



Manuel de la Facilitatrice du Collectif des Filles

IMAGINE/NAZARI: Inspirer les Adolescentes Mariées à Imaginer des Avenirs Autonomisés/ Alternatifs





Droits d'Auteur

Copyright 2020, 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 la Facilitatrice du Collectif des Filles. Copyright 2020 Cooperative for Assistance and Relief Everywhere, Inc. (CARE). Utilisé avec permission. »

La citation suivante est recommandée pour toute référence au présent document : « Manuel de la Facilitatrice du Collectif des Filles ». Cooperative for Assistance and Relief Everywhere, Inc., 2020.

Pour d'autres ressources, outils et rapports du projet IMAGINE, veuillez consulter le site :
www.care.org/IMAGINE

Remerciements

Rendu possible grâce au soutien de la Fondation Bill et Melinda Gates, le présent manuel a été élaboré pour être utilisé dans le cadre de la mise en œuvre du projet « Inspiring Married Adolescent Girls to Imagine New Empowered Futures » (IMAGINE)/« Inspirer les adolescentes mariées à imaginer des avenir autonomisés » (NAZARI) de CARE International. Le Manuel de la Facilitatrice de Collectifs de Filles est le fruit des efforts de collaboration entre l'équipe de l'Équité et droits en santé de CARE USA et CARE Niger.

Le présent manuel a été préparé par Marleigh Austin, consultante internationale en santé publique, en collaboration avec Rachel Shapiro, Carolyn Grant, Anne Laterra, et Rachel Templeton, membres du personnel de CARE International. Nous tenons à remercier sincèrement Sarah Eckhoff et Anne Sprinkle pour leurs contributions techniques dans le domaine de l'égalité genre et Henry Swira pour ses précieux conseils en ce qui concerne les séances sur les conditions de vie. Enfin, nous voudrions exprimer toute notre gratitude à Abbey McDaniel et à Bri Backes pour leur soutien logistique, ainsi qu'à Lily Brent, ancienne membre de CARE USA, pour ses nombreux commentaires et observations détaillés sur les modules figurant dans le présent document.

Les membres du personnel de CARE Niger ont joué un rôle essentiel dans la fourniture de conseils techniques et la contextualisation. Nos remerciements vont à Halimatou Niandou, Aboubacar Nouroudine et Saratou Malam Goni pour leurs commentaires et leur leadership. Il en est de même pour Abdel Karim Salifou Labo et Idrissa Oumarou Kandagou pour leurs observations pertinentes. Nous souhaitons également remercier Netsanet Kidanemariam pour la création des illustrations utilisées dans ce document. Enfin, nous tenons à exprimer notre profonde gratitude aux facilitatrices des Collectifs de filles pour leurs contributions et leurs idées pendant le processus d'élaboration du curriculum, ainsi qu'aux adolescentes du département de Mirriah ayant pris part à nos activités de phases de recherche formative et de conception pour avoir beaucoup contribué à l'élaboration et à la contextualisation du présent manuel.

Nous souhaitons également exprimer notre reconnaissance à l'endroit de tous les auteurs dont les manuels ont inspiré certaines parties du présent document. Ce sont :

- CARE. 2018. Healthy, Wealthy and Wise Facilitator Guide. Atlanta: CARE USA ;
- 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 Séance 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 ;
 - Yaker, Robyn. 2018. Model Couples (Indashyikirwa) in Eliminating Gender-Based Violence: Adapted Training Module. CARE Rwanda.



Table de matières

Comment Utiliser le Présent Manuel	7
Séances de compétences de vie et de la santé.....	12
Présentation et Facilitation de Groupe.....	13
Sexe et Genre	21
Puberté et Système Reproductif.....	28
Fécondité et Conception.....	39
Contraception – Partie I.....	48
Se fixer des Objectifs	55
Contraception – Partie II.....	63
Premier Accouchement Précoce – Du Point de Vue Médical.....	80
Activité Supplémentaire : Premier Accouchement Précoce – Du Point de Vue Médical.....	90
Budgétisation de Ménage.....	92

Premier Accouchement Précoce – Du Point de Vue Economique.....	102
Cercles d’Influence	108
Textes Religieux – Islam et Planification Familiale	116
Communication – Introduction.....	124
Communication – Pratiquer la Communication Assertive	133
Relations Saines - Sources d'Amour, de Compassion et de Soutien.....	140
Violences Basées sur le Genre.....	145
Activisme et Compétences en Leadership	153
Planification d'actions communautaires.....	159
Guide de la Facilitatrice : Séances de commerce.....	167
Introduction à la Planification	168
Se Préparer pour les Problèmes	174
Etude de Marché et Valeur Ajoutée.....	178
Informations Commerciales Venant du Client.....	185
Tenir Compte de Toutes les Options.....	191
Avantages et Inconvénients de Toute Option.....	196
Prendre des Risques bien Réfléchis.....	202
Plan d’affaires.....	209
Annexes.....	213
Annexe 1. Scénario: Séance d’Evaluation	213
Annexe 2: Séance d’Evaluation	214
Annexe 3: Carte d’informations sur les ISTs	215
Annexe 4 : Tableau pour une Budgétisation de Groupe	218
Annexe 5: Tâches et décisions basées sur le genre	220
Annexe 6: Cartes du cycle menstruel.....	224
Annexe 7: Etapes de l’utilisation des préservatifs	230
Annexe 8: Tableau de visions	231
Annexe 9: Avenir Prospère	232
Annexe 10: Cartes d’Images	249



Comment Utiliser le Présent Manuel

Le présent manuel est conçu pour aider les facilitatrices du Collectif des Filles à échanger des informations et à faciliter les discussions sur un éventail de sujets liés à la planification de l'avenir, au fait de rester en bonne santé et de prendre des bonnes décisions. Les questions ouvertes et de réflexions énumérées pour chaque séance aideront à orienter les facilitatrices dans leur rôle de facilitation de la réflexion critique chez les participantes.

Ce manuel comporte 26 séances, présentant chacune les objectifs visés, le matériel nécessaire, la préparation requise et le temps estimé que doit prendre la séance. Il existe aussi une activité supplémentaire, présentée de la même façon et destinée à être utilisée au cours des révisions ou après que les participants aient terminé l'ensemble du programme.

Le manuel fournit, en outre, des instructions étape par étape en vue de faciliter les activités d'apprentissage participatives composant ladite séance. Certaines séances comportent également des « Notes à l'Attention de la Facilitatrice » fournissant des informations de base supplémentaires pour aider dans la conduite de la séance.

Avant de commencer la formation, les facilitatrices devront lire l'intégralité du manuel afin de saisir la progression des messages et des informations véhiculés tout au long de la formation. Cela leur permettra non seulement d'approfondir leurs connaissances des sujets qu'elles explorent avec les participantes, mais aussi d'aborder toute préoccupation à laquelle font face

soit les participantes ou les membres de la communauté relativement au contenu de la formation.

Structuration des Séances

Les activités contenues dans le présent manuel sont conçues pour être utilisées avec des groupes de 20 à 25 participantes mais elles peuvent, si nécessaire, être facilement adaptées à des groupes plus ou moins grands. Les séances sont censées durer entre une et deux heures, avec la plupart d'entre elles s'étalant sur 1 heure 30 minutes. Toutefois, la durée des séances peut vraisemblablement varier en fonction de facteurs comme le niveau d'alphabétisation des participantes, leurs connaissances antérieures des sujets abordés et leur familiarité avec l'apprentissage en groupe.

Les activités sont conçues pour favoriser une très grande participation, ce qui permettra aux participantes, dans un premier temps, de partager, d'analyser et d'améliorer la connaissance qu'elles ont de leur vie et de leur environnement social et, dans un deuxième temps, de planifier, d'agir, de suivre, d'évaluer et de réfléchir.

Pour chaque activité, le manuel présente des informations d'une façon uniformisée, et chaque séance comprend quelques-uns, sinon l'ensemble, des éléments ci-après :

Objectifs : les objectifs présentent les principaux buts et/ou concepts d'apprentissage de chaque séance ;

- **Matériel** : la facilitatrice doit réunir et/ou préparer tous les éléments énumérés avant le début de la séance. Dans une grande mesure, seul le matériel de base, comme le rouleau de papier de présentation et les marqueurs, est requis. Si le matériel n'est pas facilement accessible, il est demandé aux facilitatrices de faire preuve d'imagination. Par exemple, on peut remplacer le rouleau de papier de présentation et les marqueurs par un tableau noir et de la craie ;
- **Préparation** : ce sont les activités ou le travail préparatoire qui doivent être faits avant le début de la séance ;
- **Temps** : Il fait référence à la durée que devrait prendre l'activité sur la base des expériences passées. Cependant, la durée peut varier en fonction du nombre de participantes, du niveau de leur engagement et d'autres facteurs ;
- **Guide de la Séance** : Il fournit des instructions étape par étape pour faciliter la séance. Les instructions donnent des indications sur ce que la facilitatrice doit faire : « A FAIRE », « DIRE » et « DEMANDER ». Là où il est dit « A FAIRE », la facilitatrice devrait prendre les mesures indiquées. Là où il est écrit « DIRE », la facilitatrice doit lire ce qui est écrit. Là où il est écrit « DEMANDER », la facilitatrice devrait poser les questions énumérées. Ces instructions doivent être suivies afin de s'assurer que la progression logique des idées et des informations est maintenue.
- **Tester Vos Connaissances** : ce sont des questions qui permettent de tester ce que les participantes ont compris du contenu de la formation à la fin de chaque séance ;
- **Evaluation de la Séance** : à la fin de chaque séance, les participantes doivent entreprendre une activité d'évaluation Smiley (Visage Souriant). En plus des questions du « Tester Vos Connaissances ! », ces informations seront utilisées pour vérifier la compréhension et permettront aux facilitatrices de remplir le Formulaire d'Evaluation de la Séance (Annexes 1-2).

Mise en Place

Au début de chaque séance, les facilitatrices doivent demander aux participantes de s'asseoir sur les nattes en formant un cercle.

Compétences en Facilitation

La facilitation peut être quelque chose de très difficile – surtout lorsque le sujet débattu a trait à la sexualité. Les pages suivantes donnent une orientation d'ordre général et spécifique pour vous aider, en tant que facilitatrice, à tirer le meilleur parti de chaque séance.

Etablir la Confiance et Créer un Espace Sûr pour la Réflexion

Pour chaque séance, le temps pour des réflexions et des discussions ouvertes constitue un élément essentiel. La santé et les droits sexuels et reproductifs sont souvent des sujets tabous et, par conséquent, beaucoup de gens hésitent d'en parler, particulièrement quand ils se retrouvent dans un contexte de groupe. Cet embarras peut se manifester de plusieurs façons. Les participantes peuvent montrer des signes de gêne en parlant à voix basse, en refusant de répondre aux questions, en rigolant ou en riant nerveusement. De même, lorsque les séances requièrent une réflexion sur des normes profondément enracinées, les participantes peuvent montrer de la résistance à travers une hostilité, un ennui ou un mécontentement manifeste. Bien que ce soient là des réactions humaines normales face à des sujets tabous, il existe des manières par lesquelles les facilitatrices peuvent créer un environnement où les membres d'un groupe peuvent se sentir à l'aise d'en parler. En voici quelques exemples :

Créer un environnement qui facilite le partage des idées et des expériences

Lorsque les gens se sentent soutenus et en sécurité, ils sont plus enclins à parler des sujets sensibles. Il est important d'interagir avec les jeunes de manière serviable et non subjective afin de bâtir des relations de confiance et des bons rapports. Plus les gens se sentent à l'aise, plus ils sont enclins à parler ouvertement de leurs préoccupations et à poser des questions qui leur sont importantes. Quand les gens se sentent en sécurité, ils parlent plus librement, donnent des réponses honnêtes, posent des questions et apprennent davantage. Les conseils suivants peuvent vous aider à créer un sentiment de confort et de sécurité :

- **Le respect** : lorsque vous vous adressez aux participantes, montrez-leur et dites-leur que vous pensez qu'elles sont capables de prendre des bonnes décisions. Évitez le sarcasme car il peut facilement être interprété comme un mépris, reconnaissez les efforts positifs de la part des participantes, et donner des exemples issus de leur propre vie pour illustrer ce dont elles sont capables ;
- **L'acceptation** : montrez que vous acceptez leurs opinions, leurs croyances, leurs valeurs et leurs expériences même si elles sont différentes des vôtres. Essayez d'utiliser les mêmes mots et expressions dont font usage les participantes. Dites des choses comme, « je peux comprendre que vous soyez si sensible à cette question », ou « je comprends que vous soyez surprise par cette information » ;
- **La vie privée** : lorsque vous parlez avec les participantes, il est important de le faire dans un endroit où elles ne peuvent pas être entendues par hasard et où il ne peut pas y avoir d'interruptions ;
- **La confidentialité** : il est important que les participantes sachent que leurs discussions avec vous ne seront pas partagées avec d'autres. Si, dans certaines circonstances, vous jugez nécessaire de partager une information avec d'autres



personnes (pour, par exemple, prévenir à ce que la participante ne subisse de nouvelles violences de la part de son conjoint ou d'un membre de sa famille), vous devez expliquer pourquoi cela s'avèrerait important et avec qui, quand et comment vous comptez partager ladite information.

Réfléchissez sur votre propre inconfort

Nous avons tous nos propres tabous et embarras. Cependant, si vous vous sentez manifestement gêné d'en parler, les membres de votre groupe le seront également. Si vous faites preuve de confiance, d'aisance et de facilité en parlant du corps de l'homme et de la femme, de la fertilité et de la planification familiale, vous aiderez les participantes à se débarrasser de leur propre gêne et à être plus à l'aise avec vous.

Faites attention au langage que vous utilisez

Le langage que nous utilisons peut également contribuer à faire en sorte que les participantes se sentent plus ou moins dans l'embarras. Vous pouvez aussi aider les gens à utiliser un langage pouvant les aider à être plus à l'aise. Laissez-les, ou même encouragez-les à parler de « quelqu'un que je connais » plutôt que de raconter une histoire personnelle. Demandez-leur ce qu'elles ont entendu, plutôt que ce qu'elles savent. Parlez-leur du fait que beaucoup de gens se sentent gênés de parler de sujets relatifs à la santé sexuelle et reproductive, et c'est la raison pour laquelle nous entendons tant de choses sans jamais savoir la vérité. Rassurez-les que c'est dans l'ordre normal des choses.

N'ayez pas peur de l'inconfort

Tout d'abord, rappelez-vous que c'est tout à fait normal que les gens ressentent un sentiment de gêne ! Cela mérite d'être souligné et les participantes sont invitées à ne pas participer à une

activité ou à observer si elles ne se sentent pas à l'aise d'y prendre part. Peut-être que si elles observent en premier lieu, elles se sentiront plus à l'aise d'y participer la prochaine fois.

Conseils Spécifiques en matière de Facilitation

Utilisez les noms des gens autant que faire se peut, notamment en saluant individuellement chaque participante lorsqu'elle arrive la première fois dans la journée ;

- Remerciez les participantes lorsqu'elles contribuent aux discussions ou partagent leurs opinions ou leurs expériences. Les gens ont besoin de sentir que leurs commentaires et leurs questions sont bien appréciés ;
- Essayez de faire participer aux discussions autant de personnes différentes que possible. Pour encourager la participation, dites : « Y a-t-il quelqu'une d'autre qui a quelque chose à partager ? »
- Utilisez des questions ouvertes et de suivi pour encourager la participation. Si une participante donne une réponse courte, essayez de l'encourager à donner plus d'informations en disant : « Pouvez-vous nous dire plus à ce sujet ? »
- Si une participante a des objections ou des questions à une quelconque activité , permettez-la respectueusement de le dire. Reconnaissez leurs points de vue. Ne laissez pas la discussion aller au-delà de la question soulevée. S'il s'avère compliqué ou difficile de contrôler la discussion, vous pouvez dire :
 - ◇ « Je vous comprends. Je sais que vous avez des croyances différentes. Continuons à travailler sur nos activités de la journée et voir si vous pourriez développer une nouvelle façon de voir la situation. »
 - ◇ « Pourquoi ne pas en discuter entre nous après l'activité ? »
- Si la conversation s'écarte du sujet, recentrez les choses en demandant aux participantes si elles acceptent de garder cette discussion pour plus tard. Songez à noter la question sur une feuille de papier de conférence au vu de l'ensemble du groupe et revenir là-dessus ultérieurement.
- Évitez d'interrompre les gens lorsqu'ils ont la parole.
- Soyez honnête. Si vous ne connaissez pas la réponse à une question donnée, il faut le reconnaître. Assignez-leur la tâche de faire des recherches sur la question et de partager les résultats lors de votre prochaine rencontre ;
- Montrez aux participantes que vous êtes vraiment intéressée, que vous écoutez et que vous respectez ce qu'elles sont en train de dire. Pour ce faire, vous pouvez :
 - Utiliser les mêmes mots et expressions qu'utilise le groupe plutôt que recourir à des termes techniques ;
 - Regarder les participantes (mais ne pas les fixer dans les yeux) lorsque vous passez des informations. Même au cas où il vous arrive de les lire, vous devez vous assurer que vous levez la tête de temps à autre afin que les participantes ne se sentent pas ignorées ;
 - Après avoir dit quelque chose d'important, patienter quelques instants pour permettre aux participantes d'y réfléchir ;
 - Lorsqu'une participante pose une question, répétez la question pour vous assurer que vous l'avez bien comprise et que le groupe l'a entendue ;
 - Ne jamais embarrasser quelqu'une pour avoir posé une question ;
 - Sourire et utiliser d'autres expressions et des gestes pour montrer que vous êtes ouverte et intéressée.



Séances de compétences de vie et de la santé



Présentation et Facilitation de Groupe

Objectifs :

- Permettre aux participantes de se sentir plus à l'aise, d'apprendre à se connaître, et de se familiariser avec les objectifs et le contenu de la formation ;
- Convenir, en tant que groupe, des règles qui régiront les séances afin de s'assurer que toutes les participantes se sentent valorisées, respectées et en sécurité ;
- Permettre aux participantes de comprendre comment leurs valeurs peuvent influencer les décisions qu'elles prennent ;
- Entretenir les participantes sur les droits humains.

Matériel :

- Marqueurs ; Rouleau de papier de présentation ; Scotch ; Monnaie en papier.

Temps :

- 1 heure 30 minutes - 2 heures

Guide de la Séance

Accueil (10 minutes)

DIRE : Bonjour ! Je m'appelle [Nom] et je suis très contente de vous voir toutes aujourd'hui en cet endroit. J'ai bien hâte de connaître chacune de vous au fur et à mesure que nous parcourons ensemble la présente formation. Avant tout, je voudrais apprendre vos noms à travers un jeu rapide.

A FAIRE :

- Invitez les participantes à se tenir debout en formant un grand cercle ;
- Dites votre nom à haute voix, tout en faisant un geste comme pomper de l'eau, piler du mil, tourner sur place, etc. ;
- Demandez au groupe de dire votre nom et de répéter votre action ;
- Instruisez la personne qui se trouve à votre droite de répéter votre nom et d'imiter votre geste. Par la suite, lui demander de se présenter tout en faisant son geste ;
- Invitez le groupe à dire son nom et à faire son geste ;
- Par après, la personne à sa droite doit dire votre nom tout en imitant votre geste, dire le nom de votre voisin en répétant son geste, et ensuite son propre nom et le geste qui va avec. Après quoi le groupe répète son nom et imite son geste ;
- Le jeu se poursuit jusqu'à ce que chaque membre du groupe se soit présentée. Cependant, si le groupe est trop grand, arrêter l'activité à mi-chemin et recommencer après.

Présentation des Collectifs de Filles (10 à 15 minutes)

DIRE : Vous vous demandez peut-être de quoi il s'agit. Nous allons mettre en place un Collectif de Filles. Je vous donnerai une formation en vue de vous assister au fur et à mesure que vous naviguez à travers toutes sortes de choix dans les jours, les semaines, les mois et les années à



venir, bien qu'en fin de compte, nous allons mutuellement apprendre de nos idées et de nos expériences.

Au cours des neuf (9) prochains mois, nous allons nous rencontrer chaque semaine. Ensuite, pendant les six (6) mois qui suivront, nous nous verrons toutes les deux semaines. Par finir, il vous reviendra de décider de vous-mêmes ce que ce groupe devrait être et devrait faire. Donc, après cette période de quinze (15) mois, vous aurez à choisir deux personnes qui vous aideront à organiser ce groupe et à le mener de l'avant.

En tant que jeunes d'aujourd'hui, nous comprenons que nous pouvons décider davantage de nos choix. L'éducation, les échanges avec nos amis et notre famille, ainsi que ce que nous entendons à travers les médias, nous apprennent qu'il existe plus de choix qui s'offrent à nous qu'il n'y en avait pour les générations précédentes. Ce sera le point de mire de notre formation : tirer le meilleur parti des choix que nous faisons pour nous-mêmes, pour nos familles et pour nos communautés. De manière plus spécifique, nous allons parler des rêves que nous avons pour nous-mêmes, pour nos familles et pour nos communautés, ainsi que des choix que nous devons faire pour pouvoir les réaliser.

En bref, l'objectif de la présente formation est de vous aider à faire des choix au sujet de votre avenir, notamment à prendre des décisions pouvant promouvoir la bonne santé de vos familles.

En particulier, cette formation vise à renforcer vos atouts. Qu'est-ce que je veux dire par cela ? Je veux dire que la formation vise à vous doter des informations, des ressources et des compétences dont vous avez besoin pour identifier et décrire l'avenir que vous voulez pour vous-mêmes. Nous vous soutiendrons ensuite à poursuivre ces rêves. En vue d'atteindre cet objectif, nous allons nous familiariser avec les sujets ci-après, et bien d'autres :

- Le corps de l'homme et de la femme, comment il change pendant la puberté et leurs périodes de fertilité ;
- Les messages que nous recevons et les idées que nous avons sur comment les hommes et les femmes doivent se comporter ;
- Les messages que nous recevons à propos de la grossesse, de l'accouchement et de l'éducation des enfants ;
- La planification idéale des grossesses ;
- Les rapports sains et respectueux ;
- Se fixer des objectifs, articuler ses rêves pour l'avenir et planifier son avenir ;
- Les aptitudes en matière de prise de décisions ;
- La gestion de nos ressources financières ;
- Le démarrage d'une activité commerciale ;
- Le fait de devenir un leader.

DEMANDER :

- Êtes-vous intéressées par ces choses ?
- Est-ce que ces éléments vous disent quelque chose ?
- Avez-vous d'autres préoccupations ?
- Avez-vous des questions à poser ?

A FAIRE : invitez les participantes à décider du moment et du lieu qu'elles jugent appropriés pour

leur rencontre. Il faut vous assurer que les filles optent pour un endroit privé, là où elles ne seront pas interrompues ou gênées par des curieux. Terminez la discussion en rappelant l'heure et le lieu convenus par le groupe.

Normes Régissant le Groupe (20-25 minutes)

DIRE : au fur et à mesure que nous poursuivons notre formation, il est important que nous nous entendions sur un ensemble de règles notamment sur comment nous allons procéder et comment nous allons nous assurer que nous nous acheminons vers la réalisation de nos objectifs.

Nous allons établir des « Normes » - c'est-à-dire un ensemble de règles qui permettront à chacune de nous de se sentir à l'aise, respectée et très appréciée. Par exemple, ce groupe devrait constituer pour vous un espace où vous allez toutes vous sentir à l'aise en parlant de vos vies, en échangeant vos expériences et en discutant des défis auxquels vous seriez confrontées. Cela ne veut pas dire que vous devez partager des informations personnelles, mais que vous devriez vous sentir à l'aise si vous désirez le faire. Pour que cela puisse marcher, je pense qu'il s'avère important de nous accorder sur le fait que nous devons garder pour nous-mêmes les récits personnels racontés ici. C'est ce qu'on appelle respecter la confidentialité.

DEMANDER :

- Pourquoi la confidentialité est-elle importante ?
- Quel serait le tort si nous racontions les histoires personnelles à d'autres personnes n'ayant pas fait partie de ce groupe ?
- A votre avis, quelles autres règles pourraient nous aider à bâtir la confiance et à travailler ensemble en tant que groupe ? Quelqu'une peut-elle suggérer un exemple ?

A FAIRE :

- Facilitez des discussions dans lesquelles les participantes décriront leurs attentes sur comment le collectif de filles doit fonctionner ;
- Au fur et à mesure que les participantes avancent des idées, validez les avec le reste du groupe. Si les autres membres du groupe approuvent une « règle », notez-la sur une feuille de papier pour votre référence personnelle. Ne perdez pas ce document, car vous en aurez besoin au cours des prochaines séances ;
- Une fois qu'une nouvelle règle ait été acceptée, il faut la lire à haute voix et demander au groupe de la répéter à plusieurs reprises ;
- Voici quelques exemples de règles :
 - Nous acceptons de nous respecter mutuellement et de respecter les opinions des unes et des autres ;
 - Nous acceptons d'écouter quand quelqu'une d'autre parle ;
 - Nous acceptons de garder pour nous-mêmes ce que nous apprenons sur les autres membres de ce groupe ;
 - Nous acceptons d'être à l'heure ;
 - Nous acceptons de poser des questions lorsque nous ne comprenons pas quelque chose ;
 - Nous acceptons de venir à la formation avec un esprit ouvert ;
 - Nous acceptons de venir à la formation, disposées à apprendre.

