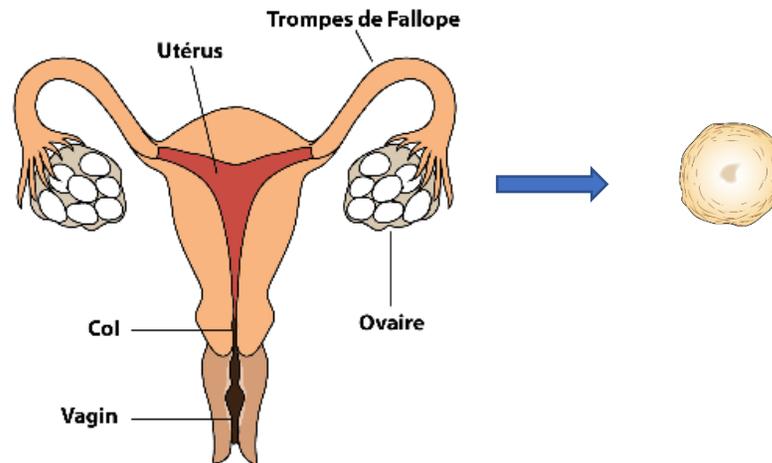
### Questions:

- Quelles questions avez-vous? (*écrivez ou dessinez les questions afin de pouvoir les partager avec un agent de santé*)

La Puberté et le système reproducteur: anatomie externe de la femme



## La Puberté et le système reproducteur : anatomie interne de la femme



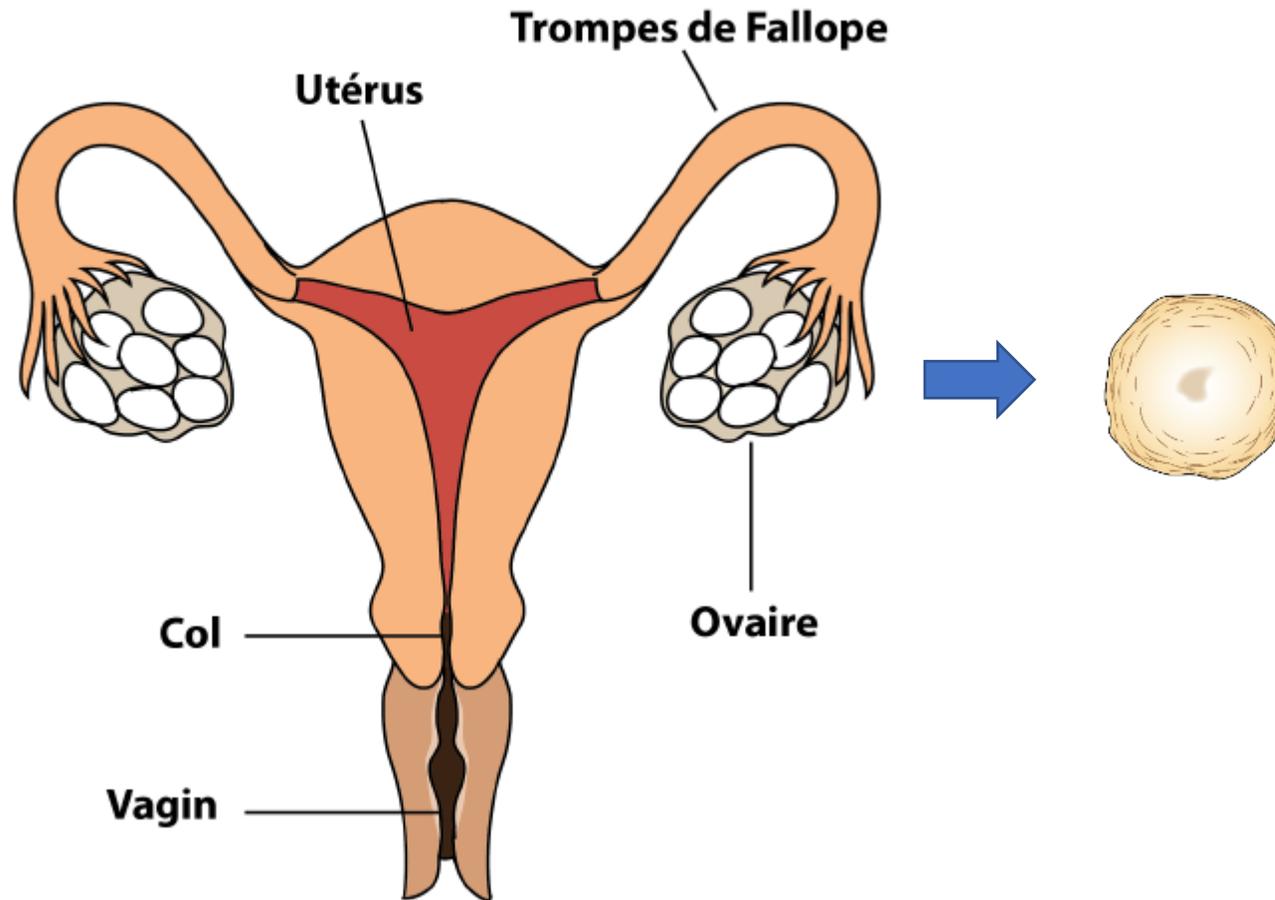
### Messages clés:

- Cette image montre l'intérieur du système de reproduction d'une femme.
- **Ovaires:** Ils stockent des ovules. Chaque mois, un ovaire libère un ovule.
- **Les trompes de Fallope:** Les tubes par où l'ovule arrive dans l'utérus. C'est là que se produit la fécondation.
- **Utérus:** Si un ovule est fécondé, il se rendra dans l'utérus. C'est là où commence la grossesse.
- **Col de l'utérus:** Ouverture entre le vagin et l'utérus.
- **Vagin:** Le passage de l'utérus à l'extérieur du corps.
- Au cours du cycle menstruel d'une femme, les parois de l'utérus se développent et s'épaississent. Si elle ne tombe pas enceinte, cette doublure se dégrade et est évacuée sous forme de saignement par le vagin. Cela s'appelle la menstruation.

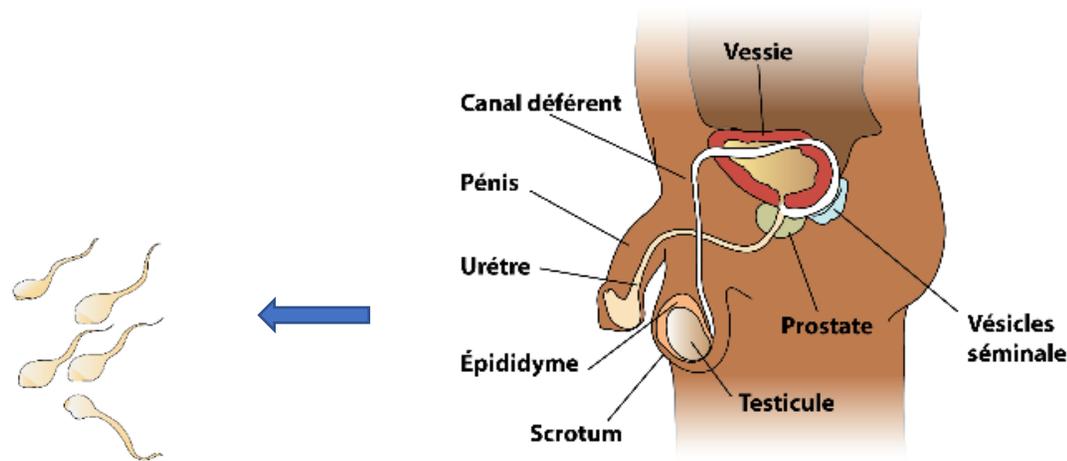
### Questions:

- Quelles questions avez-vous? (*écrivez ou dessinez les questions afin de pouvoir les partager avec un agent de santé*)

## La puberté et le système reproducteur : anatomie interne de la femme



## La Puberté et le système reproducteur : anatomie de l'homme



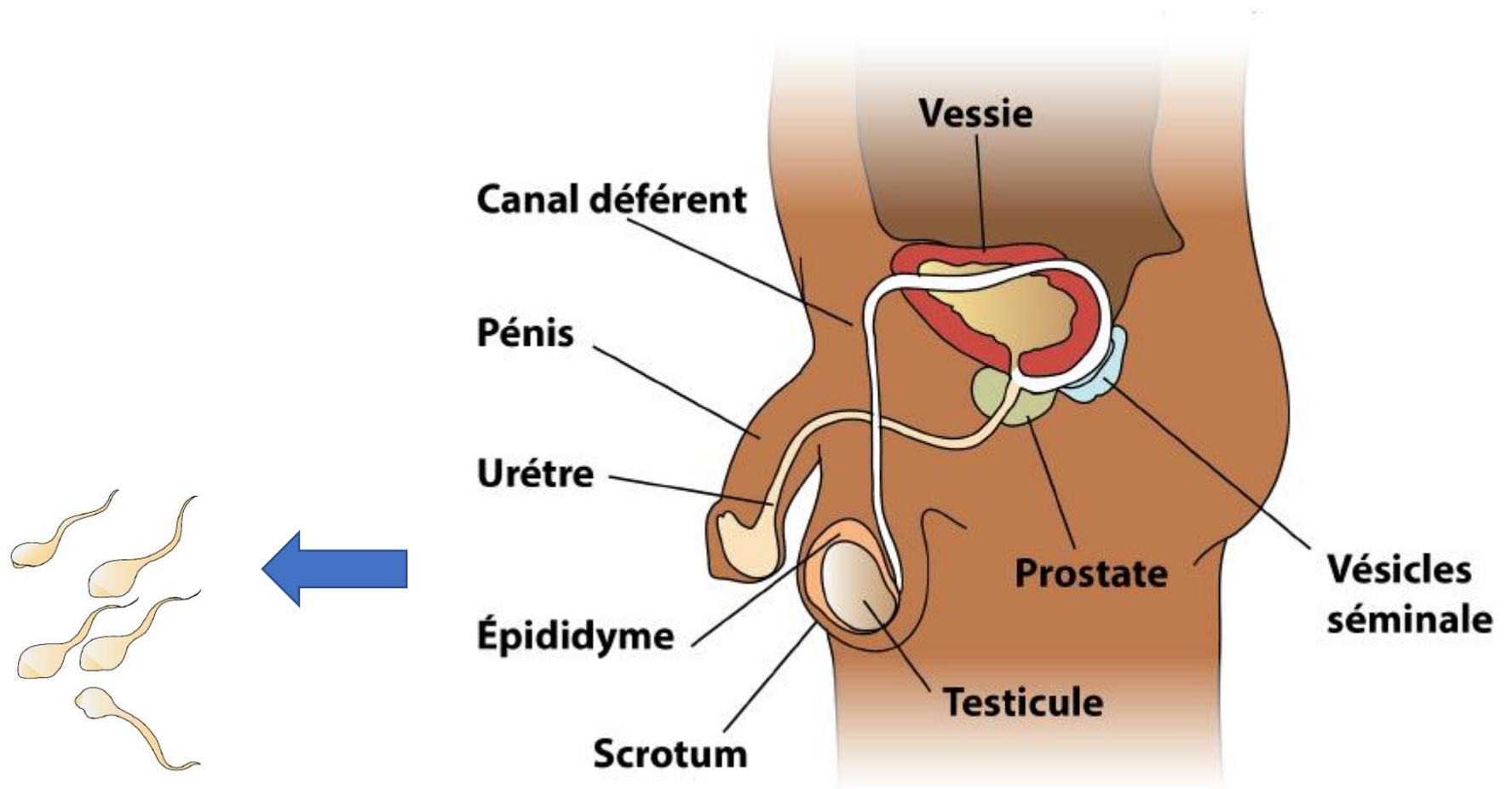
### Messages clés:

- **Pénis:** C'est l'organe sexuel externe chez les hommes. À l'intérieur du pénis, il y a un tube appelé l'**urètre**. Elle laisse passer l'urine et transporte le sperme lorsqu'un homme est excité sexuellement.
- **Scrotum:** Ceci contient les testicules.
- **Testicules:** Ce sont deux balles qui se trouvent à l'intérieur du scrotum. Ils font du sperme - la graine d'un homme.
- *Qu'est-ce qu'une érection?* Une érection c'est quand le pénis devient dur et droit. Même si un homme a une érection, cela ne veut pas dire qu'il doit avoir des relations sexuelles.
- *Qu'est-ce que l'éjaculation?* L'éjaculation se produit lorsque le sperme, qui contient du spermatozoïde, sort du pénis en érection d'un homme en raison d'une excitation sexuelle. Si le sperme est éjaculé dans le vagin de la femme, celle-ci peut tomber enceinte. Il peut également être porteur de maladies pouvant nuire à une femme.

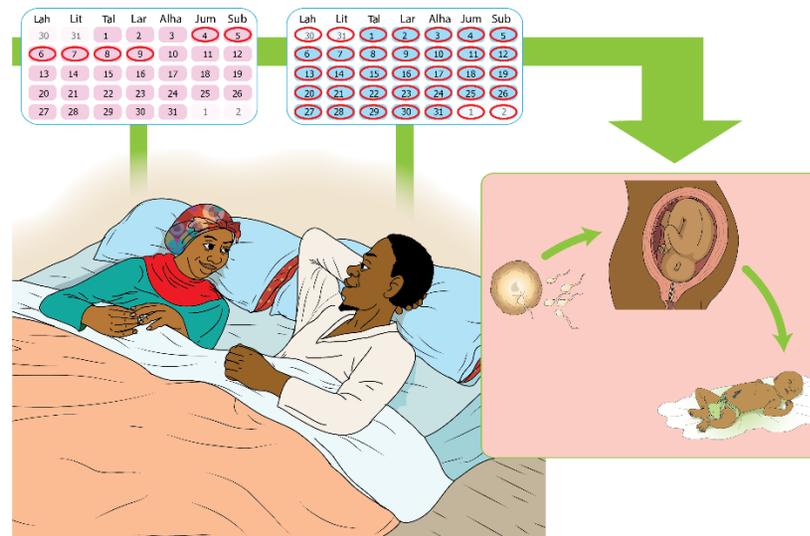
### Questions:

- Quelles questions avez-vous? (*écrivez ou dessinez les questions afin de pouvoir les partager avec un agent de santé*)

## La Puberté et le système reproducteur: anatomie de l'homme



## Fertilité et conception: aperçu



**REMARQUE: Si possible, invitez un agent de santé à cette réunion.**

### Messages clés:

- Pour qu'une grossesse se produise, le spermatozoïde d'un homme doit rejoindre l'ovule d'une femme à l'intérieur du corps d'une femme après des rapports sexuels.
- Les hommes sont fertiles à partir de la puberté, peu importe le jour du mois.
- Les femmes ne sont fertiles que quelques jours par mois.
- La plupart des femmes qui ne sont pas enceintes saignent chaque mois.

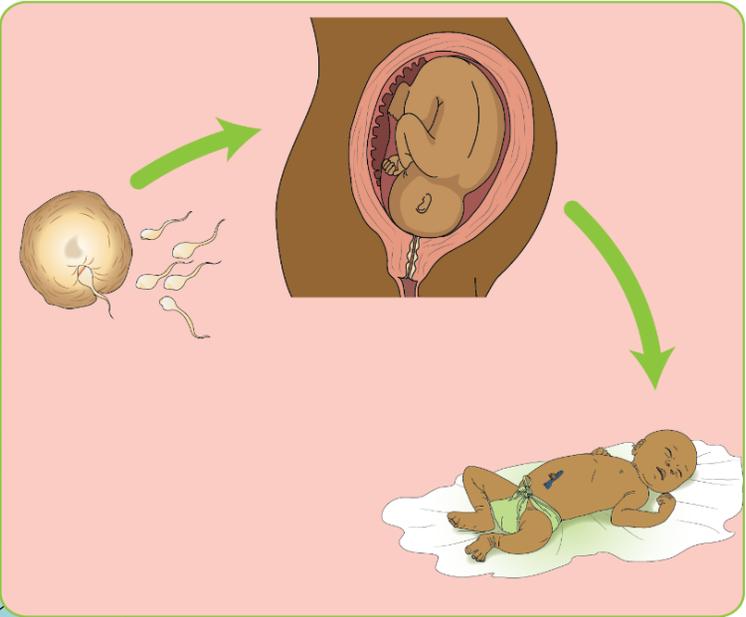
### Questions:

- Qu'est-ce que la fertilité signifie?
- Comment se passe la grossesse?
- Quand les hommes sont-ils fertiles? Quand les femmes sont-elles fertiles?

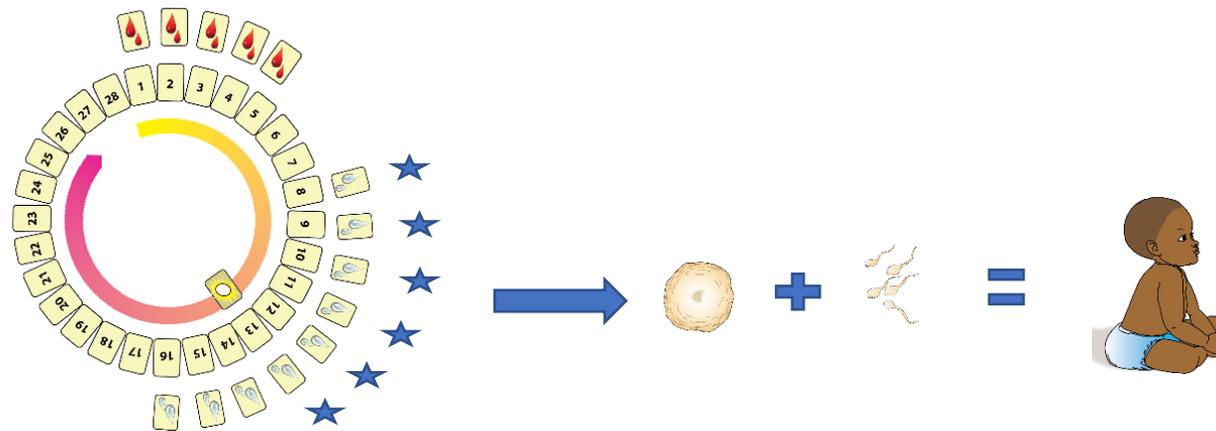
# Fertilité et conception: aperçu

Lah	Lit	Tal	Lar	Alha	Jum	Sub
30	31	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31	1	2

Lah	Lit	Tal	Lar	Alha	Jum	Sub
30	31	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31	1	2



## Fertilité et conception: fertilité et menstruation



### Messages clés:

- Un cycle menstruel typique dure 28 jours. Les femmes saignent 5 jours par mois en moyenne.
- Après les saignements, les femmes commencent à produire du mucus de leur vagin.
- Chaque mois, à mi-cycle, une femme lâche un ovule. Si l'ovule et le spermatozoïde se rencontrent, la femme va tomber enceinte.
- Une femme peut tomber enceinte le jour d'ovulation et les cinq jours précédents. Le spermatozoïde peut vivre dans l'utérus d'une femme pendant trois à cinq jours.

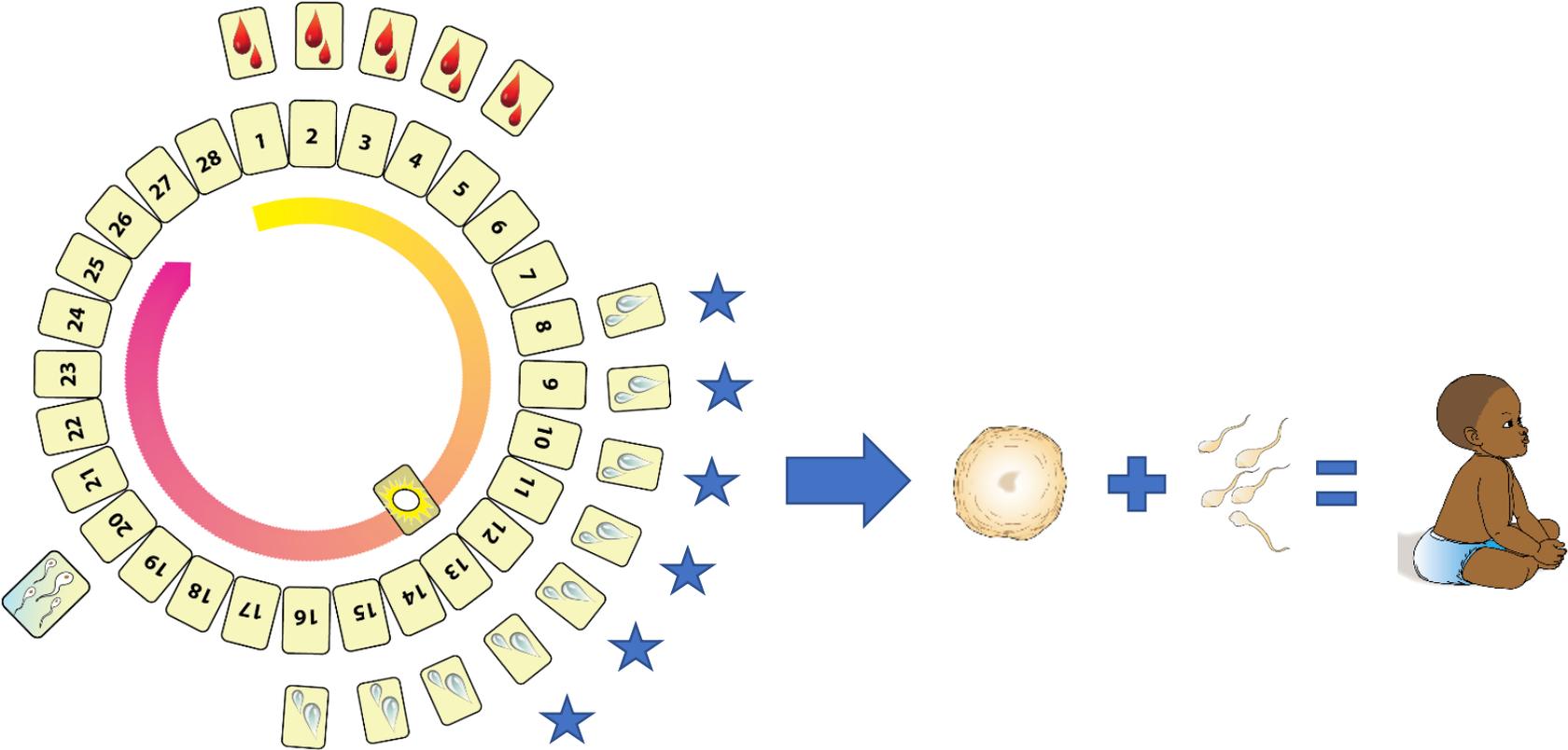
### Activités:

- Expliquez que cette image représente les jours d'un cycle menstruel typique. Les cartes rouges représentent la menstruation et les cartes de gouttelettes représentent les jours où une femme produit du mucus de son vagin. La carte avec l'ovule représente le moment où un ovule pénètre dans l'utérus de la femme.
- Pointez sur différents jours du mois. Une femme peut-elle tomber enceinte ce jour-là si elle a des rapports sexuels non protégés? (*Attention : une femme ne peut tomber enceinte que les jours avec une étoile: entre le moment où elle a des sécrétions et quand son ovule est libéré*).

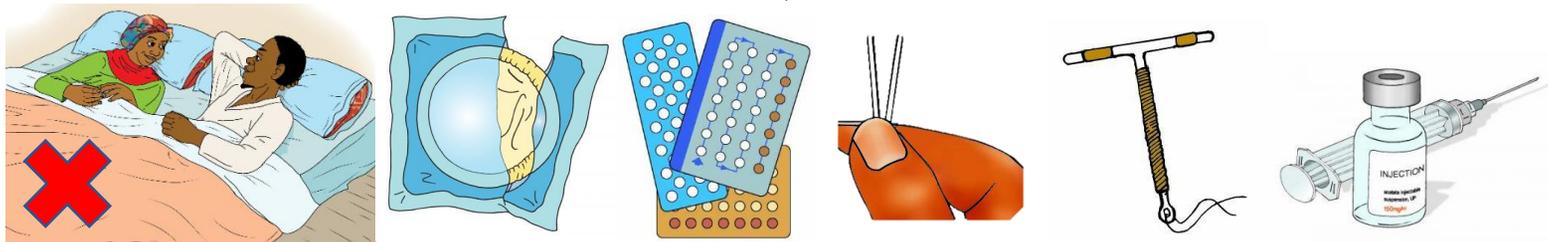
### Questions:

- Quand dans son cycle une femme peut-elle tomber enceinte?

# Fertilité et conception: fertilité et menstruation



## Fertilité et conception: éviter la grossesse



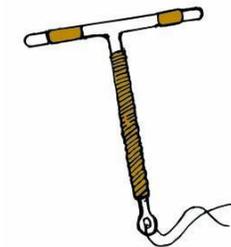
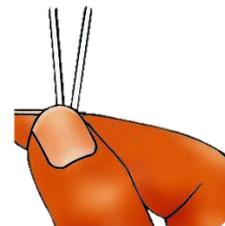
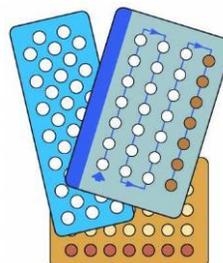
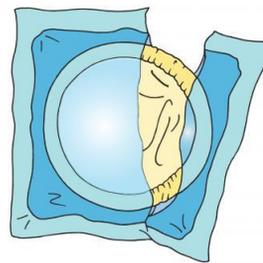
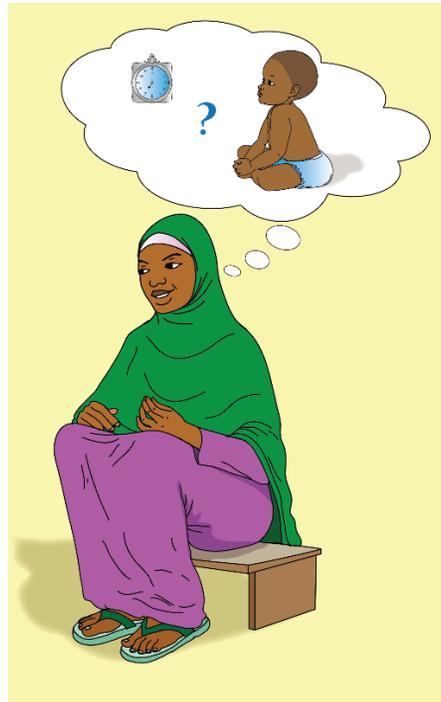
### Messages clés:

- Il peut être difficile de déterminer à quel stade du cycle menstruel vous êtes. Cela signifie que nous ne pouvons souvent pas prédire quand une personne peut tomber enceinte.
- Il y a trois façons d'éviter une grossesse:
  - Éviter les rapports sexuels
  - Utilisez un préservatif
  - Utiliser la contraception hormonale

### Questions:

- Comment faire pour éviter la grossesse ?
- Comment la contraception hormonale peut-elle nous aider à assurer notre santé et celle de nos futurs enfants?

# Fertilité et conception: éviter la grossesse



## Fertilité et conception: planifier nos grossesses



### Messages clés:

- Avant d'avoir un enfant, il est important de réfléchir à ce qui est bon pour l'enfant et ce qui est bon pour vous et votre famille.
- Parfois, il est plus sain d'attendre avant d'être enceinte. La contraception peut vous aider à décider quand tomber enceinte.

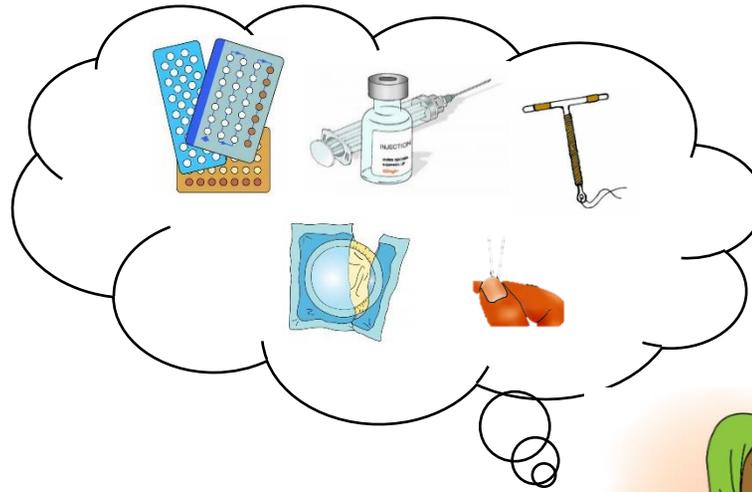
### Questions:

- Quels sont les avantages d'avoir un enfant maintenant ou peu de temps après le mariage?
- Quels sont les inconvénients d'avoir un enfant maintenant ou peu de temps après le mariage?

Fertilité et conception: planifier nos grossesses



## Contraception : aperçu



**NOTE: Si possible, un agent de santé devrait assister à cette réunion.**

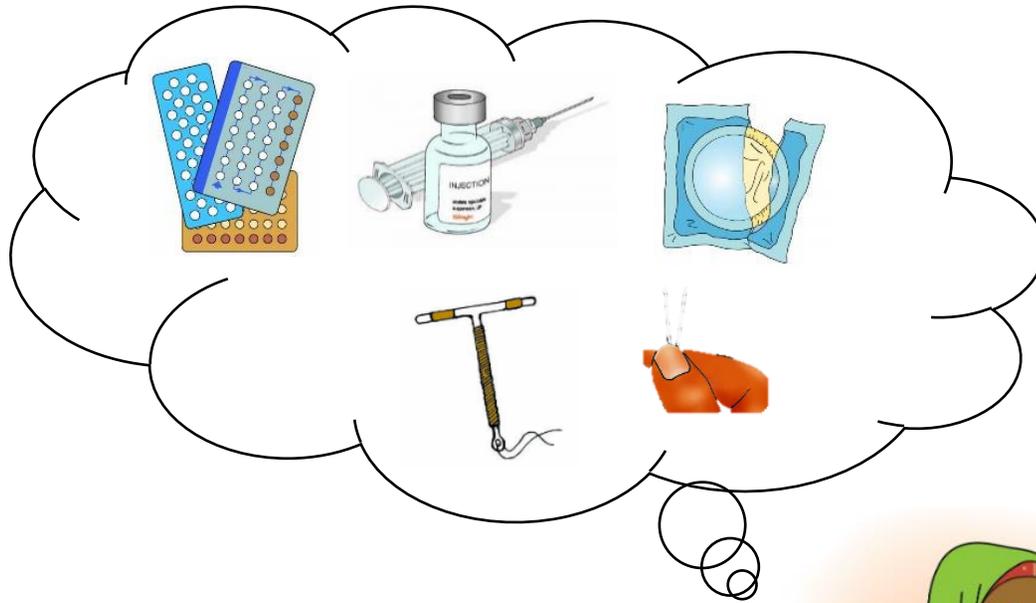
### Messages clés:

- La contraception se réfère aux outils et stratégies disponibles pour planifier quand avoir une famille.
- Certaines méthodes nous protègent également contre les maladies qui se transmettent lors des rapports sexuels.
- Les méthodes contraceptives peuvent aider les couples à contrôler leur grossesse.
- Toutes les méthodes contraceptives sont sans danger pour les adolescents avec ou sans enfants.

### Questions:

- Quelles méthodes contraceptives connaissez-vous?
- Quelles méthodes contraceptives sont sans danger pour les adolescents?
- Pourquoi certains couples pourraient-ils utiliser la contraception?

## Contraception : aperçu



# Contraception: préservatifs

## Étapes pour utiliser un préservatif



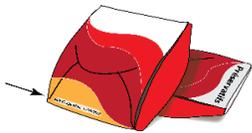
1. Parlez de l'utilisation du préservatif avec votre partenaire.



2. Achetez des préservatifs ou trouvez un endroit qui les distribue gratuitement.



3. Conservez les préservatifs dans un endroit frais et sec (pas un portefeuille).



4. Vérifiez la date d'expiration. Vérifiez également la bulle d'air pour vous assurer qu'il n'y a pas de trous.



5. Établir le consentement et la préparation pour le rapport. S'engager dans les préliminaires.



6. Ouvrez l'emballage du préservatif avec vos doigts.



7. Lorsque le pénis est en érection, pressez l'extrémité du préservatif et placez-le sur la tête du pénis.



8. Faites rouler le préservatif jusqu'à la base du pénis en tenant l'extrémité du préservatif.



9. Après l'éjaculation, tenez le préservatif à la base du pénis et retirez-le doucement.



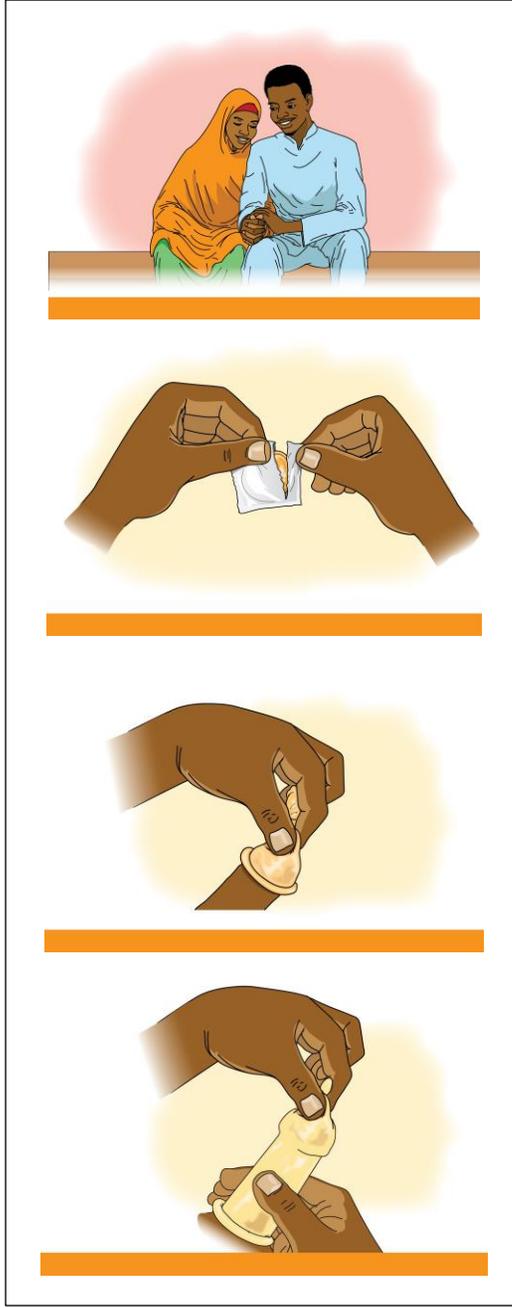
10. Attachez le préservatif pour éviter les déversements.



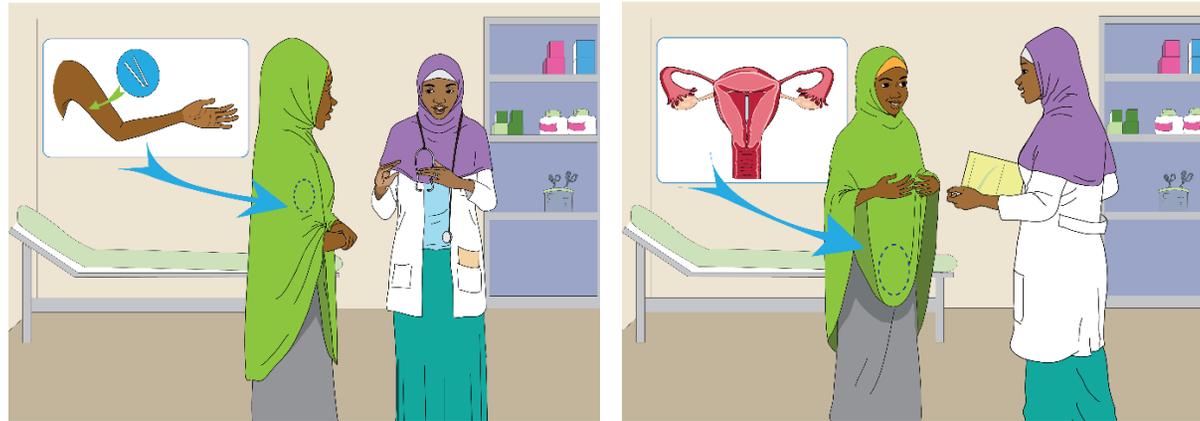
11. Jeter le préservatif dans la latrine.

*N'oubliez pas: les préservatifs sont le seul moyen de protection contre le VIH et les autres infections sexuellement transmissibles lors des rapports sexuels. Les préservatifs peuvent être utilisés en même temps que d'autres méthodes.*

# Contraception: préservatifs



## Contraception: implants et DIUs



### Messages clés des implants:

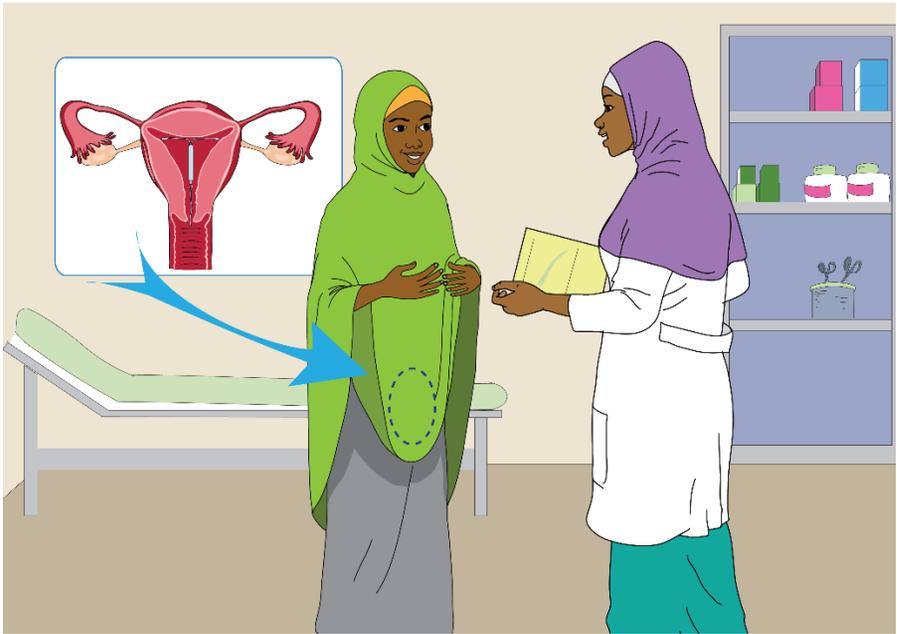
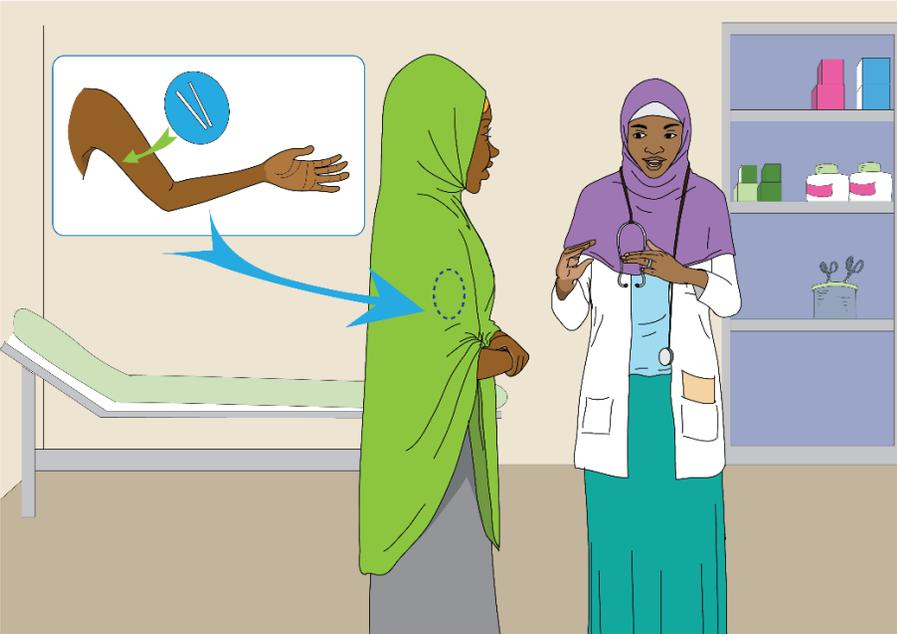
- Les implants sont de petites tiges en plastique. Un agent de santé qualifié place les implants sous la peau du bras d'une femme en pratiquant une petite coupure. Il peut rester dans le bras pendant plusieurs années, mais ils peuvent être retirés avant.
- **Avantages:** Les implants fonctionnent longtemps et peuvent être utilisés sans que personne sache. Les implants ne perturbent pas les relations sexuelles et la femme n'a pas à se souvenir de faire quelque chose tous les jours. Une femme peut tomber enceinte immédiatement après son retrait.
- **Inconvénients possibles:** Implants obligent une petite incision dans le bras qui peut laisser une petite cicatrice.

### Messages clés du DIU:

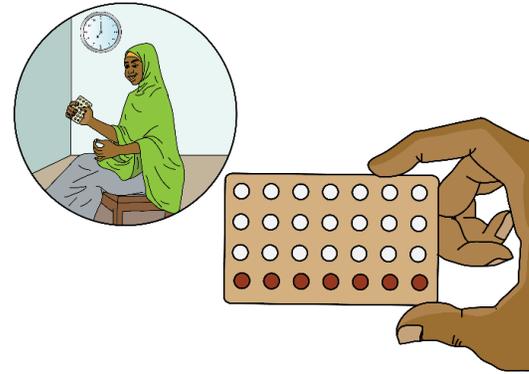
- Un DIU est un petit appareil fabriqué en plastique ou en cuivre. Quelques un libère des hormones. Un médecin ou un agent de santé place le DIU dans l'utérus de la femme. Le DIU au cuivre, peut être laissé en place jusqu'à 10 ans.
- **Avantages:** Les DIU empêchent la grossesse pendant longtemps et peuvent être utilisés sans que personne sache. Les DIU ne perturbent pas les relations sexuelles et la femme n'a pas à se souvenir de faire quelque chose tous les jours. Une femme peut tomber enceinte immédiatement après le retrait du DIU.
- **Inconvénients possibles:** le risque de maladie inflammatoire pelvienne est plus élevé.

*Rappelez-vous: aucune de ces méthodes ne protège contre le VIH et d'autres infections sexuellement transmissibles. Les préservatifs sont le seul moyen de protection contre le VIH et les autres infections sexuellement transmissibles lors des rapports sexuels. Les préservatifs peuvent être utilisés en même temps que d'autres méthodes.*

Contraception: implants et DIUs



## Contraception: injectables et pillule contraceptive orale



### Messages clés injectables:

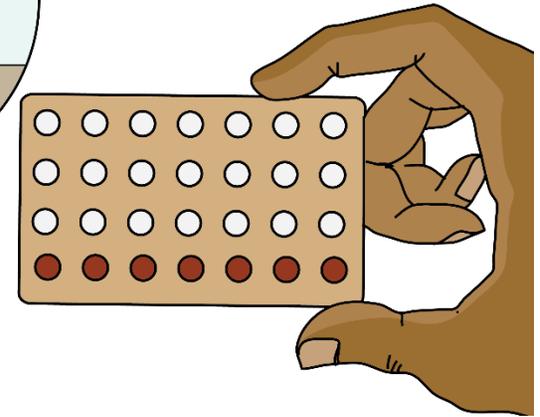
- La femme reçoit une injection dans le bras ou la fesse tous les deux ou trois mois.
- **Avantages:** l'injectable ne perturbe pas les rapports sexuels et peut être utilisé sans que personne sache. Une femme peut tomber enceinte après avoir cessé de recevoir des injections.
- **Inconvénients possible :** Cela nécessite une visite dans un centre de santé tous les deux ou trois mois. Il faut parfois 6 à 12 mois pour tomber enceinte après l'arrêt des injections.

### Messages clés de la pilule contraceptive orale :

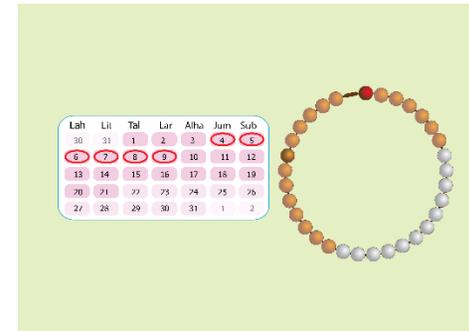
- La pilule contraceptive orale (« la pilule ») est une pilule qu'une femme prend par la bouche au même moment chaque jour.
- **Avantages:** La pilule peut alléger les règles et améliorer l'acné. Une fois qu'une femme cesse d'utiliser la pilule, elle peut tomber enceinte tout de suite.
- **Inconvénient possible:** La femme doit se rappeler de prendre la pilule tous les jours à la même heure. Elle doit obtenir un paquet de pilules par mois. Pour en faire, elle doit visiter une pharmacie, un agent de santé, un DBC, ou un centre de santé chaque mois.

*Rappelez-vous: aucune de ces méthodes ne protège contre le VIH et d'autres infections sexuellement transmissibles. Les préservatifs sont le seul moyen de protection contre le VIH et les autres infections sexuellement transmissibles lors des rapports sexuels. Les préservatifs peuvent être utilisés en même temps que d'autres méthodes.*

# Contraception: injectables et pillule contraceptive orale



## Contraception: MAMA, Retrait, et Méthode des jours standard



### La Méthode de l'Allaitement Maternel et de l'Aménorrhée (MAMA) Messages clés:

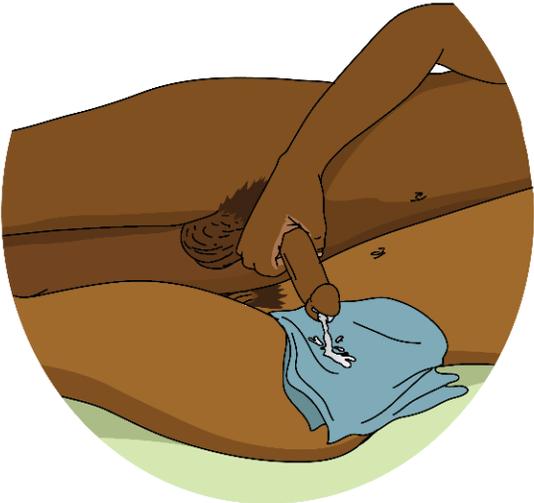
- En ne nourrissant que le nouveau-né qu'au lait maternel, une mère peut éviter une grossesse jusqu'à six mois si ses règles ne sont pas revenues.
- MAMA est moins efficace après l'âge de six mois, après que le bébé commence à avoir d'autres aliments et boissons, ou après le retour des règles de la femme.
- **Avantages:** Les femmes n'ont pas besoin d'aller dans un centre de santé. Il n'y a pas d'effets secondaires.
- **Inconvénients possibles:** Les femmes doivent avoir un enfant à allaiter. MAMA doit être utilisé correctement pour être efficace.

### Messages clés sur le retrait et la méthode des jours standard:

- Certains couples peuvent pratiquer le retrait, où l'homme retire son pénis du vagin de la femme avant d'éjaculer.
- D'autres couples peuvent utiliser la méthode des jours standard, une méthode de suivi de votre fertilité basée sur le cycle menstruel de la femme et l'abstinence ou l'utilisation de préservatifs pendant les jours fertiles. Une femme peut utiliser un collier spécial appelé Cycle Beads ou un calendrier pour suivre sa fertilité.
- **Avantages:** Utiliser une de ces méthodes est plus efficace que d'utiliser aucune méthode, en particulier pour les couples sans accès à la planification familiale.
- **Inconvénients Possibles:** Ils ont des taux très élevés d'erreur. Toutes ces méthodes exigent une action du couple à chaque fois qu'ils ont des rapports sexuels.