- Concluez la discussion en rappelant aux participantes que le partage de l'information est volontaire. Puisque la confidentialité ne peut être garantie, personne n'est tenue de partager des informations personnelles. Les participantes ont le « droit de laisser passer la parole » - en d'autres termes, il leur est permis de sauter toute question ou activité avec laquelle elles ne se sentent pas à l'aise ;
- Demandez aux participantes de poser leurs empreintes digitales sur le document final des « normes ». Pour ce faire, utilisez un marqueur pour dessiner sur le pouce des participantes, puis leur demander de le poser sur le document ;
- Demandez des volontaires qui vont mémoriser, chacune, une norme. Informer ces volontaires que, lors des prochaines séances, elles seront appelées à partager la norme qui leur a été attribuée avec le reste du groupe.

Les Valeurs (20 minutes)

DIRE : comme je l'ai expliqué, ce groupe vise à vous aider à faire des choix sains pour votre avenir. Maintenant, que nous en soyons conscientes ou non, nos choix sont souvent influencés par nos valeurs – ou par les choses que nous jugeons importantes dans la vie. Par exemple, si nous valorisons notre santé, nous pourrions choisir de dépenser plus d'argent pour des aliments sains qu'une personne qui ne valorise pas sa santé. Si nous valorisons l'éducation, nous pourrions choisir de lire beaucoup de livres et de rester à l'école. En bref, les valeurs sont des idées, des principes ou des croyances qui sont importantes pour nous et qui aident à définir qui nous sommes.

Nous allons jouer à un jeu court. Pour ce faire, vous avez deux options : option 1 et option 2. Si vous préférez l'option 1, mettez-vous de ce côté (pointez sur un côté de l'espace de réunion). Si vous préférez l'option 2, courez de l'autre côté (pointez de l'autre côté). Laissez-moi vous donner un exemple stupide. Que préféreriez-vous : ne boire que du café pour le restant de vos jours ou ne boire que du thé pour le restant de vos jours ?

A FAIRE :

- Répétez l'exercice à l'aide des exemples dans l'encadré ci-dessous.
- Pour chaque question, inviter quelques participantes à expliquer leur choix.

Préfériez-vous être riche ou heureuse ?

Préfériez-vous être en bonne santé ou être belle ?

Préfériez-vous avoir un mari qui vous aime ou un mari que vous aimez ?

Préfériez-vous avoir une grande famille avec beaucoup d'enfants ou une petite famille avec moins d'enfants ?

Préfériez-vous avoir votre propre entreprise ou travailler pour quelqu'un d'autre ?

DIRE : Maintenant, il ne s'agit que d'un jeu mais, dans la vie réelle, vous devez rarement choisir l'une ou l'autre chose. Dans la plupart des cas, vous pouvez avoir les deux choses ! Mais en vous forçant de choisir entre deux options, cette activité vous aide à identifier vos valeurs et ce qui est important pour vous.

DEMANDER : Avec un partenaire, je souhaite que vous réfléchissiez à 3 valeurs qui sont particulièrement importantes pour vous et pourquoi. N'oubliez pas qu'une valeur est une idée, un principe ou une conviction qui est important pour vous. Les valeurs comprennent des choses comme le bonheur, l'amour, le succès, l'amitié, etc.

A FAIRE : Donner aux participantes le temps de partager leurs réponses, puis demander à 2 ou 3 volontaires d'expliquer leurs valeurs et pourquoi elles les ont choisies.

DEMANDER : Au cours de l'activité précédente, j'ai eu à constater que beaucoup d'entre vous étaient excitées quand on a parlé d'enfants. Comment nos sentiments sur la taille de la famille et le calendrier de la grossesse peuvent-ils être liés à ce que nous valorisons ? Si avoir des enfants en bonne santé est très important pour nous, quels choix devons-nous faire pour qu'il en soit ainsi ?

Les Droits Humains (10 minutes)

DIRE : nous pensons souvent que nos valeurs et nos croyances sont « naturelles ». Nous nous attendons à ce que les autres partagent nos valeurs et nous pouvons être très choqués s'ils ne le font pas. Il est, cependant, important de savoir que nos valeurs viennent de ce qui est cher à nos amis, à notre famille, à notre communauté et même à notre société. Les valeurs dans une partie du monde peuvent être très différentes des valeurs dans une autre partie du monde. Néanmoins, il existe des valeurs que l'on peut retrouver partout à travers le monde. On les appelle les droits humains.

DEMANDER :

- Qui parmi vous a entendu parler de droits humains ?
- Quelqu'une peut-elle me dire c'est quoi les droits humains ?

DIRE : les droits humains sont un ensemble de valeurs que les gens, partout à travers le monde, jugent importants pour permettre à tous les humains de pouvoir vivre des vies heureuses et saines ayant un sens. Les droits humains nous prescrivent des règles sur comment nous comporter envers nous-mêmes, envers les autres et envers l'environnement afin que nous puissions tous avoir la chance de vivre autant que nous le pouvons. Les droits humains nous disent aussi ce à quoi nous avons droit pour être heureux, en bonne santé et en sécurité – et ces choses-là nous les méritons !

Les droits humains sont nombreux ; cependant, il existe cinq valeurs fondamentales qui les sous-tendent. Ce sont :

- Le choix ;
- La dignité ;
- La diversité ;
- L'égalité ;

- Le respect.

Cette formation est fondée sur la promotion et la protection de ces cinq valeurs fondamentales.

A FAIRE :

- Demandez aux participantes de dire ce qu'elles entendent par chacune de ces cinq valeurs fondamentales. Leur demander en quoi ces valeurs se rapportent-elles à la formation ;
- Clarifiez la signification de chacun des cinq valeurs fondamentales en utilisant les définitions ci-dessous :
 - **Le choix** : les choix que nous faisons au sujet de notre santé, de notre avenir et de nos familles doivent être faits librement. Nous devons être renseignés sur les options qui s'offrent à nous ;
 - **La dignité** : nous avons tous de la valeur, indépendamment de notre âge, de notre caste, de notre classe, de notre sexe, de notre religion ou de toute autre chose qui détermine notre statut. Chacun de nous a droit à l'information et aux services pour nous aider à mener une vie saine et épanouissante ;
 - **La diversité** : nous sommes tous différents. Nos besoins sont différents. Nous nous exprimons différemment ;
 - **L'égalité** : l'homme et la femme méritent tous les deux autant de respect. Ils sont égaux en dignité. L'homme et la femme doivent avoir accès à l'information, aux services et au soutien pour leur plein accomplissement ;
 - **Le respect** : les êtres humains ont tous droit au respect.

DEMANDER : comment pouvons-nous utiliser les valeurs de choix, de dignité, de diversité, d'égalité et de respect dans notre Collectif de Filles ?

- *Note à l'attention de la Facilitatrice : Assurez-vous que les participantes comprennent que ces valeurs peuvent être utilisées pour :*
 - *Les aider à prendre conscience des CHOIX qui s'offrent à elles, dont les choix relatifs à leur santé, leur éducation, leur famille, leur emploi, etc. ;*
 - *Reconnaître leur valeur et leur DIGNITÉ en leur donnant accès à des informations et à des services qui favorisent une vie saine et épanouissante ;*
 - *Reconnaître et célébrer leurs différences et leur DIVERSITÉ ;*
 - *Les traiter comme des ÉGALES et leur donner les compétences nécessaires pour aider à bâtir des familles et des communautés plus égales ;*
 - *Les traiter avec RESPECT. Le collectif de filles respectera leurs expériences et les connaissances qu'elles apporteront à ces séances.*

DEMANDER : que pensez-vous de tout cela ?

Conclusion, Evaluation et Activité de Fin de Séance (10 minutes)

A FAIRE : Lisez, ci-dessous, les messages clés de cette séance :

- Les valeurs peuvent nous guider dans la prise de décisions ;
- Les valeurs viennent de ce que nos amis, notre famille, notre communauté et notre société jugent important ;
- Les droits humains sont des valeurs auxquelles a droit chaque personne à travers le monde. Ils nous permettent de vivre une vie heureuse, saine et épanouissante.

S'il vous reste encore de temps, **DEMANDER** :

- Avant de mettre fin à cette séance, y a-t-il quelqu'une qui aimerait partager avec le groupe une chose qu'elle a trouvée intéressante ou excitante sur la séance d'aujourd'hui ?
- Y a-t-il eu des idées ou des activités qui vous ont interpellée ? Si oui, en quoi ?
- Avez-vous des questions à poser ?

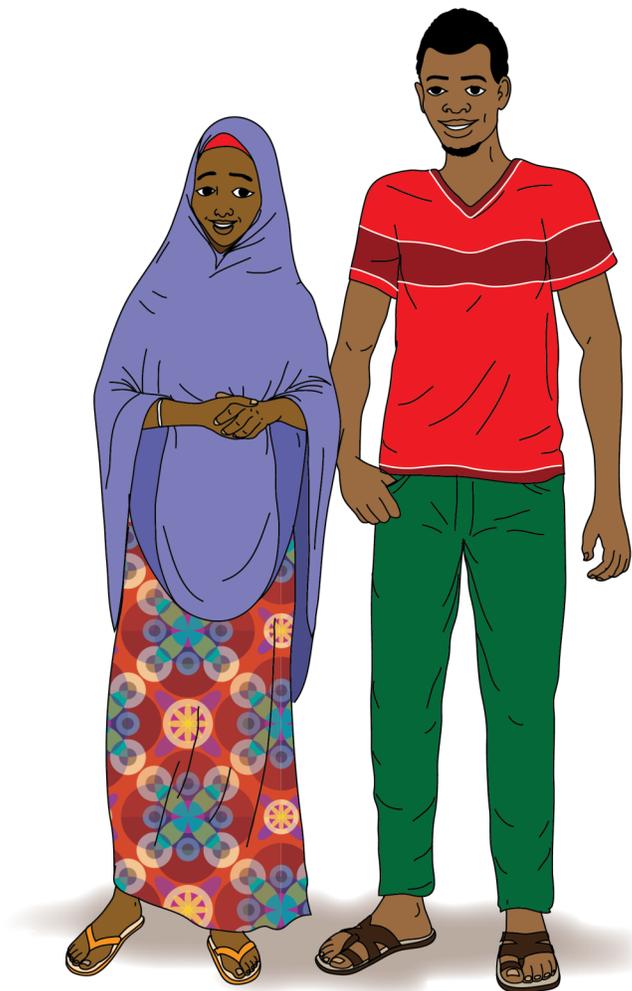
A FAIRE :

- Administrez l'Evaluation Smiley à l'aide des questions dans l'encadré « Tester Vos Connaissances ! » figurant à la fin de la présente Séance de ce Guide. Une fois la séance terminée et les participantes parties, enregistrer les réponses dans le Formulaire d'Evaluation de Séance (Annexes 1-2) ;
- Informez les participantes des sujets de la prochaine séance ;
- Leur rappeler la date, l'heure et le lieu de la prochaine séance ;
- Remerciez les participantes pour leur participation active ;
- Libérez le groupe.

Tester Vos Connaissances !

DIRE : maintenant, Je vais lire une question ou une affirmation, suivie d'une réponse. Si vous êtes d'accord avec ladite réponse, levez la main.

1. Nos valeurs influencent les choix que nous faisons : vrai ou faux ? **VRAI**
2. Les droits humains ne contribuent pas à promouvoir notre santé et notre sécurité : vrai ou faux ? **FAUX**



Sexe et Genre

Objectifs :

- Permettre aux participantes de comprendre la différence entre le sexe et le genre ;
- Explorer les attentes sur comment les hommes et les femmes sont censés se comporter dans la famille, au sein de la communauté et de la société, et voir comment celles-ci ont changé au fil du temps ;
- Comprendre comment les rôles hommes-femmes affectent nos choix dans la vie, notre santé et notre bien-être ;
- Nous amener à réfléchir si nous aimerions voir des changements dans les rôles hommes-femmes.

Matériel :

- Marqueurs ; Rouleau de papier de présentation ; Scotch ; Brouillon ; Crayons et autre matériel d'écriture ; Tâches et décisions basées sur le genre (Annexe 5)

Préparation :

- Sur une feuille de papier de présentation, écrivez les mots « Sexe » et « Genre », ainsi que les définitions y afférentes.
 - **Sexe** : caractéristiques physiques identifiant une personne comme homme ou femme. Cela inclut le type d'organe génital (pénis ou vagin), les hormones qu'elle a dans le corps, si elle produit des spermatozoïdes ou des ovules, et si elle peut donner naissance et allaiter des enfants.
 - **Genre** : Les idées et les règles couramment partagées qui dictent aux hommes

et aux femmes comment ils doivent agir. Cela comprend les attentes que nous avons quant aux rôles, responsabilités, comportements et émotions jugés « appropriés » pour les hommes et les femmes. Le genre s'apprend ; les personnes plus âgées enseignent aux garçons et aux filles comment ils/elles doivent se comporter pour devenir une femme ou un homme « idéal », selon leur culture.

Temps :

- 1 heure 50 minutes

Guide de la Séance

Accueil (10 minutes)

A FAIRE :

- Accueillez les participantes à la reprise de la formation et les remerciez pour leur engagement continu ;
- Dressez la liste des présences ;
- Invitez une ou deux participantes à partager au moins une norme avec les autres membres du groupe ;
- Remerciez les participantes pour le partage.

DEMANDER : y a-t-il quelqu'une qui voudrait bien rappeler au groupe ce dont nous avons discuté lors de notre dernière Séance ?

A FAIRE : si nécessaire, rappeler au groupe les messages clés de la séance précédente :

- Les valeurs peuvent nous guider dans la prise de décisions ;
- Les valeurs proviennent de ce que nos amis, notre famille, notre communauté et notre société considèrent comme important ;
- Les droits humains sont des valeurs dont chaque individu, à travers le monde, a droit. Ils nous aident à vivre des vies heureuses, sûres et épanouissantes.

DEMANDER : y a-t-il quelqu'une qui a des questions ou des idées à partager sur ce que nous avons appris lors de notre précédente séance ?

Exercice pour Apprendre à se Connaître : Se Présenter en une Minute (15 minutes)

DIRE : nous allons faire un autre exercice pour apprendre à mieux nous connaître. J'aimerais que chacune de vous se trouve un partenaire - quelqu'une que vous ne connaissez pas très bien. J'aimerais que vous vous présentiez à votre partenaire et partagiez avec elle une chose que vous admirez en vous et une chose que vous pensez vous faites bien.

A FAIRE :

- Donnez aux paires deux minutes pour se présenter ;
- Amenez le groupe à former un grand cercle ;
- Invitez, une à une, les participantes à présenter leur partenaire au groupe.

Jeu sur le Genre (20 minutes)

DEMANDER : avez-vous entendu parler des concepts « sexe » et « genre » ? Quelqu'une peut-elle

me dire ce que signifient ces mots ?

A FAIRE : affichez la feuille de tableau que vous avez préparée et qui comporte la définition de « sexe » et de « genre ». Lisez les définitions à haute voix. Ces définitions sont les suivantes :

- **Sexe :** les caractéristiques physiques identifiant une personne comme homme ou femme. Cela inclut le type d'organe génital (pénis ou vagin), les hormones qu'elle a dans son corps, si elle produit des spermatozoïdes ou des ovules, et si elle peut donner naissance et allaiter des enfants.
- **Genre :** Les idées et les règles couramment partagées qui dictent aux hommes et aux femmes comment ils/elles doivent agir. Cela comprend les attentes que nous avons quant aux rôles, responsabilités, comportements et émotions jugés « appropriés » pour les hommes et les femmes. Le genre s'apprend ; les personnes plus âgées enseignent aux garçons et aux filles comment ils doivent se comporter pour devenir une femme ou un homme « idéal », selon leur culture.

DIRE : Cela peut prêter à confusion. Pour nous aider à comprendre la différence entre « sexe » et « genre », nous allons jouer à un jeu.

Affirmations :

- Les femmes donnent naissance à des enfants ; les hommes pas. **SEXE**
- Les filles sont tendres ; les garçons sont durs. **GENRE**
- La conduite de camions est un travail d'homme. **GENRE**
- Les bébés peuvent être habillés et se voir adressés la parole selon qu'ils soient filles ou garçons. **GENRE**
- Les jeunes filles peuvent se voir obligées de porter des robes, de s'occuper de leurs petits frères et petites sœurs, de se taire ou de manger moins que les garçons. **GENRE**
- Les femmes doivent faire les tâches ménagères comme la lessive, le nettoyage et la cuisine ; les hommes doivent chercher de l'argent. **GENRE**
- De nombreuses femmes ne prennent pas les décisions de façon indépendante et libre, en particulier en ce qui concerne le sexe et les relations. **GENRE**
- La voix des hommes change avec la puberté ; la voix des femmes pas. **SEXE**
- Les femmes peuvent allaiter leurs bébés ; les hommes ne peuvent nourrir leurs bébés qu'à l'aide du biberon. **SEXE**
- Dans une famille, il revient aux hommes et non aux femmes d'être les salariés. **GENRE**
- Les femmes peuvent tomber enceintes ; les hommes pas. **SEXE**
- Le devoir de la femme c'est d'avoir des relations sexuelles avec son mari. **GENRE**
- Un vrai homme ne pleure pas. **GENRE**
- Les hommes ont une plus grande libido que les femmes. **GENRE**

A FAIRE :

- Divisez le groupe en deux équipes. Inviter chaque équipe à se donner un nom ;
- Demandez à chaque équipe de choisir une représentante qui se présentera devant le groupe ;
- Expliquez au groupe que vous allez lire une affirmation (voir la liste à la prochaine

page). La représentante de chaque équipe devra lever la main pour dire si ladite affirmation se rapporte au sexe ou au genre. La personne qui lève la main la première sera la première à répondre. Si sa réponse est bonne, son équipe gagne un point. Veuillez noter que les participantes sont autorisées à parler aux autres membres de leur équipe ;

- Après chaque tour, discutez de la bonne réponse avec le groupe, en expliquant pourquoi l'affirmation se rapporte au genre ou au sexe. Ensuite, inviter d'autres représentantes à se présenter devant le groupe ;
- Pour chaque équipe, demander à un membre de prendre note des points ;
- Une fois le match terminé, féliciter l'équipe ayant gagné et demander aux participantes de rejoindre leur place.

Tâches Sexospécifiques (50 minutes)¹

DIRE : au sein de chaque ménage, il existe de nombreuses tâches à accomplir et des décisions à prendre au quotidien. Ensemble, nous allons explorer ces tâches et ces décisions en prêtant attention à qui fait quoi, qui prend les décisions et pourquoi, et comment ces décisions sont prises.

A FAIRE : Affichez les cartes montrant individuellement l'homme, la femme, et puis l'homme et la femme ensemble.

DIRE : je vais vous montrer une carte. L'image sur la carte représente une tâche, une occupation ou une décision commune. [*Montrez une carte à titre illustratif*]. Votre travail consiste à me dire qui normalement exécute cette tâche ou prend cette décision dans votre communauté, pas qui est capable d'exécuter ladite tâche ou de prendre ladite décision : l'homme, la femme, ou les deux ? Si vous me dites que c'est l'homme, je placerai la carte dans le lot « Homme » ; si vous me dites que c'est la femme, je la placerai dans le lot « Femme » ; et enfin si c'est les deux, je la placerai dans le lot « Tous les Deux ».

A FAIRE :

- Conduisez l'activité, tout en requérant l'avis du groupe au moment de décider où placer chaque image de tâche/décision. Si l'activité progresse très lentement, sauter certaines des tâches ou décisions, mais NE PAS sauter une affirmation en gras ;
- Si le groupe décide de placer une carte dans le lot « Homme » ou « Femme », posez les questions ci-après :
 - Pourquoi c'est seulement un groupe qui peut exécuter cette tâche ou prendre cette décision ? L'autre groupe est-il capable de mener cette tâche ou de prendre cette décision ? Pourquoi ou pourquoi pas ?
 - Qu'arriverait-il si l'homme et la femme remplissaient tous les deux cette tâche ou prenaient cette décision ?
 - Qu'est-ce qui empêche l'homme et la femme à la fois de le faire ?
 - Y a-t-il des actions que nous pouvons mener pour que l'homme et la femme puissent davantage partager ces tâches et ces décisions ? Si oui, que sont-elles ?
 - Si un groupe décide de placer une carte de décision dans le lot « Tous les Deux », posez les questions ci-après :

- Comment ces décisions conjointes sont-elles prises ? Qui a le dernier mot ?
- Cela a-t-il toujours été le cas ?
- Les deux parties ont-elles la même voix dans le processus de prise de décision ? si non, qui a la plus grande voix ?

Tâches et Décisions sexospécifiques	
Tâches	Décisions
<ul style="list-style-type: none"> • Prendre soin des personnes malades/enfants • Chercher de l'argent • Préparer les enfants à aller à l'école • Préparer le repas • Vendre de la nourriture au marché • Discipliner les enfants • Laver les enfants • Prendre part aux réunions communautaires • Chercher de l'eau • Aller chercher du bois de chauffe • Nettoyer la maison • Faire des cultures de rente • Cultiver des denrées alimentaires (ex. haricot) • S'occuper des chèvres 	<ul style="list-style-type: none"> • Quand avoir des enfants • Le nombre d'enfants à avoir • L'éducation des enfants • Le mariage des enfants • Les achats du ménage au quotidien • Pratiquer la planification familiale • Quand aller au dispensaire • Quand avoir des rapports sexuels • Avec qui socialiser • La vente de biens importants • Gros achats du ménage

Discussion

DEMANDER :

- Qui exécute le plus de tâches ? Pourquoi ?
- Si un groupe exécute plus de tâches, quelles en sont les conséquences ?
- Qui prend plus les décisions ? Pourquoi ?
- Si un groupe prend plus les décisions, comment cela peut-il les affecter ? Comment cela affecte-t-il l'autre groupe ?

Si vous avez le temps, **DIRE** : travaillez avec la personne à côté de vous pour identifier les trois tâches et les trois décisions les plus importantes.

DEMANDER :

- Qu'avez-vous identifié comme étant les tâches les plus importantes ? Elles sont exécutées par qui ? Pourquoi ?
- Qu'avez-vous identifié comme étant les décisions les plus importantes ? Elles sont prises par qui ?
- Que se passerait-il si l'homme et la femme se partagent ces tâches et prennent ensemble ces décisions ?

Devoir (5 - 10 minutes)

DIRE : nous avons vu que le genre est un ensemble de règles sur comment doivent se comporter les hommes et les femmes. Puisque c'est nous qui établissons ces règles, nous pouvons aussi les changer – même si cela n'est pas forcément le cas. En effet, ces règles changent tout le temps. Vous pouvez ne pas me croire, et ce n'est pas un problème. Comme devoir de maison, je vais vous demander de faire un exercice qui vous montrera comment ces règles ont changé au fil du temps.

Votre devoir de maison consistera à interviewer une personne du temps de votre grand-mère ou de votre arrière-grand-mère sur comment les choses se passaient au moment de son enfance et de sa jeunesse. Essayez de découvrir ce qu'elle pense a changé de sa jeunesse à aujourd'hui. Posez-lui des questions sur l'école, le divertissement, l'amitié, les romances, les pratiques liées au mariage, les tâches ménagères et le travail. Permettez à la personne de parler de tout ce dont elle veut parler. Après, je vous demanderai de nous donner vos propres réponses à ces questions.

A FAIRE : Demandez aux participantes de choisir entre trois et cinq cartes d'images sur les tâches ou les décisions et de les copier sur une feuille de papier. Demandez aux participantes d'interviewer une personne du temps de leur grand-mère ou arrière-grand-mère sur ces sujets. Rappelez-leur qu'elles doivent elles-mêmes réfléchir sur ces sujets.

DIRE: au cours de notre prochaine séance, je vous demanderai de partager ce que vous avez appris sur la façon dont le genre a changé au fil du temps.

Conclusion, Evaluation et Activité de Fin de séance (10 minutes)

A FAIRE : Lisez, ci-dessous, les messages clés de cette séance :

- Le sexe renvoie aux caractéristiques physiques identifiant une personne comme étant un homme ou une femme ;
- Le genre fait référence aux idées et aux règles qui dictent aux hommes et aux femmes comment ils/elles doivent agir ;
- Le genre peut affecter l'exécution des tâches et la prise de décision au sein du ménage ; celles-ci sont généralement basées sur nos croyances en tant qu'individus et en tant que société, et ne se rapportent pas à notre sexe biologique.