*Rappelez-vous: aucune de ces méthodes ne protège contre le VIH et d'autres infections sexuellement transmissibles. Les préservatifs sont le seul moyen de protection contre le VIH et les autres infections sexuellement transmissibles lors des rapports sexuels. Les préservatifs peuvent être utilisés en même temps que d'autres méthodes.*

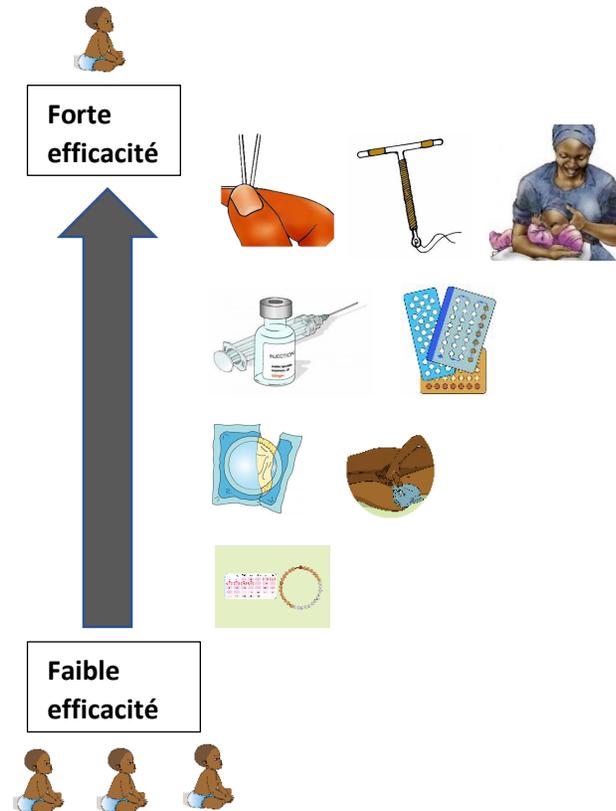
Contraception: MAMA, retrait, et Méthode des jours standard



Lah	Lit	Tal	Lar	Alha	Jum	Sub
30	31	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31	1	2



## Contraception : efficacité des méthodes de contraception



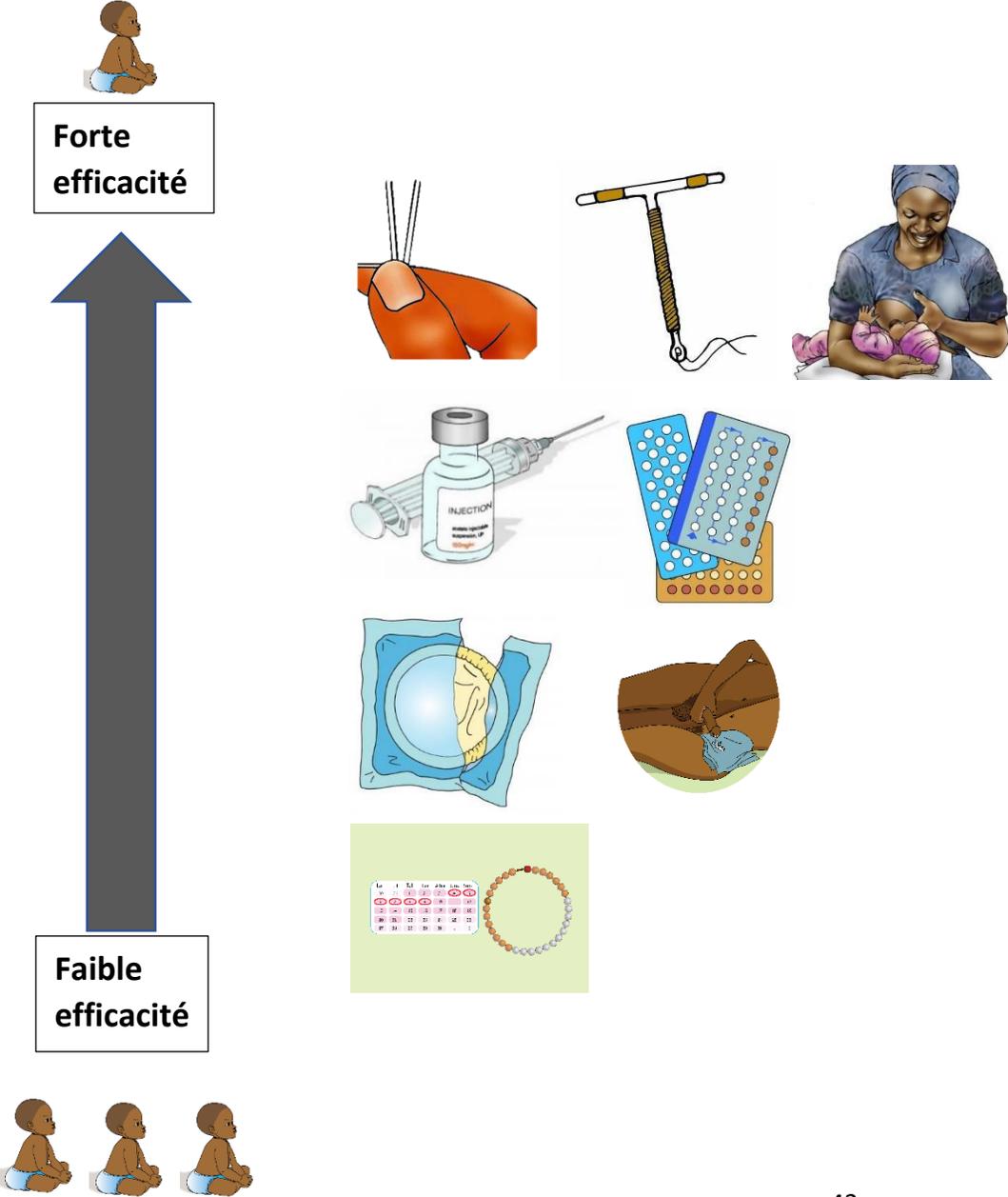
### Messages clés:

- Les implants et les DIU sont les méthodes les plus efficaces pour prévenir la grossesse. MAMA est également très efficace chez les femmes ayant un nouveau-né.
- La pilule et les injectables sont efficaces pour prévenir la grossesse, lorsqu'ils sont utilisés correctement. Cependant, ils nécessitent plus de temps et efforts que les implants et les DIU.
- Les préservatifs, le retrait, et la méthode des jours standards ont des taux de grossesse plus élevés, mais ils sont meilleurs qu'aucune méthode.

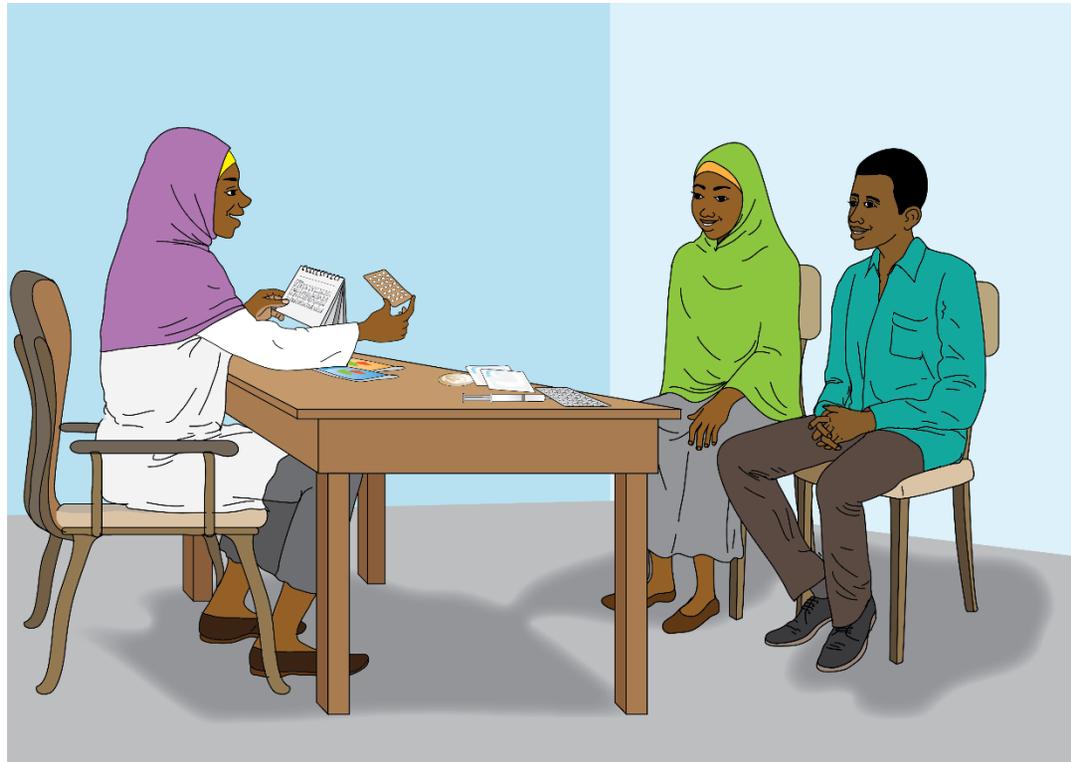
### Questions:

- À part l'efficacité, que devrions-nous considérer avant de choisir une méthode contraceptive?

# Contraception: efficacité des méthodes de contraception



## Comprendre la planification familiale : mythes et idées fausses



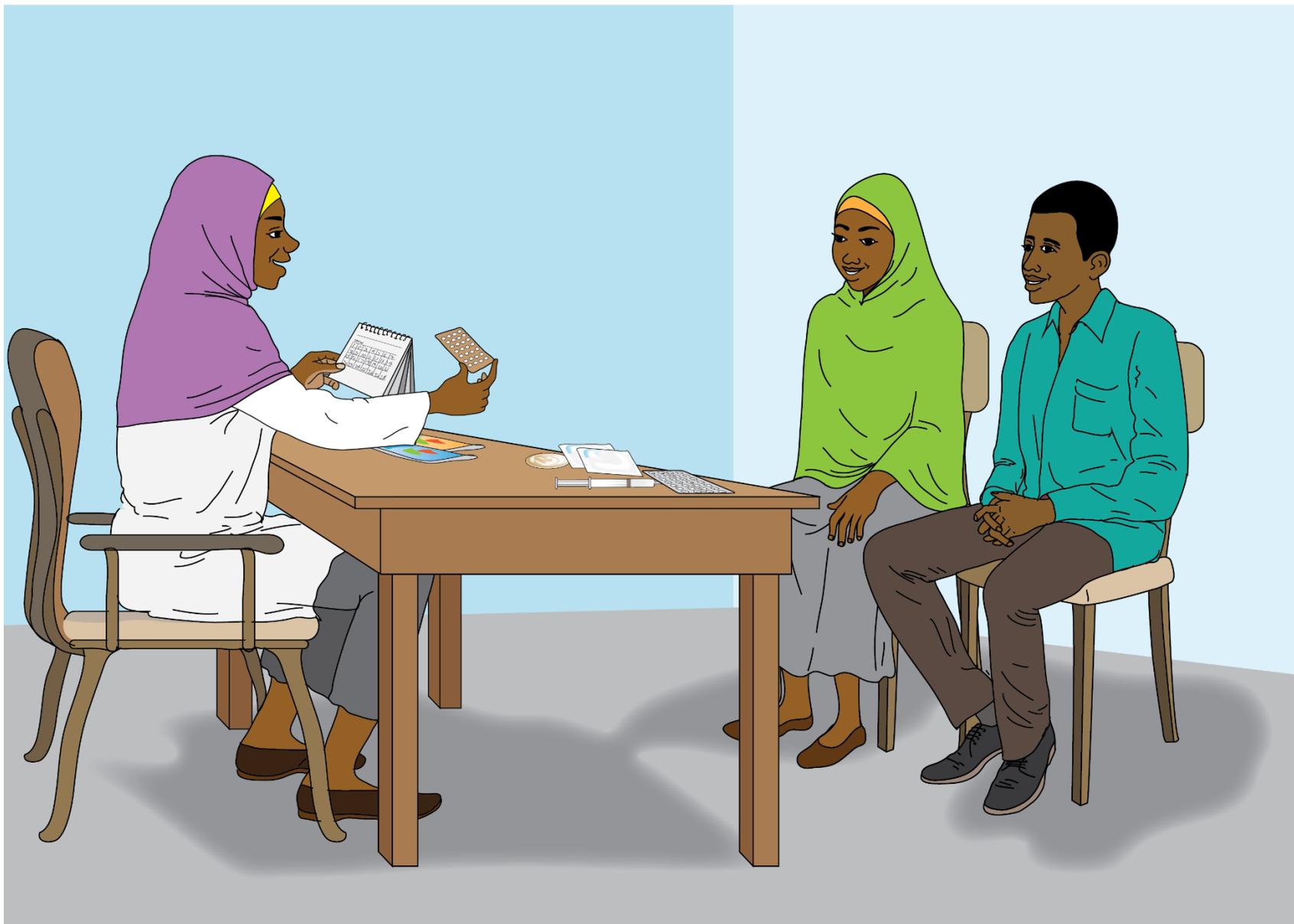
### Messages clés:

- Parfois, quand quelque chose est inconnu ou nouveau, les gens peuvent avoir de fausses croyances.
- Pour la planification familiale, les expériences personnelles, les peurs et les croyances des personnes peuvent affecter la façon dont elles partagent des informations sur les méthodes.
- Le meilleur moyen de déterminer si vos convictions ou vos inquiétudes au sujet de la planification familiale sont vraies ou fausses est de demander à un professionnel de la santé.

### Questions:

- Quelles sont les fausses croyances sur les méthodes de planification familiale dans notre communauté?
- Où pouvons-nous nous assurer que les informations dont nous disposons sur notre santé sont correctes?

## Comprendre la planification familiale : mythes et idées fausses



## Comprendre la planification familiale : sécurité et effets secondaires



### Messages clés:

- N'oubliez pas que toutes les méthodes présentées dans ce guide sont sans danger pour les adolescents.
- Certaines méthodes peuvent provoquer des effets secondaires. Ceux-ci sont normalement doux et s'améliorent avec le temps.
- Si un effet secondaire vous préoccupe, parlez-en à votre agent de santé.

### Questions:

- Si vous ressentez un effet secondaire, que pouvez-vous faire?

## Comprendre la planification familiale : sécurité et effets secondaires



## Comprendre la planification familiale : le rôle des maris



### Messages clés:

- Un couple a la responsabilité de discuter de leurs désirs concernant la taille de la famille et l'utilisation de la contraception.
- Les hommes peuvent utiliser des méthodes masculines telles que les préservatifs
- Pour les autres méthodes, les hommes peuvent aider leurs femmes à utiliser d'autres méthodes en se rendant avec leur femme au centre de santé ou en payant pour des contraceptifs.

### Questions:

- Que fait le mari sur les photos pour aider sa femme à prévenir la grossesse et les infections sexuellement transmissibles?
- Pensez-vous que les hommes de votre communauté seraient prêts à jouer ces rôles?

## Comprendre la planification familiale : le rôle des maris



## Première naissance précoce - point de vue santé : aperçu



### Messages clés:

- Nos communautés peuvent avoir des convictions lorsqu'une femme devrait avoir un enfant. Souvent, ces croyances sont liées aux normes de genre.
- Les barrières financières, sociales, et de la santé peut le rendre difficile pour les jeunes couples mariés à attendre d'avoir des enfants.
- Les couples devraient commencer à parler de planification familiale le plus tôt possible. Les hommes et les femmes peuvent aider à prévenir une grossesse.
- C'est le couple qui doit décider quand avoir une grossesse.

### Questions:

- Comment les gens considèrent-ils les couples qui attendent plus d'un an après le mariage pour avoir un enfant?
- Comment ces croyances peuvent-elles affecter lorsque nous décidons d'avoir des enfants?
- Pensez-vous que la pression d'avoir des enfants impacts les filles sur la possibilité de faire d'autres activités, telles que le démarrage d'une entreprise ou la finition de l'école?

Première naissance précoce - point de vue santé : aperçu



## Première naissance précoce - point de vue santé : risques pour les mères et les enfants



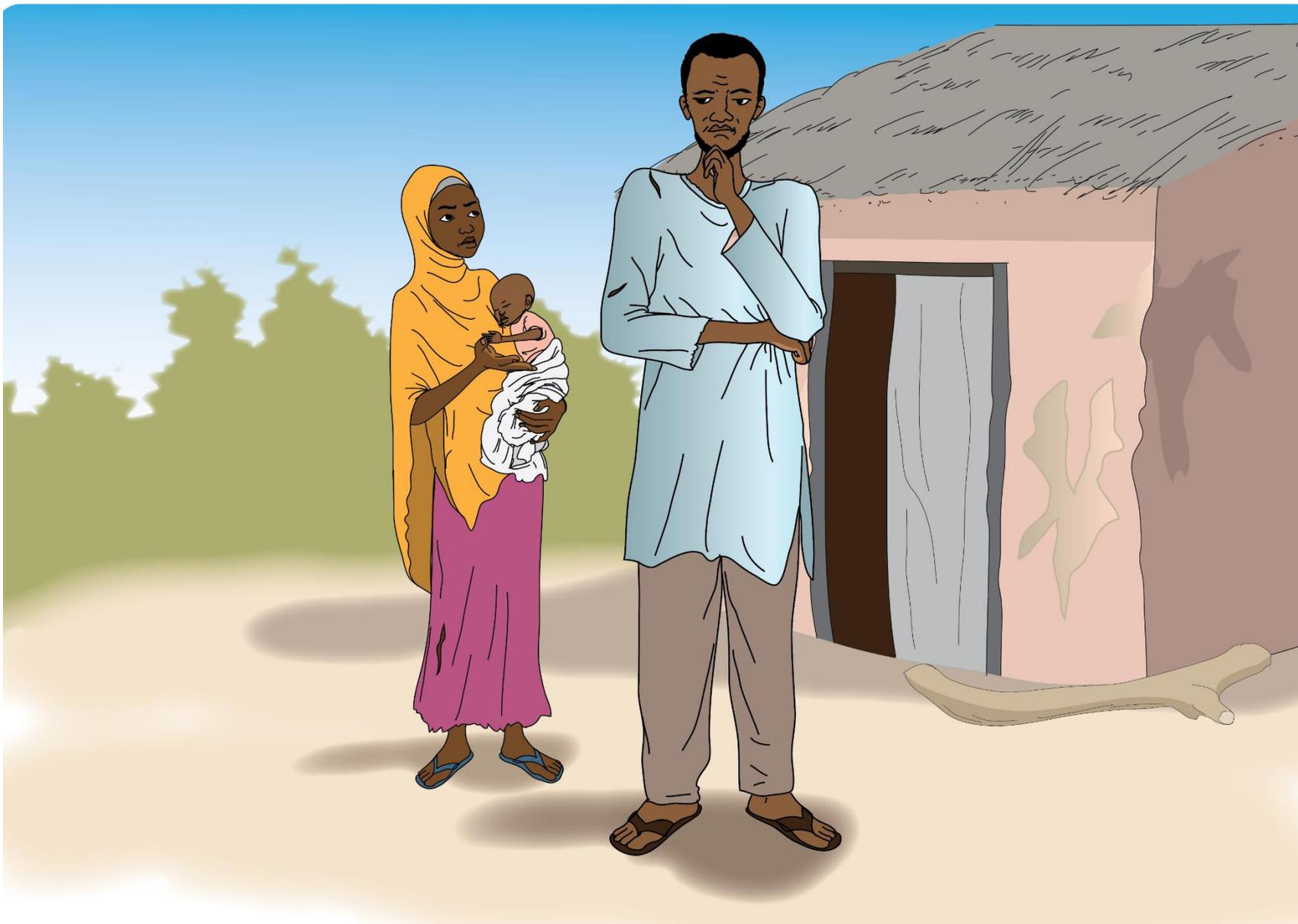
### Messages clés:

- Les grossesses précoces mettent les mères en danger:
  - Les filles de moins de 18 ans ont un risque plus élevé d'hypertension, de carence en fer et d'accouchement prolongé ou compliqué.
  - Il peut être extrêmement difficile pour elles de donner naissance à un enfant et peut provoquer des affections telles que la fistule obstétricale.
  - Les adolescents de 15-19 sont deux fois plus susceptibles de mourir pendant la grossesse ou l'accouchement que les plus de 20 ans.
- Les grossesses précoces mettent les enfants en danger:
  - Les nouveau-nés risquent de naître trop tôt, trop petits ou avec un faible poids à la naissance.
  - Les nourrissons de mères adolescentes sont plus susceptibles de mourir avant leur premier anniversaire que les enfants de mères plus âgées.
  - Après avoir eu un bébé, attendre deux ans avant de tomber enceinte améliore des résultats dans la survie infantile.

### Questions:

- D'après la photo, comment une grossesse précoce peut-elle mettre la santé des mères en danger?
- D'après la photo, comment une grossesse précoce peut-elle mettre la santé des enfants en danger?

## Première naissance précoce - point de vue santé : risques pour les mères et les enfants



## Première naissance précoce - point de vue santé : les avantages



### Messages clés:

- Retarder la première naissance jusqu'à l'âge de 18 ans présente de nombreux avantages. Vous pourrez peut-être poursuivre vos études, travailler et économiser de l'argent.
- Attendre peut également vous aider à vous assurer que vous êtes physiquement, émotionnellement et financièrement prêt à avoir un enfant. Il peut en résulter une grossesse plus saine et une famille plus saine et plus heureuse.

### Questions:

- Sur la première image, à quoi ressemble la vie de la femme et du mari qui ont eu beaucoup d'enfants au début de leur mariage?
- Sur la deuxième photo, qu'est-ce que la femme et son mari peuvent faire parce qu'elle a attendu jusqu'à 18 ans pour avoir un bébé?
- Comment le fait d'attendre jusqu'à l'âge de 18 ans pour avoir un bébé l'a-t-elle rendue plus heureuse et permis une meilleure santé?

## Première naissance précoce - point de vue santé : les avantages



## Première naissance précoce- Perspective économique : Avantages économiques de retarder la grossesse



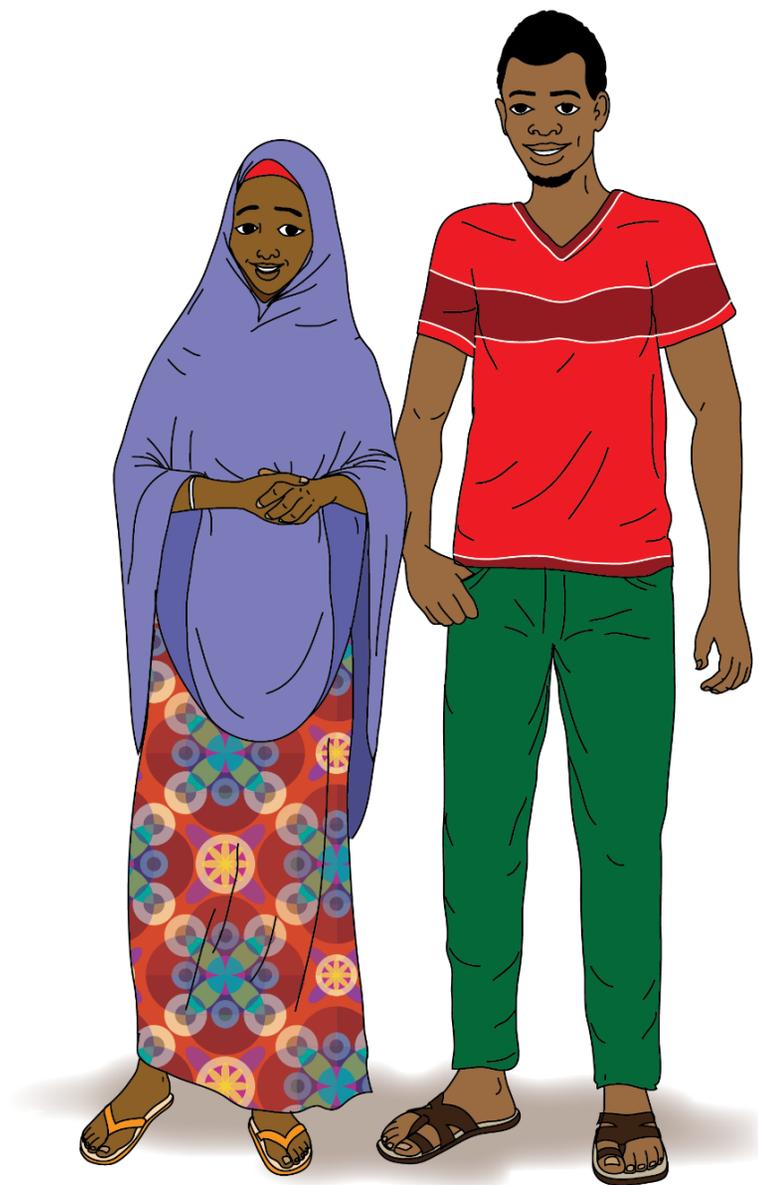
### Messages clés:

- Attendre d'avoir au moins 18 ans et être prêt physiquement, émotionnellement et financièrement avant d'avoir un enfant présente de nombreux avantages financiers. Ceux-ci incluent:
  - Réduit les frais médicaux en réduisant le risque qu'une femme ait des complications médicales après une naissance précoce
  - Réduit les frais médicaux en réduisant le risque d'un enfant né prématuré, trop petite, et avec des complications de santé
  - Offre plus d'opportunités pour continuer l'éducation, acquérir des compétences et participer à des activités génératrices de revenus qui aideront une famille à gagner plus d'argent
  - Donne aux couples plus de temps pour devenir financièrement stable afin qu'ils puissent bien prendre soin d'eux-mêmes et de leurs enfants
- Il est également avantageux d'attendre jusqu'à l'âge de 18 ans et d'être prêt physiquement, émotionnellement et financièrement avant d'avoir un enfant. Ceux-ci incluent:
  - Réduit la chance des maladies, la mort, et les complications de la grossesse
  - Donne aux couples le temps de se connaître
  - Crée des opportunités d'aller à l'école

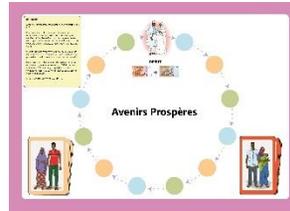
### Des questions:

- Comment est-ce qu'on peut potentiellement économiser de l'argent par attendre d'avoir au moins 18 ans et être prêt émotionnellement et financièrement avant d'avoir un enfant?
- Comment les possibilités de poursuivre des études, d'acquérir des compétences et de participer à des activités génératrices de revenus peuvent-elles aider votre famille à se préparer si vous décidez d'avoir un enfant?
- Quels sont les avantages non financiers d'attendre d'avoir des enfants?

## Première naissance précoce- Perspective économique : Avantages économiques de retarder la grossesse



## Première naissance précoce - Perspective économique: Avenirs Prospères



### Messages clés:

- Attendre d'avoir un enfant peut conduire à de meilleurs résultats financiers pour votre famille.
- Une femme qui travaille peut contribuer aux finances de sa famille, ce qui peut améliorer le bien-être de sa famille.

### Activité:

Utilisez le jeu de société et les cartes « Avenirs Prospères ». Expliquez les règles suivantes.

Pour jouer au jeu:

- Avant de commencer, chaque joueur doit collecter 1500 CFA.
- Pour commencer, tirez une carte avec un couple récemment marié, indiquant que vous n'avez pas d'enfant. Suivez les actions sur la carte. Vous pouvez soit gagner de l'argent ou dépenser de l'argent. La carte vous dira où aller ensuite. À chaque tour, piochez une carte.
- Si vous tirez une carte avec un bébé, pour le reste de jeu, vous devrez sélectionner une carte du jeu avec la photo d'un couple récemment marié avec un enfant.
- Le tableau symbolise deux ans de mariage. Le jeu se termine lorsque tous les joueurs ont fait le tour du tableau une fois. Ensuite, chaque joueur compte combien d'argent il a. Le joueur avec le plus d'argent est celui qui a gagné.
- Jusqu'à 6 joueurs peuvent jouer le jeu.

### Des questions:

- Quelles activités ont eu les montants de paiement les plus élevés? Pourquoi?
- Quelles activités ont fait perdre le plus d'argent aux joueurs? Pourquoi?
- Qu'avez-vous remarqué chez les joueurs qui ont eu un enfant peu de temps après le mariage? Qu'avez-vous remarqué chez les joueurs qui n'ont pas eu d'enfants peu de temps après le mariage? Qui a fait plus d'argent? Pourquoi?
- Ce jeu reflète-t-il ce qui se passe dans notre communauté lorsque des couples attendent d'avoir au moins 18 ans et d'être prêts physiquement, émotionnellement et financièrement pour avoir un enfant? Pourquoi ou pourquoi pas?

# Première naissance précoce - Perspective économique : Avenirs Prospères

## Instructions

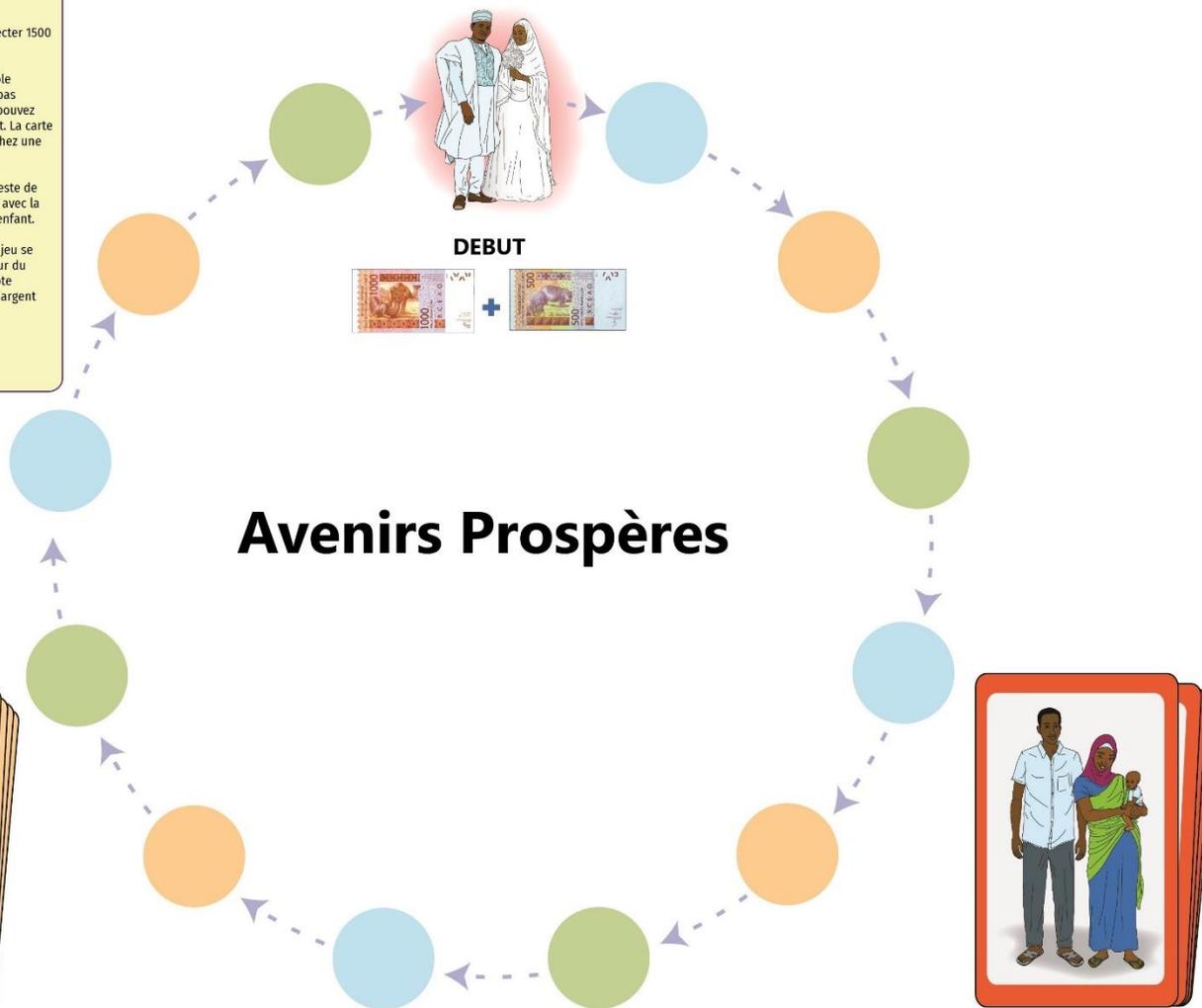
Avant de commencer, chaque joueur doit collecter 1500 CFA.

Pour commencer, tirez une carte avec un couple récemment marié, indiquant que vous n'avez pas d'enfant. Suivez les actions sur la carte. Vous pouvez soit gagner de l'argent ou dépenser de l'argent. La carte vous dira où aller ensuite. À chaque tour, piochez une carte.

Si vous tirez une carte avec un bébé, pour le reste de jeu, vous devrez sélectionner une carte du jeu avec la photo d'un couple récemment marié avec un enfant.

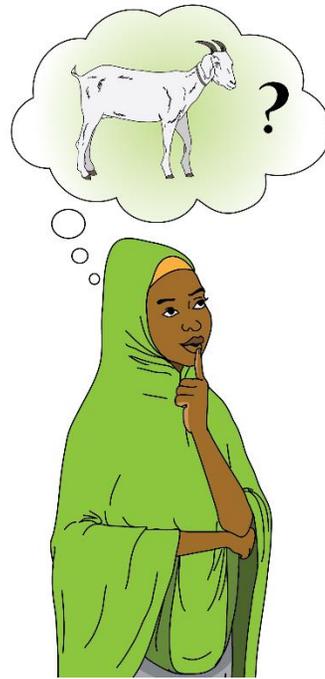
Le tableau symbolise deux ans de mariage. Le jeu se termine lorsque tous les joueurs ont fait le tour du tableau une fois. Ensuite, chaque joueur compte combien d'argent il a. Le joueur avec le plus d'argent est celui qui a gagné.

Jusque 6 joueurs peuvent jouer le jeu.



## Avenirs Prospères

## Se Fixer des objectifs: introduction



Lah	Lit	Tal	Lar	Alha	Jum	Sub
30	31	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31	1	2



### Messages clés:

- Créer une vision pour notre avenir peut nous aider à prendre des décisions saines et intelligentes.
- Afin de faire de nos rêves une réalité, nous devons nous fixer des objectifs.
- Les objectifs comprennent 3 choses:
  - 1) **Qu'est-ce que** tu veux?
  - 2) **Quand** voulez-vous la réaliser?
  - 3) **Comment** allez-vous le faire?

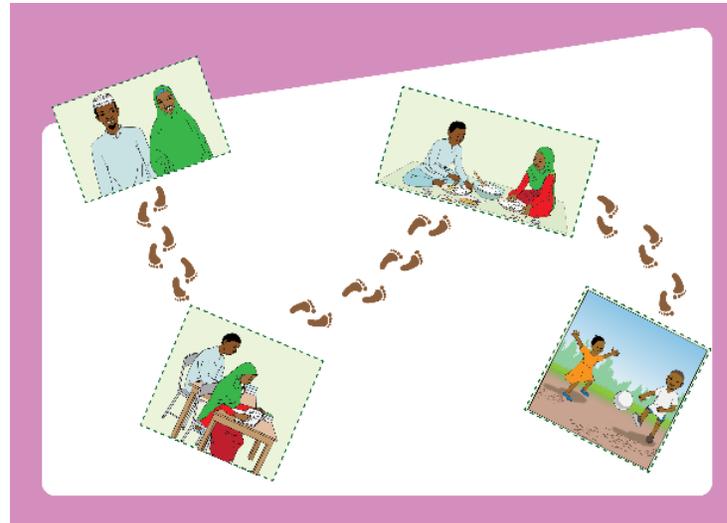
## Se Fixer des objectifs: introduction



Lah	Lit	Tal	Lar	Alha	Jum	Sub
30	31	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31	1	2



## Se Fixer des objectifs: tableau de visions



### Messages clés:

- Créer une vision pour notre avenir peut nous aider à prendre des décisions saines et intelligentes.
- Les quatre parties de ce tableau sont: relations, travail & éducation, maison & environnement, et enfants.

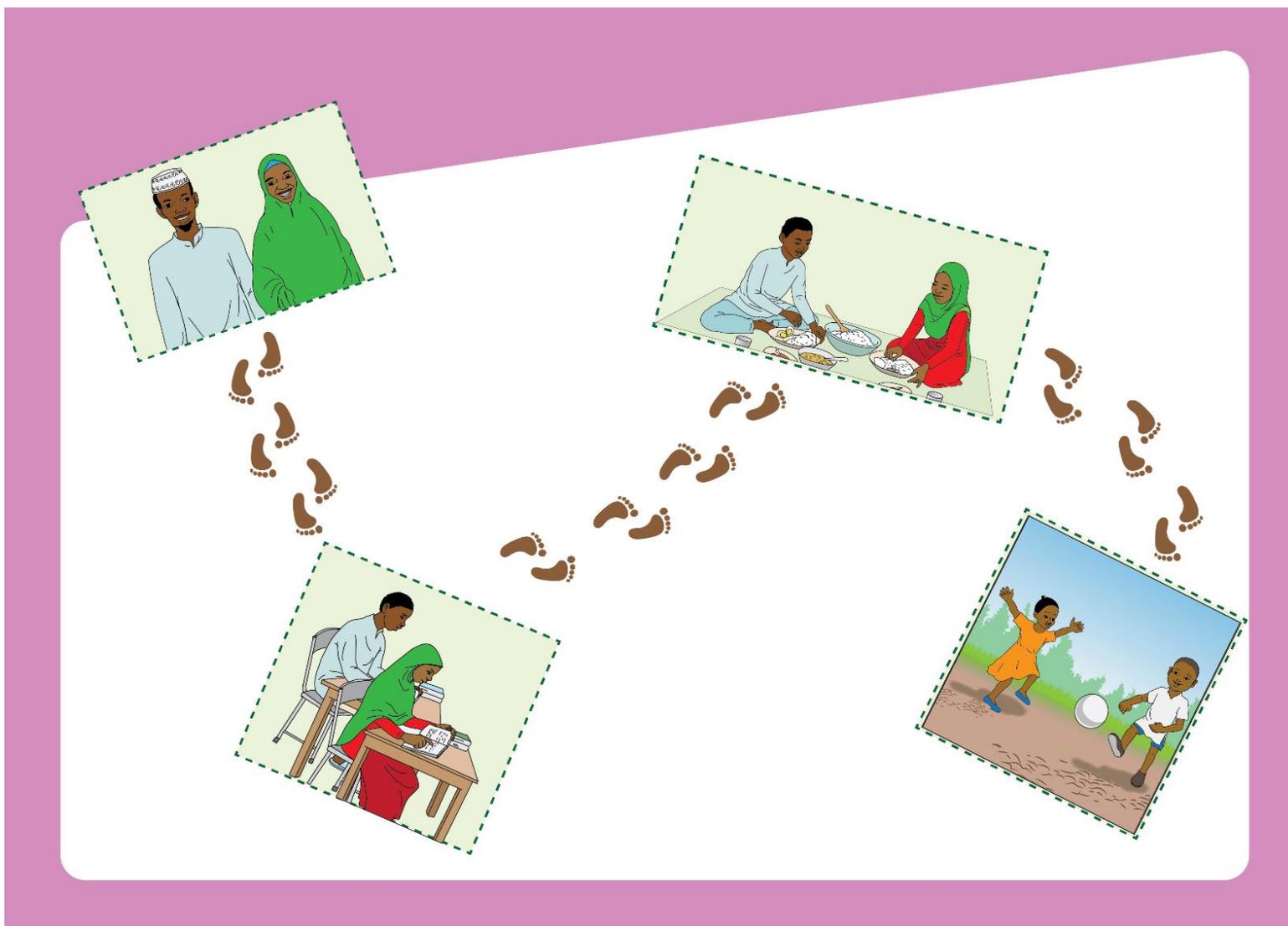
### Activité:

- Utilisez le tableau de visions pour créer des objectifs pour vos relations, travail & éducation, maison & environnement, et enfants.

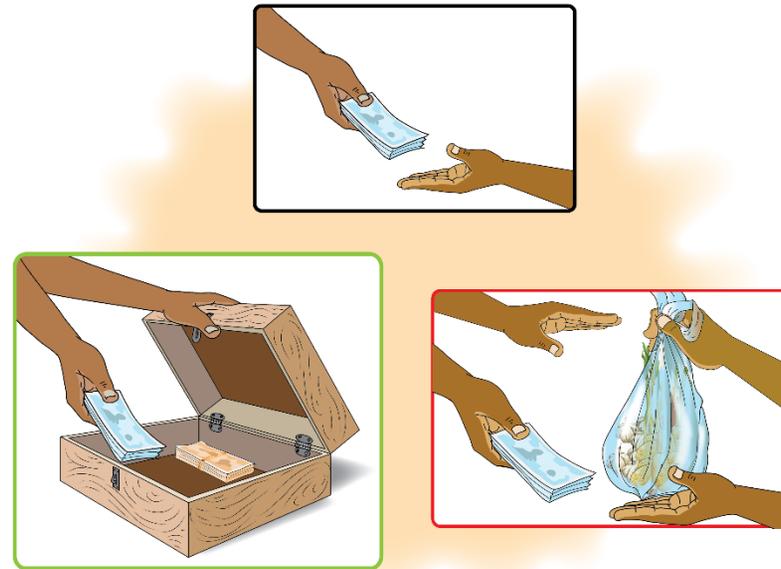
### Questions:

- Votre vision de l'avenir a-t-elle changé depuis la dernière fois que nous avons pratiqué cet exercice? Pourquoi ou pourquoi pas?
- Si vous deveniez enceinte maintenant, à quel point serait-il difficile pour vous de réaliser votre vision?

## Se Fixer des objectifs: tableau de visions



## Budget des ménages: revenu et épargne



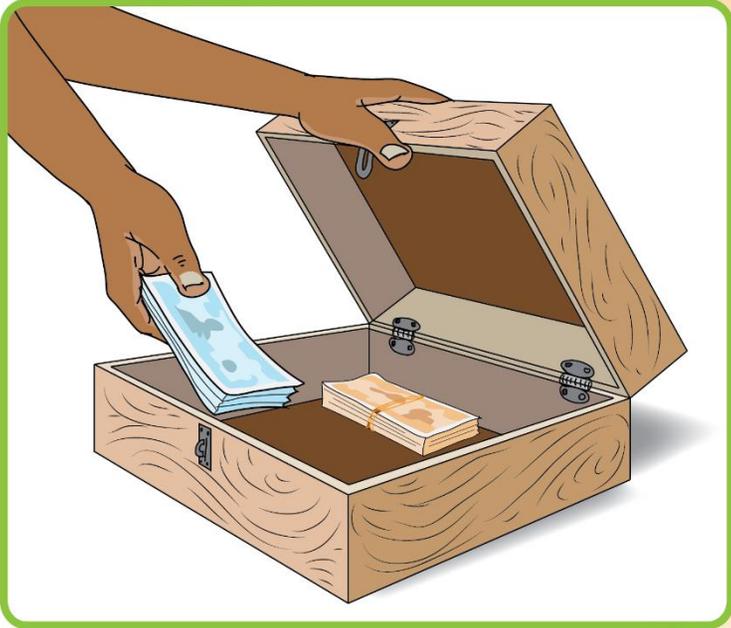
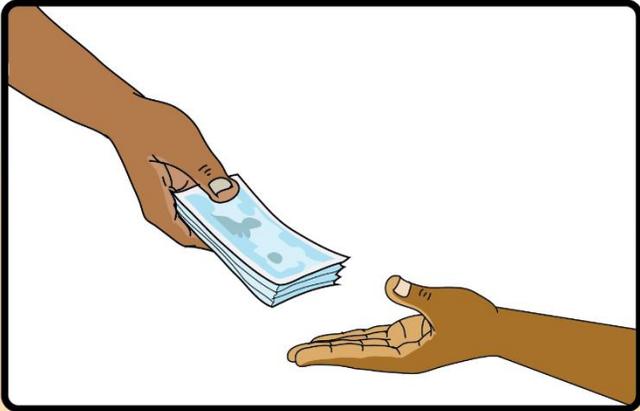
### Messages clés:

- Si vous recevez de l'argent, il est appelé revenu. Lorsque vous payez des articles ou des services, cela s'appelle des dépenses. Idéalement, votre revenu doit être supérieur ou égal à vos dépenses.
- L'épargne est de l'argent que vous déposez. Les économies peuvent être utiles lorsque notre revenu diminue ou que nos dépenses augmentent.

### Questions:

- Y a-t-il des périodes au cours de l'année où les dépenses du ménage augmentent? Quand?
- Y a-t-il des périodes où le revenu du ménage diminue? Quand?
- Comment le fait de savoir quand les dépenses ou les revenus vont changer vous aidera à planifier?

Budget des ménages: revenu et épargne



## Budget des ménages: sans bébé



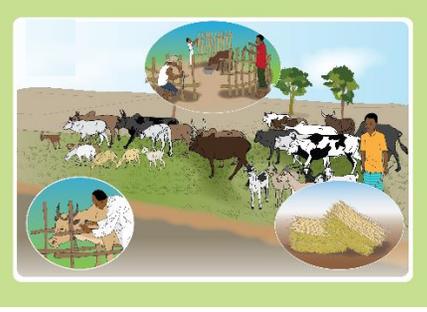
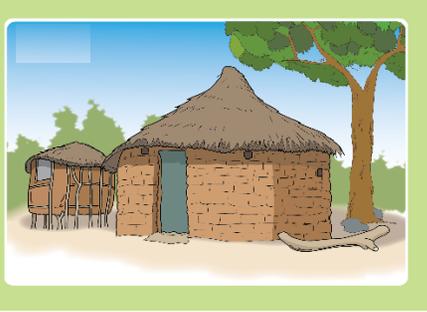
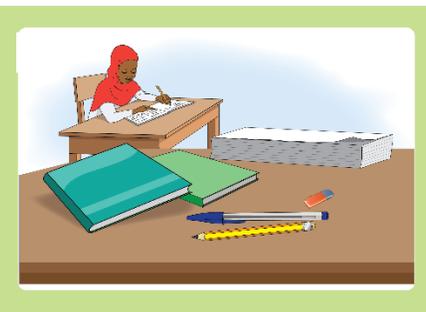
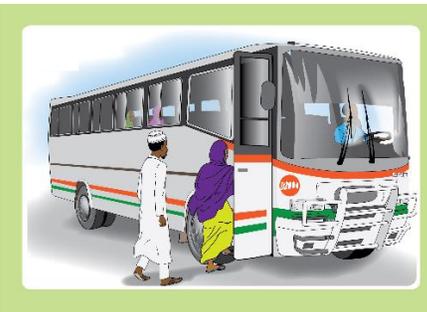
### Messages clés:

- Les dépenses peuvent comprendre: la nourriture, les communications, les transports, l'éducation, l'eau, les vêtements, le logement, la santé, le remboursement d'un emprunt, les semences / produits de l'agriculture, le coût des animaux et l'épargne.
- Un budget peut nous aider à suivre nos dépenses et à planifier nos dépenses.

### Questions:

- Quelles dépenses les images montrent-elles pour les personnes sans bébé?
- Comment un budget peut-il vous aider?

# Budget des ménages: sans bébé



## Budget des ménages : avec un bébé



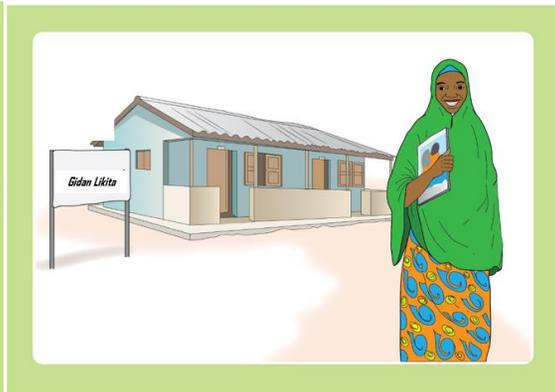
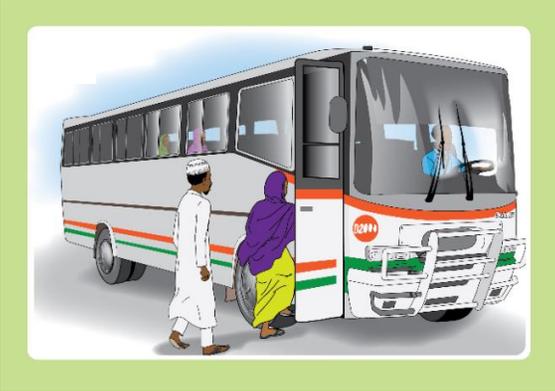
### Messages clés:

- Lorsque vous avez un bébé, vous aurez des dépenses supplémentaires. Ceux-ci peuvent inclure des vêtements, de la nourriture, des soins de santé, des transports, des frais de scolarité et des économies.
- Lorsque vous aurez un enfant, le montant d'argent dont vous aurez besoin pour votre ménage augmentera.

### Questions:

- Quelles sont les dépenses supplémentaires que vous aurez si vous décidez d'avoir un enfant?