S'il vous reste encore de temps, **DEMANDER :**

- avant de mettre fin à cette séance, y a-t-il quelqu'une qui aimerait partager avec le groupe une chose qu'elle a trouvée intéressante ou excitante sur la séance d'aujourd'hui ?
- Y a-t-il eu des idées ou des activités qui vous ont interpellée ? Si oui, en quoi ?
- Avez-vous des questions à poser ?

A FAIRE :

- Administrez l'Evaluation Smiley à l'aide des questions dans l'encadré « Tester Vos Connaissances ! » figurant à la fin de la présente Séance de ce Guide. Une fois la séance terminée et les participantes parties, enregistrer les réponses dans le Formulaire d'Evaluation de Séance (Annexes 1-2) ;

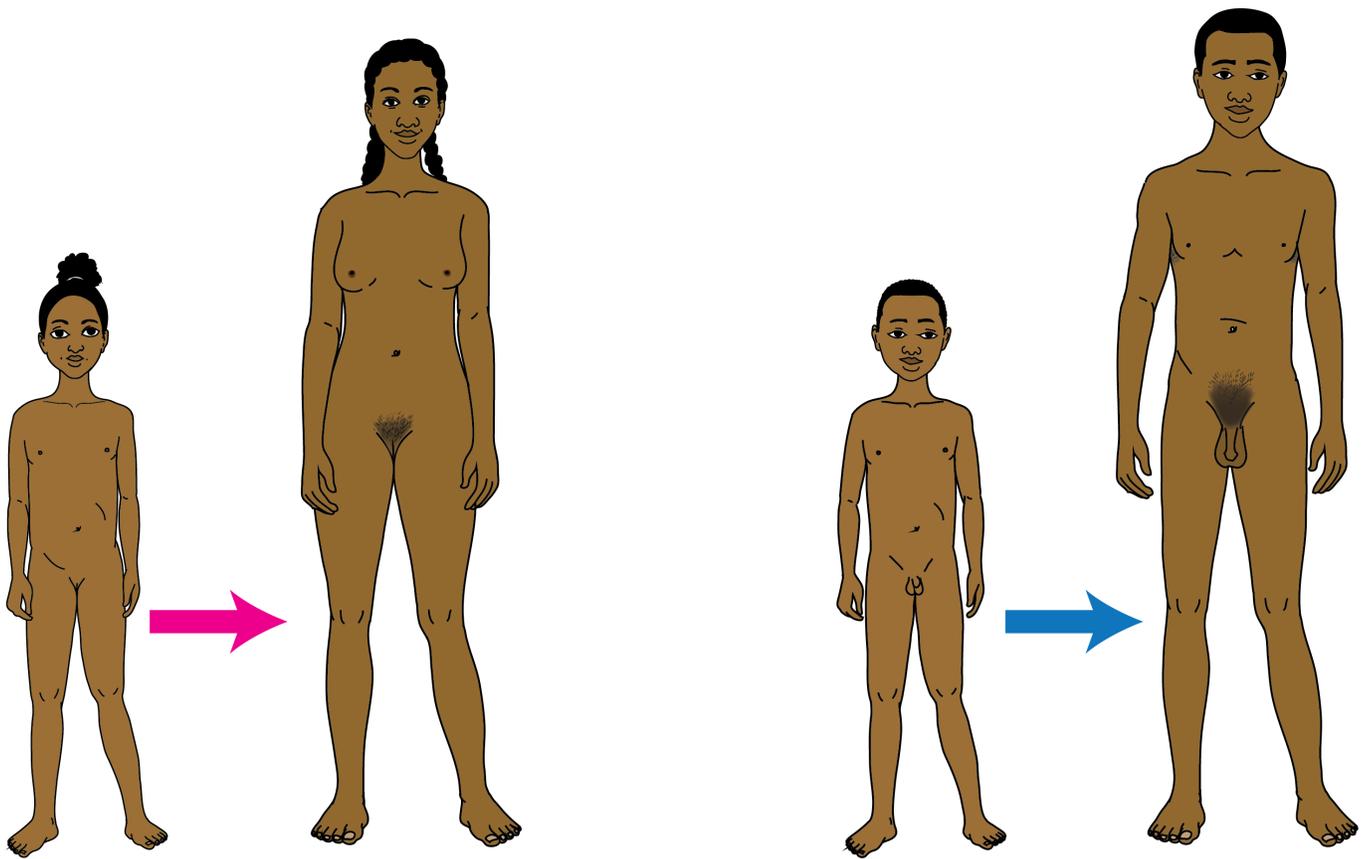
- Informez les participantes des sujets de la prochaine séance ;
- Leur rappelez la date, l'heure et le lieu de la prochaine séance ;
- Remerciez les participantes pour leur participation active ;
- Libérez le groupe.

Tester Vos Connaissances !

DIRE : maintenant, Je vais lire une question ou une affirmation, suivie d'une réponse. Si vous êtes d'accord avec ladite réponse, levez la main.

1. Le sexe est un mot pour les différences physiques entre les hommes et les femmes : vrai ou faux ? **FAUX**
2. Le genre peut affecter les tâches et la prise de décision au sein des familles ; ceux-ci sont généralement basés sur nos croyances en tant qu'individus et en tant que société et non liés à notre sexe biologique : vrai ou faux ? **VRAI**

¹Adapted from 'Pile Sorting' in Cowan, E., F. Mekuria, A. Sprinkel. 2016. *Social Analysis and Action: Global implementation manual*. Atlanta: CARE USA.



Puberté et Système Reproductif

Objectifs :

- Comprendre comment le corps change chez la femme et l'homme entre 8 et 18 ans ;
- Réfléchir sur comment et pourquoi les attentes et les pressions sociales changent envers un individu qui traverse sa période de puberté ;
- Apprendre et être en mesure d'identifier correctement les noms et les fonctions réels des organes et parties reproductifs de l'homme et de la femme.

Matériel :

- Rouleau de papiers de présentation ; Marqueurs ; Images de l'anatomie de l'homme et de la femme ; Brouillon ; Matériel d'écriture.

Temps :

- 2 heures

Guide de la Séance

Accueil (10 minutes)

A FAIRE :

- Accueillez les participantes à la reprise de la formation et les remercier pour leur engagement continu ;
- Dressez la liste des présences ;
- Invitez une ou deux participantes à partager au moins une norme avec les autres membres du groupe ;
- Remerciez les participantes pour le partage.

DEMANDER : y a-t-il quelqu'une qui voudrait bien rappeler au groupe ce dont nous avons discuté lors de notre dernière séance ?

A FAIRE : si nécessaire, rappeler au groupe les messages clés de la séance précédente :

- Le sexe renvoie aux caractéristiques physiques identifiant une personne comme homme ou femme ;
- Le genre c'est les idées et les règles qui dictent aux hommes et aux femmes comment ils doivent agir ;
- Le genre peut affecter les tâches et la prise de décision au sein des familles ; celles-là sont généralement basées sur nos croyances en tant qu'individus et en tant que société et non liées à notre sexe biologique.

DEMANDER : est-ce que quelqu'une a des questions à poser ou des idées à partager sur ce que nous avons appris lors de notre précédente séance ?

Réflexion sur le devoir (5 minutes)

DEMANDER : y a-t-il quelqu'une qui voudrait bien me dire ce qui est ressorti de l'interview d'une personne âgée sur comment les idées autour du comportement de l'homme et de la femme ont changé ?

A FAIRE : invitez les participantes à échanger leurs expériences.

DIRE : merci à celles d'entre vous qui ont accepté d'échanger leurs expériences. Maintenant, je suis fière que nous soyons en mesure de voir comment les croyances sur le genre ont changé avec le temps. J'espère que vous avez réalisé que nous pouvons continuer à travailler pour changer ces idées pour une amélioration du bien-être des femmes, des hommes, des familles et de nos communautés.

DEMANDER: y a-t-il des changements que vous voudriez voir en ce qui concerne la manière dont les hommes et les femmes devraient se comporter ?

Puberté – Des Changements dans le Corps^{2,3} (25-30 minutes)

DIRE: nous allons continuer notre conversation au sujet du sexe et du genre. La dernière fois, nous avons examiné comment les normes de genre peuvent changer au fil du temps. Par exemple, nous avons discuté de la manière dont certains rôles ou tâches qui étaient auparavant

assumés principalement par des femmes sont désormais considérés comme acceptables pour les hommes. Cette semaine, nous allons apprendre sur quelques changements que subissent les filles et les garçons au cours de leur croissance. Certains de ces changements se rapportent au sexe et d'autres au genre.

Certaines d'entre vous peuvent se sentir embarrassées ou gênées par les thèmes que nous allons discuter aujourd'hui. Ce sont bien là des sentiments normaux. Je vous demande d'essayer de maîtriser ces sentiments et de continuer à activement prendre part à l'activité car les informations que vous allez apprendre aujourd'hui vous seront utiles. Cependant, si vous voulez partir, vous êtes libre de le faire.

Commençons par la puberté. La puberté est un terme qui décrit les changements que nous subissons de l'enfance à l'âge adulte. Une personne en cours de puberté est appelée adolescent. Pendant ce temps, les filles et les garçons deviennent plus grands, leurs organes génitaux se développent et des cheveux apparaissent à de nouveaux endroits. Pendant la puberté, une fille devient physiquement capable d'avoir un bébé et un garçon physiquement capable d'engendrer un enfant. Cela ne signifie pas qu'elle/il est prêt(e) pour être mère ou père ou qu'elle/il est en situation propice pour avoir un enfant – seulement leur corps est physiquement capable à faire un bébé. Comme nous le verrons dans les séances suivantes, devenir parent impose des contraintes de temps, d'énergie, d'argent et de ressources. Par conséquent, il est important d'être également prêt financièrement et émotionnellement à accueillir un enfant dans votre vie. Cependant, comme j'ai eu à le dire, nous discuterons de ces points plus en détail lors d'une autre séance. Pour commencer, nous allons rapidement passer en revue certains des changements liés à la puberté.

A FAIRE :

- Distribuez des feuilles de papier de présentation et des marqueurs ;
- Invitez les participantes à dessiner les contours du corps d'une femme et d'un homme ;
- Demandez aux participantes d'encercler toutes les parties du corps qui changent chez les filles et les garçons au cours de la puberté ;
- Invitez les participantes à partager leurs dessins, en identifiant le changement qui se produit au niveau de chaque partie du corps qu'ils ont encerclée en utilisant la liste ci-dessous comme référence pouvant leur servir de feedback.

Puberté – Des Changements dans la Façon dont les Gens nous Traitent^{4,5} (25 minutes)

DEMANDER :

- Nous savons donc que nos corps changent pendant la puberté. Ces changements sont-ils liés au sexe ou au genre ?
- Note à l'attention de la Facilitatrice : Ces changements sont liés au sexe.
- Y a-t-il également des changements dans la façon dont les gens vous traitent lorsque vous passez de l'enfance à l'âge adulte ?
- Si oui, quelles différences avez-vous constatées dans la façon dont les gens vous ont traitée ? Comment vous vous étiez sentie d'être traitée différemment lorsque vous passiez de l'enfance à l'âge adulte ou au moment où vous faisiez votre expérience de

la puberté ?

- Ces changements, sont-ils liés au sexe ou au genre ?
 - *Note à l'attention de la Facilitatrice : Ces changements sont liés au genre.*

Chez les Garçons et les Filles	Chez les Filles uniquement	Chez les Garçons uniquement
<ul style="list-style-type: none">• Développement des cheveux du corps, y compris autour des organes génitaux et sous les aisselles• Sudation et odeur corporelle accrues• La croissance s'accélère (taille et poids)• Besoin d'aliments additionnels• Changements à la peau : initialement elle devient plus grasseuse et des boutons et acné peuvent se développer. Cependant, chez la plupart des personnes, cela disparaît éventuellement• Changement d'humeur• Augmentation des sentiments sexuels	<ul style="list-style-type: none">• Les seins se développent• Le saignement mensuel commence de même que les secrétions de la muqueuse vaginale• Les tailles se développent et les hanches s'élargissent	<ul style="list-style-type: none">• Le pénis et les testicules grandissent et se développent• La voix devient plus grave• Les cheveux de la face et de la poitrine apparaissent et poussent• Ejaculation nocturne (orgasme spontané pendant le sommeil qui inclut l'éjaculation)

DIRE : je veux que nous réfléchissions un instant à ces changements dans la façon dont les gens nous traitent. Je vais lire une affirmation. Si vous pensez que l'affirmation s'applique uniquement aux garçons dans leur transition vers l'âge adulte (hommes), en passant par l'adolescence, mettez-vous là-bas (indiquez un endroit dans la salle). Si vous pensez que l'affirmation s'applique uniquement aux filles, mettez-vous ici (indiquez un autre endroit). Si vous pensez qu'elle concerne à la fois les filles et les garçons, restez au milieu ici (indiquez un endroit entre les deux).

A FAIRE : lire à haute voix les affirmations ci-dessous :

- Plus de liberté à aller sur les lieux publics (rues, parcs, centres communautaires, zones commerciales, marchés) ;
- Moins de liberté à aller sur les lieux publics ;
- Plus de tâches ménagères ;
- Plus de pression à commencer à gagner de l'argent ;
- Plus de pression à s'habiller modestement ;

- Plus de pression à se préparer pour le mariage ;
- Plus de probabilité à être retiré de l'école par la famille ;
- Plus de pression à avoir des enfants.

Discussion

DEMANDER :

- Pensez-vous que ces changements dans la façon dont on traite les garçons et les filles dans leur parcours vers l'âge adulte sont significatifs ou moins significatifs ? Pourquoi ?
- Que remarquez-vous à propos des changements dans la façon dont les garçons sont traités comparativement aux changements au niveau des filles ? Pensez-vous que ces changements continuent à se produire après la puberté ?
- Que remarquez-vous sur ce qui arrive aux filles à la puberté ? dans l'ensemble, y a-t-il un élargissement ou un rétrécissement de leur liberté ? Comment ces changements peuvent-ils affecter une personne pour le restant de sa vie ?
- Les choses pourraient-elles être différentes ? Est-il possible de vivre mieux ou d'une manière plus juste ?

DIRE : la puberté est quelque chose qui se passe dans nos corps, mais la façon dont les gens nous traitent lorsque nos corps changent a trait au genre. Comme nous l'avons vu, les normes hommes-femmes peuvent être changées. Cela signifie qu'il est possible de vivre dans un monde plus juste.

DEMANDER : que changeriez-vous pour rendre le monde plus juste pour les garçons et les filles, pour les hommes et les femmes ?

Anatomie Sexuelle et Reproductive (20 minutes)

DIRE : précédemment, j'ai eu à vous dire que pendant la puberté, une fille devient physiquement capable d'avoir un bébé et un garçon physiquement capable d'engendrer un enfant. Pour comprendre ces changements physiques, nous aurons besoin d'apprendre davantage sur le corps de l'homme et de la femme.

Ces informations sont également importantes car lorsque nous ne comprenons pas comment quelque chose fonctionne, lorsque nous ne disposons que d'informations incomplètes ou fausses, nous sommes susceptibles de nous inquiéter. De fois, cela nous rend aussi réticents quant à demander de l'aide à un prestataire de soins médicaux, ce qui peut mettre notre santé à risque. Cependant, si nous connaissons notre corps et comprenons comment il fonctionne, cela renforce notre pouvoir et nous permet de nous sentir plus en confiance. Il nous servira également de bonne base pour apprendre d'autres sujets comme la conception et la contraception.

Par conséquent, au cours de cette activité, nous allons apprendre au sujet des organes sexuels et reproductifs chez l'homme et chez la femme. Nous allons commencer par apprendre le corps de la femme. Nous allons apprendre comment identifier ses différentes parties, ainsi que leurs fonctions.

A FAIRE :

- Affichez l'image de l'anatomie féminine externe ;
- Indiquez aux participantes que si elles le souhaitent, elles peuvent copier ces images en les dessinant sur brouillon au fur et en mesure que vous discutez des différentes parties de l'anatomie masculine et féminine ;
- Parcourez chacune des parties annotées du diagramme. Inviter les participantes à nommer les parties du corps. Si elles ignorent le nom d'une des parties, il faut le leur dire. Demander aux participantes de décrire la fonction de chaque partie. Utiliser la feuille de référence figurant à la fin de cette séance pour les corriger ou pour fournir d'amples informations ;
- Répétez le même processus pour l'anatomie féminine interne et l'anatomie masculine externe, dans ce même ordre. Lire également à haute voix la partie « points supplémentaires à souligner ».

Anatomie de l'Homme et de la Femme –Vrai ou Faux^{6,7} (15-20 minutes)

A FAIRE :

- Expliquez aux participantes que vous allez lire une affirmation. Si elles pensent que l'affirmation est vraie, elles doivent se mettre debout. Si elles pensent que l'affirmation est fautive, elles doivent rester assises ;
- Lisez à haute voix une affirmation issue de la liste ci-dessous. Donner aux participantes quelques secondes pour décider si l'affirmation est vraie ou fautive ;
- Demandez à une ou deux participantes d'expliquer les raisons de leur choix, puis lire à haute voix la bonne réponse et l'explication qui va avec.

Systeme Reproductif Féminin et Masculin – Vrai ou Faux
Affirmation : les trompes de Fallope sont deux petites trompes. Chaque mois, un ovule voyage d'un ovaire, vers une trompe de Fallope et rentre dans l'utérus. Vrai ou Faux ?
VRAI : lorsqu'une femme ovule, elle libère un ovule d'un de ses ovaires. Il voyage à travers la trompe de Fallope dans l'utérus.
Affirmation : C'est normal que les organes génitaux d'une femme produisent des liquides et aient une odeur distincte.
VRAI : les liquides sécrétés par le vagin et le col de l'utérus nettoient le vagin – c'est normal et sain. Toutefois, si une femme a une infection, la couleur et l'odeur du liquide peuvent changer. Si cela arrive, un traitement médical est parfois nécessaire.
Affirmation : Une femme est sale lorsqu'elle est en règle.
FAUX : la menstruation est l'effusion périodique de la paroi utérine qui se passe une fois par mois si un ovule n'a pas été fertilisé après ovulation. Une femme peut commencer les règles pendant la puberté et continuera jusqu'à ce qu'elle ait environ 50 ans. Il n'y a rien de sale dans ce processus et les femmes ne doivent pas en avoir honte.

Affirmation : si un homme éjacule dans le vagin d'une femme, elle peut devenir enceinte.
VRAI : lorsqu'un homme éjacule, il libère des spermatozoïdes. Si le spermatozoïde rentre dans le corps d'une femme par le vagin et rencontre un ovule, il est possible qu'elle tombe enceinte. Nous en apprendrons davantage au cours de notre prochaine séance.
Affirmation : les hommes produisent des spermatozoïdes tout au long de leur vie.
VRAI : un garçon commence à produire des spermatozoïdes pendant la puberté et continue à en produire tout au long de sa vie. Cela signifie que l'homme peut engendrer d'enfants de la puberté à sa mort.
Affirmation : les femmes ovulent pendant toute leur vie.
FAUX : les femmes ovulent seulement une fois par mois, de la puberté au moment de la ménopause vers l'âge de 50 ans. En ce moment, les femmes arrêtent d'ovuler et ne peuvent plus devenir enceinte.
Affirmation : lorsqu'un garçon a une érection, cela signifie qu'il a besoin d'avoir des rapports sexuels.
FAUX : une érection peut signifier qu'un homme est sexuellement excité, mais les hommes ont aussi des érections sans aucune raison. Une érection signifie simplement que le pénis d'un homme s'est rempli de sang. Si un homme attend, son érection s'arrêtera d'elle-même sans lui causer de tort.
Affirmation : parfois, les hommes ont des érections au cours de leur sommeil.
VRAI : les garçons et les hommes ont régulièrement des érections lorsqu'ils dorment. Cela est tout à fait normal et sain. L'érection s'arrêtera d'elle-même.

DEMANDER : avez-vous des questions sur ce que nous venons de discuter ?

Conclusion, Evaluation et Activité de Fin de séance (10 minutes)

A FAIRE : Lisez, ci-dessous, les messages clés de cette séance :

- Le corps de l'homme et de la femme change pendant la puberté. Ces changements comprennent, entre autres, la poussée de cheveux du corps, le développement des seins, ainsi que d'autres changements physiques. Cependant, on peut s'attendre à ce que les rôles des garçons et des filles dans la société changent quand ils/elles rentrent dans leur période de puberté ;
- Les hommes produisent des spermatozoïdes et les femmes des ovules. Lorsqu'un ovule et un spermatozoïde se rencontrent, ils s'assemblent dans ce qu'on appelle la

fertilisation. Une fois que l'ovule ait été fertilisé, il s'implante dans l'utérus et c'est le début de la grossesse.

Si vous avez encore de temps, **DEMANDER :**

- Avant de mettre fin à cette séance, y a-t-il quelqu'une qui aimerait partager avec le groupe une chose qu'elle a trouvée intéressante ou excitante sur la séance d'aujourd'hui ?
- Y a-t-il eu des idées ou des activités qui vous ont interpellée ? Si oui, en quoi ?
- Avez-vous des questions à poser ?

A FAIRE :

- Administrez l'Evaluation Smiley à l'aide des questions dans l'encadré « Tester Vos Connaissances ! » figurant à la fin de la présente Séance de ce Guide. Une fois la séance terminée et les participantes parties, enregistrer les réponses dans le Formulaire d'Evaluation de Séance (Annexes 1-2) ;
- Informez les participantes des sujets de la prochaine séance ;
- Leur rappeler la date, l'heure et le lieu de la prochaine séance ;
- Remerciez les participantes pour leur participation active ;
- libérez le groupe.

Testez Vos Connaissances !

DIRE : je vais lire une question ou une affirmation, suivie d'une réponse. Si vous êtes d'accord avec ladite réponse, levez la main.

1. Les hommes rentrent en érection lorsqu'ils sont sexuellement excités : vrai ou faux ? **VRAI**
2. A mesure que les filles atteignent l'âge de la puberté, elles acquièrent une plus grande liberté de mouvement : vrai ou faux ? **FAUX**
3. Dans la vie d'une fille, la puberté marque le temps où elle est physiquement capable d'avoir un enfant : vrai ou faux ? **VRAI**

²Adapted from DeGregorio, A. 2016. *Adolescent Age & Life-Stage Assessment and Counseling Tools: Guiding adolescents on the road to young adulthood*. Abuja: USAID.

³Adapted from 'Puberty – What to Expect' in 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.

⁴Adapted from DeGregorio, A. 2016. *Adolescent Age & Life-Stage Assessment and Counseling Tools: Guiding adolescents on the road to young adulthood*. Abuja: USAID.

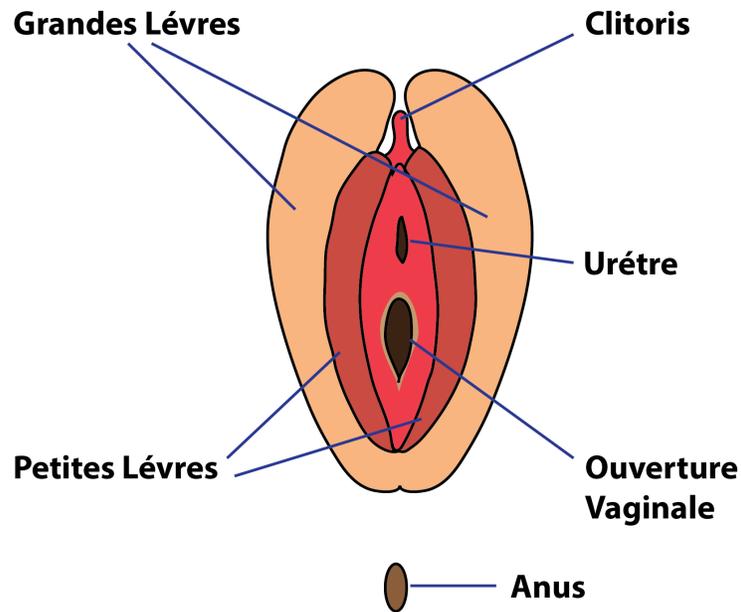
⁵Adapted from 'Puberty – What to Expect' in International Sexuality and HIV Curriculum Working Group. 2009. *It's All One: Guidelines and Activities for a Unified Approach to Sexuality, Gender, HIV, and Human Rights Education*. New York: Population Council.

⁶Adapted from 'Reproduction Review' in International Youth Foundation. *Reproductive Health Lessons: A Supplemental Curriculum for Young People. Adapted for St. Lucia*. Washington D.C.: International Youth Foundation and USAID.

⁷Adapted from 'Learning Human Anatomy' in Nagaraja, P. and A. Ziv. 2006. *Basics and Beyond: A Manual for Trainers*. New Delhi: TARSHI and Ford Foundation.

Cartes de Référence sur l'Anatomie de l'Homme et de la Femme

Système Sexuel et Reproductif Externe de la Femme



Les lèvres intérieures et extérieures : ce sont des plis de la peau qui couvrent et protègent les organes génitaux ;

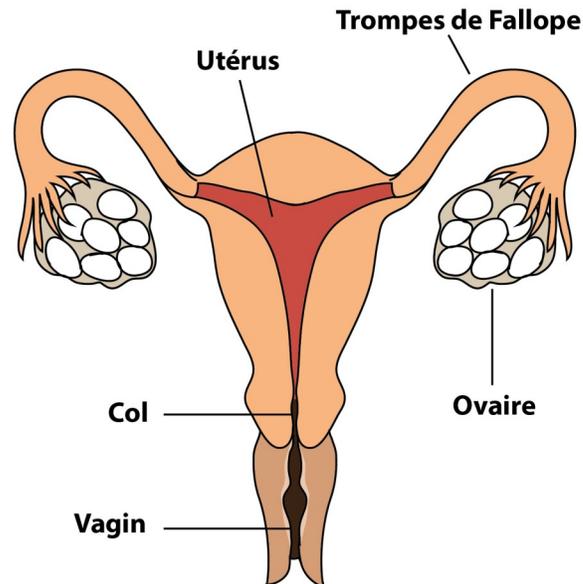
L'urètre : c'est le conduit par lequel l'urine sort du corps. C'est un tube court qui transporte l'urine de la vessie (l'endroit où l'urine est recueillie dans le corps) à l'extérieur du corps ;

Le clitoris : c'est un petit organe en forme de pois qui est sensible au toucher. Il n'a pour but que de garantir le plaisir sexuel ;

L'ouverture vaginale : c'est l'ouverture à partir de laquelle le sang menstruel quitte le corps. Le vagin lui-même est un passage de l'utérus à l'extérieur du corps ;

L'anus : c'est l'endroit par lequel les selles (également connu sous le nom de matière fécale ou caca) quittent le corps.

Système Sexuel et Reproductif Interne de la femme

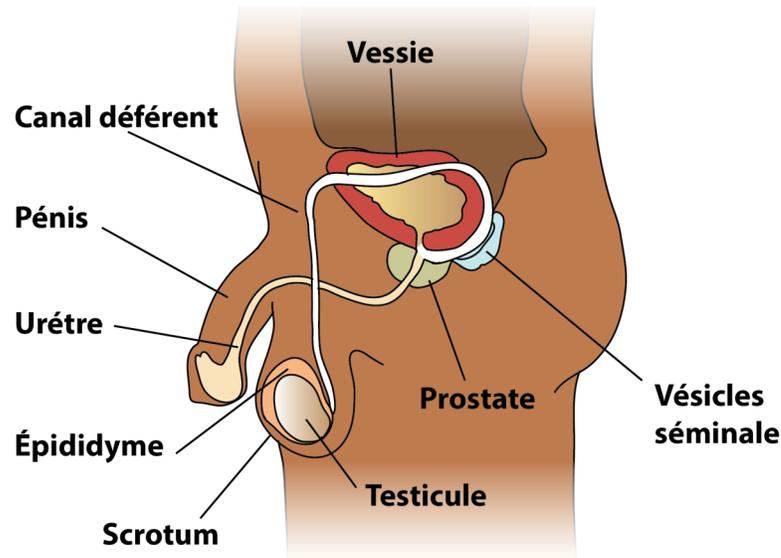


- **Les ovaires** : c'est une paire de glandes qui stockent des milliers d'ovules constituant la semence de la femme. Chaque mois, un ovaire libère un ovule dans les trompes de Fallope. C'est l'ovulation. Si l'ovule d'une femme rencontre le spermatozoïde d'un homme, on parle de fécondation.
- **Les trompes de Fallope** : ce sont les trompes qui transportent l'ovule des ovaires à l'utérus. C'est également l'endroit où se produit la fécondation - l'union de l'ovule de la femme avec le spermatozoïde de l'homme.
- **Le vagin** : c'est le canal qui forme le passage de l'utérus à l'extérieur du corps. Des fluides, appelés sécrétions, sortent souvent du vagin. Les sécrétions blanches ou claires sont normales et aident à garder le vagin propre. Cependant, si une femme a une infection, la couleur et l'odeur du liquide peuvent changer. La femme pourrait avoir des démangeaisons ou sentir des douleurs. Dans de tels cas, un traitement médical serait nécessaire.
- **Le col de l'utérus** : c'est une ouverture entre le vagin et l'utérus. Cette ouverture s'élargit lorsque la femme est en travail.
- **L'utérus** : l'utérus est un organe féminin creux et musclé. Après qu'un ovule ait été fécondé dans les trompes de Fallope, il se déplace dans l'utérus. Une fois dans l'utérus, il s'implante dans la muqueuse ou la paroi de l'utérus. C'est le début de la grossesse. Un fœtus, qui deviendra un bébé, se développera dans l'utérus jusqu'à la naissance. Au cours du cycle menstruel de la femme, la muqueuse utérine se développe et s'épaissit. Si la femme ne tombe pas enceinte, ce tissu est rejeté et sort par le vagin. Cela s'appelle saignement menstruel.

Points Supplémentaires à Souligner :

- Il est important pour les garçons et les filles de laver l'extérieur de leurs parties génitales tous les jours. Cela prévient des infections des organes de reproduction.
- Toutefois, la douche, qui consiste à nettoyer l'intérieur du vagin, n'est pas recommandée car elle élimine les bactéries naturelles qui maintiennent le vagin propre et débarrassé d'infections.

Système Sexuel et Reproductif de l'Homme



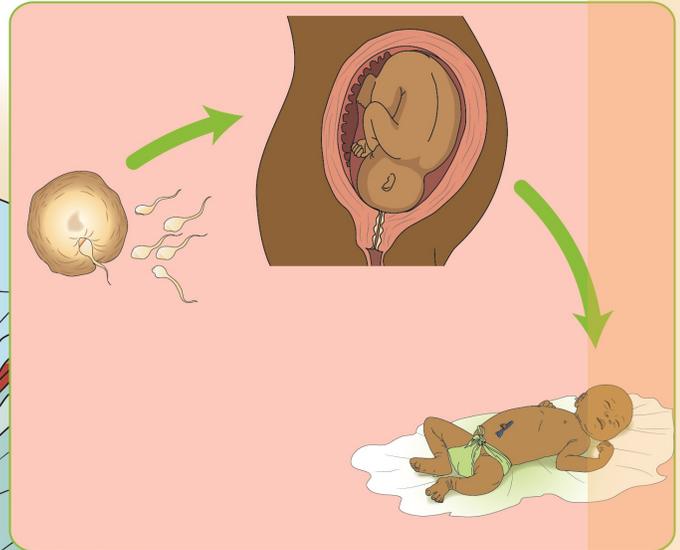
- **Les testicules** : ce sont deux boules qui sont logés dans le scrotum. Ils produisent des spermatozoïdes: la semence de l'homme. Pour faire un bébé, le spermatozoïde de l'homme rencontre la semence de la femme, appelée ovule. Les spermatozoïdes sont produits dans les testicules de l'homme à partir de la puberté.
- **Le pénis** : c'est l'organe sexuel externe chez l'homme. Il est constitué d'un tissu spongieux comportant de nombreux vaisseaux sanguins. À l'intérieur se trouve un conduit appelé urètre. Il fait deux choses: il permet de faire passer l'urine et de transporter les spermatozoïdes dans un liquide (sperme) quand un homme se trouve sexuellement excité.
- **Le scrotum** : c'est un sac accroché entre les cuisses de l'homme. Il maintient les testicules et régule la température afin que les spermatozoïdes soient confortables. Il permet de garder les spermatozoïdes frais lorsqu'il fait chaud à l'extérieur en s'éloignant davantage du corps et fait le contraire lorsqu'il fait froid à l'extérieur.

Points Supplémentaires à Souligner :

- *L'hygiène* : il est important pour les garçons et les filles de laver l'extérieur de leurs parties génitales tous les jours. Cela prévient des infections et des inflammations.
- *Qu'est-ce qu'une érection ?* une érection se produit lorsque le pénis devient dur et droit car il est rempli de sang. Les érections se produisent lorsque les garçons sont excités sexuellement ou sans aucune raison. Les garçons n'ont souvent aucun contrôle sur le moment où cela se produit. Il est très courant pour les garçons de se lever le matin avec une érection. Le fait pour un garçon d'être en érection ne signifie pas qu'il a besoin d'avoir des relations sexuelles.
- *C'est quoi l'éjaculation ?* l'éjaculation survient lorsque le sperme, qui contient des spermatozoïdes, sort du pénis en érection d'un homme à la suite de son excitation sexuelle. L'homme n'éjacule pas chaque fois qu'il est en érection. S'il patiente, l'érection retombe d'elle-même sans causer aucun dommage. Les garçons ne naissent pas avec des spermatozoïdes ; ils commencent à les produire au cours de la puberté. Un garçon commence à produire des spermatozoïdes et continue à le faire tout au long de sa vie. Si le spermatozoïde est éjaculé dans le vagin de la femme, celle-ci peut tomber enceinte. L'éjaculat peut également être porteur de maladies pouvant infecter et nuire à la femme.

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



Fécondité et Conception

Objectifs :

- Développer une compréhension claire et précise de la fécondité chez l'homme et la femme ;
- Savoir quand une personne peut tomber enceinte et comment se produit la grossesse.

Matériel :

- Rouleau de papier de présentation ; Marqueurs ; Lot de cartes du cycle menstruel (Annexe 6)

Temps :

- 1 heure 45 minutes

Guide de la séance

Accueil (10 minutes)

A FAIRE :

- Accueillez les participantes à la reprise de la formation et les remerciez pour leur engagement continu ;
- Dressez la liste des présences ;
- Invitez une ou deux participantes à partager au moins une norme avec les autres membres du groupe ;
- Remerciez les participantes pour le partage.

DEMANDER : y a-t-il quelqu'une qui voudrait bien rappeler au groupe ce dont nous avons discuté lors de notre dernière séance ?

A FAIRE : si nécessaire, rappeler au groupe les messages clés de la séance précédente :

- Le corps de l'homme et de la femme change pendant la puberté. Ces changements comprennent, entre autres, la poussée de cheveux du corps, le développement des seins, ainsi que d'autres changements physiques. Cependant, on peut s'attendre à ce que les rôles des garçons et des filles dans la société changent quand ils/elles rentrent dans leur période de puberté ;
- Les hommes produisent des spermatozoïdes et les femmes des ovules. Lorsqu'un ovule et un spermatozoïde se rencontrent, ils s'assemblent dans ce qu'on appelle la fertilisation. Une fois que l'ovule ait été fertilisé, il s'implante dans l'utérus et c'est le début de la grossesse.

DEMANDER : est-ce que quelqu'une a des questions à poser ou des idées à partager sur ce que nous avons appris la semaine passée ?

Fécondité⁸ (45 minutes)

Introduction à la Fécondité et au Cycle Menstruel

DIRE : la semaine dernière, nous avons discuté du fait que les garçons deviennent physiquement capables d'engendrer un enfant et les filles physiquement capables d'avoir un enfant pendant la puberté. Nous allons examiner cela un peu plus. Pour rappel, pour que la grossesse se produise, le spermatozoïde de l'homme doit féconder - ou rejoindre - un ovule de la femme dans le corps de celle-ci. Il est souvent utile de se dire que les spermatozoïdes et les ovules sont des semences qui doivent s'unir avant le début de toute grossesse. Les spermatozoïdes se trouvent dans le sperme, un liquide qui sort du pénis de l'homme lorsqu'il éjacule. Les spermatozoïdes peuvent nager. Si les spermatozoïdes pénètrent dans le vagin de la femme pendant les rapports sexuels, ils peuvent nager jusqu'à l'ovule - s'il est présent. S'ils se rencontrent, ce serait le début de la grossesse. Pour commencer, nous allons apprendre davantage sur le corps de la femme, le cycle menstruel et la fécondité.

DEMANDER : pour commencer, quelqu'une peut-elle me dire ce que signifie la fécondité ?

DIRE : chez la femme, la fécondité est la capacité de tomber enceinte. Chez l'homme, la fertilité est la capacité de produire des spermatozoïdes capables de déclencher une grossesse saine.

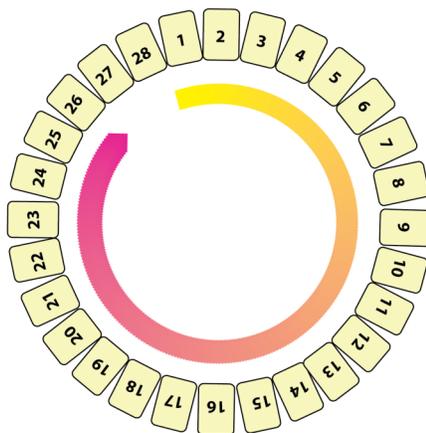
DEMANDER : quand est-ce que l'homme est fertile ?

DIRE: l'homme est fertile à partir de la puberté. En revanche, la femme n'est féconde que quelques jours du mois. Nous savons que la plupart des femmes qui ne sont pas enceintes ont leurs règles (ou saignent) tous les mois. Bien que le saignement soit, peut-être, l'aspect que vous connaissez le plus, il n'est en réalité que l'une des nombreuses choses du cycle qui permettent de préparer le corps de la femme à la grossesse.

Le Cycle Menstruel

A FAIRE :

- Étalez les cartes du cycle menstruel, 1 à 28, sur le sol dans un grand cercle ;
- Invitez les participantes à se tenir autour du cercle.



DIRE : ces cartes représentent le cycle menstruel. Normalement, un cycle menstruel dure environ quatre semaines ou 28 jours – tout comme le cycle de la lune. Certaines femmes peuvent avoir un cycle menstruel qui va légèrement au-dessus ou en deçà de 28 jours, mais pour la plupart des femmes, c'est autour de cette période de temps.

Lorsque les filles commencent à avoir leurs règles, il est très courant que leurs cycles soient irréguliers. De fois, leurs cycles peuvent être très courts ou très longs. Il faut souvent quelques années pour que leurs cycles deviennent réguliers. Cependant, certaines femmes connaissent des cycles irréguliers tout au long de leur vie. Pour cette activité, nous allons utiliser un cycle de 28 jours. Comme vous pouvez le constater, il existe une carte pour chaque jour du cycle.

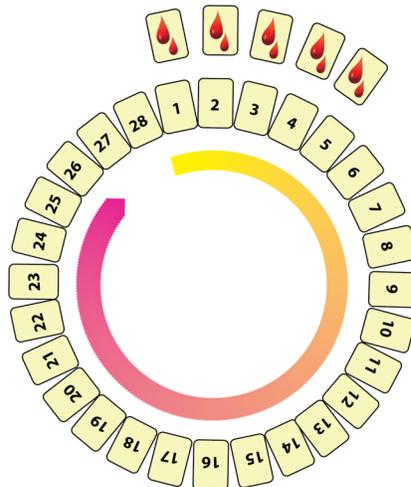
Saignements Menstruels (Menstruation)

DEMANDER : pendant combien de jours la plupart des femmes saignent-elles le mois ?

A FAIRE :

- Suscitez quelques réponses. Noter qu'il y aura des divergences car cela varie ;
- Suggérez que le groupe s'accorde sur cinq jours car c'est la moyenne, mais leur expliquer que chaque femme est différente et que c'est normal ;
- Expliquez que lorsque les filles commencent à avoir leurs règles, le nombre de jours qu'elles saignent peut varier d'un cycle à l'autre. C'est normal. Par finir, cela deviendra plus cohérent et prévisible ;

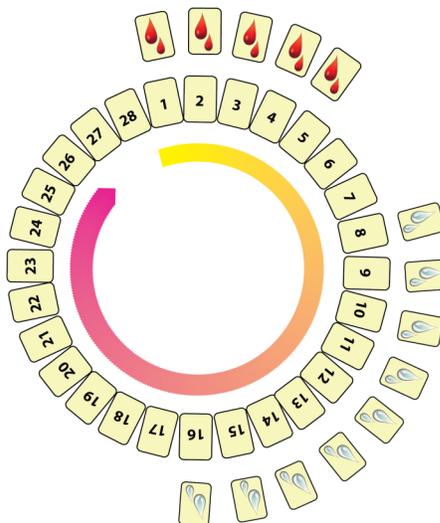
- Prenez les cinq cartes de menstruation et les placer à côté des cartes numérotées de 1 à 5.



DEMANDER : pourquoi les femmes saignent-elles chaque mois ?

DIRE : chaque mois, l'utérus de la femme se prépare à recevoir un ovule fécondé, c'est-à-dire un ovule qui s'est joint à un spermatozoïde. Tout au long du mois, le tissu utérin se développe. Cependant, si un ovule fécondé n'y arrive pas, cette membrane est évacuée. C'est cette perte de la muqueuse utérine que nous appelons saignements menstruels. Ce cycle se reproduit encore et encore, de la puberté à la vieillesse, sauf au cas où la femme tombe enceinte. Juste après ce saignement, le vagin a l'aspect très sec car très peu de mucus s'y produit.
Périodes de Fertilité et d'Infertilité

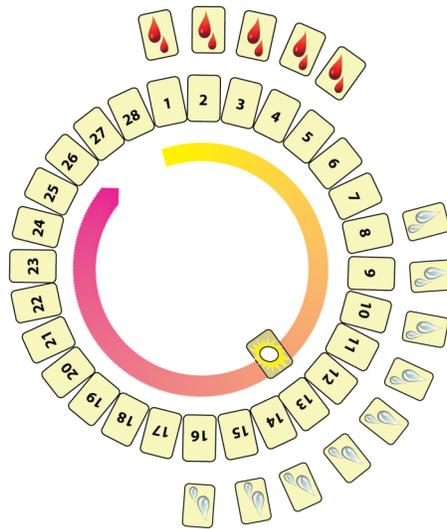
A FAIRE : placez les cartes de sécrétion (gouttes pas foncées) à côté des cartes 8-19.



DIRE : après quelques jours, l'aspect sec disparaît et la plupart des femmes réalisent qu'elles commencent à produire du mucus à partir de leur vagin (montrer les cartes de sécrétion). Si la femme est en bonne santé, la perte ne sent pas et ne provoque ni démangeaisons ni douleurs. Au début, le mucus est blanc trouble ou jaunâtre. Il peut être gluant. Au fil du temps, le mucus

change d'aspect et devient plus clair, ressemblant à un blanc d'œuf à l'état brut.

A FAIRE : tenez la carte comportant l'ovule et la placer sur la carte 12.

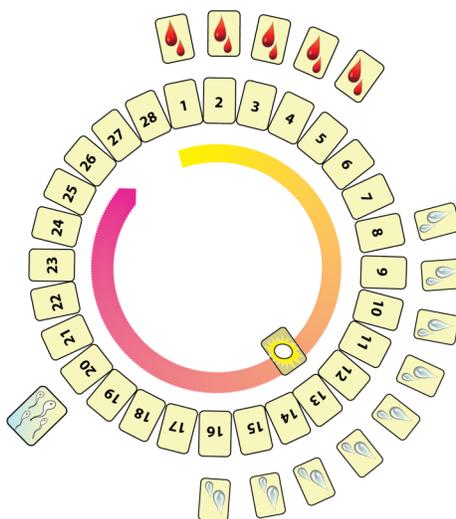


DIRE : tous les mois, le corps de la femme libère un ovule dans l'utérus. Il n'est pas possible de savoir exactement le jour où intervient l'ovulation, mais c'est vers le milieu du cycle.

A FAIRE : tenez la carte de spermatozoïdes.

DIRE : ici nous avons des spermatozoïdes. Pour rappel, le spermatozoïde est une semence mâle. Il est libéré dans le sperme lorsqu'un homme éjacule lors d'un rapport sexuel. Le spermatozoïde peut vivre dans le corps de la femme pendant trois à cinq jours. Si l'ovule et le spermatozoïde se rencontrent, la femme tombe enceinte. Pendant ce temps, la femme a des sécrétions et son ovule est libéré. C'est ce que nous appellerons sa période de fécondité, c'est-à-dire la période où elle peut tomber enceinte.

A FAIRE : placez la carte de spermatozoïdes au jour 20.



DEMANDER : si une femme a un cycle menstruel régulier et cesse, un jour, de produire le mucus indiquant qu'elle est féconde, peut-elle tomber enceinte ce jour-là ?

A FAIRE :

- Invitez les membres du groupe à deviner et, si nécessaire, à expliquer que la femme NE PEUT PAS tomber enceinte car il n'y a AUCUN ovule. Rappeler aux participantes l'idée que cela n'est valable que pour les femmes dont les cycles menstruels sont réguliers ;
- Placez la carte de spermatozoïde au jour 11.

DEMANDER : est-ce que la femme peut tomber enceinte ce jour-ci ?

A FAIRE :

- Une fois de plus, demander au groupe de suggérer des réponses. Expliquer que, OUI, la femme peut tomber enceinte parce qu'elle a des pertes blanches qui nous disent qu'elle est féconde. Rappeler aux participantes que le spermatozoïde peut vivre dans une femme pendant trois à cinq jours. Montrer du doigt la carte d'ovule au jour 12 et expliquer que le spermatozoïde serait toujours en vie lorsque l'ovule serait libéré. Par conséquent, il pourrait rencontrer l'ovule.
- Garder à l'esprit qu'il ne s'agit que d'une activité pour mieux comprendre les cycles menstruels. Il serait difficile ou impossible de dire à quel stade du cycle menstruel vous vous trouvez, et de nombreuses femmes ont des règles irrégulières, d'où un cycle menstruel différent. Cela signifie que nous ne pouvons pas souvent prédire le jour où une femme va tomber enceinte et c'est la raison pour laquelle certains couples utilisent une méthode de planification familiale pour éviter les grossesses.

Contraception Hormonale

DIRE : si une femme utilise une méthode de contraception hormonale telle que la pilule contraceptive, l'implant ou l'injection, elle ne libère pas d'ovule. Nous le verrons plus en détail plus tard. Pour le moment, je veux que vous compreniez que l'utilisation d'une méthode hormonale de contraception empêche à la femme de tomber enceinte puisque l'ovule et le spermatozoïde ne peuvent pas se rencontrer !

DEMANDER : et si un homme devait utiliser un préservatif, la femme pourrait-elle tomber enceinte ?

A FAIRE : suscitez des réponses chez les participantes et, si nécessaire, expliquer que NON, si elle et son partenaire utilisent correctement le préservatif, elle ne peut pas tomber enceinte car les préservatifs retiennent le spermatozoïde. Par conséquent, l'ovule et le spermatozoïde ne peuvent pas se rencontrer.

DEMANDER : quelles options s'offrent à la femme pour éviter de tomber enceinte au cours de sa période de fécondité, comme par exemple le 15^{ème} jour ?

A FAIRE : suscitez des réponses chez les participantes et ensuite expliquer que la femme peut :

- Évitez d'avoir des rapports sexuels ;

- Utilisez un préservatif pour piéger le spermatozoïde afin qu'il ne puisse pas rencontrer l'ovule ;
- Utilisez la contraception hormonale.

DIRE : j'ai eu déjà à mentionner qu'il faut souvent quelques années pour que le cycle menstruel d'une femme devienne régulier et prévisible. Toutes les périodes de son cycle peuvent varier, du nombre de jours où elle saigne au nombre de jours entre les saignements. Il est également impossible de savoir quand une femme lâchera un ovule et deviendra féconde.

DEMANDER : Ayant cela à l'esprit, pensez-vous qu'il est possible pour les jeunes filles comme vous, dont les cycles menstruels ne sont pas encore prévisibles, de savoir quand elles sont fécondes ?

- *Note à l'attention de la Facilitatrice : S'assurer que les participantes comprennent que ce n'est pas possible.*

Idées sur la Conception⁹ (20 minutes)

DIRE : maintenant que nous avons réfléchi sur comment débute une grossesse et sur certains moyens de prévenir la grossesse, je veux parler d'autres idées existant dans notre communauté à propos de la fécondité.

Je vais lire une affirmation. Si vous pensez que l'affirmation est vraie, veuillez lever les deux mains en l'air. Si vous pensez qu'elle pourrait être vraie, veuillez lever une main. Si vous pensez que c'est faux, ne levez aucune main.

A FAIRE : lisez les affirmations suivantes. Après chaque affirmation, tenir une brève discussion s'appuyant sur des explications ultérieures.