# Budget des ménages: avec un bébé



## Budget des ménages : activités budgétaires

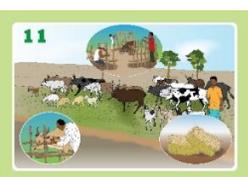
### Activité:

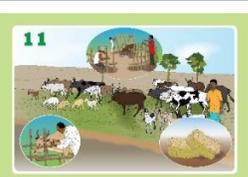
- Travaillez ensemble pour déterminer les dépenses hebdomadaires typiques d'un jeune couple de votre communauté sans enfant pour chaque article. Puis, évaluez vos dépenses hebdomadaires avec un bébé. Additionnez le coût total des « dépenses hebdomadaires sans un bébé » et « dépenses hebdomadaires avec un bébé. »

Article	Dépenses hebdomadaires sans un bébé 	Dépenses hebdomadaires avec un bébé 
<b>1</b> 		
<b>2</b> 		
<b>3</b> 		
<b>4</b> 		

## Budget des ménages : activités budgétaires

Article	Dépenses hebdomadaires sans un bébé 	Dépenses hebdomadaires avec un bébé 
<p>1</p> 		
<p>2</p> 		
<p>3</p> 		
<p>4</p> 		

Article	Dépenses hebdomadaires sans un bébé 	Dépenses hebdomadaires avec un bébé 
		
		
		
		
		
TOTAL		

Article	Dépenses hebdomadaires sans un bébé 	Dépenses hebdomadaires avec un bébé 
		
		
		
		
		
TOTAL		

## Budget des ménages : planifier ma famille



### Messages clés:

- Attendre jusqu'à ce que vous avez au moins 18 ans avant d'avoir un enfant peut vous faire économiser de l'argent dans les frais d'hospitalisation parce qu'une fille adolescente est plus susceptible d'avoir des complications.
- Attendre jusqu'à ce que vous avez au moins 18 ans avant d'avoir un enfant peut vous faire économiser de l'argent dans les frais d'hospitalisation parce qu'un enfant d'une mère mineure est plus susceptible d'être malade.
- Attendre jusqu'à ce que vous avez au moins 18 ans avant d'avoir un enfant peut donner à vous et à votre mari les possibilités de poursuivre les études, à acquérir des compétences et de participer à des activités génératrices de revenus qui aideront la famille à gagner plus d'argent.
- Si vous et votre mari travaillez tous les deux quelques années et économisez de l'argent, cela vous aidera à économiser pour votre enfance. Cela vous donnera également le temps de faire connaissance et de bâtir une relation solide et fructueuse.

### Questions:

- Comment attendre jusqu'à ce que vous avez au moins 18 ans avant d'avoir un enfant vous aide à économiser de l'argent?
- En plus d'économiser de l'argent, quels sont les autres avantages d'attendre jusqu'à l'âge de 18 ans pour avoir un enfant?
- Quelles décisions pouvez-vous prendre pour augmenter votre revenu avant de décider d'avoir un enfant?

## Budget des ménages : planifier ma famille



## Communication: Aperçu



## Messages clés :

- Une bonne communication crée la confiance; favorise l'affection et la compréhension; et aide à résoudre les problèmes et à prendre des décisions.
- Communication agressive: exprimer vos sentiments d'une manière qui menace ou fait peur à l'autre personne.
- Communication passive: laisser aux autres de deviner ce que vous voulez ou de les laisser décider pour vous.
- Communication assertive: dire à quelqu'un exactement ce que vous voulez d'une manière qui ne semble ni grossière ni menaçante.

## Questions:

- Quel type de communication se passe dans la première image? Est-ce une forme de communication saine?
- Quel type de communication se passe dans la deuxième image? Est-ce une forme de communication saine?
- Quel type de communication se passe dans la troisième image? Est-ce une forme de communication saine?
- Pourquoi une bonne communication est-elle importante dans un mariage?

Communication: Aperçu



## Communication: communication assertive



### Messages clé:

- La communication assertive implique l'expression de nos pensées et le respect de ce que les autres ressentent en les écoutant. Une communication assertive permet d'avoir l'harmonie dans un couple.
- Les déclarations "je" vous permettent d'exprimer clairement votre point de vue, comment quelque chose vous affecte et comment vous voudriez que les choses changent.
- Pour ce faire, utilisez la formule: je me sens \_\_\_\_\_, quand vous \_\_\_\_\_. Ce que je voudrais plutôt, c'est \_\_\_\_\_.
- Parfois, il peut être utile de commencer par reconnaître les sentiments de l'autre personne.

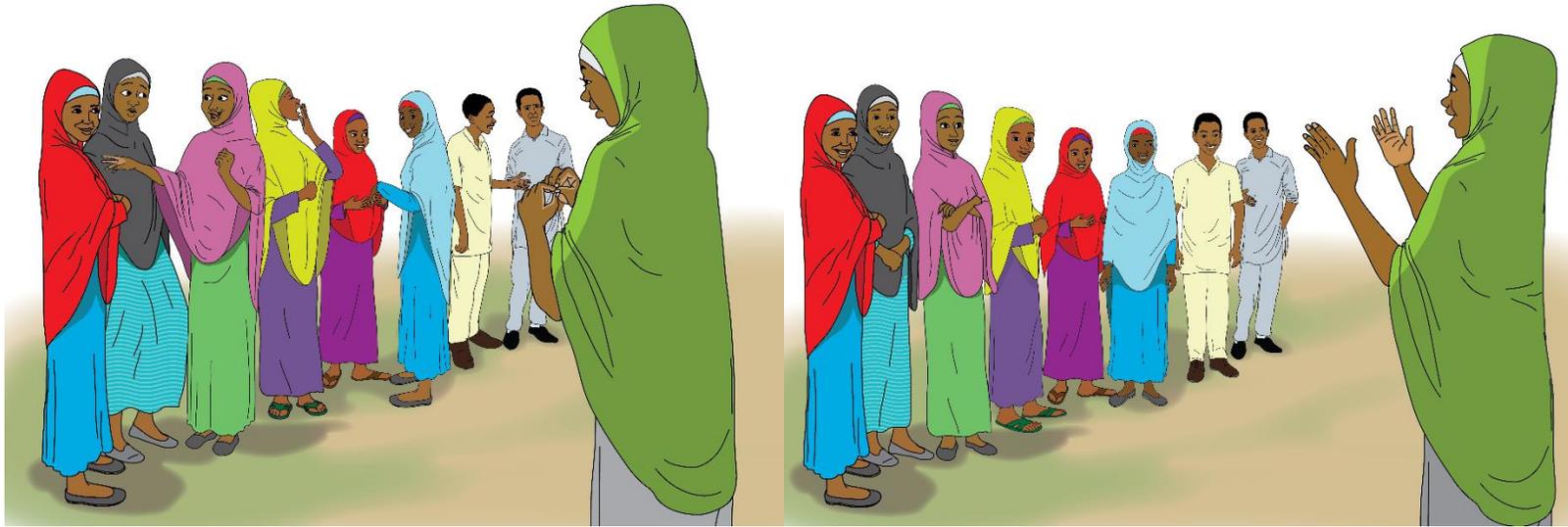
### Questions:

- D'après l'image, que devons-nous faire pour utiliser une communication assertive?
- Comment est-ce qu'une communication assertive peut-elle améliorer vos relations avec votre famille ou votre mari?

## Communication: communication assertive



## Communication: l'écoute active



### Messages clés:

- L'écoute active signifie écouter attentivement l'autre personne et s'assurer que notre corps montre que nous écoutons.
- Les exemples négatifs incluent bâiller, froncer les sourcils, rire, etc.
- Les exemples positifs incluent le sourire, le contact visuel, les hochements de tête, etc.

### Questions:

- Que se passe-t-il dans la première image? Comment vous sentiriez-vous si vous étiez la fille qui parlait dans la première image?
- Que se passe-t-il dans la deuxième image? Comment vous sentiriez-vous si vous étiez la fille qui parle dans la deuxième image?
- Que peuvent faire les gens pour montrer qu'ils écoutent attentivement quelqu'un?

## Communication: l'écoute active



## Violence basée sur le genre: types de violence



### Messages clés:

- Les actes de violence d'un partenaire sont appelés la violence basée sur le genre.
- Il existe quatre catégories différentes de ces violences:
  - Physique (fait mal au corps)
  - Émotionnelle (blesse les sentiments)
  - Sexuelle (contrôle la sexualité)
  - Économique (contrôle de l'accès à l'argent, à la propriété ou aux ressources)

### Questions:

- Quels types de violence se produisent dans les images?
- Comment cette violence fait sentir la femme de l'homme dans l'image?
- Pensez-vous que ces actes de violence se produisent au sein du mariage dans notre communauté?

## Violence basée sur le genre: types de violence



## Violence basée sur le genre: Vulnérabilité



### Messages clés:

- Les femmes et les filles sont souvent plus vulnérables que les hommes et les garçons à la violence basée sur le genre car nos sociétés ont des attentes différentes à l'égard des femmes et des hommes.
- Cela tient au fait que nous n'accordons pas la même valeur aux hommes et aux femmes.
- Même si les hommes, les femmes, les garçons et les filles sont toutes différentes, chacun a une valeur égale et mérite le respect.
- Les femmes ne sont jamais responsables des violences commises à leur encontre.
- Toute personne a le droit de vivre une vie sans violence ou abus.

### Questions:

- Qui la violence affecte le plus: les hommes ou les femmes? Pourquoi?
- Que peuvent faire les amis et la famille pour aider les femmes dans ce type de situation?
- Où les membres de notre communauté victimes de violence peuvent-ils demander de l'aide?

## Violence basée sur le genre: Vulnérabilité



## Relations saines



### Messages clés:

- Une relation saine en est une relation dans laquelle nous nous sentons respectés, valorisés et appréciés.
- En cela, un couple partage des responsabilités et des décisions, communique ouvertement, de manière honnête, non-violente et traite d'égal à égal.

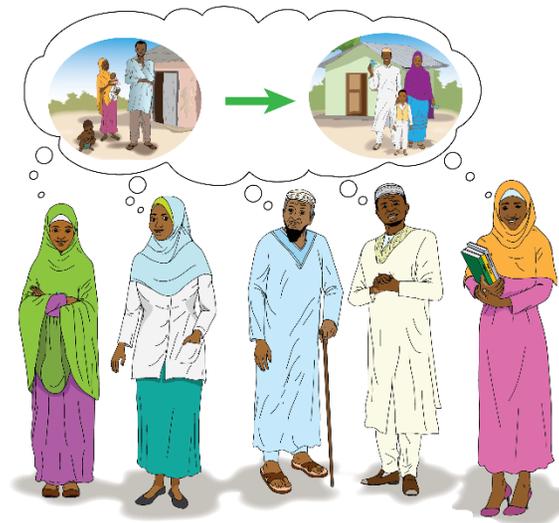
### Questions:

- Quand vous pensez d'une « relation saine », à quoi ça ressemble?
- Comment vous sentiriez-vous dans ce genre de relation?

Relations saines



## Plan d'action: tout le monde est un leader



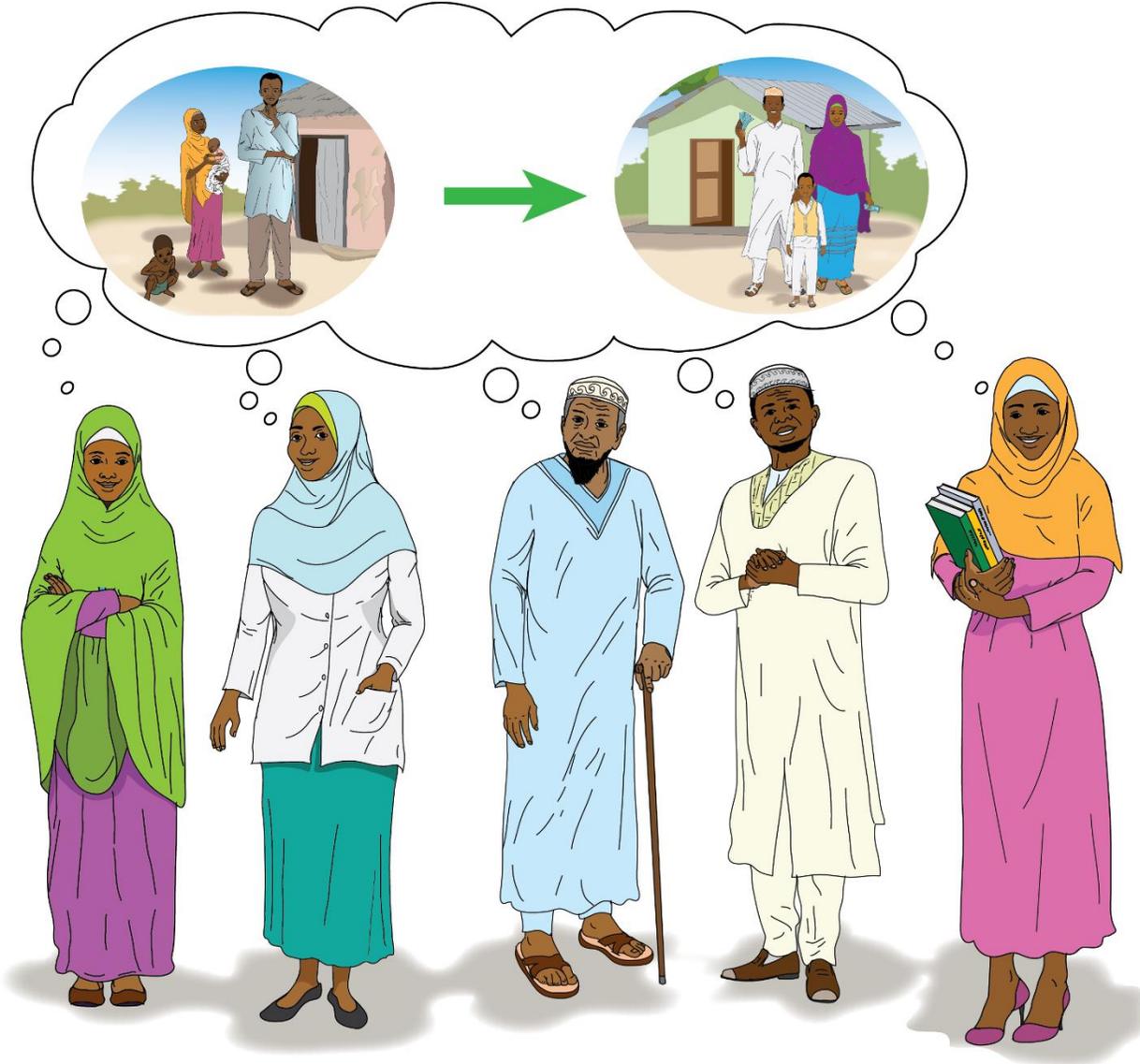
### Messages clés:

- Tout le monde dans ce groupe est un leader. Ensemble, nous pouvons changer notre communauté.
- Comprendre nos compétences peut aider à diriger avec nos forces.
- Un bon leader est respectueux, créatif, attentionné et un bon communicateur.

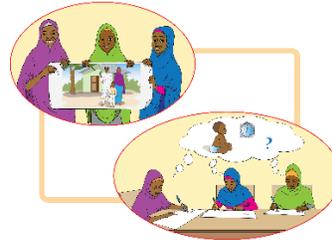
### Questions:

- Comment décririez-vous un bon leader? Comment agit-il? Quelles sont les compétences de cette personne?
- Quelles compétences ou caractéristiques avez-vous?
- Comment pouvez-vous utiliser vos compétences ou vos caractéristiques pour être un leader dans votre communauté?

Plan d'action: tout le monde est un leader



## Plan d'action: première naissance



### Messages clés:

- Une norme dans nos communautés que nous pouvons changer ensemble consiste à faire en sorte que les filles mariées puissent retarder leur première naissance jusqu'à l'âge de 18 ans et qu'elles et leur mari soient prêts émotionnellement et financièrement à avoir un enfant.
- Pour changer une norme, nous devons réfléchir à ce que nous voulons changer, pourquoi, quand, comment, qui soutiendra ou non le changement et tous les problèmes auxquels nous pourrions être confrontés.

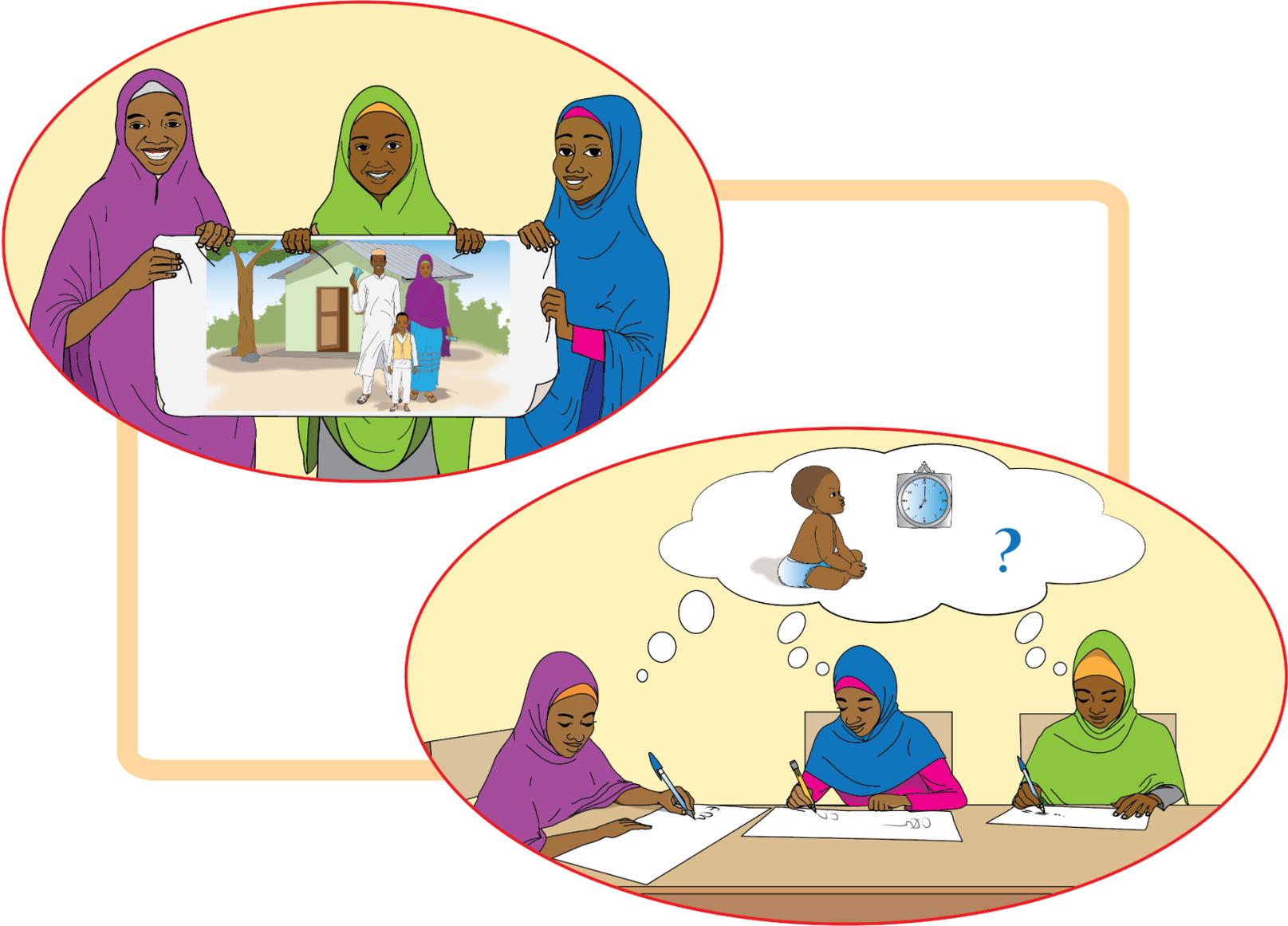
### Activité:

*Sur une feuille de papier, écris ou dessiné des réponses aux questions ci-dessous. Conservez ce document et apportez-le avec vous lors de vos prochaines sessions.*

- Pourquoi est-il important de changer les normes dans notre communauté pour que les filles mariées puissent retarder leur première naissance jusqu'à l'âge de 18 ans et qu'elles et leur mari soient prêts émotionnellement et financièrement à avoir un enfant?
- Qui influence le plus sur la décision des couples quant au moment d'avoir un enfant?
  - Pour chacune de ces personnes, décrivez une activité que vous ferez pour vous assurer que ces personnes aident les couples à attendre d'avoir au moins 18 ans et d'être prêts sur le plan émotionnel et financier à avoir un enfant. N'oubliez pas que vous pouvez atteindre plusieurs personnes par le biais d'une seule activité ou de plusieurs activités.
- Quand ferez-vous cette activité?
- Qui va faire cette activité?
- Qui va soutenir ce changement? Comment peuvent-ils aider à soutenir ce projet?
- Qui ne soutiendra pas ce changement? Comment seront-ils atteints grâce à ce projet?
- Quels problèmes sont possibles et comment allez-vous les gérer?

*Convenez ensemble d'un plan d'activité pour votre communauté. N'oubliez pas de parler de cette activité lors des sessions futures pour vous assurer que le groupe respecte les délais.*

Plan d'action: première naissance



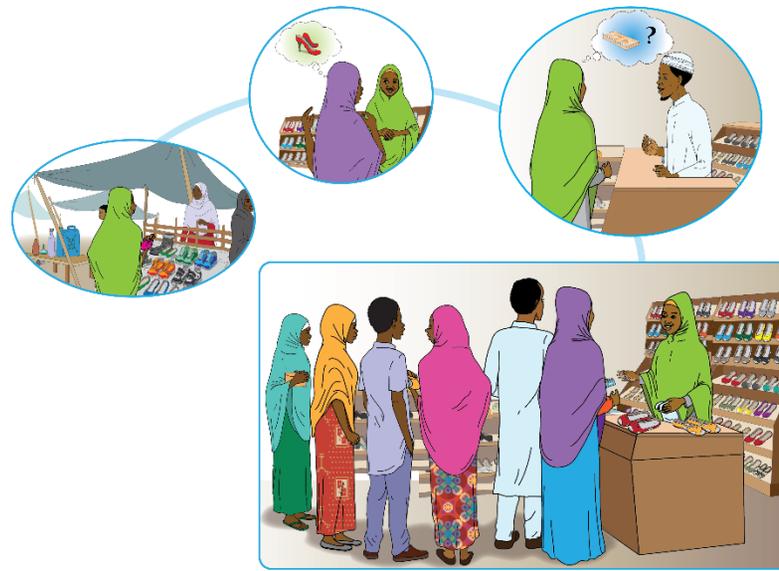
## PART II: Séances Ecole de Commerce



## PART II: Séances Ecole de Commerce



## Séance de plan d'affaires 1: faire un plan d'affaires



### Messages clés:

- Un plan d'affaires aide à préciser vos idées, rendre la planification gérable, et identifier les forces, les faiblesses, les opportunités et les menaces.
- Il est important de créer un plan d'affaires avant de créer une entreprise.
- Même si la planification nécessite plus de temps au début, il peut nous aider à avoir plus de succès à la fin.
- Au cours des prochaines sessions, nous travaillerons ensemble pour créer des plans d'entreprise.
- Dans nos plans d'entreprise, nous devons considérer toutes les options pour réussir.

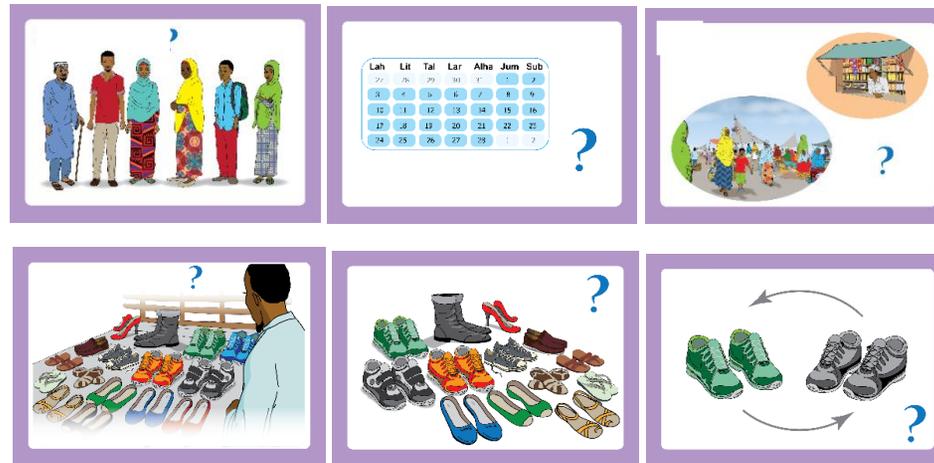
### Questions:

- Qu'est-ce qui a contribué au succès de la fille dans le dessin ?
- Comment la planification au début peut-elle nous aider à mieux réussir à la fin?