- **Affirmation** : une femme ne peut tomber enceinte que si elle a de fréquentes relations sexuelles.
 - **Explication** : FAUX. Comme nous l'avons vu précédemment, la fréquence des relations sexuelles d'une femme importe peu ; ce qui compte, c'est plutôt le moment où elle a ces relations sexuelles.
- **Affirmation** : une femme ne peut pas tomber enceinte avant le mariage.
 - **Explication** : FAUX. Une femme peut tomber enceinte si elle a atteint la puberté et a eu des rapports sexuels pendant sa période de fécondité sans utiliser de contraception.
- **Affirmation** : une femme peut dire qu'elle est enceinte si ses seins sont lourds ou douloureux et si elle cesse d'avoir ses règles.
 - **Explication** : VRAI. Autres signes de la grossesse : nausées, vomissements (surtout le matin), seins plus gros. Cependant, certaines personnes ne connaissent pas ces symptômes. Pour confirmer une grossesse, vous pouvez visiter votre centre de santé/dispensaire local.

Quel est le bon moment pour tomber enceinte ? (20 minutes)

A FAIRE : divisez la classe en équipes de quatre personnes.

DIRE : dans vos équipes, je veux que vous réfléchissiez sur quand il est propice pour une femme

comme vous d'avoir un enfant. Je vais vous lire une série de questions, en vous laissant quelques minutes entre elles pour pouvoir trouver vos réponses.

A FAIRE : invitez les participantes à discuter de leurs réponses en petits groupes.

DEMANDER, en marquant une longue pause après chaque question pour permettre aux groupes de discuter :

- Si vous êtes mariée, quels sont les avantages d'avoir un enfant maintenant, pour vous-même, pour votre enfant et pour votre famille ? Si vous n'êtes pas mariée, quels sont les avantages d'avoir un enfant peu après le mariage, pour vous-même, pour votre enfant et pour votre famille ?
- Si vous êtes mariée, quels sont les inconvénients d'avoir un enfant maintenant, pour vous-même, pour votre enfant et pour votre famille ? Si vous n'êtes pas mariée, quels sont les inconvénients d'avoir un enfant peu après le mariage, pour vous-même, pour votre enfant et pour votre famille ?
- Que voulez-vous pour vos futurs enfants ? Avez-vous présentement l'argent et les ressources requis pour leur offrir ces choses ? Si non, que devez-vous faire pour pouvoir offrir ces choses à votre enfant ?

A FAIRE : Invitez les participantes à rejoindre le grand groupe et demander à chaque équipe de partager ses idées.

DIRE : avant d'avoir un enfant, il est important de penser à ce qui est bon à la fois pour votre enfant, pour votre famille et pour vous-même. La plupart des parents désirent faire le mieux qu'ils peuvent pour leurs enfants. Cela pourrait, souvent, signifier qu'il faut attendre un peu avant de fonder une famille. Nous explorerons ce sujet plus en détail lors de séances à venir.

Conclusion, Evaluation et Activité de Fin de séance (10 minutes)

A FAIRE : Lisez, ci-dessous, les messages clés de cette séance :

- Les hommes sont fertiles à partir de la puberté. Les femmes, quant à elles, ne sont fécondes que quelques jours du mois ;
- Pour les femmes ayant des règles régulières, le fait de comprendre le cycle menstruel peut les aider à comprendre quand est-ce qu'elles sont le plus fécondes ;
- Le fait d'utiliser des méthodes de planification familiale peut aider à prévenir les grossesses.

S'il vous reste encore de temps, **DEMANDER :**

- Avant de mettre fin à cette séance, y a-t-il quelqu'une qui aimerait partager avec le groupe une chose qu'elle a trouvée intéressante ou excitante sur la séance d'aujourd'hui ?
- Y a-t-il eu des idées ou des activités qui vous ont interpellée ? si oui, en quoi ?
- Avez-vous des questions à poser ?

A FAIRE :

- Administrez l'Evaluation Smiley à l'aide des questions dans l'encadré « Tester Vos Connaissances ! » figurant à la fin de la présente Séance de ce Guide. Une fois la

séance terminée et les participantes parties, enregistrer les réponses dans le Formulaire d'Évaluation de Séance (Annexes 1-2) ;

- Informez les participantes des sujets de la prochaine séance;
- Leur rappeler la date, l'heure et le lieu de la prochaine séance ;
- Remerciez les participantes pour leur participation active ;
- Libérez le groupe.

Tester Vos Connaissances !

DIRE : je vais lire une question ou une affirmation, suivie d'une réponse. Si vous êtes d'accord avec ladite réponse, levez la main.

1. Les hommes sont fertiles à partir de la puberté. Les femmes, d'autre part, sont seulement fécondes pendant quelques jours du mois : vrai ou faux ? **VRAI**
2. Même pendant les jours de fertilité, l'utilisation des méthodes de planification familiale, telles que les préservatifs, peut prévenir la grossesse : vrai ou faux ? **VRAI**

⁸ Adapted from 'Game A: Menstrual Cycle Game' in 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.

⁹ Adapted from 'GREAT Activity Cards for married and/or parenting adolescents' in Pathfinder International. 2013. *Great Project Scalable Toolkit: I Am Great!* Kampala: Pathfinder International, GREAT, USAID.



Contraception – Partie I

Objectifs :

- Se familiariser avec les différentes formes de contraception ;
- Corriger les conceptions erronées et aborder les mythes liés à la contraception ;
- Apprendre comment utiliser un préservatif ;
- Développer des attitudes positives quant à l'utilisation du contraceptif.

Matériel :

- Cinq séries de cartes sur les « étapes de l'utilisation des préservatifs » ; Echantillons de préservatifs ; Godemiché (banane, bâtonnet, etc.); Echantillons de paquets de comprimés de contraception orale ; Illustration du système interne de reproduction de la femme.

Temps :

- 1 heure 10 minutes

Notes à l'Attention de la Facilitatrice pour Lecture de Base¹⁰

La contraception est le terme pour un médicament, un outil ou une stratégie utilisé par un individu ou un couple pour éviter la grossesse ou réduire les risques de tomber enceinte tout en ayant des rapports sexuels. A l'exception de la stérilisation chirurgicale, toutes les méthodes de contraception sont réversibles. Cela signifie que les femmes peuvent être enceintes une fois qu'elles arrêtent d'utiliser la méthode contraceptive. Toutes les méthodes sont conçues pour agir dans une des deux manières: soit elles empêchent au sperme de l'homme et à l'ovule de la femme de se rencontrer, ou elles empêchent à l'ovule fécondé de s'implanter dans l'utérus. La meilleure méthode contraceptive est celle que l'utilisatrice peut utiliser et utilisera correctement à tout temps. Il est bon de noter que certaines méthodes contraceptives sont plus difficiles à utiliser correctement à tout temps que d'autres. Le fait de ne pas utiliser une méthode correctement ou de ne pas utiliser une méthode à tout temps peut accroître le risque de grossesse pour une utilisatrice. Il est important pour les utilisatrices de contraception de trouver la bonne manière qui protège contre une grossesse et qui est facile, pour elles, à utiliser à tout temps. Toutes les participantes ont le droit de décider elles-mêmes d'utiliser ou non la contraception, et celles qui décident de l'utiliser doivent savoir la méthode à utiliser. Cette séance est tenue en vue d'aider les participantes à prendre des décisions renseignées sur l'utilisation des contraceptifs en leur donnant des informations exactes et complètes.

Toutes les méthodes présentées ici sont sans danger pour les adolescentes, y compris celles qui n'ont pas encore eu d'enfants. Certaines méthodes, dont la stérilisation et la méthode de l'allaitement maternel et de l'aménorrhée, ne conviennent pas aux adolescentes qui n'ont pas encore eu d'enfants ; cependant, elles sont présentées ici pour permettre aux participantes d'avoir une compréhension exhaustive des méthodes disponibles pour elles à l'avenir. La contraception sauve la vie des femmes et améliore leur santé en leur permettant d'éviter des grossesses non intentionnelles et mal programmées dans le temps. En permettant aux parents de retarder et d'espacer les naissances, la contraception sauve la vie des enfants parce que, lorsque les accouchements arrivent trop précocement ou en moins de deux ans, la santé des bébés et de leurs frères/sœurs est en danger. Aussi, en donnant aux femmes la capacité de décider du nombre et de l'espacement des naissances, elle leur ouvre la voie de prendre part à plus d'activités éducatives, sociales et économiques.

Guide de la Séance

Accueil (10 minutes)

A FAIRE :

- Accueillez les participantes à la reprise de la formation et les remerciez pour leur engagement continu ;
- Dressez la liste des présences ;
- Invitez une ou deux participantes à partager au moins une norme avec les autres membres du groupe ;
- Remerciez les participantes pour le partage.

DEMANDER : y a-t-il quelqu'une qui voudrait bien rappeler au groupe ce dont nous avons discuté lors de notre dernière séance ?

A FAIRE : si nécessaire, rappeler au groupe les messages clés de la séance précédente :

- Les hommes sont fertiles à partir de la puberté. Les femmes, quant à elles, ne sont fécondes que quelques jours du mois ;
- Pour les femmes ayant des règles régulières, le fait de comprendre le cycle menstruel peut les aider à comprendre quand est-ce qu'elles sont le plus fécondes ;
- Le fait d'utiliser des méthodes de planification familiale peut aider à prévenir les grossesses.

DEMANDER : y a-t-il quelqu'une qui a des questions ou des idées à partager sur ce que nous avons appris lors de notre précédente séance ?

Introduction (2 minutes)

DIRE : aujourd'hui, nous allons apprendre des éléments sur la contraception. Ne pas avoir de rapport sexuel est la seule option qui est à 100% efficace pour prévenir une grossesse. Cependant, pour les personnes sexuellement actives, il y a des options pour prévenir la grossesse.

DEMANDER : quelqu'une peut-elle me dire ce qu'on entend par contraception ?

DIRE : la contraception fait référence aux outils et stratégies qui nous sont disponibles pour prévenir la grossesse. Quelques-unes de ces méthodes contraceptives - mais pas toutes - nous protègent aussi des maladies qui sont propagées à travers une activité sexuelle, autrement connues comme infections sexuellement transmissibles ou IST.

- *Note à l'attention de la Facilitatrice : pour plus d'informations sur les IST, référez-vous à l'annexe.*

Préservatifs (25 minutes)¹¹

DIRE : nous allons commencer à parler des préservatifs, et ensuite nous parlerons des contraceptions orales en comprimés. Voici la situation : Mariama et Mohammed viennent de se marier et s'aiment beaucoup. Ils se séparent à peine. Cependant, ni Mariama ni Mohamed ne veut avoir un enfant dans les quelques années à venir. Mariama veut terminer sa scolarité et Mohamed veut économiser de l'argent. Votre travail est de décrire les étapes que Mariama et Mohamed doivent suivre pour utiliser les préservatifs afin d'éviter une grossesse.

A FAIRE :

- Divisez la classe en équipes de 5 personnes chacune ;
- Donnez à chaque équipe une série complète de cartes illustrées sur les « Etapes de l'Utilisation des Préservatifs ». Assurez-vous que ces cartes ont été mélangées afin qu'elles ne soient dans l'ordre exact ;
- Expliquez que vous aimeriez qu'elles classent les cartes dans l'ordre ;
- Donnez 10 minutes aux groupes pour terminer l'activité ;
- Ensuite, demander aux groupes de présenter les cartes dans leur ordre exact. Au fur et à mesure que vous suivez l'ordre, invitez les différentes équipes à deviner l'ordre ;
- Assurez-vous que l'accent est mis sur les points ci-après :
 - Parler avec votre partenaire de l'utilisation du préservatif ;
 - Cela est important parce qu'il donne aux deux partenaires l'occasion

d'exprimer quelques-unes de leurs émotions liées à l'utilisation des préservatifs. Souvent, les gens ont des conceptions erronées sur les préservatifs et cette question doit être abordée avant d'amener les participantes à se sentir à l'aise quant à leur utilisation. Par exemple, certaines personnes pensent que les femmes qui utilisent les préservatifs veulent être infidèles ou n'aiment pas leurs maris – en particulier si elles n'ont pas encore eu d'enfant. Comme nous allons le voir aujourd'hui et dans nos prochaines séances, il existe plusieurs raisons d'utiliser les préservatifs, le non moindre d'entre elles étant qu'ils peuvent être utilisés pour promouvoir la planification idéale de la grossesse. Le fait de soulever des préoccupations avant l'utilisation d'un préservatif peut aider tous les deux partenaires à lever tout doute, toute inquiétude ou tout malentendu qu'ils ont sur l'utilisation des préservatifs ;

- Il permet également d'engager un dialogue sur les attentes autour de l'activité sexuelle et le planning familial ;
- Engager les préliminaires : Le terme « préliminaires » renvoie aux activités sexuelles dans lesquelles s'engagent les couples avant tout rapport sexuel. Cela peut comprendre un baiser, des attouchements, etc. Les « préliminaires » permettent au corps de l'homme et de la femme d'être prêts pour les rapports sexuels ;
- Un seul préservatif doit être utilisé à chaque fois. L'utilisation de plus d'un préservatif peut conduire à la rupture ;
- Les préservatifs peuvent prévenir la grossesse parce qu'ils piègent le sperme, le liquide qui contient le spermatozoïde éjaculé du pénis. Une fois piégé, le spermatozoïde n'a plus la possibilité de rencontrer l'ovule et de le féconder.

DEMANDER : Connaissez-vous les avantages liés à l'utilisation du préservatif ?

- *Note à l'attention de la Facilitatrice : Si nécessaire, expliquez :*
 - *Le préservatif est le seul moyen de se protéger contre le VIH et les autres IST lors d'un rapport sexuel avec pénétration. Il peut être utilisé en même temps que les méthodes de planning familial, telles que l'implant ou le comprimé ;*
 - *Les préservatifs peuvent aussi prévenir la grossesse ;*
 - *Ils sont facilement disponibles ;*
 - *Ils sont moins chers et même gratuits ;*
 - *Ils n'ont pas d'effets secondaires hormonaux ;*
 - *Ils peuvent prévenir une éjaculation prématurée chez les hommes. Une éjaculation prématurée arrive lorsqu'un homme éjacule plutôt au cours du rapport sexuel que lui ou son partenaire le voudrait. Les hommes qui éjaculent toujours ou presque dans une minute de pénétration ou les hommes qui sont incapables de retarder l'éjaculation peuvent avoir une éjaculation prématurée. C'est une condition très ordinaire et traitable.*

DEMANDER: Connaissez-vous des inconvénients liés à l'utilisation du préservatif ?

- *Note à l'attention de la Facilitatrice : Si nécessaire, expliquez aux participantes:*
 - *Le préservatif peut parfois se rompre. Lorsqu'il se rompt, assurez-vous d'utiliser un autre préservatif ;*

- *La mise d'un préservatif peut brièvement interrompre l'activité sexuelle ;*
- *Il peut diminuer la sensibilité au cours d'un rapport sexuel.*

A FAIRE : abordez tous les mythes et toutes les conceptions erronées qu'ont les participantes sur les préservatifs. Les mythes et les conceptions erronées communs à aborder incluent, mais ne se limitent pas, aux points suivants :

- Un préservatif ne PEUT pas se perdre dans le corps de la femme ;
- L'utilisation de deux préservatifs n'est pas préférable à l'utilisation d'un seul. Cela peut causer la rupture du préservatif, occasionnant la possibilité de grossesse.

Démonstration de l'Utilisation du préservatif (10 minutes)

DIRE : je vais maintenant montrer comment mettre un préservatif sur une banane (ou un autre objet pouvant servir de godemiché).

DEMANDER : qui se souvient de la première étape pour l'utilisation d'un préservatif ?

Les préservatifs: étapes d'utilisation

1. Parlez de l'utilisation du préservatif avec votre partenaire.
2. Achetez les préservatifs au magasin ou trouvez une clinique ou un centre communautaire qui les distribuent gratuitement.
3. Gardez les préservatifs dans un endroit frais et sec (pas dans un porte-monnaie).
4. Vérifiez la date de péremption et assurez-vous qu'elle n'est pas expirée. Aussi, vérifiez la bulle d'air pour vous assurer qu'il n'y a pas de trous dans le packaging.
5. Etablissez le consentement et la préparation pour le rapport sexuel. Engagez dans les préliminaires.
6. Ouvrez le paquet de préservatif avec vos doigts — pas avec vos dents.
7. Lorsque le pénis est en érection, insérez le bout du préservatif et placez-le sur la tête du pénis. Enroulez le préservatif au bas du pénis en tenant le bout du préservatif.
8. Après l'éjaculation, tenez le préservatif à la base du pénis et retirez doucement le pénis.
9. Attachez le préservatif pour éviter le déversement du sperme.
10. Jetez le préservatif dans la latrine.

A FAIRE :

- Une fois que les participantes aient donné la bonne réponse, utiliser le préservatif et le godemiché pour montrer comment mettre et enlever un préservatif. Il faut vous assurer de suivre les étapes décrites ci-haut ;
- Après chaque étape, demander si les participants se souviennent de l'étape suivante ;
- Attirez l'attention sur les points suivants :
 - L'emplacement de la date de péremption ;
 - La différence entre l'intérieur et l'extérieur du préservatif. Expliquez aux participantes qu'il y a une manière correcte d'enrouler le préservatif sur le pénis, tout comme il existe une mauvaise manière ;
 - Si un préservatif se casse au cours d'un rapport sexuel, les partenaires sexuels doivent immédiatement arrêter et en mettre un autre.

La pilule contraceptive (15-20 minutes)

DIRE : maintenant voyons la pilule contraceptive.

A FAIRE : Si possible, faite circuler des échantillons pour que les participantes les voient et les tiennent ; Présentez le système reproductif de la femme.

DIRE : la pilule contraceptive, ou la pilule, est une pilule qu'une femme prend par voie orale chaque jour à la même heure. En indiquant le système reproductif de la femme, DIRE : la pilule empêche à l'ovule de quitter l'ovaire chaque mois. Elle rend aussi difficile l'entrée du spermatozoïde dans l'utérus. La plupart des femmes, sans considération du fait qu'elles aient eu un enfant auparavant ou pas, peuvent utiliser la pilule. Une fois qu'une femme arrête d'utiliser la pilule, elle peut tomber enceinte immédiatement. Lorsqu'elle est utilisée correctement, la pilule est très efficace pour prévenir une grossesse.

DEMANDER : pensez-vous que la pilule prévient les infections sexuellement transmissibles (IST) ?

DIRE : la pilule ne prévient pas la propagation des IST. Pour prévenir les IST, vous devrez également utiliser le préservatif.

DEMANDER : Avez-vous entendu parler des avantages de l'utilisation de la pilule ? Auriez-vous l'amabilité de les partager ?

- *Note à l'attention de la Facilitatrice : Les avantages comprennent :*
 - *D'habitude, elle rend les périodes menstruelles plus régulières et légères ;*
 - *Elle peut réduire le syndrome prémenstruel et l'acné ;*
 - *Elle n'interrompt pas le rapport sexuel ;*
 - *Une femme peut arrêter d'utiliser la pilule quand elle le souhaite. Elle n'a pas besoin de voir un agent de santé ;*
 - *Une femme peut tomber immédiatement enceinte après qu'elle ait arrêté de prendre la pilule ;*
 - *Elle permet à la femme de contrôler quand tomber enceinte.*

DEMANDER: Avez-vous entendu parler des inconvénients de l'utilisation de la pilule ? auriez-vous l'amabilité de les partager ?

- *Note à l'attention de la Facilitatrice : les inconvénients comprennent:*
 - *La femme doit se rappeler de prendre la pilule tous les jours et à la même heure ;*
 - *Elle ne protège pas contre les IST ;*
 - *Il peut y avoir des effets indésirables, notamment la nausée (mais celle-ci cesse souvent après quelques jours ou semaines), une légère prise de poids (0,5 – 1 Kg), des écarts entre les périodes menstruelles, des changements d'humeur, une diminution de libido (conduite sexuelle).*

A FAIRE : Abordez les mythes et conceptions erronées que peuvent avoir les participantes à propos de la pilule. Les mythes et conceptions erronées communes à aborder incluent:

- La pilule n'engendre pas l'infertilité ;
- La pilule ne cause pas des malformations chez les enfants ;

- La pilule ne s'accumule pas dans le corps d'une femme pour la rendre malade ;
- La pilule est sans danger pour les femmes qui n'ont pas encore eu d'enfants ;
- La pilule est sans danger pour les adolescentes.

DEMANDER : avez-vous des questions ?

DIRE : dans une de nos prochaines séances, un agent de santé va se joindre à nous et elle pourra répondre à toutes les questions que vous aurez à poser.

Conclusion, Evaluation et Activité de Fin de séance (10 minutes)

A FAIRE : Lisez, ci-dessous, les messages clés de cette séance :

- Les préservatifs peuvent aider à prévenir les grossesses et les infections sexuellement transmissibles lorsqu'ils sont correctement et constamment utilisés.
- La pilule contraceptive est un moyen très efficace pour prévenir les grossesses, mais elle ne protège pas contre les infections sexuellement transmissibles. Pour être efficace, la pilule doit être prise chaque jour et à la même heure.

S'il vous reste encore de temps, **DEMANDER** :

- Avant de mettre fin à cette séance, y a-t-il quelqu'une qui aimerait partager avec le groupe une chose qu'elle a trouvée intéressante ou excitante sur la séance d'aujourd'hui ?
- Y a-t-il eu des idées ou des activités qui vous ont interpellée ? Si oui, en quoi ?
- Avez-vous des questions à poser ?

A FAIRE :

- Administrez l'Evaluation Smiley à l'aide des questions dans l'encadré « Tester Vos Connaissances ! » figurant à la fin de la présente Séance de ce Guide. Une fois la séance terminée et les participantes parties, enregistrer les réponses dans le Formulaire d'Evaluation de Séance (Annexes 1-2) ;
- Informez les participantes des sujets de la prochaine séance ;
- Leur rappeler la date, l'heure et le lieu de la prochaine séance ;
- Remerciez les participantes pour leur participation active;
- Libérez le groupe.

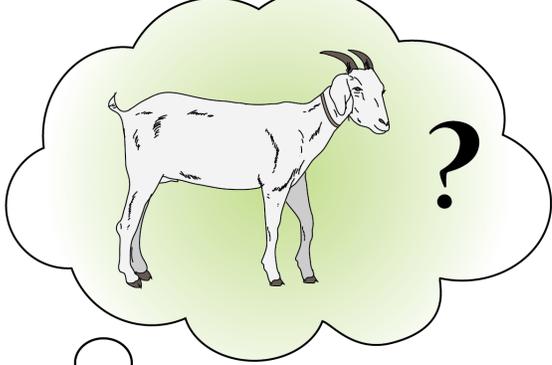
Tester Vos Connaissances !

DIRE : je vais lire une question ou une affirmation, suivie d'une réponse. Si vous êtes d'accord avec ladite réponse, levez la main.

1. La contraception orale est un moyen très efficace pour prévenir la grossesse, mais ne prévient pas contre les infections sexuellement transmissibles : vrai ou faux ? **Vrai.**
2. Un préservatif doit seulement être mis sur le pénis d'un homme une fois qu'il est en érection : vrai ou faux ? **Vrai**

¹⁰ Adapted from Martin, S. 2008. *Being a Mentor: A Guide to Supporting Young Married Adolescent Women*. Kakamega and Nairobi: APHIA II Western, PATH, USAID.

¹¹ Adapted from 'Steps to Using a Condom Correctly' in 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.



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

Objectifs :

- Aider les participantes à exprimer leurs rêves pour l'avenir ;
- Aider les participantes à se fixer des objectifs d'un an, de deux ans et de cinq ans dans l'avenir.

Matériel :

- Modèle de tableau de visions ; Images sur la visualisation de l'avenir ; Rouleau de papier de présentation ; Matériel d'écriture (un par personne).

Temps :

- 1 heure 45 minutes

Guide de la séance

Accueil (10 minutes)

A FAIRE :

- Accueillez les participantes à la reprise de la formation et les remercier pour leur engagement continu ;
- Dressez la liste des présences ;
- Invitez une ou deux participantes à partager au moins une norme avec les autres membres du groupe ;
- Remerciez les participantes pour le partage.

DEMANDER : qui voudrait rappeler au groupe ce que nous avons discuté dans notre dernière séance ?

A FAIRE : si nécessaire, rappelez au groupe les messages clés de la séance précédente.

- Les préservatifs peuvent aider à prévenir les grossesses et les infections sexuellement transmissibles lorsqu'ils sont correctement et constamment utilisés.
- La pilule contraceptive est un moyen très efficace pour prévenir les grossesses, mais elle ne protège pas contre les infections sexuellement transmissibles. Pour être efficace, la pilule doit être prise chaque jour et à la même heure.

DEMANDER : y a-t-il quelqu'une qui a des questions à poser ou des idées à partager au sujet de ce que nous avons appris ?

Introduction à « se Fixer des Objectifs » (10 minutes)

DIRE : au cours de notre première réunion, j'ai eu à expliquer que la formation se focaliserait sur l'appui dont vous aurez besoin pour faire des choix à propos de votre avenir à travers le développement de vos atouts. Par cela, je voudrais dire que le but de ce Collectif de Filles est de vous doter des informations, des ressources et des compétences dont vous aurez besoin pour décrire et ensuite accomplir l'avenir que vous voulez pour vous-mêmes.

Cela peut comprendre des choses comme la formation pour exécuter un travail spécifique ou une connaissance sur comment économiser de l'argent et évaluer un marché. Cela peut aussi comprendre des choses comme comment devenir un leader, comment négocier avec quelqu'un et comment gérer les émotions. Vous pouvez penser de vos atouts comme un panier de marchandises avec des objets importants que vous pouvez retirer et utiliser dans votre vie quotidienne pour réaliser ce que vous voulez - des choses comme savoir comment vendre des marchandises au marché, établir votre propre entreprise, communiquer avec un client difficile ou ouvrir votre propre compte bancaire.

J'imagine que beaucoup d'entre vous avez déjà des rêves pour votre avenir, et que vous êtes intéressées à apprendre davantage sur les opportunités qui s'offrent à vous à travers la présente formation.

A FAIRE :

- Donnez aux participantes un aperçu sur les activités d'entreprise et d'entrepreneuriat

suivantes faisant partie du Collectif de Filles :

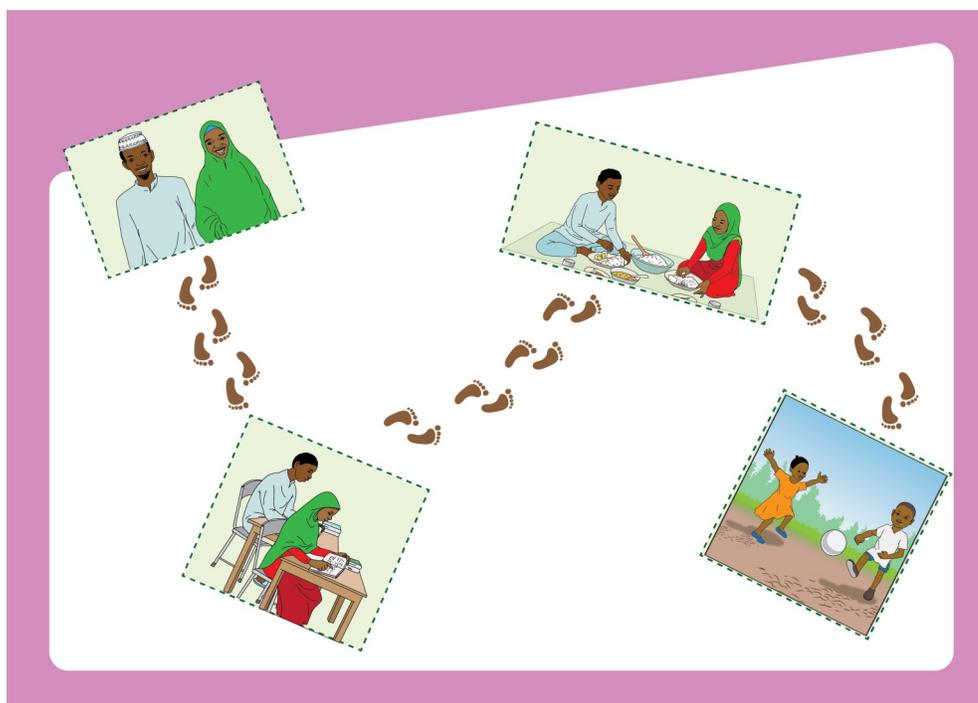
- Ecole de Commerce : Cette orientation sur la gestion d'entreprise, le développement d'entreprise et la littérature financière donneront aux participantes les connaissances et aptitudes requises pour entrer dans le monde des affaires et du marché. Les participantes pourront ensuite choisir une activité économique ou commerciale à poursuivre, puis élaborer un plan pour en faire une réalité ;
- Formation dans le secteur du petit élevage : les participantes qui désirent démarrer une activité génératrice de revenu liée au petit élevage (par exemple les chèvres) recevront les compétences pour le faire. Elles recevront une formation sur le secteur et un appui pour rentrer dans le marché. Les filles qui vont réussir à construire un abri et à collecter des aliments pour leurs animaux seront connectées à la foire au bétail où elles pourront acheter des chèvres en utilisant un système de bon.
- Quelques filles seront sélectionnées pour une formation d'auxiliaire vétérinaire - une personne qui fournit un service vétérinaire moyennant le paiement de frais. D'autres filles seront formées comme vendeuses d'intrants (aliments/fourrage) ;
- Formation dans la filiale du niébé : Les participantes qui sont intéressées à démarrer une activité génératrice de revenus liée au secteur du niébé recevront des compétences pour le faire. Les participantes qui suivent cette voie seront connectées aux programmes et opportunités de ce secteur.

DEMANDER : est-ce que ce que je viens juste de décrire vous semble intéressant ou passionnant ? Pourquoi ou pourquoi pas ?

Tableau de Visions (40 minutes)

DIRE : nous allons maintenant travailler sur comment établir vos visions pour l'avenir.

A FAIRE : Présentez le Tableau vierge de Visions au groupe.



DIRE : voici le Tableau de Visions. C'est un outil pour représenter de façon visuelle ce que vous désirez dans le futur. Il est divisé en quatre parties :

- **Relations :** Quel type de relations voulez-vous avoir avec votre époux ? Comment voulez-vous qu'il vous traite ? Quelles activités et responsabilités voulez-vous partager avec lui ?
- **Travail et Education :** Est-ce que vous vous voyez en train de gagner de l'argent pour votre ménage ? Si oui, comment ? Si vous pourriez apprendre des nouvelles aptitudes, que pourraient-elles être ?
- **Domicile et Environnement :** Quel type de domicile avez-vous ? Où est-ce que vous habitez ? Voulez-vous construire une maison plus grande que celle que vous avez maintenant ? Comment est-ce que vos amies et familles s'intègrent dans votre vie ? Êtes-vous proche d'eux ?
- **Les enfants :** Combien d'enfants voulez-vous avoir ? Quel type de vie voulez-vous pour eux ? Quand voulez-vous avoir d'enfants ?

A FAIRE :

- Donnez à chaque participante, une feuille blanche et une écritoire ;
- étalez les images sur la « Visualisation de l'Avenir », les copies desquelles se trouvent à la fin de cette séance, sur le sol devant les participantes.

DIRE : voici ce que vous avez à faire : je voudrais que vous dressiez un Tableau de Visions pour vous-même comprenant ce que vous voulez, en quoi votre vie ressemblera dans cinq ans à partir de maintenant dans chacun de ces quatre domaines. La première étape est de copier le modèle de Tableau de Visions que j'ai présenté [*indiquez le modèle de Tableau de Visions*]. Les images que j'ai étalées sur le sol visent à vous aider à réfléchir sur ce que à quoi vous voulez que votre avenir ressemble. Si vous voyez une image que vous voulez inclure dans votre Tableau de Visions, dessinez-la sur votre tableau. S'il vous plaît ne prenez pas la carte, car nous utiliserons ces images comme source d'inspiration. Ne vous limitez pas aux cartes étalées devant vous ; si vous avez une vision pour le futur que vous ne voyez sur les cartes, n'hésitez pas à la dessiner sur votre Tableau de Visions.

A FAIRE :

- Donnez aux participantes le temps d'établir leur tableau (environ 15-20 minutes). Aidez-les à trouver les images ou donnez-leur des exemples si elles ont des difficultés ;
- Après que les participantes aient terminé leur tableau de visions, leur demander de le partager avec la personne à leurs côtés ;
- Rassemblez le groupe. Invitez 3-4 participantes à partager leur Tableau de Visions avec le reste du groupe.

Discussions

DIRE : je sais que certaines d'entre vous ne sont pas mariées, mais j'aimerais que vous répondiez aux questions suivantes comme si vous l'étiez.

DEMANDER :

- Si vous tombiez enceintes maintenant, en quoi vous serait-il difficile de réaliser votre

vision pour l'avenir ?

- *Note à l'attention de la Facilitatrice : Stimulez les participantes à réfléchir sur comment chaque partie de leur Tableau de Visions serait impactée par une grossesse. Invitez les participantes à partager comment elles se sentent au sujet de la grossesse impactant leurs visions pour le futur.*
- Si le fait de tomber enceinte maintenant rendrait plus difficile la réalisation de votre vision d'avenir, qu'est qui peut être fait maintenant pour prévenir cette grossesse ?
 - *Note à l'attention de la Facilitatrice : Permettez aux participantes de répondre. Abordez tous les mythes, toutes les conceptions erronées et les fausses méthodes. Informez-les que la contraception peut les aider à prévenir la grossesse. Expliquez aux participantes qu'elles apprendront plus sur comment prévenir la grossesse dans les prochaines séances.*

Faire de nos Rêves une Réalité (Se Fixer des Objectifs) (25 minutes)

DIRE : nous avons à présent une vision d'ensemble sur notre avenir. Maintenant, nous serons plus spécifiques et nous allons réfléchir sur ce dont nous avons besoin de mettre en place pour faire de cette vision une réalité. Pour ce faire, nous allons établir des objectifs se rapportant aux mêmes quatre domaines énumérés sur nos Tableaux de Visions.

Il est important que vous vous fixiez des objectifs qui sont réellement réalisables. Si nous nous donnons des objectifs qui sont impossibles, nous allons seulement vers l'échec ! La clé pour établir des bons objectifs est de suivre ces trois étapes simples :

- **QUE** voulez-vous ? Identifiez exactement ce que vous voulez réaliser ;
- D'ici **QUAND** voulez-vous le réaliser ? Fixez un temps pour l'accomplissement de votre objectif ;
- **COMMENT** comptez-vous le faire ? Identifiez comment vous comptez réaliser votre objectif.

DIRE: Maintenant, focalisons-nous juste sur les deux premières étapes : identification de ce que nous voulons et le temps pour l'accomplir. Regardons quelques exemples d'objectifs :

- *Note à l'attention de la Facilitatrice : choisissez les exemples les plus pertinents dans la liste ci-dessous.*
 - *Objectifs de relations :*
 - *Dans un mois, je veux avoir un budget préparé avec mon mari ;*
 - *Dans les deux semaines à venir, je veux échanger avec ma mère/ma belle-mère de mon désir de prendre un cours en gestion commerciale ;*
 - *Dans deux ans je veux, à l'instar de mon mari, contribuer au revenu de ma famille ;*
 - *Avant la fin de la semaine, je veux discuter avec mes parents de mon désir de finir ma scolarité au secondaire.*
 - *Objectifs en matière de Travail et d'Education :*
 - *Mon objectif est d'obtenir mon diplôme du lycée (bac) à la fin de l'année prochaine ;*
 - *Mon objectif est d'obtenir mon certificat en élevage avant la prochaine récolte ;*
 - *Mon objectif est que mon commerce commence à générer des profits*

- dans trois ans ;*
 - *Mon objectif est d'avoir mon propre étalage au marché dans les trois mois qui suivent la fin de ma formation à l'Ecole de Commerce.*
- *Objectifs en matière d'Habitat et d'Environnement :*
 - *Dans trois ans, je veux vivre dans une maison plus grande que celle que nous avons maintenant ;*
 - *Dans un an, je veux que ma famille ait sa propre charrette ;*
- *Objectifs en ce qui concerne les enfants :*
 - *Je veux attendre jusqu'à ce que j'aie 20 ans avant d'avoir des enfants ;*
 - *Je veux avoir deux enfants : le premier lorsque j'aurai 20 ans et le second lorsque j'aurai 22 ans.*

DEMANDER : c'est quoi un « bon » objectif ?

- *Note à l'attention de la Facilitatrice : Assurez-vous que tous les objectifs que les participantes se fixent sont très spécifiques (nous savons exactement ce que la personne veut accomplir) et limités dans le temps (nous savons exactement quand est-ce qu'elle veut le voir accompli). Cela permettra aisément de juger par après si oui ou non l'objectif a été atteint.*

DIRE : maintenant, voyons les « mauvais » objectifs :

- Mon objectif est d'avoir un mariage heureux ;
- Mon objectif est de devenir riche ;
- Mon objectif est d'être célèbre ;
- Mon objectif est de devenir une femme d'affaires accomplie ;
- Mon objectif est d'avoir une grande famille.

DEMANDER : en quoi ces objectifs sont-ils « mauvais » ?

- *Note à l'attention de la Facilitatrice : Assurez-vous que les participantes se rendent compte que leurs objectifs sont vagues (c'est-à-dire qu'est-ce qu'elles entendent par « être riche » ? Quel niveau de richesse la personne veut-elle atteindre ? En d'autres termes, qu'implique être une femme d'affaires accomplie ? Est-ce que cela signifie que votre commerce génère de profit ? Est-ce que cela signifie que l'entreprise emploie d'autres personnes ? Pour tous ces objectifs, ce que la personne veut accomplir n'est pas clair). En outre, ces objectifs ne sont pas limités dans le temps. Est-ce que la personne veut accomplir cela avant la prochaine récolte ? Au cours de sa vie ? Dans les six mois à venir ?*

DIRE : maintenant, c'est votre tour. Je voudrais que chacune de vous se fixe QUATRE objectifs : un pour chacune des quatre sections de votre Tableau de Visions. Pour que nous puissions faire de nos visions futures une réalité, pensons à ce dont nous aurons besoin pour les voir réalisées dans un an. Pour ce faire, complétez la phrase suivante : **Dans un an, je veux....**

DIRE : vous avez 15 minutes pour vous fixer des objectifs.

A FAIRE :

- Demandez aux participantes de dessiner leurs objectifs sur une feuille ;

- Guidez et aidez les participantes au moment où elles établissent leurs objectifs ;
- Invitez les groupes à se rassembler. Si les participantes sont consentantes, demandez-leur de partager leurs objectifs.

Discussions (10-15 minutes)

DIRE : dans les prochaines séances, nous nous focaliserons sur la troisième étape : Comprendre *COMMENT* réaliser nos objectifs. D'ici là, j'aimerais que vous réfléchissiez sur ces trois questions :

- De quel type d'appui et/ou assistance ai-je besoin pour réaliser mes objectifs ?
- Qu'est-ce qui peut m'empêcher de réaliser mes objectifs ?
- Pourquoi est-il important pour moi de poursuivre mes objectifs ?

Sur ce dernier point, il est évident que la réalisation de nos objectifs est importante pour nous en tant qu'individus, mais cela peut aussi contribuer à créer des communautés et des familles plus heureuses et plus saines.

DEMANDER :

- Comment est-ce que votre famille bénéficierait-elle de la réalisation de vos objectifs ?
- Comment est-ce que votre mari ou votre futur mari bénéficierait-il de la réalisation de vos objectifs ?
- De quel type d'appui auriez-vous besoin de votre famille pour accomplir vos objectifs ?

Devoir de Maison (2 minutes)

DIRE : comme devoir de maison, je vous encourage à partager votre Tableau de Visions avec votre famille. Si vous avez des inquiétudes, commencez par le partager avec quelqu'un avec qui vous vous sentez à l'aise, par exemple une amie ou un frère/sœur. Si vous êtes mariée, pensez à partager votre Tableau de Visions avec votre mari ou avec vos beaux-parents – mais seulement si vous vous sentez à l'aise à le faire. Cela peut aider les personnes à vous connaître et même à vous appuyer dans la réalisation de votre vision d'avenir.

Une fois encore, je vous demande de réfléchir sur ces trois questions :

- De quel type d'appui et/ou assistance ai-je besoin pour réaliser mes objectifs ?
- Qu'est-ce qui peut m'empêcher de réaliser mes objectifs ?
- Pourquoi est-il important pour moi de poursuivre mes objectifs ?

Conclusion, Evaluation et Activité de Fin de séance (10 minutes)

A FAIRE : Lisez, ci-dessous, les messages clés de cette séance :

- Un bon objectif répond à ces trois questions : **QUE** voulez-vous réaliser ? D'ici **QUAND** voulez-vous le faire ? **COMMENT** comptez-vous y parvenir ?
- La naissance d'un enfant contraint les gens à changer leurs priorités et peut affecter leurs capacités à réaliser leurs objectifs.

S'il vous reste encore de temps, **DEMANDER :**

- Avant de mettre fin à cette séance, y a-t-il quelqu'une qui aimerait partager avec le groupe une chose qu'elle a trouvée intéressante ou excitante sur la séance d'aujourd'hui ?

- Y a-t-il eu des idées ou des activités qui vous ont interpellée ? si oui, en quoi ?
- Avez-vous des questions à poser ?

A FAIRE :

- Administrez l'Evaluation Smiley à l'aide des questions dans l'encadré « Tester Vos Connaissances ! » figurant à la fin de la présente Séance de ce Guide. Une fois la séance terminée et les participantes parties, enregistrer les réponses dans le Formulaire d'Evaluation de Séance (Annexes 1-2) ;
- Informez les participantes des sujets de la prochaine séance ;
- Leur rappeler la date, l'heure et le lieu de la prochaine séance ;
- Remerciez les participantes pour leur participation active;
- Libérez le groupe.

Tester Vos Connaissances !

DIRE : je vais lire une question ou une affirmation, suivie d'une réponse. Si vous êtes d'accord avec ladite réponse, levez la main.

1. Un objectif bien écrit présente clairement ce qui sera accompli et quand il sera accompli : vrai ou faux ? **VRAI**
2. La grossesse peut forcer les gens à changer leurs priorités. Cela rendra plus difficile au mari et à la femme de réaliser leurs objectifs en matière de travail et d'éducation : vrai ou faux ? **VRAI**



Contraception – Partie II

Objectifs :

- Se familiariser avec les différentes formes de contraception ;
- Corriger les conceptions erronées et aborder les mythes se rapportant à la contraception ;
- Développer des attitudes positives à l'égard de l'utilisation du contraceptif.

Matériel :

- Marqueurs ; Rouleau de papier de présentation ; Illustration du système interne de reproduction de la femme.

Temps :

- 1 heure 30 minutes

Guide de la Séance

Accueil (10 minutes)

A FAIRE :

- Accueillez les participantes à la reprise de la formation et les remerciez pour leur engagement continu ;
- Dressez la liste des présences ;
- Invitez une ou deux participantes à partager au moins une norme avec les autres membres du groupe ;
- Remerciez les participantes pour le partage.

DEMANDER : qui voudrait rappeler au groupe ce sur quoi nous avons discuté lors de notre dernière séance ?

A FAIRE : si nécessaire, rappelez au groupe les principaux messages de la précédente séance :

- Un bon objectif répond à ces trois questions : QUE vous voulez-vous réaliser ? D'ici QUAND voulez-vous le faire ? COMMENT comptez-vous y parvenir ?
- La naissance d'un enfant contraint les gens à changer leurs priorités et peut affecter leurs capacités de réaliser leurs objectifs.

DEMANDER :

- Est-ce quelqu'une a des questions ou réflexions à partager au sujet de ce nous avons appris dans notre dernière séance ?
- Avez-vous partagé votre Table de visions avec une amie ou un membre de votre famille ? Quelqu'une voudrait-elle partager son expérience ?

Introduction (10 minutes)

DIRE : aujourd'hui, nous sommes très chanceuses car nous avons avec nous une invitée spéciale, que certaines d'entre vous pourraient connaître. C'est (nommer l'agent de santé) et elle est ici pour nous parler des différentes méthodes de planning familial que nous pouvons trouver au niveau de notre communauté. Vous le savez bien, [nom de l'agent de santé] est une professionnelle qui comprend et respecte le besoin de confidentialité. Cela signifie qu'elle ne partagera rien de ce qui est dit ou discuté aujourd'hui avec des personnes hors de cette salle. Vous êtes libres de faire tous les commentaires ou de poser toutes les questions que vous voudriez.

Avant que je ne donne la parole à [nom de l'agent de santé], je voudrais qu'on fasse un brainstorming sur toutes les méthodes de planning familial qu'on peut imaginer. Juste un rappel, l'expression « méthodes de planning familial » fait référence aux outils et stratégies dont nous disposons pour prévenir la grossesse. Certaines méthodes de planning familial nous protègent également des infections sexuellement transmissibles.

A FAIRE :

- Enregistrer toutes les réponses sur une feuille de tableau de présentation ;
- Après la séance de brainstorming, ajouter toutes les autres méthodes qui manquent et, si nécessaire, indiquer lesquelles des méthodes identifiées sont des fausses

méthodes (laver le vagin avec de l'eau, prendre une douche, avoir un rapport sexuel avec une vierge, se coucher à l'envers, par exemples).

DIRE : c'est une bonne liste. Je laisse la séance à [l'agent de santé] qui nous présentera certaines de ces méthodes de planning familial.

Aperçu sur les Méthodes de Contraception (30-40 minutes)

Instructions pour l'agent de santé :

A FAIRE :

- *Donnez un aperçu général de toutes les méthodes disponibles dans notre communauté en utilisant les cartes de référence dans le Guide de la Séance. Passer plus de temps sur les DUI, les injectables et l'implant que sur les autres méthodes, car celles-là sont les méthodes les plus efficaces. Passer moins de temps sur les méthodes de stérilisation et d'aménorrhée lactaire comme elles sont moins pertinentes pour les participantes à ce stade de leur vie ;*
- *Faites circuler des échantillons, s'il en existe, pour que les participantes puissent les toucher ;*
- *Utilisez des photos d'anatomie pour mieux expliquer comment fonctionnent les méthodes contraceptives ;*
- *Encouragez les participantes à poser des questions au cours de la présentation ;*
- *Après avoir présenté les différentes méthodes de contraception, revoir les informations sur l'avortement. Aborder toutes questions ou préoccupations des participantes.*

Note à l'attention de la Facilitatrice : Une fois que l'agent de santé ait expliqué toutes les méthodes, la remercier pour avoir partagé son expertise.

Discussions (10 minutes)

DEMANDER :

- *Qui veut bien partager une chose qu'elle a apprise sur la contraception ?*
- *Réfléchissez et dites-nous la méthode que vous pensez être la meilleure pour vous et pourquoi. Lorsque vous réfléchissez sur la méthode qui vous convient le mieux, demandez-vous si vous êtes à même et consentante de l'utiliser correctement chaque fois que nécessaire. Est-ce que quelqu'une veut partager sa réponse ?*
 - *Note à l'attention de la Facilitatrice : les participantes peuvent ne pas vouloir partager cette information à haute voix. Ce n'est pas un problème. Au lieu de cela, encouragez-les à continuer à y réfléchir. Expliquez-leur que vous parlerez davantage de comment communiquer avec les maris au sujet de la planification familiale lors des séances à venir. Partagez des ressources pour qu'elles puissent recevoir plus d'informations.*
- *Quels différents rôles un mari peut-il jouer dans l'utilisation de la contraception ?*
 - *Note à l'attention de la Facilitatrice : Assurez-vous que les participantes ont connaissance de ce qui suit :*
 - *Les hommes peuvent utiliser les méthodes masculines telles que les préservatifs ;*
 - *Ils supportent leurs femmes dans l'utilisation d'autres méthodes. Par exemple, un mari peut rappeler à sa femme de prendre sa pilule chaque*

jour, de retourner à la clinique pour des injections régulières ; il peut organiser le transport à la clinique, payer pour les méthodes et les services de planning familial, etc. ;

- *Discuter des désirs et intentions au tour de la taille de la famille et de l'utilisation de la contraception.*
- Pensez-vous que les hommes mariés dans votre communauté seraient prêts à jouer ces rôles ? Pourquoi ou pourquoi pas ?
 - *Note à l'attention de la Facilitatrice : Cette question vise à amener les participantes à réfléchir sur comment les décisions autour de la contraception peuvent être partagées entre mari et femme. Les participantes peuvent répondre qu'elles ne pensent pas que leurs maris accepteraient de jouer ces rôles. Cela doit être reconnu et accepté comme tel. Le fait d'évoquer cette question de contraception avec un mari serait probablement vu comme une action qui va à l'encontre des normes hommes-femmes. Par conséquent, en le faisant, les filles peuvent s'exposer aux risques de réaction sous forme d'agression ou de violence si elles évoquent une telle question avec leurs maris. Rappeler aux participantes qu'elles doivent se garder de faire quelque chose qui les exposerait au risque de violence ou de blessure.*

Mythes et Conceptions Erronées liés à la Contraception (20 minutes)

DIRE : aujourd'hui, avant de rentrer à la maison, nous allons faire un exercice rapide de révision pour voir si vous prêtez attention à ce qu'on se disait ou pas !

A FAIRE :

- Sélectionnez deux endroits, comme deux arbres ou deux coins d'une salle.
- Expliquez au groupe que l'un des endroits représente le « VRAI » et l'autre le « FAUX ».

DIRE : je vais lire une affirmation sur les méthodes contraceptives. Si vous pensez que l'affirmation est vraie, courez vers l'endroit « VRAI ». Si vous pensez que l'affirmation est fausse, courez vers l'endroit « FAUX ». Si vous ne connaissez pas la réponse, restez au milieu.