# Séance de plan d'affaires 1: faire un plan d'affaires



## Séance de plan d'affaires 1: l'étude de marché



### Messages clés:

- Les premières étapes d'un plan d'affaires consistent à décider du produit ou du service que nous proposerons.
- Pour décider quel produit ou service offrir, nous devons mener **une étude de marché**.
- Une étude de marché consiste à collecter des informations sur les besoins et les désirs de nos clients et sur les activités de nos concurrents.
- Votre objectif est d'identifier ce que d'autres entreprises proposent déjà, quels produits ou services les gens souhaitent acheter mais qu'ils n'arrivent pas à trouver et ce que vous pouvez offrir ou faire différemment des autres entreprises pour répondre aux besoins de vos clients.
- Il y a six questions d'étude de marché :
  - **Qui** achète ce produit ou service?
  - **À quelle fréquence / quand** les gens achètent-ils ce produit ou service?
  - **Où** sont les différents endroits où ils peuvent l'acheter?
  - **Pourquoi** les gens veulent acheter ce produit? Quel est le rapport qualité / prix / spécial que les gens aiment?
  - **Quels autres produits ou services similaires** les gens achètent-ils?
  - **Comment le produit ou service pourrait-il être amélioré ?**

### Questions:

- Quelles questions d'étude de marché les images représentent-elles?

# Séance de plan d'affaires 1: l'étude de marché



Lah	Lit	Tal	Lar	Alha	Jum	Sub
27	28	29	30	31	1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	1	2



## Séance de plan d'affaires 1: l'étude de marché avec les clients



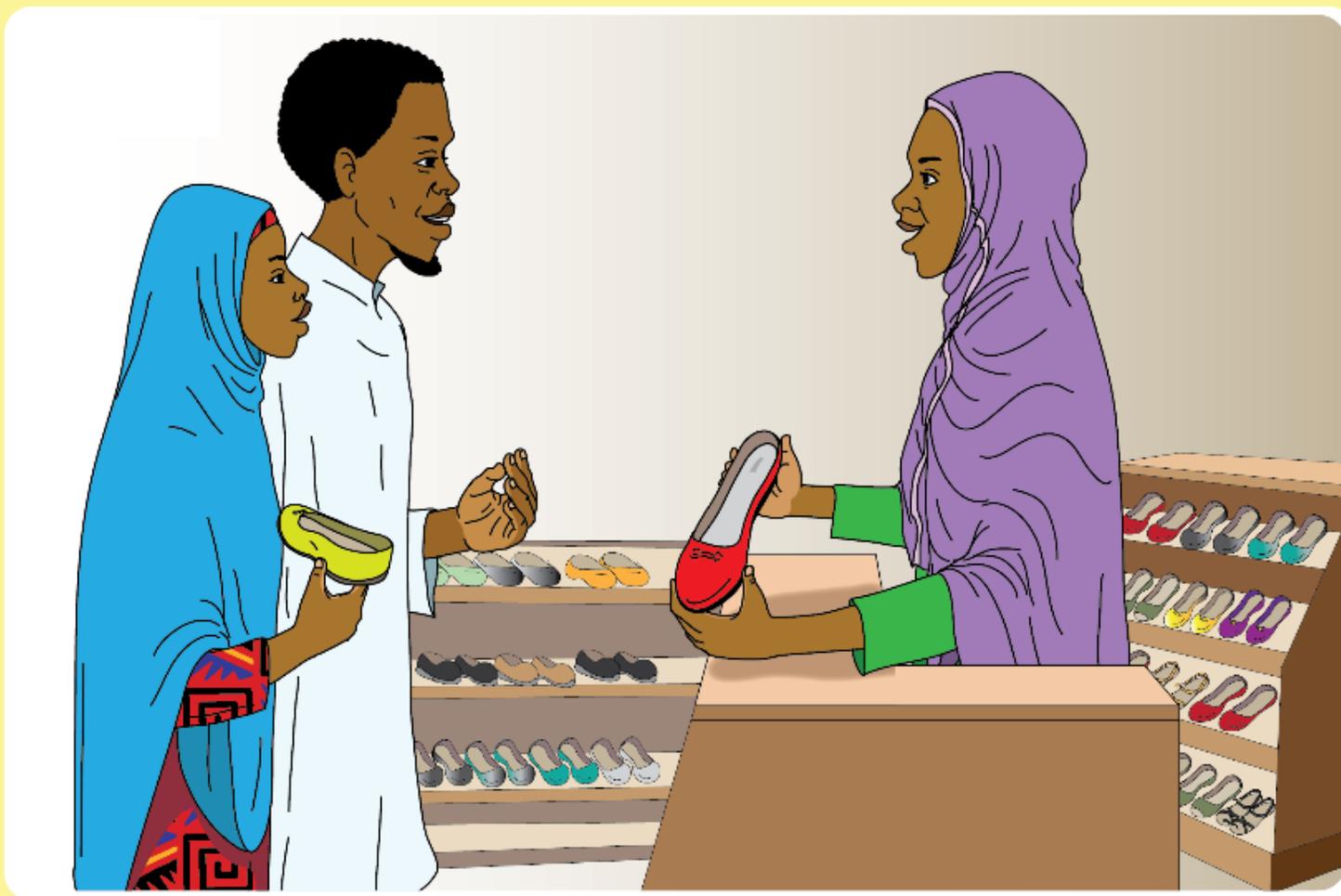
### Messages clés:

- Une façon de faire une étude de marché est de parler à des clients actuels ou potentiels. Parler aux clients peut vous aider à améliorer votre entreprise.
- Pour apprendre des clients:
  - Posez des questions sur le produit ou le service qu'ils veulent.
  - Essayez de comprendre pourquoi ils veulent acheter ces produit.
  - Utilisez ces informations pour réfléchir à la manière d'améliorer votre produit ou service pour répondre aux besoins de vos clients.

### Questions:

- La fille sur cette photo parle à ses clients pour améliorer son activité.
  - Que devrait-elle demander à ses clients?
  - Comment cette information peut-elle l'aider à trouver et à garder des clients?

## Séance de plan d'affaires 1: l'étude de marché avec les clients



## Séance de plan d'affaires 1: Pratique



### Activité:

Encouragez les participants à écrire ou à dessiner des réponses aux questions suivantes. Expliquez qu'ils continueront à élaborer un plan d'affaires lors des prochaines séances ; Demandez aux participants d'apporter leur papier avec ces questions à la prochaine séance.

- Quel est le nom de votre entreprise?
- Quel produit ou service voulez-vous vendre?
  - **Qui** achète ce produit ou service?
  - **À quelle fréquence / quand** les gens achètent-ils ce produit ou service?
  - **Où** sont les différents endroits où ils peuvent l'acheter?
  - **Pourquoi** les gens veulent acheter ce produit? Quel est le rapport qualité / prix / spécial que les gens aiment?
  - **Quels autres produits ou services similaires** les gens achètent-ils?
  - **Comment le produit ou service pourrait-il être amélioré ?**
- Quelles informations allez-vous collecter auprès des clients et des concurrents avant de démarrer votre entreprise? Comment allez-vous collecter ces informations?

# Séance de plan d'affaires 1: Pratique

The image illustrates a business planning session. A woman in a green hijab is seated at a desk, focused on writing in a notebook. Her thoughts are visualized through several thought bubbles:

- Calendar:** A calendar for the month of June, with days of the week labeled in French: Lah (Lundi), Lit (Mardi), Tal (Mercredi), Lar (Jeudi), Alha (Vendredi), Jum (Samedi), and Sub (Dimanche). The dates range from 1 to 31.
- Market:** A vibrant outdoor market scene with people, stalls, and tents.
- Shop:** A small shop with a woman sitting behind a counter, surrounded by shelves of goods.
- Shoes:** A woman in a blue hijab is shown selecting shoes from a large display of various styles and colors.
- People:** A group of six diverse individuals standing together, representing a community or target market.

## Séance de plan d'affaires 2: le sourcing de votre produit



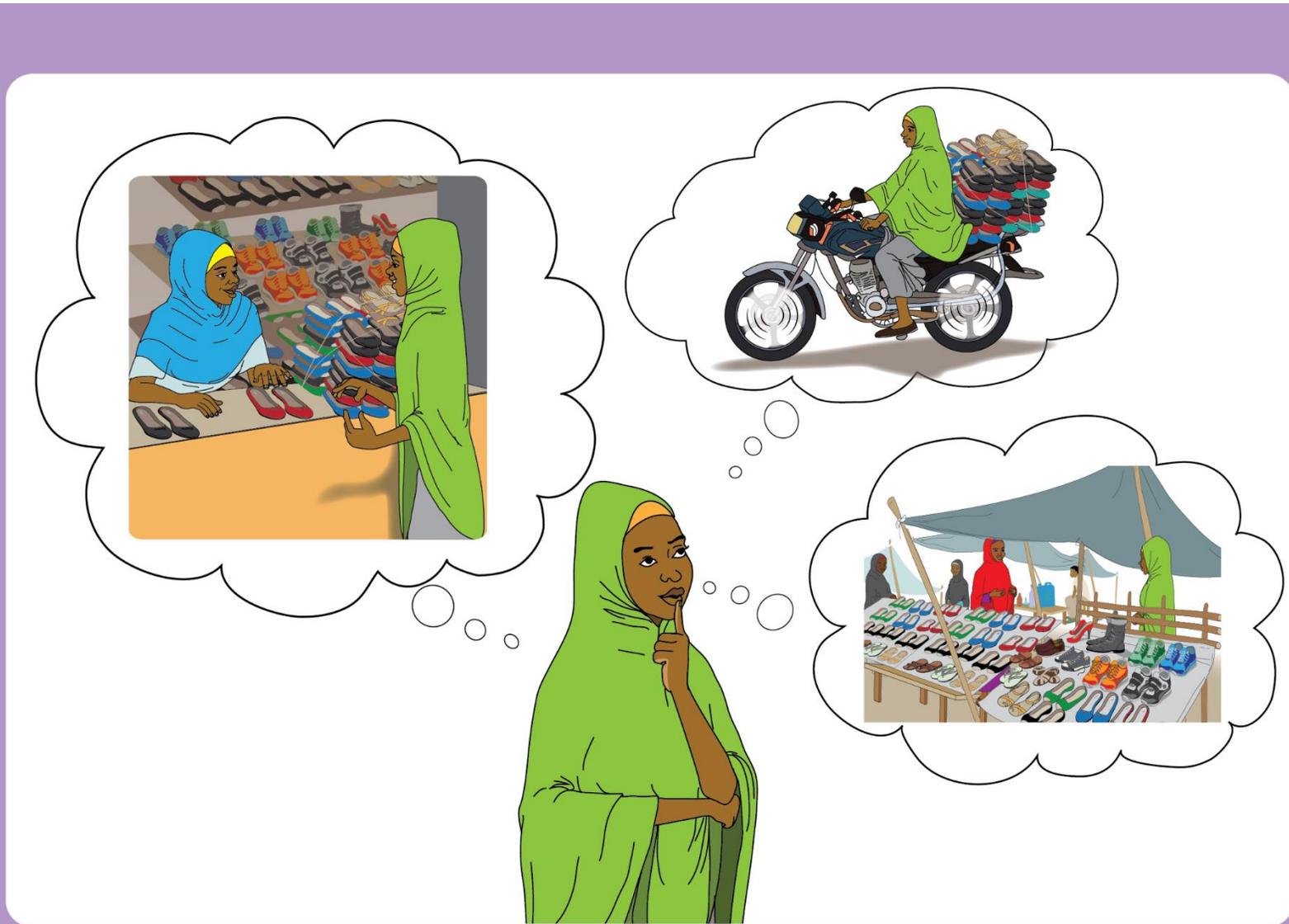
### Messages clés:

- Lors de la session précédente, vous avez effectué une étude de marché pour identifier votre produit ou service. Nous allons maintenant planifier la manière dont vous allez acheter ou produire ce produit.
- Pour réussir dans notre entreprise, nous devons penser à l'endroit où nous achèterons notre produit, combien il en coûtera pour que notre produit soit prêt pour la vente et qui nous aidera dans notre activité.
- Pour planifier le ou les produit(s) que vous devriez vendre et où, prenez les mesures suivantes:
  - Recherchez où, comment et de qui allez-vous obtenir votre produit.
  - Posez des questions aux fournisseurs sur les prix pour les produits que vous souhaitez vendre.
  - Déterminez combien il vous en coûtera pour obtenir votre produit et préparez-le pour la vente.

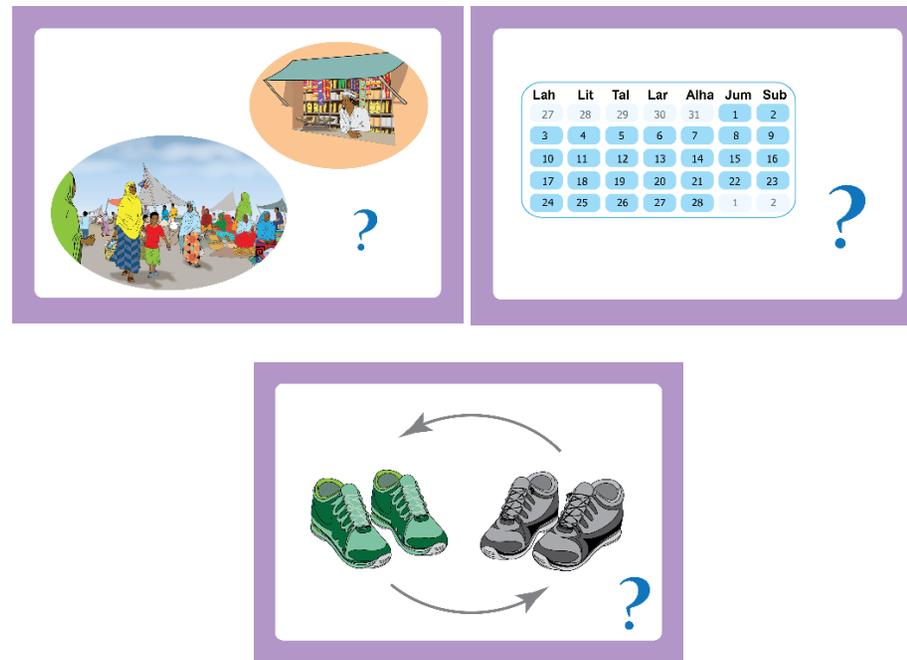
### Questions:

- Que fait la fille dans l'image? Comment cela aidera-t-il son entreprise?

## Séance de plan d'affaires 2: le sourcing de votre produit



## Séance de plan d'affaires 2: ajouter de la valeur



### Messages clés:

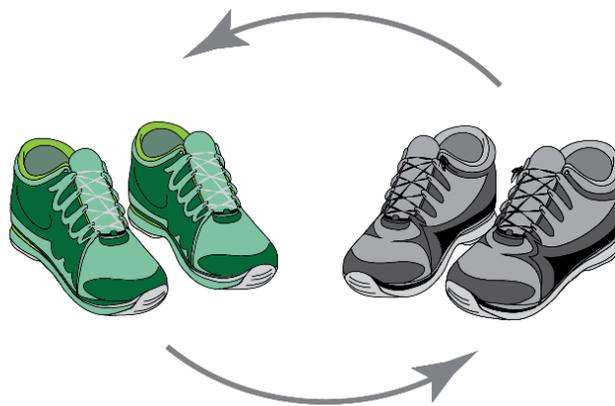
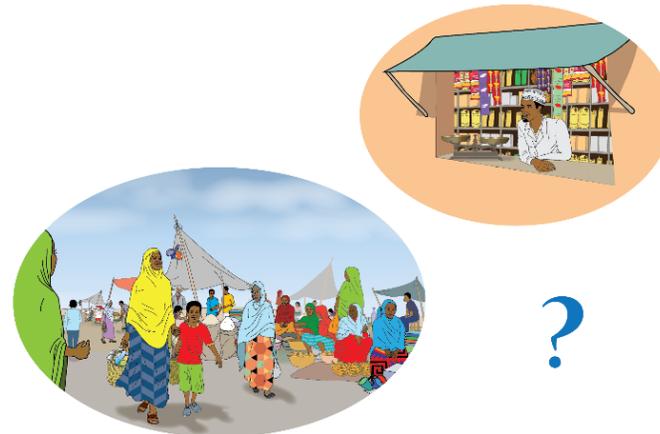
- Ajouter la valeur consiste à rendre notre produit ou service plus souhaitable pour nos clients. Cela nous permet d'augmenter le coût de notre produit ou service.
- Pour ajouter de la valeur, nous pouvons poser trois questions:
  - **Où** quelqu'un pourrait-il être prêt à payer plus?
  - **Quand** quelqu'un pourrait-il être prêt à payer plus?
  - **Que** pourrait changer au sujet de cet article pour faire de ne personne prêt à payer plus pour elle?

### Questions:

- Selon les images, que pouvons-nous faire pour ajouter de la valeur?
- Comment ajouter de la valeur peut-il aider notre entreprise?

## Séance de plan d'affaires 2: ajouter de la valeur

Lah	Lit	Tal	Lar	Alha	Jum	Sub
27	28	29	30	31	1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	1	2



## Séance de plan d'affaires 2: pratique



### Activité:

Encouragez les participants à écrire ou à dessiner des réponses aux questions suivantes. Expliquez qu'ils continueront à élaborer un plan d'affaires lors des prochaines séances ; Demandez aux participants d'apporter leur papier avec ces questions à la prochaine séance.

- Où obtiendrez-vous votre produit ou les articles dont vous avez besoin pour votre service?
- Comment pouvez-vous ajouter de la valeur à votre produit / service?
  - **Où** quelqu'un pourrait-il être prêt à payer plus?
  - **Quand** quelqu'un pourrait-il être prêt à payer plus?
  - **Que** pourrait changer au sujet de cet article pour faire de ne personne prêt à payer plus pour elle?
- Comment obtiendrez-vous votre produit et de qui?
- Combien vous en coûtera-t-il pour obtenir votre produit et le préparer pour la vente?
- Avez-vous besoin de gens pour vous aider avec votre entreprise?

Séance de plan d'affaires 2: pratique

The image illustrates a business planning session. A woman is focused on writing in a notebook, with her thoughts visualized in bubbles. The top bubble shows a calendar for the month of June, with days of the week labeled in Arabic: Lah (Lahad), Lit (Litani), Tal (Talath), Lar (Larab), Alha (Alhad), Jum (Jum'ah), and Sub (Sabuh). The middle bubble depicts a woman in a white hijab working at a stall, likely a market vendor. The bottom bubble shows a bustling outdoor market with people and stalls. To the right, a thought bubble features two pairs of sneakers, one green and one grey, with circular arrows indicating a cycle or process.

Lah	Lit	Tal	Lar	Alha	Jum	Sub
27	28	29	30	31	1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	1	2

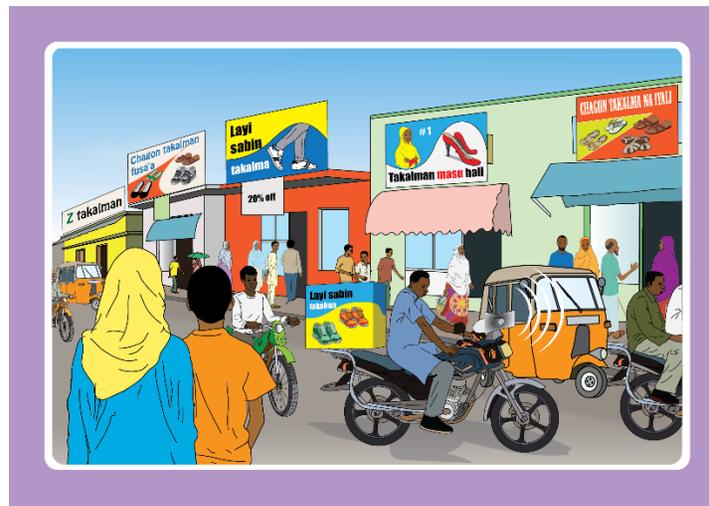
## Séance de plan d'affaires 3: Aperçu de la stratégie de vente et de marketing



### Messages clés:

- Penser aux « 4 P » - produit, **p**rix, em**p**lacement et **p**romotion - peut nous aider à gagner de l'argent.
- Nous pouvons poser ces questions:
  - Qu'est-ce que les gens veulent acheter et qu'est-ce que je peux vendre?
  - À quel prix puis-je vendre un produit?
  - Où les gens veulent acheter mon produit?
  - Comment puis-je promouvoir mon produit?

# Séance de plan d'affaires 3: Aperçu de la stratégie de vente et de marketing



## Séance de plan d'affaires 3: Prix



### Messages clés:

- Le prix est important pour que les clients puissent choisir entre des produits ou des services similaires.
- Pour définir un prix, vous devez connaître vos clients, vos concurrents et leurs coûts.
- Vous avez trois options:
  - Vendre au **même prix** que les autres vendeurs.
  - Vendre à un **prix plus élevé**. Vous avez peut-être moins de clients, mais ils dépenseront plus par article.
  - Vendre à un **prix inférieur**. Vous pouvez avoir plus de clients, mais ils dépenseront moins par article.

### Questions:

- Que fait la fille dans l'image avant de décider de son prix?
- Comment cette information peut-elle l'aider à choisir un bon prix pour son produit?

## Séance de plan d'affaires 3: Prix



## Séance de plan d'affaires 3: lieu/emplacement/distribution



### Messages clés:

- Le « lieu » est l'endroit dont vous allez connecter votre produit ou service à un client.
- La distribution est le moyen par lequel vous allez mettre le produit à la portée des clients.
- Pour décider où vendre votre produit, vous devez connaître:
  - Quels endroits existent déjà où je peux facilement vendre mon produit?
  - Où les clients veulent acheter mon produit?
  - Où ai-je les ressources (personnes, temps, etc.) pour vendre mon produit?

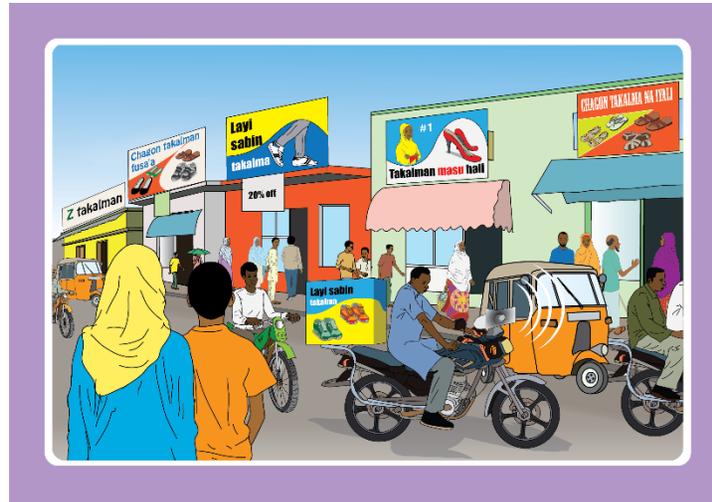
### Questions:

- À quelles questions la fille sur l'image réfléchit-elle avant de décider où vendre son produit?

### Séance de plan d'affaires 3: lieu/emplacement/distribution



## Séance de plan d'affaires 3: promotion/marketing/communication



### Messages clés:

- Avoir un message clair peut aider les clients à connaître vos produits et votre entreprise.
- Les messages doivent être clairs, simples, véridiques et reproductibles.
- Le matériel de communication doit cibler votre client type et l'endroit où il obtient ses informations.

### Questions:

- Comment la promotion peut-elle améliorer nos entreprises?
- Comment les fournisseurs de notre communauté annoncent-ils leurs produits ou leurs services?
- Certaines méthodes de publicité sont-elles plus efficaces pour certains types de clients (ex: hommes contre femmes, jeunes contre personnes âgées)? Pourquoi?