A FAIRE :

- Lisez la première affirmation des documents de référence comme suite ;
- Donnez du temps aux participantes pour courir vers l'endroit de leur choix, puis donner la chance à au moins une personne de chaque côté d'expliquer pourquoi elles pensent que l'affirmation est vraie ou fausse ;
- Lisez la bonne réponse ;
- Répétez ce processus pour autant d'affirmations que possible en fonction de votre temps ;
- Une fois l'activité terminée, rassembler le groupe.

DIRE : je sais que vous avez reçu beaucoup d'informations aujourd'hui, et certaines d'entre elles peuvent prêter à confusion. Je vous demande de ne pas hésiter à venir avec toutes les questions que vous voulez à notre séance de la semaine prochaine. En plus, [l'agent de santé] est disposée à répondre à toute question ou à aborder toute préoccupation que vous pouvez avoir ; n'hésitez donc pas à la contacter n'importe où vous voulez.

A FAIRE :

- Rappelez aux participantes où se trouve le centre de santé et/ou l'agent de santé le plus proche, les heures de travail et leurs contacts.

Conclusion, Evaluation et Activité de Fin de Séance (10 minutes)**A FAIRE :** lisez, ci-dessous, les messages clés de cette séance :

- Il existe plusieurs méthodes de planning familial à l'endroit des adolescentes, dont les implants, les DUI, les injectables et les pilules. Pour les personnes qui cherchent à éviter d'avoir des enfants pour toujours, il existe également la stérilisation ;
- A l'exception de la stérilisation, aucune des méthodes ne rendra la femme stérile. Une femme peut tomber enceinte immédiatement ou presque immédiatement après avoir arrêté les pilules et les injections ou retiré le DUI ou l'implant ;
- Les préservatifs sont la seule méthode qui protège contre les infections sexuellement transmissibles (IST). Aucune autre méthode ne protège contre les IST.

S'il vous reste encore de temps, **DEMANDER :**

- Avant de mettre fin à cette séance, y a-t-il quelqu'une qui aimerait partager avec le groupe une chose qu'elle a trouvée intéressante ou excitante sur la séance d'aujourd'hui ?
- Y a-t-il eu des idées ou des activités qui vous ont interpellée ? si oui, en quoi ?
- Avez-vous des questions à poser ?

A FAIRE :

- Administrez l'Evaluation Smiley à l'aide des questions dans l'encadré « Tester Vos Connaissances ! » figurant à la fin de la présente Séance de ce Guide. Une fois la séance terminée et les participantes parties, enregistrer les réponses dans le Formulaire d'Evaluation de Séance (Annexes 1-2) ;
- Informez les participantes des sujets de la prochaine Séance ;
- Leur rappeler la date, l'heure et le lieu de la prochaine Séance ;
- Remerciez les participantes pour leur participation active ;
- Libérez le groupe.

Tester Vos Connaissances !

DIRE : je vais lire une question ou une affirmation, suivie d'une réponse. Si vous êtes d'accord avec ladite réponse, levez la main.

1. Les implants et les DUI sont sans danger à être utilisés par les adolescentes, qu'elles aient eu un enfant ou non : vrai ou faux ? **VRAI**
2. Pour prévenir une infections sexuellement transmissibles ou IST, il est important d'utiliser un préservatif chaque fois que vous avez un rapport sexuel, même si vous utilisez d'autres méthodes de planning familial : vrai ou faux ? **VRAI**

Cartes de Référence sur la Contraception

La Contraception Injectable



Qu'est-ce que c'est ? La femme reçoit une injection dans son bras ou sa fesse.

Comment fonctionne-t-elle ? La contraception injectable empêche à l'ovule de quitter l'ovaire chaque mois. Elle rend aussi difficile l'entrée du spermatozoïde dans l'utérus. La contraception injectable le fait en rendant la muqueuse épaisse à l'entrée de l'utérus. La femme doit recevoir l'injection de Depro-Provera chaque trois mois (chaque deux mois pour la Noristerat).

Quel est son degré d'efficacité ? La contraception injectable est très efficace.

Quels sont les avantages liés à son utilisation ?

- Ne perturbe pas le rapport sexuel ;
- Peut être utilisée sans que d'autres personnes le sachent ;
- La femme n'a pas besoin de se rappeler de faire quelque chose chaque jour ;
- Une femme peut être enceinte après qu'elle ait arrêté de recevoir les injections.

Quels sont les inconvénients liés à son utilisation ?

- C'est possible qu'une femme prenne un peu de temps pour tomber enceinte (6 à 12 mois) après l'arrêt des injections ;
- Elle cause des changements dans le cycle menstruel, comme un écart ou saignement entre les règles, des règles plus longues, ou pas de règles du tout ;
- Des visites retours requises chaque trois mois (chaque deux mois pour la Noristerat) ;
- Ne protège pas contre les infections sexuellement transmissibles.

Quels sont les éventuels effets secondaires ?

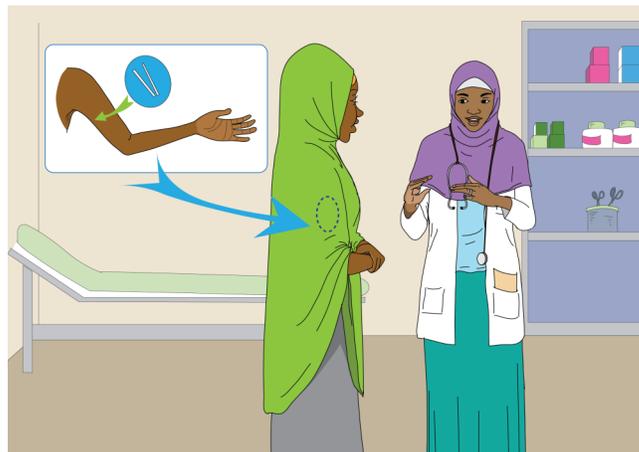
- Maux de tête ; Prise de poids ; Changement dans les périodes menstruelles.

Où pouvez-vous avoir cette méthode ?

- Dans les formations sanitaires (CSI et Case de santé) ;
- Pharmacies.

¹² Sheets adapted from 'Handout 9: Family Planning Methods' in Leveck, 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.

Les Implants



Qu'est-ce que c'est ? Les implants sont des capsules plastiques de la dimension d'une allumette (le nombre varie selon le type d'implant). Un docteur ou une infirmière qualifiée placent les implants sous la peau du bras supérieur d'une femme en faisant une très petite ouverture. Les capsules peuvent rester dans le bras pendant plusieurs années (encore, selon le type), mais ils peuvent être retirés avant si la femme le souhaite.

Comment fonctionnent-ils ? Les implants empêchent à l'ovule de quitter l'ovaire. Ils rendent aussi difficile l'entrée des spermatozoïdes dans l'utérus. Ils le font en rendant la muqueuse épaisse à l'entrée de l'utérus.

Quel est leur degré d'efficacité ? Les implants sont très efficaces.

Quels sont les avantages liés à leur utilisation ?

- Les implants sont une méthode à action longue ;
- Ils ne perturbent pas le rapport sexuel ;
- La femme n'a pas besoin de se rappeler de faire quelque chose chaque jour ;
- Une femme peut être enceinte immédiatement après que l'implant ait été retiré.

Quels sont les inconvénients liés à leur utilisation ?

- Ils causent des changements dans le cycle menstruel, tels qu'un écart ou un saignement entre les règles, des règles plus longues, ou pas de règles du tout ;
- Ils nécessitent une petite ouverture dans le bras qui peut laisser une petite cicatrice ;
- Ils ne protègent pas contre les infections sexuellement transmissibles.

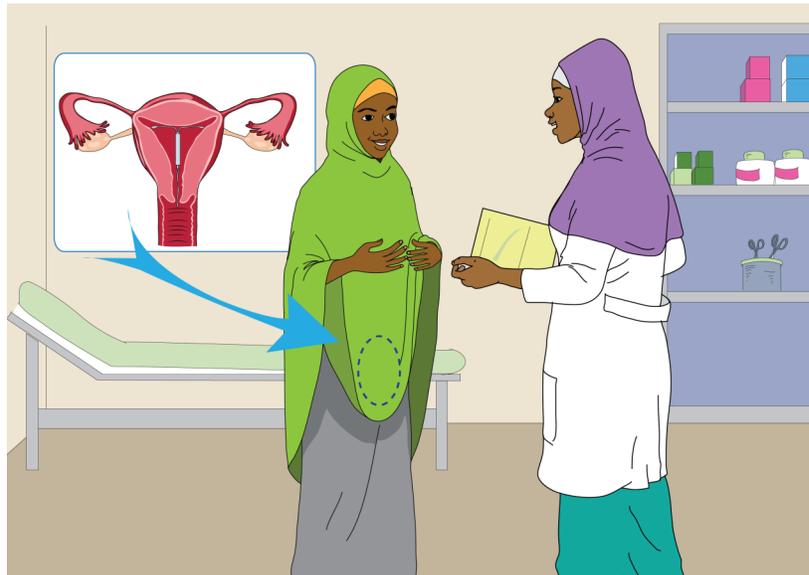
Quels sont les éventuels effets secondaires ?

- Maux de tête ;
- Prise de poids ;
- Changement dans les périodes menstruelles.

Où pouvez-vous avoir cette méthode ?

- Dans les formations sanitaires disposant d'un personnel formé à cet effet.

Le Dispositif Intra Utérin (DIU) ou Stérilet



Qu'est-ce que c'est ? Le DIU est un petit dispositif en forme de T qui est soit en plastique ou en plastique et cuivre (certains libèrent aussi les hormones). Seule la version en cuivre est disponible dans ce pays, donc nous nous focaliserons sur ça. Un docteur ou un agent de santé qualifié place le DIU dans l'utérus de la femme. Il peut être laissé en place jusqu'à 10 ans. Comment fonctionne-t-il ? Le DIU empêche au spermatozoïde de l'homme de rencontrer l'ovule de la femme.

Quel est son degré d'efficacité ? Le DIU est très efficace.

Quels sont les avantages liés à son utilisation ?

- Prévient la grossesse pendant longtemps ;
- Une femme peut être enceinte immédiatement après que le DIU ait été retiré ;
- Il ne perturbe pas le rapport sexuel ;
- La femme n'a pas besoin de se rappeler de faire quelque chose chaque jour ou chaque trois mois.

Quels sont les inconvénients liés à son utilisation ?

- Il y a un risque élevé d'inflammation du bassin avec l'utilisation du DIU, donc les jeunes à risque d'IST doivent penser à d'autres méthodes, en plus des préservatifs ;
- Ne protège pas contre les infections sexuellement transmissibles.
- Quels sont les éventuels effets secondaires ?
- Peut causer des boutons, un saignement important ou plus de crampe menstruelle.

Où pouvez-vous avoir cette méthode ?

- Dans les formations sanitaires disposant d'un personnel formé à cet effet.

La Stérilisation



Qu'est-ce que c'est ? La stérilisation est la SEULE méthode permanente de contraception que nous avons et nous allons en parler aujourd'hui. Elle n'est pas appropriée pour une personne qui veut avoir des enfants dans l'avenir. C'est une simple procédure chirurgicale qui peut être exécutée sur soit un homme ou une femme. Chez l'homme, la procédure est appelée vasectomie. Chez la femme, elle est appelée ligature des trompes.

Comment fonctionne-t-elle ?

- Chez l'homme, le docteur fait une petite incision sur chaque côté de la zone scrotale. Le canal déférent est pincé et coupé afin que le sperme ne passe des testicules à l'urètre. L'homme continue de produire du sperme, ses testicules restent intacts, et il continue à avoir des éjaculations. Simplement, il n'y a pas de présence de spermatozoïdes dans l'éjaculation à cause de la procédure. La période de guérison de cette procédure tend à être assez courte.
- Chez la femme, un docteur fait une petite incision près de la hanche, en-dessous de la taille. On donne à la femme des produits contre la douleur, et dans certains cas, elle perd connaissance. La trompe de Fallope est pincée et coupée afin que l'ovule ne passe pas et se rencontre avec le spermatozoïde. C'est une chirurgie plus dangereuse que celle des hommes et la guérison peut prendre quelques jours ou plus longtemps.

Quel est son degré d'efficacité ? La stérilisation est très efficace.

Quels sont les avantages liés à son utilisation ?

- Les utilisateurs n'ont pas besoin d'utiliser d'autres méthodes pour éviter une grossesse ;
- C'est une procédure relativement simple, la vasectomie en particulier.

Quels sont les inconvénients liés à son utilisation ?

- Elle est permanente, donc la personne doit s'assurer qu'elle ne veut plus d'enfants ;
- Ne protège pas contre les infections sexuellement transmissibles.
- Quels sont les éventuels effets secondaires ?
- Certains hommes se plaignent d'une douleur légère juste après la procédure (elle passe après quelques jours) ;
- Elle ne diminue pas la libido chez les hommes, ne diminue pas l'érection ou l'éjaculation. L'homme ne devient pas faible. Elle n'affecte pas sa capacité à faire des durs labeurs ;
- La femme a besoin de quelques jours pour s'en remettre.

¹³ Image courtesy of USAID/SPRING-UNICEF IYCF Digital Image Bank (iycf.spring-nutrition.org).

La Méthode de l'Allaitement Maternel et de l'Aménorrhée (MAMA)



Qu'est-ce que c'est ? Rien qu'en allaitant un nouveau bébé, une nouvelle mère peut prévenir la grossesse jusqu'à six mois, aussi longtemps que ses règles ne reviennent pas.

Comment fonctionne-t-elle ? La MAMA empêche aux ovaires de libérer des ovules. Pour que la MAMA marche, le bébé doit être exclusivement allaité au sein sur sa demande. Le bébé n'a pas besoin d'aliments autre que le lait maternel jusqu'à ce qu'il ait six mois, aussi longtemps que : (1) le bébé grandit et prend du poids et, (2) la mère a un régime équilibré et continue à avoir une bonne provision en lait.

Quel est son degré d'efficacité ? Aussi longtemps que le bébé est allaité au sein sur demande (nuit et jour), qu'il soit âgé de moins de six mois et que les règles de la mère ne soient pas de retour, la MAMA est très efficace si elle est correctement utilisée. La MAMA est moins efficace après que le bébé ait six mois d'âge, après qu'il ait commencé de manger d'autres aliments et de boire d'autres boissons, et après que les règles de la maman soient revenues -peu importe laquelle de ces choses se produit en premier.

Quels sont les avantages liés à son utilisation ?

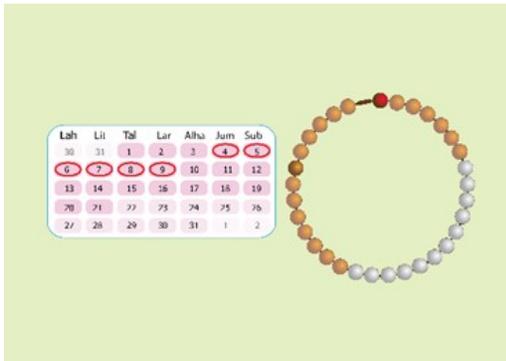
- L'homme et la femme n'ont pas besoin du service d'une structure sanitaire ;
- Elle peut être la seule option pour quelqu'une qui n'a pas accès aux services de planning familial ;
- Elle n'a aucun effet secondaire.

Quels sont les inconvénients liés à son utilisation ?

- Ne protège pas contre les infections sexuellement transmissibles
- Doit être utilisée correctement pour être efficace.

¹⁴ Image courtesy of USAID/SPRING-UNICEF IYCF Digital Image Bank (iycf.spring-nutrition.org).

Autres méthodes



Nous venons de décrire certaines des méthodes les plus efficaces de planification familiale, mais certains couples utilisent des méthodes supplémentaires pour prévenir une grossesse et ces méthodes sont moins efficaces que les méthodes dont nous avons déjà parlé.

Comment fonctionnent-elles ?

- Certains couples peuvent pratiquer le retrait, où l'homme sort 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 sur l'abstention ou l'utilisation de préservatifs pendant ses jours fertiles. Dans certains cas, les femmes peuvent utiliser un collier spécial fourni par un fournisseur de soins de santé (appelé Perles de Cycles) ou un calendrier pour suivre sa fertilité.

Quels en sont les avantages ?

- L'utilisation de l'une de ces méthodes est plus efficace que le fait de ne pas en utiliser du tout, en particulier pour les couples n'ayant pas accès à d'autres méthodes de planification familiale.

Quelle est leur degré d'efficacité ?

- Le retrait n'est pas une méthode très efficace. Parfois, les hommes ne parviennent pas à retirer le pénis du vagin avant l'éjaculation. D'autres fois, une petite quantité de sperme est transmise dans le vagin avant l'éjaculation par le liquide pré-éjaculatoire de l'homme ;
- Avec la méthode des jours standard, de nombreuses femmes n'ont pas de règles régulières. Il peut donc être difficile, voire impossible, de déterminer le moment de la période fertile de la femme. Cela signifie que ce n'est pas une méthode très efficace.

Quels sont les inconvénients liés à son utilisation ?

- Ces deux méthodes nécessitent une action du couple chaque fois qu'il a des rapports sexuels (se retirer du vagin avant l'éjaculation pour la méthode de retrait ou suivre la fertilité et choisir d'utiliser ou non des préservatifs ou de s'abstenir pendant les jours fertiles pour la méthode des jours standard) ;
- Elles sont également sujettes à des taux d'erreur très élevés ;
- Elles ne préviennent pas les infections sexuellement transmissibles.

L'Avortement¹⁴

Qu'est-ce que c'est ? L'avortement est l'interruption volontaire de grossesse. Il existe plusieurs raisons personnelles et sanitaires pour lesquelles les gens peuvent décider de demander un avortement.

Il y a deux principales méthodes d'avortement. Dans le premier cas, un prestataire de soins de santé utilise des instruments médicaux pour aspirer et extraire le contenu de l'utérus, qui contient l'embryon et, à des stades avancés, le fœtus. La deuxième méthode consiste à prendre un ou plusieurs comprimés pour déclencher le saignement menstruel. En conséquence, la femme jette la muqueuse de son utérus et, avec elle, son embryon.

Est-ce que l'avortement est sans danger ? Lorsqu'il est fait par un prestataire de soins de santé qualifié utilisant les équipements et les normes techniques et sanitaires appropriés, l'avortement est une procédure médicale très sécurisée.

Malheureusement, dans beaucoup de pays du monde, les avortements sont exécutés par des personnes qui n'ont pas les compétences requises. Souvent, ils sont exécutés dans un environnement n'assurant pas les normes médicales minimales. Dans ces situations, l'avortement comporte de grands risques. En fait, un avortement non sécurisé constitue une des causes qui conduit à la mortalité maternelle. On peut éviter ces morts parce que lorsqu'il est pratiqué par un professionnel de santé qualifié, l'avortement est très sûr.

Pourquoi les gens pratiquent-ils l'avortement ?

Quelques-unes des raisons pour lesquelles les femmes choisiraient d'avorter :

Dans toutes les régions du monde, les femmes ayant subi un avortement donnent sensiblement les mêmes raisons pour justifier leur décision :

Pour arrêter de procréer :

- J'ai déjà eu autant d'enfants que je veux ;
- Je n'aime pas avoir d'enfants ;
- Ma méthode contraceptive n'a pas marché.

Pour différer la procréation :

- Mon plus récent enfant est encore très jeune ;

Je veux retarder d'avoir un autre enfant.

- Des problèmes socioéconomiques ;
- Je ne peux pas me permettre d'avoir un bébé maintenant ;
- Je veux finir ma scolarité ;
- Je veux travailler à plein temps pour me supporter/supporter mes enfants ;
- Mes enfants se couchent le ventre vide presque chaque nuit.

Problèmes relationnels :

- J'ai des problèmes avec mon partenaire ;
- Je n'aime pas élever un enfant seul ;
- J'aime que mon enfant grandisse avec un père ;
- Je dois être mariée avant d'avoir un enfant.

Age :

- Je pense que je suis trop jeune pour être une bonne mère ;
- Mes parents ne veulent pas que j'ai un enfant ;
- Je n'aime pas que mes parents sachent que je suis enceinte ;
- Je suis trop vieille pour avoir un autre enfant.

Santé :

- La grossesse affectera ma santé ;
- J'ai une maladie chronique ;
- Le fœtus peut être malformé.

Coercition :

- J'ai été violée ;
- Mon père/oncle/frère/cousin m'a enceintée ;
- Mon partenaire insiste que j'avorte.

¹⁵ Adapted from 'Reasons Why Women May Choose Abortion' in Irvin, A. 2004. *Positively Informed: Lesson Plans and Guidance for Sexuality Educators and Advocates*. New York: International Women's Health Coalition.

Carte de Référence de la Facilitatrice : Mythes et Conceptions Erronées sur la Contraception¹⁶

La contraception orale en Pilule (la pilule) : Vrai ou Faux
La femme prend la pilule seulement lorsqu'elle a un rapport sexuel.
Faux. La femme doit prendre la pilule chaque jour à la même heure pour prévenir une grossesse.
Lorsqu'elle prend la pilule, des changements dans les règles mensuelles sont courants.
Vrai. Lorsque vous commencez à prendre la pilule, il est normal d'avoir des règles irrégulières pendant les quelques premiers mois. Ensuite, vous commencerez à avoir des règles mensuelles régulières, légères plus tard.
La pilule causera des malformations chez les enfants.
Faux. Si une femme continue d'utiliser la pilule lorsqu'elle est enceinte, il n'y aura aucun danger sur le bébé ou la femme enceinte. La pilule n'affectera pas aussi le futur bébé.
La pilule va causer l'infertilité.
Faux. Une fois que la femme arrête de prendre la pilule, elle peut tomber enceinte.
La pilule est sans danger pour les adolescentes.
Vrai. La pilule a été utilisée en toute sécurité par des millions de femmes adolescentes depuis plus de 30 ans et a été testée plus que tout autre médicament. En effet, des études montrent que la pilule peut protéger les femmes de certaines formes de cancer.
DIU: Vrai ou Faux
Le DIU doit être seulement utilisé par les femmes qui ont déjà eu des bébés.
Faux. Toute femme, jeune ou vieille, avec ou sans enfants, peut utiliser le DIU en toute sécurité.
Le DIU peut se déplacer dans le corps d'une jeune femme jusqu'à son cœur ou son cerveau.
Faux. Il n'y a pas de passage de l'utérus aux autres organes du corps. Le DIU est placé dans l'utérus et y reste jusqu'à ce qu'un agent de santé qualifié le retire. Lorsqu'il sort, il sort du vagin.
Le DIU peut piquer le pénis pendant les rapports sexuels.

Faux. On ne peut pas sentir le DIU pendant les rapports sexuels.
Le DIU peut tomber pendant une activité physique.
Faux. Une fois que le DIU est en place, il y restera et ne sortira pas jusqu'à ce qu'un agent de santé le retire.
Implant : Vrai ou Faux
Les adolescentes ne doivent pas utiliser les implants.
Faux: les implants sont sans danger pour les adolescentes, y compris pour celles qui ont des enfants et celles qui N'ONT pas eu d'enfants.
L'implant va causer l'infertilité.
Faux. Après que l'implant ait été retiré, une femme peut immédiatement tomber enceinte.
L'implant peut causer des déficiences à la naissance du bébé.
Faux. Si une femme tombe enceinte pendant qu'elle utilise l'implant ou après avoir utilisé l'implant, il n'y aura aucun danger sur le bébé, mais il est très invraisemblable qu'une grossesse ait lieu.
L'implant peut se déplacer dans le corps de la femme ou tomber de son bras.
Faux. L'implant reste là où il a été inséré jusqu'à ce qu'un agent de santé le retire. Le seul moment qu'un implant peut sortir et s'il n'a pas été mis correctement. Si cela arrive, la femme doit immédiatement voir un agent de santé et utiliser une autre forme de contraception entre temps.
Les femmes qui arrêtent d'utiliser l'implant peuvent tomber enceinte immédiatement.
Vrai. Après que l'implant ait été retiré, une femme peut immédiatement tomber enceinte.
Les implants sont une des méthodes les plus efficaces pour prévenir la grossesse.
Vrai. Les implants sont très efficaces. Ils sont plus efficaces que la pilule, l'injection et les préservatifs dans la prévention de la grossesse.
La contraception injectable : Vrai ou Faux
Pour que la contraception injectable prévienne une grossesse, il faut qu'un agent de santé la donne à une femme chaque trois mois.

Vrai. Pour le type de contraception injectable le plus courant, une femme doit voir un agent de santé pour une injection chaque trois mois.

Une femme utilisant la contraception injectable ne pourra pas tomber enceinte après qu'elle ait arrêté de l'utiliser.

Faux. Parfois, il peut prendre 6-12 mois avant qu'elle soit enceinte après sa dernière injection, mais il n'y a pas de preuve qu'elle devienne infertile à cause de l'injection.

Les implants sont une des méthodes les plus efficaces pour prévenir la grossesse.