Séance de plan d'affaires 3: promotion/marketing/communication



## Séance de plan d'affaires 3: pratique



### Activité:

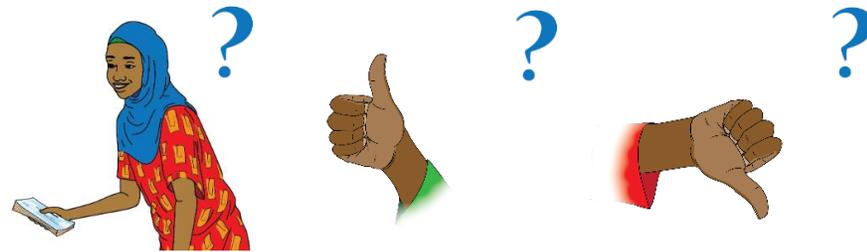
Encouragez les participants à écrire ou à dessiner des réponses aux questions suivantes. Expliquez qu'ils continueront à élaborer un plan d'affaires lors des prochaines séances ; Demandez aux participants d'apporter leur papier avec ces questions à la prochaine séance.

- À quel prix puis-je vendre un produit?
  - À quel prix mes concurrents vendent-ils le produit?
  - Combien mes clients sont-ils disposés à payer pour mon produit?
  - Combien cela m'a-t-il coûté de fabriquer ce produit?
- Où les gens veulent acheter mon produit?
  - Quels endroits existent déjà où je peux facilement vendre mon produit?
  - Où les clients veulent acheter mon produit?
  - Où ai-je les ressources (personnes, temps, etc.) pour vendre mon produit?
- Comment puis-je promouvoir mon produit?
  - Qui est mon client typique et où trouvent-ils leurs informations?
  - Quel est mon message?

## Séance de plan d'affaires 3: pratique



## Séance de plan d'affaires 4: investissements intelligents



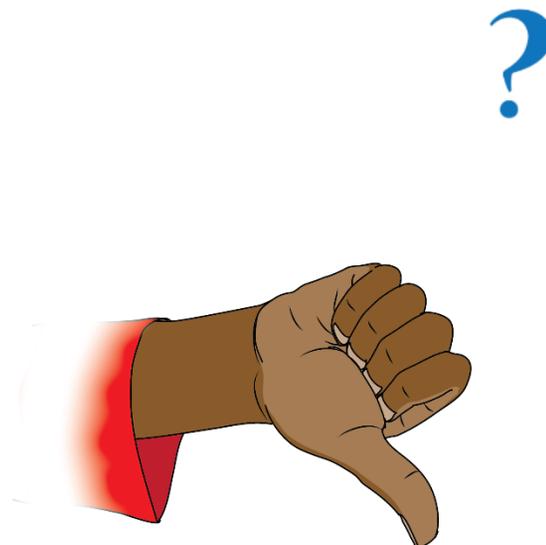
### Messages clés:

- Avant d'ouvrir une entreprise, nous devons réfléchir au montant d'argent nécessaire pour acheter les articles, le matériel et les équipements pour le démarrage d'une entreprise.
- Parfois, payer plus (investir) d'argent au début peut donner plus d'argent à la fin. Mais toutes les opportunités d'investissement ne sont pas bonnes pour votre entreprise.
- Avant d'investir de l'argent, nous devons poser 3 questions intelligentes:
  1. Combien cela me coûtera-t-il?
  2. Quels sont les bénéfices potentiels?
  3. Quels sont les risques potentiels?

### Questions:

- Sur la base des images, quelles questions devons-nous poser avant d'investir notre argent?
- Dans quels domaines pouvons-nous investir pour améliorer notre activité?

## Séance de plan d'affaires 4: investissements intelligents



## Séance de plan d'affaires 4: coûts de démarrage



### Messages clés:

- Un investissement auquel nous devons penser est le montant d'argent dont nous avons besoin pour démarrer notre entreprise.
- Les coûts initiaux peuvent inclure l'achat des produits dont vous avez besoin, la location d'un lieu pour la vente de votre produit, les coûts d'enregistrement ou de publicité de votre produit, le transport, et les biens nécessaires à votre entreprise, tels que du papier, des crayons ou une boîte pour conserver de l'argent.
- Avant de commencer à gagner de l'argent, nous devons nous assurer que nous avons suffisamment d'économies pour couvrir nos coûts initiaux et nos dépenses personnelles.
- Si nous utilisons un prêt pour couvrir nos coûts initiaux, nous devons nous assurer de disposer d'un plan pour rembourser notre prêt.

### Questions:

- À quels coûts la fille dans l'image doit-elle réfléchir avant de créer son entreprise?
- Quels coûts manque-t-il dans ces images auxquelles une personne dans notre communauté doit penser?

## Séance de plan d'affaires 4: coûts de démarrage



## Séance de plan d'affaires 4: pratique



### Activité:

Encouragez les participants à écrire ou à dessiner des réponses aux questions suivantes. Expliquez qu'ils continueront à élaborer un plan d'affaires lors des prochaines séances ; Demandez aux participants d'apporter leur papier avec ces questions à la prochaine séance.

- Quels investissements vais-je faire pour mon entreprise?
  - Combien cela me coûtera-t-il?
  - Quels sont les bénéfices potentiels?
  - Quels sont les risques potentiels?
- Que devrez-vous acheter pour démarrer votre entreprise?
- De combien d'argent aurez-vous besoin pour démarrer votre entreprise?
- Quelles économies avez-vous déjà pour l'entreprise?

# Séance de plan d'affaires 4: pratique



## Séance de plan d'affaires 5: gestation de mon entreprise



### Messages clés:

- Parfois, nous pouvons avoir besoin d'aide pour diriger notre entreprise. Si nous comprenons nos forces, nos faiblesses et notre rôle dans notre entreprise, nous pouvons choisir une personne possédant les compétences dont notre entreprise a besoin pour réussir.
- Un mentor est une personne de confiance qui peut vous conseiller et vous guider en fonction de son expérience. Les mentors peuvent nous aider à créer une entreprise et à en assurer le succès en nous conseillant.

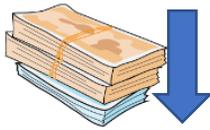
### Questions:

- Qui sont les mentors de notre communauté qui peuvent aider quelqu'un à créer et gérer votre entreprise?

## Séance de plan d'affaires 5: gestation de mon entreprise



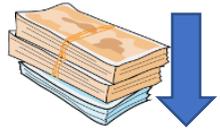
## Séance de plan d'affaires 5: gérer mes finances

Gains/Revenu			Dépenses		
					
Date	Description	Montant	Date	Description	Montant
					
Total des gains/du revenu:			Total des dépenses:		
Profit ou perte (= Total des gains – total des dépenses) :					

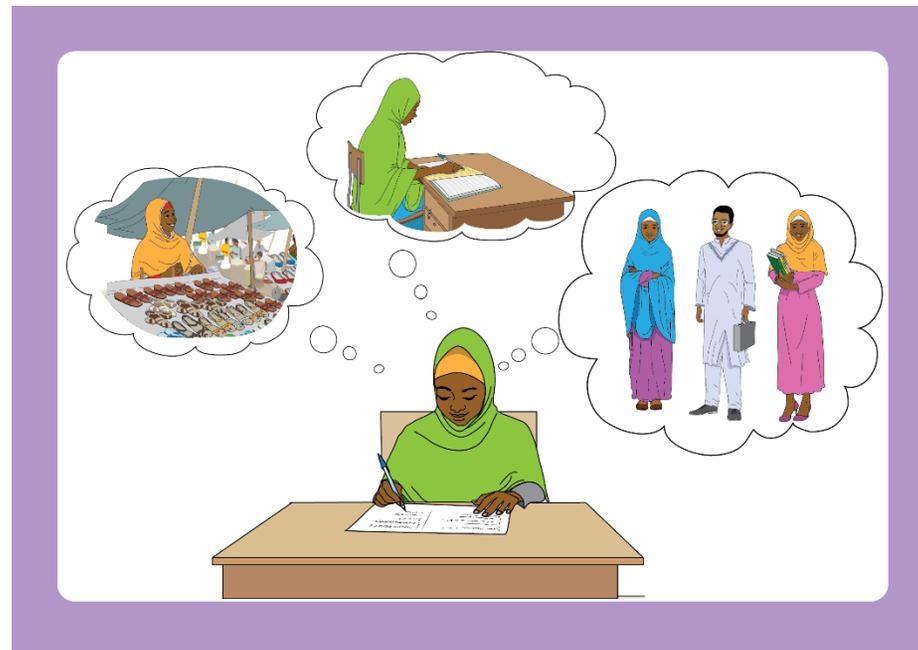
### Messages clés:

- Pour que notre entreprise soit prospère, nous devons conserver des registres indiquant combien nous dépensons (dépenses) et combien nous gagnons (revenus).
- Lorsque nous gagnons plus que ce que nous dépensons, on parle de profit.
- Lorsque nous dépensons plus que ce que nous gagnons, on parle de perte.
- Pour déterminer **le revenu**, il faut vous demander: combien d'argent ai-je gagné le mois dernier?
- Pour déterminer **les dépenses**, il faut vous demander: combien ai-je investi dans mon entreprise le mois dernier? Combien d'argent dois-je en dettes?

## Séance de plan d'affaires 5: gérer mes finances

Gains/Revenu			Dépenses		
					
<i>Date</i>	<i>Description</i>	<i>Montant</i>	<i>Date</i>	<i>Description</i>	<i>Montant</i>
					
Total des gains/du revenu:			Total des dépenses:		
Profit ou perte (= Total des gains – total des dépenses) :					

## Séance de plan d'affaires 5: pratique



### Activité:

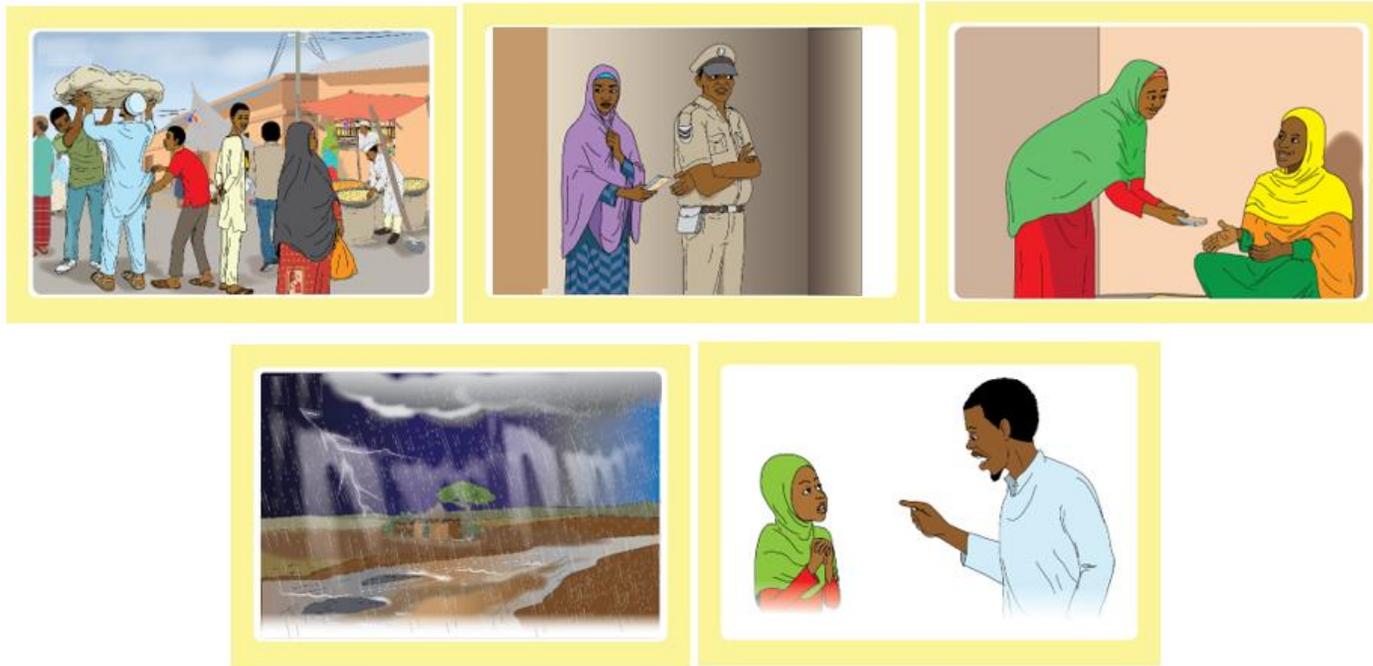
Encouragez les participants à écrire ou à dessiner des réponses aux questions suivantes. Expliquez qu'ils continueront à élaborer un plan d'affaires lors des prochaines séances ; Demandez aux participants d'apporter leur papier avec ces questions à la prochaine séance.

- Quel est votre rôle dans votre entreprise? Quelles compétences (forces) avez-vous? Sur quoi aurez-vous besoin d'aide?
- Est-ce que quelqu'un vous aidera à gérer votre entreprise? Quelles compétences ont-ils qui aideront votre entreprise?
- Qui peut vous guider en tant que mentor? Pourquoi?
- Comment allez-vous suivre vos revenus et vos dépenses pour votre entreprise?

## Séance de plan d'affaires 5: pratique



## Séance de plan d'affaires 6: planifier les problèmes



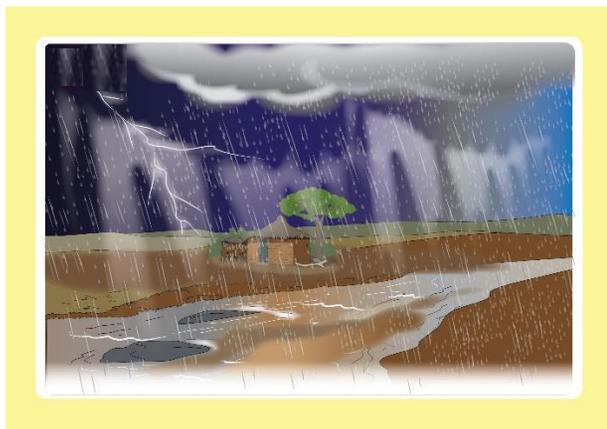
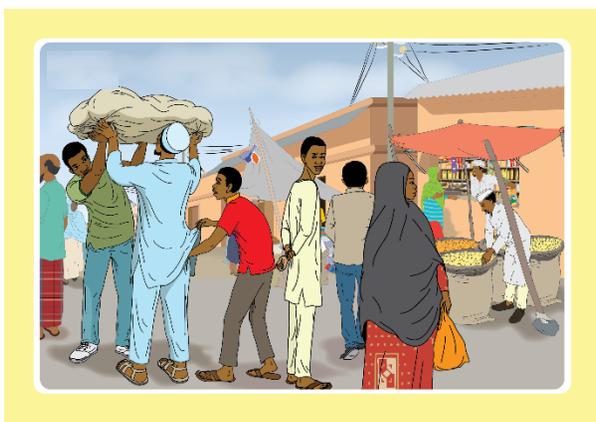
### Messages clés:

- Il est important de prévoir les problèmes potentiels ou les événements imprévus susceptibles de perturber votre entreprise. Les problèmes incluent:
  - Le vol
  - La corruption
  - Les obligations extérieures (familiales)
  - Les perturbations météorologiques
  - Les forces externes

### Questions:

- Sur la base des cartes, quels problèmes une entreprise peut-elle avoir?
- Vos amis ou votre famille ont-ils déjà connu ces problèmes? Comment ont-ils prévu ces problèmes?

## Séance de plan d'affaires 6: planifier les problèmes



## Séance de plan d'affaires 6: pratique



### Activité:

Encouragez les participants à écrire ou à dessiner des réponses aux questions suivantes. Expliquez qu'ils continueront à élaborer un plan d'affaires lors des prochaines séances ; Demandez aux participants d'apporter leur papier avec ces questions à la prochaine séance.

- Quels problèmes votre entreprise pourrait-elle avoir ?
- Comment allez-vous éviter ou résoudre chacun de ces problèmes?

## Séance de plan d'affaires 6: pratique



## Annexe : Avenirs Prospères

### Instructions

Avant de commencer, chaque joueur doit collecter 1500 CFA.

Pour commencer, tirez une carte avec un couple récemment marié, indiquant que vous n'avez pas d'enfant. Suivez les actions sur la carte. Vous pouvez soit gagner de l'argent ou dépenser de l'argent. La carte vous dira où aller ensuite. À chaque tour, piochez une carte.

Si vous tirez une carte avec un bébé, pour le reste de jeu, vous devrez sélectionner une carte du jeu avec la photo d'un couple récemment marié avec un enfant.

Le tableau symbolise deux ans de mariage. Le jeu se termine lorsque tous les joueurs ont fait le tour du tableau une fois. Ensuite, chaque joueur compte combien d'argent il a. Le joueur avec le plus d'argent est celui qui a gagné.

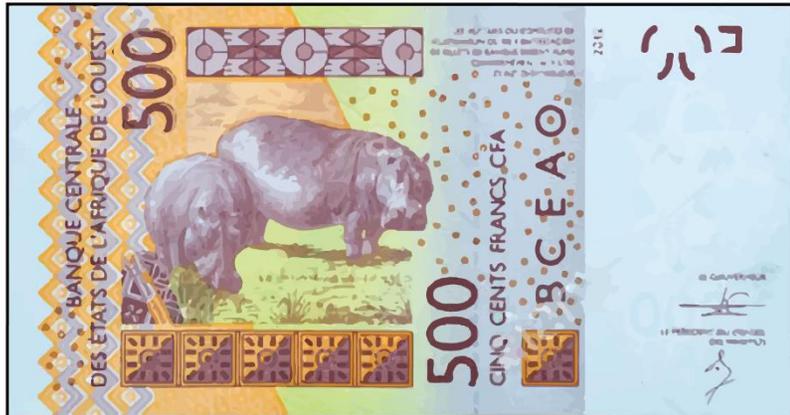
Jusque 6 joueurs peuvent jouer le jeu.

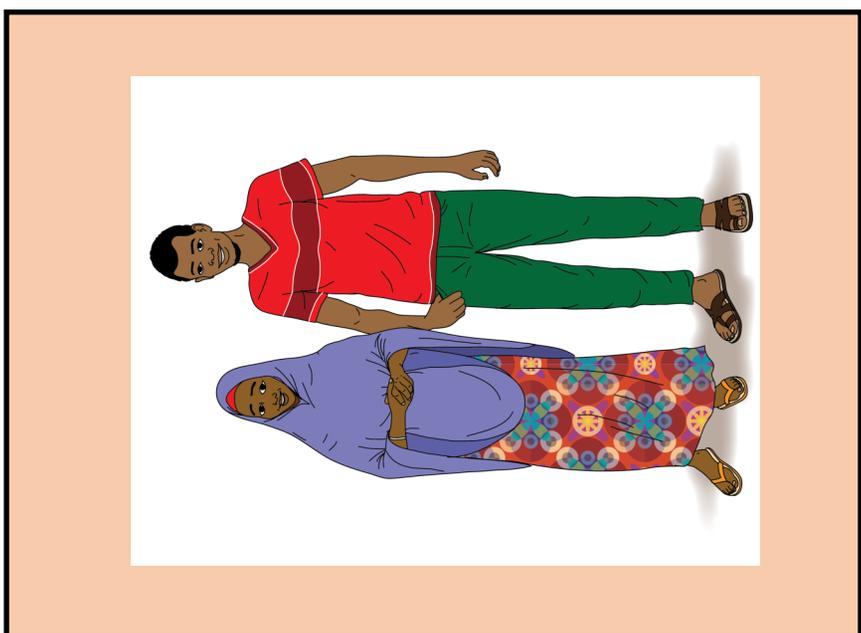
DEBUT



# Avenirs Prospères

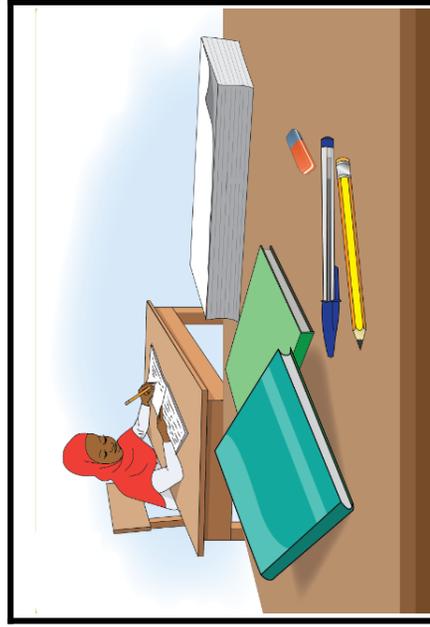
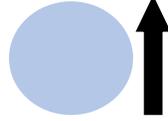




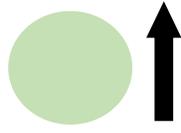




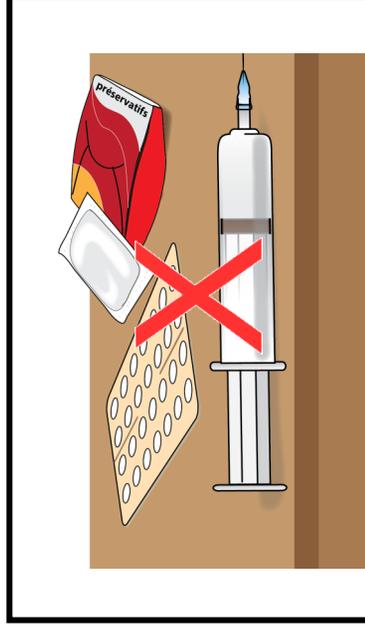
Avec votre mari, vous décidez d'utiliser des préservatifs pour éviter une grossesse et réduire votre risque d'attraper des infections sexuellement transmissibles. Récupérez 500 CFA.



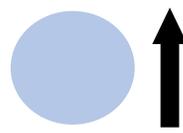
Vous continuez vos études ou prenez un nouveau cours. Récupérez 1000 CFA.



Votre entreprise a du succès. Récupérez 500 CFA.



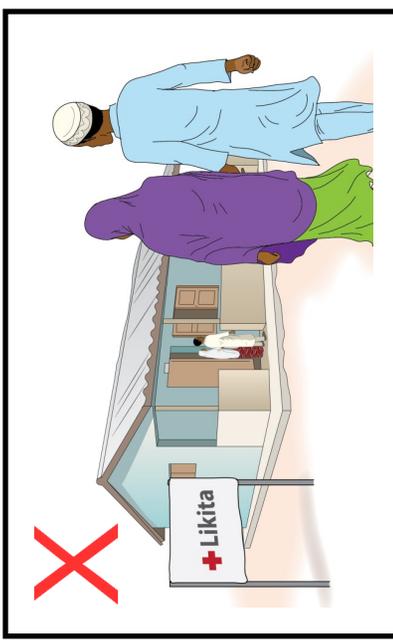
Vous décidez de ne pas utiliser de méthode de contraception parce que vous craignez que les voisins en face une rumeur sur votre fertilité si vous n'avez pas immédiatement un enfant. Payez 1000 CFA.



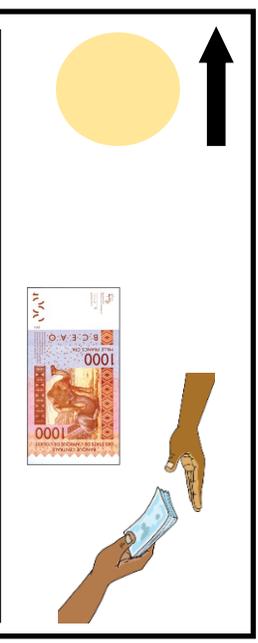
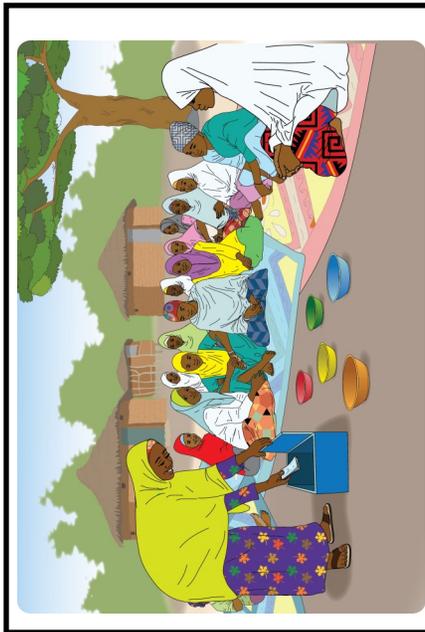




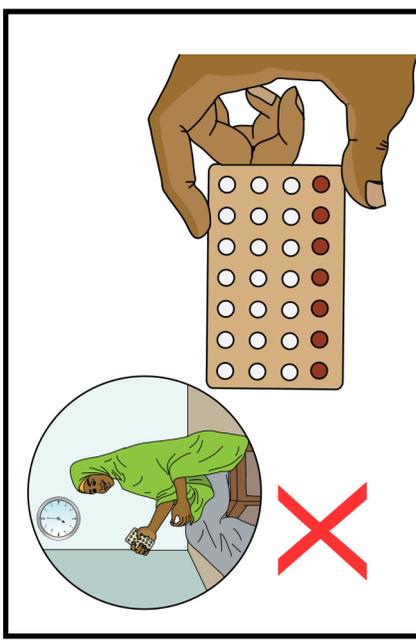
Vous visitez un centre de santé pour vous renseigner sur la contraception. Récupérez 1000 CFA.

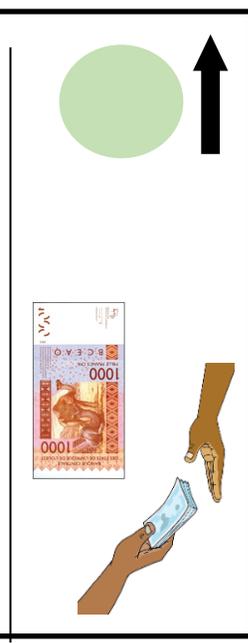
Vous n'allez pas dans un établissement de santé pour vous renseigner sur la contraception, car vous craignez que vos voisins parlent de vous. Payez 1000 CFA.

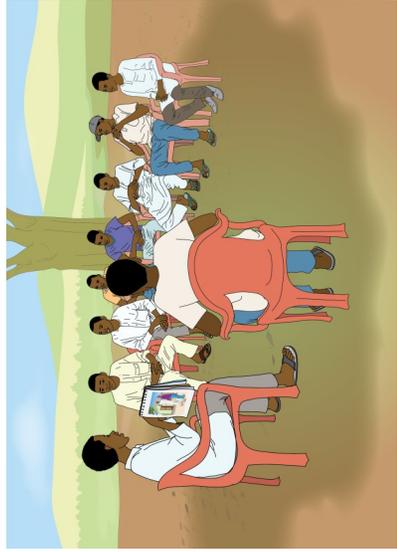
Vous décidez de rejoindre un group MMD afin d'économiser de l'argent pour démarrer une activité génératrice de revenu. Récupérer 500 CFA.

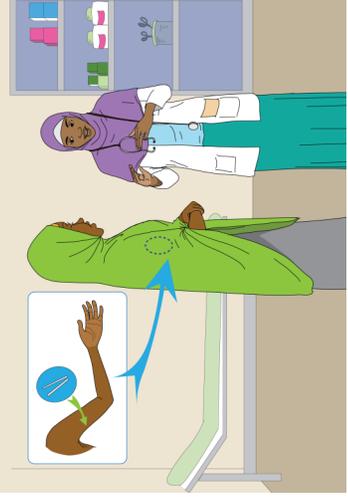
Vous décidez de ne pas utiliser la pilule parce que vous avez entendu une rumeur selon laquelle elle pourrait causer l'infertilité chez la femme. Payez 1000 CFA.



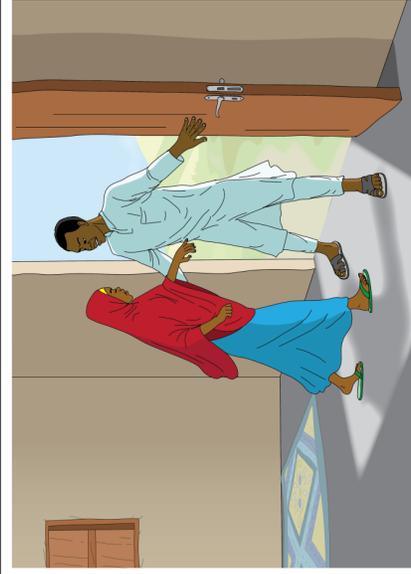




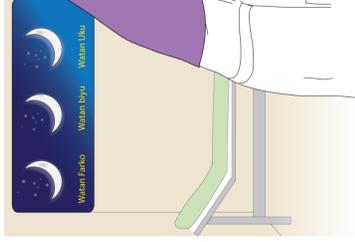
Votre mari est dans un groupe fada. Récupérez 500 CFA.



Vous décidez d'utiliser un implant pour retarder la première naissance jusqu'à ce que vous soyez prêt financièrement, physiquement et émotionnellement à avoir un enfant. Récupérez 1000 CFA.



Votre mari ne vous permet pas de quitter votre maison pour faire des activités comme aller à l'école ou pratiquer une activité génératrice de revenu. Payez 500 CFA.



Vous décidez d'utiliser une méthode injectable pour retarder la première naissance jusqu'à ce que vous soyez prêt financièrement, physiquement et émotionnellement à avoir un enfant. Récupérez 1000 CFA.



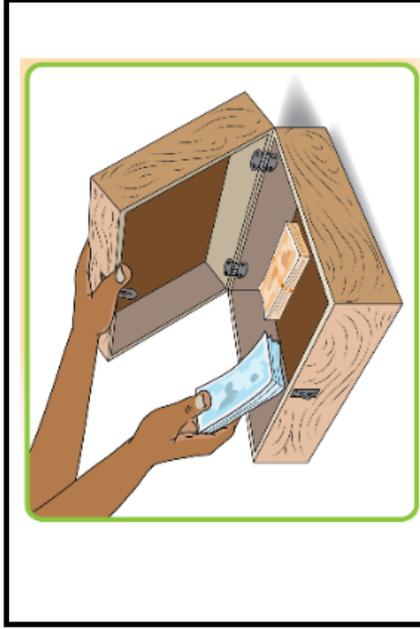
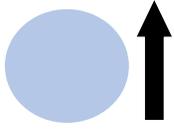




**Vous êtes dans un collectif de filles. Récupérez 500 CFA.**



**Vous et votre mari parlent de la contraception. Récupérez 500 CFA.**



**Vous et votre mari avez commencé à économiser de l'argent afin d'être prêt financièrement à avoir des enfants. Récupérez 500 CFA.**



Kaya		Koché - Kochéni yati: akwai yato	
JIMILLA			

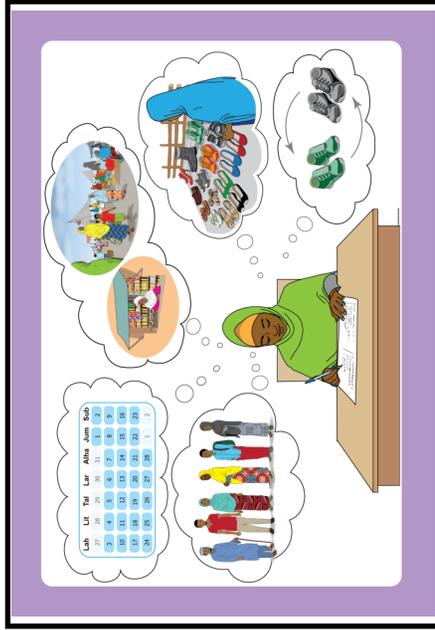
**Vous avez un budget pour votre ménage. Récupérez 500 CFA.**



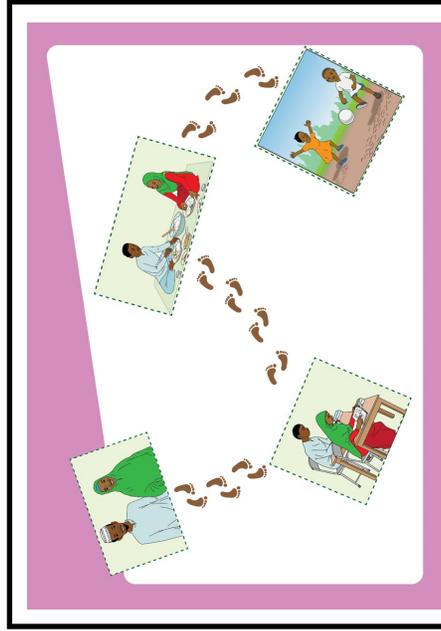
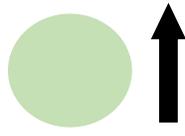




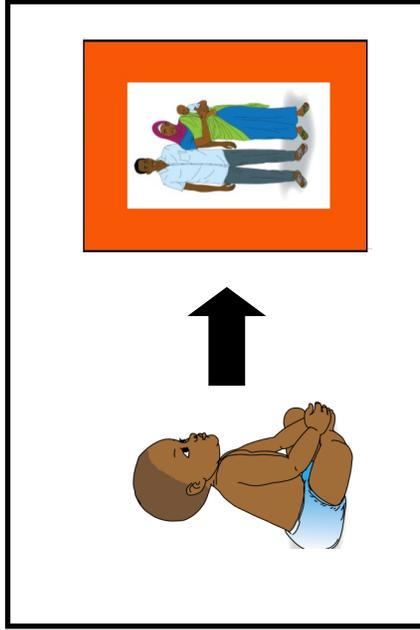
Vous et votre mari utilisent la communication assertive. En conséquence, votre relation s'améliore. Récupérez 500 CFA.



Vous établissez un plan d'affaires pour que votre entreprise réussisse. Récupérez 500 CFA.



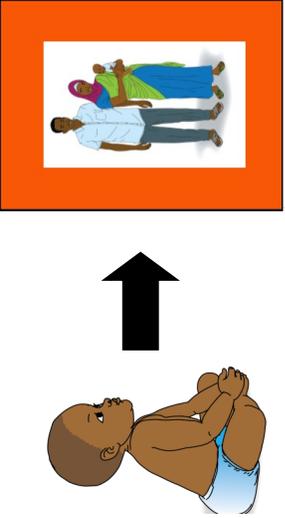
Vous planifiez vos objectifs pour l'avenir. Récupérez 500 CFA.



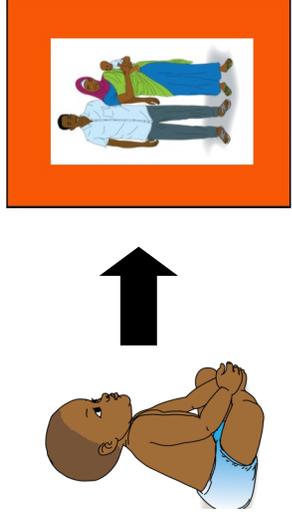
Vous avez un enfant. Pour le reste du jeu, utilisez les cartes sur lesquelles figurent une image d'un enfant.







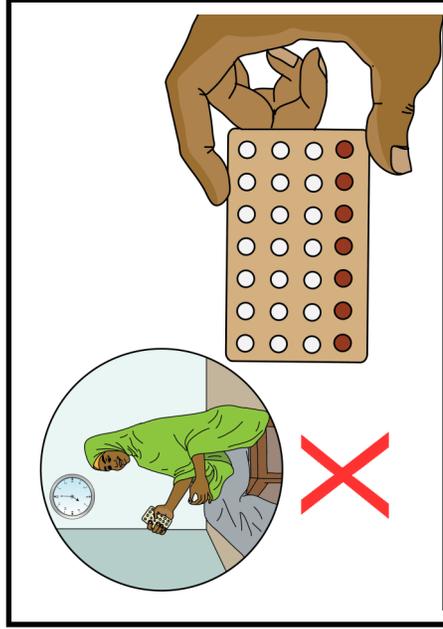
Vous avez un enfant. Pour le reste du jeu, utilisez les cartes sur lesquelles figurent une image d'un enfant.



Vous avez un enfant. Pour le reste du jeu, utilisez les cartes sur lesquelles figurent une image d'un enfant.



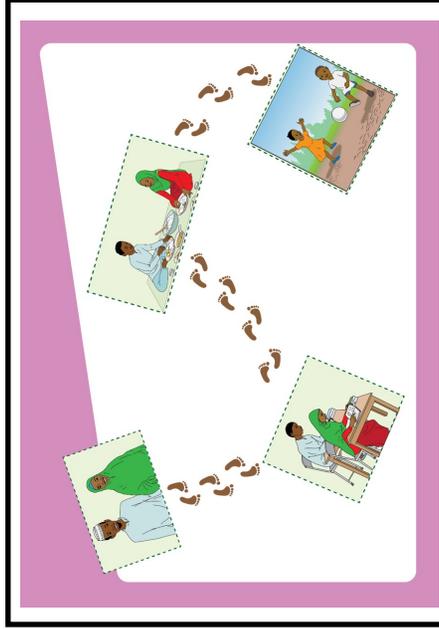
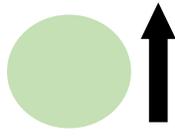




Vous décidez de ne pas utiliser la pilule parce que vous avez entendu des rumeurs selon lesquelles elle pourrait causer l'infertilité. Payez 1000 CFA.



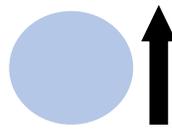
Même si vous avez un enfant, vous décidez de retourner à l'école. Récupérez 1000 CFA.



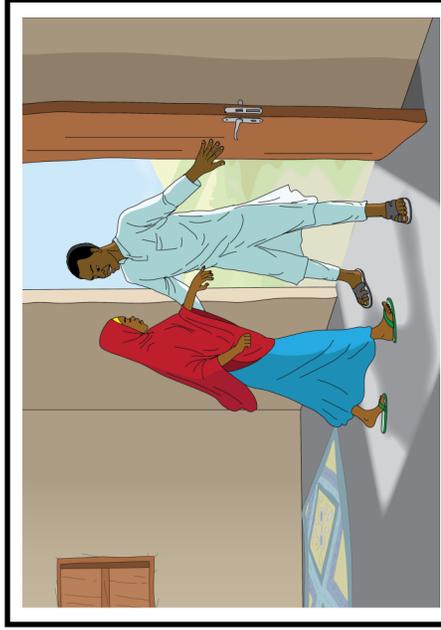
Vous planifiez vos objectifs pour l'avenir. Récupérez 500 CFA.



Avec votre mari, vous décidez d'utiliser des préservatifs pour éviter une grossesse et réduire votre risque d'attraper des infections sexuellement transmissibles. Récupérez 1000 CFA.



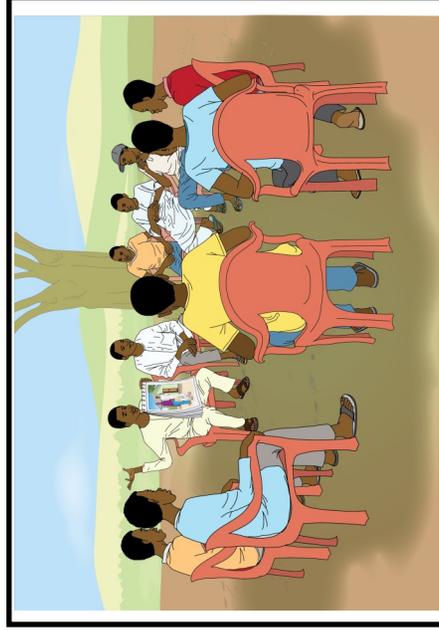




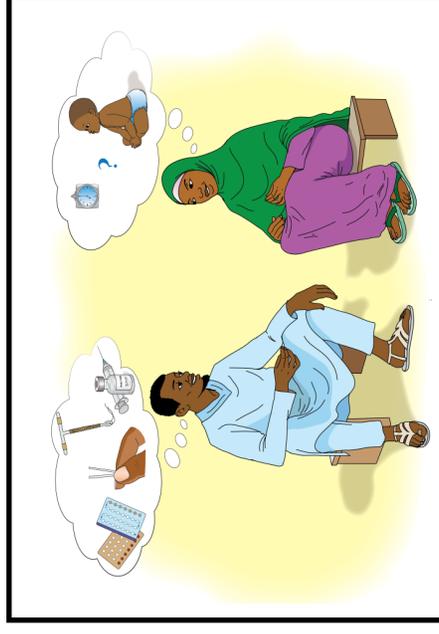
Votre mari ne vous laisse pas quitter votre maison pour faire des activités comme aller à l'école ou pratiquer une activité génératrice de revenu. Payez 500 CFA.



Vous et votre mari utilisez la communication assertive. En conséquence, votre relation s'améliore. Récupérez 500 CFA.



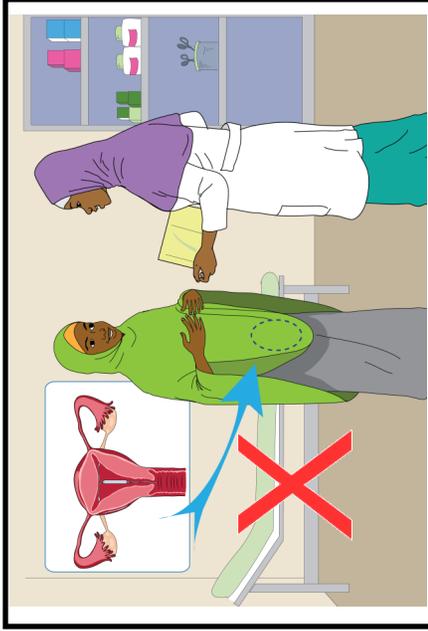
Your husband joins a fada. Collect 500 CFA.



Votre mari est dans un groupe fada. Récupérez 500 CFA.



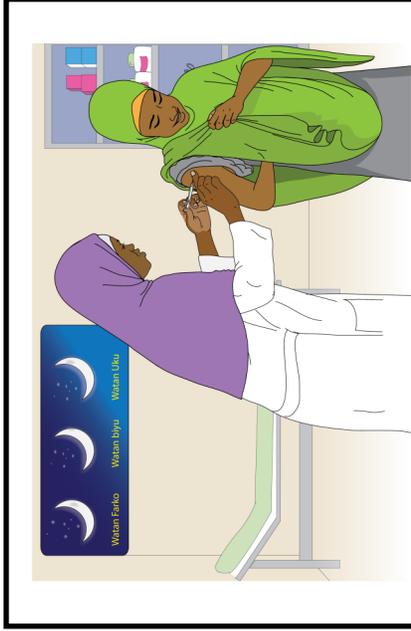




Vous avez peur que le DIU cause l'infidélité, de sorte que vous défendez votre femme de l'utiliser. Payez 1000 CFA



Vous ne permettez pas à votre femme d'être dans un collectif de filles. Payez 500 CFA.



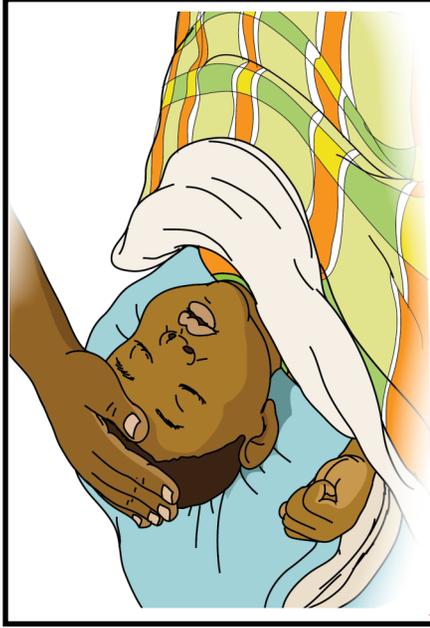
Vous décidez de vous faire une injection pour planifier votre prochaine grossesse. Récupérez 1000 CFA.



Vous n'allez pas dans un centre de santé pour vous renseigner sur la contraception, car vous craignez que vos voisins parlent de vous. Payez 1000 CFA.







Votre enfant est malade. Payez 500 CFA.

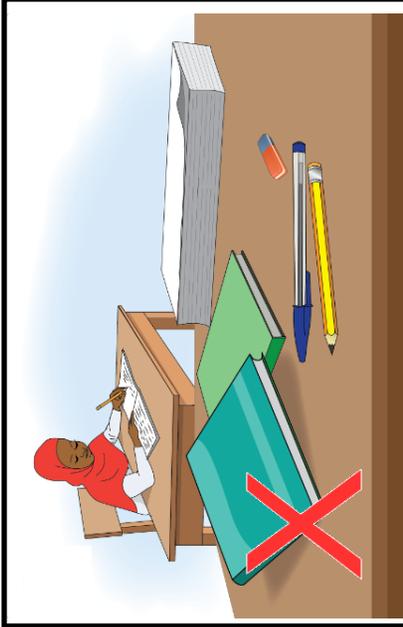
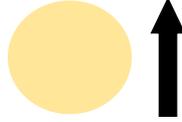


Vous et votre mari ne partagent pas les tâches ménagères, telles que cuisiner. Payez 500 CFA.



Maya	Mankhe - kashien sadi : labu yaro	Mankhe - kashien sadi : akwai yaro
JIMILLA		

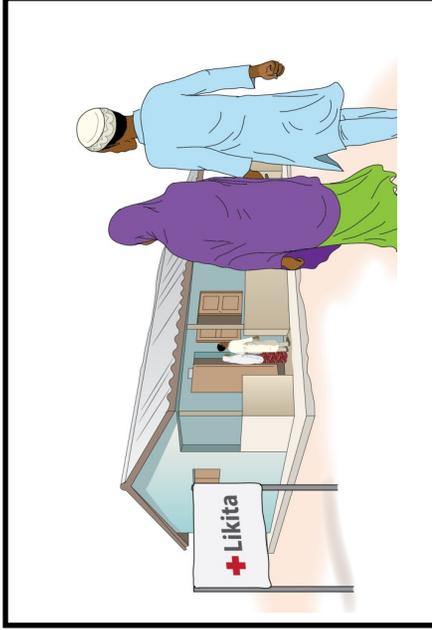
Vous avez un budget pour votre ménage. Récupérez 500 CFA.



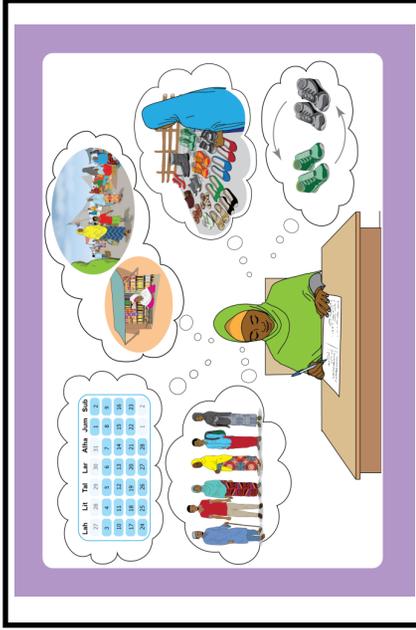
Parce que vous avez un enfant, il vous est difficile de retourner à l'école. Payez 1000 CFA.



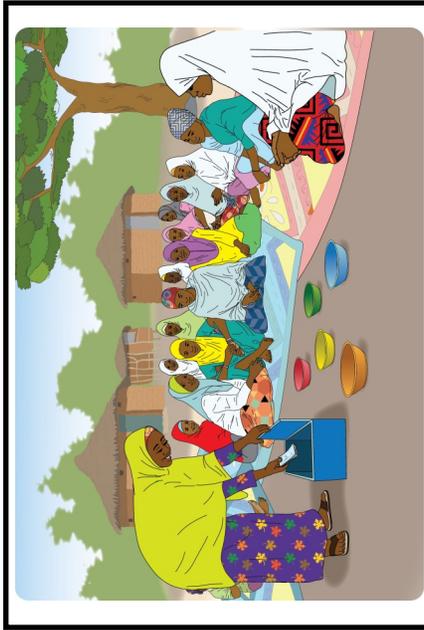




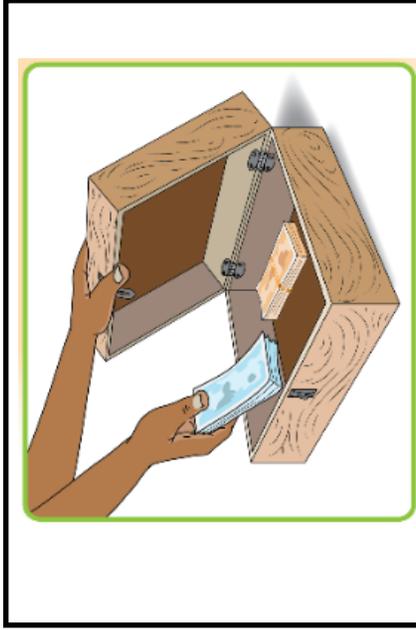
Vous visitez un centre de santé pour vous renseigner sur la contraception. Récupérez 1000 CFA.



Vous établissez un plan d'affaires pour que votre entreprise réussisse. Récupérez 500 CFA.



Vous décidez de rejoindre un group MMD afin d'économiser de l'argent pour démarrer une activité génératrice de revenu. Récupérez 500 CFA.



Vous et votre mari avez commencé à économiser de l'argent afin d'être prêt financièrement à avoir des enfants. Récupérez 500 CFA.