Vrai. Les implants sont très efficaces. Ils sont plus efficaces que la pilule, l'injection et les préservatifs dans la prévention de la grossesse.

La contraception injectable : Vrai ou Faux

Pour que la contraception injectable prévienne une grossesse, il faut qu'un agent de santé la donne à une femme chaque trois mois.

Vrai. Pour le type de contraception injectable le plus courant, une femme doit voir un agent de santé pour une injection chaque trois mois.

Une femme utilisant la contraception injectable ne pourra pas tomber enceinte après qu'elle ait arrêté de l'utiliser.

Faux. Parfois, il peut prendre 6-12 mois avant qu'elle soit enceinte après sa dernière injection, mais il n'y a pas de preuve qu'elle devienne infertile à cause de l'injection.

Les contraceptions injectables sont dangereuses, en particulier pour les adolescentes qui n'ont pas eu d'enfants.

Faux. Les contraceptions injectables sont sans danger pour les adolescentes, y compris celles qui n'ont pas eu d'enfants.

Les contraceptions injectables peuvent causer l'arrêt des règles.

Vrai. Les femmes utilisant les contraceptions injectables ne libèrent pas d'ovules et, par conséquent, elles arrêtent souvent d'avoir des menstrues mensuelles. Cela n'est pas dangereux pour le corps ou la santé de la femme.

Vrai. Les femmes utilisant les contraceptions injectables ne libèrent pas d'ovules et, par conséquent, elles arrêtent souvent d'avoir des menstrues mensuelles. Cela n'est pas dangereux pour le corps ou la santé de la femme.

La contraception injectable n'affecte pas le lait maternel d'une femme si elle allaite.

Vrai. Les contraceptions injectables ne diminuent pas la quantité de lait maternel et elles n'affectent pas le lait maternel ou la santé du bébé. Les femmes peuvent commencer à utiliser l'injection six mois après l'accouchement.

MAMA : Vrai ou Faux

L'allaitement exclusif signifie qu'aucun autre aliment ou liquide n'est donné au bébé.

Vrai. Afin de prévenir une autre grossesse, vous ne pouvez rien donner au bébé, sauf le lait maternel. Si vous le faites, vous devez trouver une autre méthode contraceptive.

L'allaitement exclusif du bébé jusqu'à deux ans va prévenir une autre grossesse.

Faux. L'allaitement exclusif du bébé fonctionne seulement pour prévenir la grossesse si le bébé est âgé de moins de six mois. Il est aussi bénéfique de donner d'autres aliments au bébé après six mois d'allaitement exclusif.

La MAMA ne permet de prévenir la grossesse que si les règles mensuelles de la mère ne reprennent après l'accouchement.

Vrai. Si les règles mensuelles d'une mère reprennent, elle doit utiliser une autre méthode pour prévenir la grossesse, comme l'implant, l'injection, la pilule ou les préservatifs.

Une femme doit commencer l'allaitement maternel aussitôt que possible après la naissance du bébé afin de prévenir une grossesse.

Vrai. Si la femme ne commence pas immédiatement l'allaitement maternel, elle est plus susceptible de donner au bébé quelque chose à boire à part le lait maternel, ce qui signifie qu'elle ne peut pas utiliser l'allaitement maternel pour prévenir une autre grossesse.

¹⁶ Adapté de 'Contraceptive True or False' in Pathfinder International. 2013. *Great Project Scalable Toolkit: I Am Great! GREAT Activity Cards for married and/or parenting adolescents.* Kampala: Pathfinder International, GREAT, USAID.



Premier Accouchement Précoce – Du Point de Vue Médical

Objectif :

- Sensibiliser les participantes sur les avantages de la planification et de l'espacement idéals des grossesses pour la santé de la mère et de l'enfant ;
- Sensibiliser les participantes sur les risques de la grossesse précoce sur la santé de la femme enceinte et du bébé ;
- Permettre aux participantes de comprendre comment le mariage précoce conduit à un accouchement précoce.

Matériel :

- Marqueurs ; Rouleau de papier de présentation.

Temps :

- 1 heure 35 minutes

Guide de la Séance

Accueil (10 minutes)

A FAIRE :

- Accueillez les participantes à la reprise de la formation et les remerciez pour leur engagement continu ;
- Dressez la liste des présences ;
- Invitez une ou deux participantes à partager au moins une norme avec les autres membres du groupe ;
- Remerciez les participantes pour le partage.

DEMANDER : qui voudrait rappeler au groupe ce que nous avons discuté dans notre dernière séance ?

A FAIRE : si nécessaire, rappeler au groupe les messages clés de la séance précédente. Ce sont :

- Il existe plusieurs méthodes efficaces de planning familial disponibles pour les adolescentes. Ce sont, entre autres, les implants, les DIU, les injectables, les pilules. Pour les personnes qui cherchent à éviter d'avoir des enfants pour toujours, il existe la stérilisation ;
- A l'exception de la stérilisation, aucune des méthodes ne rendra une femme stérile. Une femme peut tomber immédiatement ou presque immédiatement enceinte après qu'elle ait arrêté de prendre la pilule et les contraceptions injectables, ou qu'elle ait retiré le DIU ou l'implant ;
- Les préservatifs sont la seule méthode qui protège contre les IST. Aucune des autres méthodes ne protège contre les IST.

DEMANDER : est-ce quelqu'une a des questions ou des réflexions au sujet ce que nous avons appris dans notre dernière séance ?

Votez avec vos Pieds pour les Choix de Reproduction¹⁷ (45 minutes)

A FAIRE : demandez au groupe de former un cercle.

DIRE : aujourd'hui, nous allons réfléchir sur les décisions relatives à la grossesse, aux enfants, à la famille et à la santé.

Expliquer les règles

A FAIRE : choisissez deux endroits (par exemple deux arbres ou deux coins d'une salle). Expliquer au groupe que l'un des endroits est appelé « D'ACCORD », tandis que l'autre est appelé « PAS D'ACCORD ».

DIRE : je vais lire une affirmation. Si vous êtes d'accord avec l'affirmation, je voudrais que vous couriez vers le lieu « D'ACCORD » aussi rapidement que possible. Si vous n'êtes pas d'accord, courez vers le lieu « PAS D'ACCORD » aussi rapidement que possible. Vous devez choisir un côté ; vous ne pouvez pas rester debout au milieu.

Le but de l'exercice est de réfléchir à vos propres opinions. Ne vous souciez pas du fait que

l'affirmation soit correcte ou pas, ou de l'endroit où va quelqu'une d'autre. Nous discuterons de vos choix et chacune peut avoir son opinion.

A FAIRE :

Lisez les affirmations dans l'encadré ci-dessous ;

- Une fois que chacune ait couru vers le lieu de son choix, demander à au moins deux personnes de chaque côté d'expliquer pourquoi elles sont d'accord ou pas d'accord. Essayer de choisir chaque personne au moins une fois. Encourager les échanges sur les réponses en utilisant le guide suivant pour structurer la discussion ;
- Ensuite, relire l'affirmation et donner aux participantes l'occasion de se déplacer vers un lieu différent.
- Demandez aux participantes qui ont changé d'avis d'expliquer leur nouveau choix.

Affirmation 1	Une femme n'est une vraie femme qu'après avoir donné naissance à un enfant.
Affirmation 2	Un homme n'est respecté par la communauté que lorsqu'il devient père.
Affirmation 3	Le fait d'attendre que la femme ait au moins 18 ans d'âge avant de tomber enceinte comporte beaucoup d'avantages.
Affirmation 4	Si une femme n'a pas eu d'enfant dans sa première année de mariage, il y a quelque chose qui ne va pas chez elle.
Affirmation 5	Seul l'homme doit décider de quand utiliser la contraception et de quand procréer.
Affirmation 6	Il est de la seule responsabilité de la femme de prévenir la grossesse.

Guide de Discussion

Affirmation 1 : Une femme n'est une vraie femme qu'après avoir donné naissance à un enfant.

Affirmation 2: Un homme n'est respecté par la communauté que lorsqu'il devient père.

DEMANDER : Pourquoi certaines personnes croient que vous devez avoir un enfant pour être un vrai homme ou une vraie femme, ou pour être digne de respect ?

- *Note à l'attention de la Facilitatrice : Les participantes peuvent donner des réponses telles que :*
- « Avoir des enfants est notre destin » ;
- « Avoir des enfants montre que vous êtes adulte et vous rend responsable parce que vous avez d'autres personnes que vous prenez en charge » ;
- « Sans enfants, il n'y a pas de raison pour le mariage. La famille est la chose la plus importante dans la vie ».
- *Admettez ces réponses, tout en étant prudent de ne pas les valider ou en être d'accord.*

A FAIRE :

- Expliquer aux participantes que beaucoup de sociétés donnent une grande importance

au fait d'avoir des enfants. Stimuler les participantes à réfléchir aux conséquences de cela. Et si nécessaire, expliquer que lorsque les gens donnent la priorité à la fertilité au-dessus de tout, d'autres choses importantes comme l'éducation, la santé et la stabilité de la famille peuvent ne pas recevoir l'attention qu'elles méritent, bien qu'elles contribuent au bonheur, à la santé, et à la stabilité financière des familles. Cela peut avoir des effets négatifs sur les familles et les communautés.

- De même, certaines femmes peuvent se précipiter pour prouver leur fécondité même si cela leur serait préjudiciable. Par exemple, une grossesse pendant l'adolescence augmente le risque de décès de la femme ou une blessure au cours de la grossesse et du travail. Les hommes, d'autre part, peuvent se précipiter pour enceinter leur femme lorsqu'ils n'ont pas d'argent pour supporter un enfant.

Affirmation 3 : Le fait d'attendre que la femme ait au moins 18 ans d'âge avant de tomber enceinte comporte beaucoup d'avantages.

A FAIRE : Après avoir invité les participantes à partager leurs réflexions sur cette affirmation, examiner les points suivants pour sensibiliser les participantes sur les risques de santé que comporte l'accouchement précoce.

- La grossesse précoce met les mères à risque :
 - Lorsque les couples ont un enfant avant que la femme ait 18 ans d'âge, il y a un plus grand risque que son corps ne soit pas physiquement mûr, même si elle a ses règles. Les filles de moins de 18 ans ont un risque plus élevé de tension artérielle élevée, d'anémie (déficience en fer) et un travail prolongé ou compliqué parce que leurs corps ne sont pas encore complètement développés ;
 - La petite taille et la faiblesse physique des jeunes filles enceintes rendent difficile le fait pour elles de donner naissance à un enfant. L'accouchement peut, par conséquent, être prolongé et conduire à la fistule obstétricale, qui est causée par plusieurs jours de travail bloqué, sans une intervention médicale à temps ou une césarienne. 65% des cas de fistules se trouvent chez les filles adolescentes^{18,19} ;
 - Les adolescentes de 15 à 19 sont deux fois plus susceptibles de mourir au cours de la grossesse ou de l'accouchement que celles de plus de 20 ans ; les filles de moins de 15 ans sont cinq fois plus susceptibles de mourir^{20,21} ;
- La grossesse précoce met les enfants à risque :
 - Les bébés font face à des risques de santé si leur mère n'est pas physiquement mature – et les filles adolescentes ne le sont pas. Leurs corps, en particulier leurs bassins, sont encore en croissance et en développement ;
 - Les nourrissons risquent de naître trop tôt, trop petits ou avec un faible poids à la naissance^{22,23} ;
 - Les bébés issus de mères adolescentes sont susceptibles de mourir avant leur premier anniversaire que les bébés de mères plus âgées²⁴ ;
- En ce qui concerne le fait de retarder la grossesse, les pilules, les injections, les DIU et les implants sont sans danger pour les femmes avant leur premier accouchement et ils ne causent pas l'infertilité. La grossesse peut être retardée à tout moment et la femme peut donc être enceinte par après.

Affirmation 4 : Si une femme n'a pas eu d'enfant dans sa première année de mariage, il y a quelque chose qui ne va pas chez elle.

DEMANDER : Comment est-ce que les gens voient les couples qui attendent plus d'un an après le mariage pour avoir un enfant ?

- *Notes à l'attention de la Facilitatrice :*
 - *Les participantes diraient que les gens feront certainement du commérage à ce sujet et jugeront le couple. De même, les membres de la communauté peuvent penser que le couple est infertile, que l'un des partenaires est infidèle, etc. Admettez ces réponses et stimulez les participantes à réfléchir à ce qu'il en serait de se faire juger ou critiquer à ce sujet ;*
 - *Puis, inviter les participantes à réfléchir à ce qu'elles sentiraient à se faire critiquer sur le fait de connaître qu'attendre jusqu'à ce que l'on soit physiquement, émotionnellement et financièrement prête pour avoir un enfant est bon pour la santé et le bien-être de toute la famille. Est-ce que cette connaissance rend plus facile à faire face aux préjugés qu'ont les amis, la famille ou d'autres personnes dans la communauté ?*
 - *Si les participantes ne l'évoquent pas par elles-mêmes, leur rappeler que certains membres de la communauté peuvent percevoir que le couple est en train d'agir de manière responsable et attend qu'ils soient financièrement et émotionnellement prêts et que la femme soit physiquement prête pour avoir un enfant. C'est une décision responsable parce qu'elle permet de promouvoir le bien-être de toute la famille, dont celui de la femme et de l'enfant ;*
 - *Rappeler aux participantes que retarder la grossesse en utilisant la contraception n'a aucun impact sur la fécondité. Une femme peut être enceinte immédiatement, ou presque immédiatement, après qu'elle ait arrêté la contraception.*

Affirmation 5 : Seul l'homme doit décider de quand utiliser la contraception et de quand procréer.

Affirmation 6 : Il est de la seule responsabilité de la femme de prévenir la grossesse.

A FAIRE :

- Expliquer aux participantes que les normes en vigueur dans notre société en matière de planning familial donnent la priorité aux opinions et aux préférences de l'homme sur celles de la femme. Inviter les participantes à réfléchir pourquoi il en est ainsi. (Exemple : Pensons-nous que les hommes sont plus sages ? Croyons-nous que les hommes ont plus d'informations que les femmes ?). Expliquer comment nos croyances sont basées sur notre compréhension du genre et des normes sociales, ce qui signifie qu'elles peuvent être changées ;
- Inviter les participantes à donner quelques réponses et ensuite expliquer au groupe que, contrairement à ce qui est pratiqué dans nos communautés, les femmes ont les mêmes droits que les hommes à décider des questions liées à leur propre santé. Les hommes doivent se dire que tout comme eux, les femmes sont assez matures pour prendre des décisions se rapportant à leur propre santé. L'homme et la femme doivent échanger et les hommes doivent écouter leurs femmes.

Après la discussion, **DIRE** :

- L'homme et la femme jouent, tous les deux, un rôle dans le déclenchement d'une grossesse et tous les deux seront affectés par la décision d'avoir et d'élever un enfant. Par conséquent, ils doivent tous jouer un rôle dans la prévention de la grossesse ;
- En ce qui concerne les décisions sur quand tomber enceinte c'est, en fin de compte, la femme – et non l'homme - qui porte le plus grand fardeau et tous les risques physiques liés à la grossesse et à l'accouchement. Par conséquent, il est vraiment important que les femmes soient au centre des décisions sur la prise de ces risques.

L'histoire de Fatima^{25,26} (20-25 minutes)

DIRE : je veux que vous preniez un peu plus de temps à réfléchir sur les défis liés à la santé auxquels font face certaines jeunes filles mariées au cours de leurs grossesses.

A FAIRE : Lire à haute voix l'histoire de Fatima.

L'histoire de Fatima

Lorsque Fatima avait 13 ans, sa mère mourut au moment de l'accouchement. Son père lui expliqua qu'elle devrait arrêter d'aller à l'école afin qu'elle puisse préparer et aider à prendre soin de ses jeunes frères et sœurs. A 16 ans, Fatima maria Ali et partit vivre avec lui et ses parents. La famille d'Ali, qui donnait de la valeur aux connaissances de Fatima dans la prise en charge du soin des enfants, voulu qu'elle ait des enfants immédiatement. Par conséquent, elle et Ali n'ont pas utilisé de contraception. Aussitôt, Fatima devint enceinte.

Lorsque les douleurs du travail commencèrent, une matrone vint la voir. La matrone lui dit de rester forte et que son bébé sortirait de lui-même. Cependant, après plusieurs heures de travail, c'était clair que le bébé avait été bloqué dans le canal de naissance. La matrone la refera à l'hôpital le plus proche, distant de 100 kilomètre. A cause de l'heure tardive, personne ne pouvait organiser le transport pour prendre Fatima, et ce jusqu'au matin. Finalement, lorsque Fatima arriva à l'hôpital, elle parvint à accoucher le bébé, mais il était mort-né.

Discussions:

DEMANDER :

- Qu'avez-vous ressenti après avoir entendu cette histoire ? Quel aspect de l'histoire vous a fait ressentir de la sorte ?
- Comme nous l'avons entendu dans l'histoire, l'expérience de Fatima en matière de travail et d'accouchement a posé de nombreux problèmes et n'a finalement pas abouti. Nous avons entendu dire que son bébé était mort-né, mais qu'en est-il de Fatima ? Pensez-vous qu'elle a subi des conséquences médicales persistantes à la suite de son travail long et bloqué ?
 - *Note à l'attention de la Facilitatrice : Expliquez aux participantes que Fatima a probablement eu une fistule obstétricale - la conséquence normale d'un long travail bloqué. Une fistule obstétricale est un passage ou une ouverture anormale entre l'appareil génital et l'appareil urinaire ou le conduit intestinal qui peut résulter du blocage du bébé dans le canal de naissance. En d'autres*

termes, elle crée une ouverture qui permet aux substances dans la vessie (où l'urine est stockée) ou le rectum (où le déchet est stocké) d'aller vers le vagin. L'urine ou le déchet sort du vagin. Les filles, contrairement aux femmes adultes, sont en particulier à risque parce qu'elles ne sont pas encore complètement matures, leurs bassins peuvent être très petits pour supporter un accouchement compliqué.

- Comment pensez-vous que l'histoire finit pour Fatima ?
 - *Note à l'attention de la Facilitatrice : Stimulez les participantes à réfléchir à beaucoup d'impacts éventuels sur la vie de Fatima, y compris les conséquences sur sa santé, ainsi que les répercussions financières et sociales. Mettre l'accent sur le fait que les femmes ayant une fistule obstétricale souffrent d'incontinence constante, de honte, de ségrégation sociale, de difficultés financières et de problèmes de santé.*
- Quels sont les principaux facteurs qui ont contribué à rendre son travail et son accouchement difficiles ?
 - *Note à l'attention de la Facilitatrice : Assurez-vous que les participantes soient sensibilisées sur les causes suivantes :*
 - **Retard dans l'arrivée à l'hôpital :** Fatima était incapable de quitter pour l'hôpital jusqu'au matin, ce qui a probablement augmenté le risque de complication pour elle et le bébé ;
 - **Faible accès aux services de soins médicaux et de santé d'urgence :** Fatima était très loin d'une assistance médicale appropriée ;
 - **L'âge de Fatima :** Bien que Fatima soit mariée, son corps était encore en croissance et en développement. Par conséquent, elle n'était pas prête à supporter une grossesse ;
 - **Le statut matrimonial de Fatima :** Le mariage des enfants est un facteur prédictif de grossesse prématurée. Il est attendu que les filles mariées prouvent leur fécondité très tôt après le mariage, même si elles ne sont pas encore physiquement, émotionnellement, ou financièrement préparées pour la procréation ;
 - **Discrimination hommes-femmes :** A cause du faible statut social des femmes dans beaucoup de communautés, Fatima a probablement manqué le pouvoir de choisir pour elle-même quand commencer à avoir d'enfants ou où accoucher. Cela n'est pas inhabituel : les femmes n'ont pas souvent le pouvoir économique et de prise de décisions liées à leur propre santé.
- Comment ces difficultés pourraient-elles être évitées ?
 - *Note à l'attention de la Facilitatrice : Assurez-vous que les participantes sachent qu'il y a deux principales manières par lesquelles ces difficultés pourraient être évitées.*
 - *Fatima et Ali auraient dû retarder la grossesse en attendant de se marier ou en utilisant la contraception. Cela aurait permis au corps de Fatima de se développer pleinement avant toute grossesse ;*

- *Une fois Fatima enceinte, elle et Ali auraient dû prendre des dispositions pour réduire les risques associés au travail et à l'accouchement en faisant, par exemple, de sorte que Fatima accouche dans un hôpital. Malheureusement, quel que soit le lieu où elle accouche, elle fera encore face à un risque accru d'avoir des complications au cours de la grossesse, du travail et de l'accouchement comparativement aux femmes de plus de 18 ans.*
- Que ressentez-vous à propos de l'histoire de Fatima, maintenant que vous connaissez les facteurs qui ont contribué à son travail et accouchement difficiles ?

Discussions

DIRE : comme nous l'avons vu, attendre d'avoir un enfant comporte de nombreux avantages, mais nous savons que de nombreux couples décident d'avoir un enfant peu de temps après leur mariage.

DEMANDER : combien est-il facile ou difficile à de jeunes époux de se parler de l'opportunité ou du moment d'avoir des enfants ? Pourquoi ?

DIRE : pour la plupart des personnes, il est très difficile de parler du sexe et des thèmes y relatifs, comme le planning familial. Cela est, en partie, dû au fait que la majorité d'entre nous n'avons pas beaucoup de pratique dans les discussions y afférentes. Nous avons grandi dans des familles et des communautés où nous discutons rarement des réalités du sexe et du planning familial de manière ouverte et honnête. Ainsi, comme nous ne l'avons pas vu faire, nous ne pourrions pas savoir comment le faire. De même, certaines d'entre nous pourraient croire que notre opinion sur ces thèmes n'importe pas ou ne compte pas – ce qui n'est pas vrai. L'opinion de chacun compte ! Toutes ces choses rendent très difficile d'avoir des échanges avec nos époux sur le sexe de manière à permettre aux deux conjoints d'avoir envie de pouvoir parler et d'être entendus. Cependant, plus vous pratiquez, plus ces conversations deviennent plus faciles.

DEMANDER : quel est le moment approprié pour un couple de commencer à parler au sujet d'avoir des enfants ?

DIRE : de façon idéale, les couples doivent commencer à parler du planning familial aussitôt que possible afin que les deux conjoints soient tous conscients des désirs et des attentes de l'une ou de l'autre. En parlant, les couples peuvent aussi prendre ensemble les décisions se rapportant à leur santé, aux finances, mais aussi à leurs plans pour l'avenir.

Barrières contre le fait de Retarder de l'Accouchement (10 minutes)

DIRE : en tant que couple, parler de planification familiale constitue une première étape importante dans la promotion d'un calendrier de grossesse idéal. Cependant, il est également important de prendre en compte les facteurs qui pourraient empêcher à des conjoints nouvellement mariés de contrôler le moment de la grossesse.

A FAIRE : Discutez brièvement des barrières auxquelles font face les jeunes conjoints en essayant de retarder la procréation.

- *Note à l'attention de la Facilitatrice : Les exemples de barrières incluent les suivants :*
 - *Les barrières financières :*
 - *Coût du transport au centre de santé ;*
 - *Coût de la contraception.*
 - *Les barrières sociales :*
 - *Pression de la famille pour prouver sa fertilité ;*
 - *Pression de la communauté pour prouver sa fertilité ;*
 - *Etre la cible de commérages et de préjugés ;*
 - *Stigmatisation autour de la contraception.*
 - *Les barrières sanitaires :*
 - *Les prestataires de santé qui refusent de fournir la contraception aux filles mariées qui n'ont pas d'enfants.*
- *Faite un brainstorming sur comment ces barrières peuvent être surmontées.*
 - *Note à l'attention de la Facilitatrice : Les réponses possibles peuvent être les suivantes :*
 - *Pour résoudre les barrières financières :*
 - *Mettre régulièrement de l'argent de côté pour couvrir le coût de transport et de la contraception.*
 - *Pour résoudre les barrières sociales :*
 - *Demandez l'appui des autres membres du collectif de filles pour surmonter et/ou faire face aux préjugés des pairs, de la famille et de la communauté ;*
 - *Discutez avec votre partenaire sur comment vous pouvez tous les deux répondre à la pression provenant de la famille ou de la communauté au sujet de la grossesse.*
 - *Pour résoudre les barrières relatives au système de santé :*
 - *Visitez un service de prestation de santé. je serai toujours ravie de vous recommander un centre de santé ou un prestataire.*

Conclusion, Evaluation et Activité de Fin de Séance (10 minutes)

A FAIRE : Lisez, ci-dessous, les messages clés de cette séance :

- Il existe des raisons médicales très importantes pour lesquelles une jeune femme de 18 ou moins peut choisir de retarder sa grossesse ;
- Les adolescentes qui attendent jusqu'à l'âge de 18 ans pour avoir un enfant ont moins de complications sanitaires liées à la grossesse et à l'accouchement et ont plus d'opportunités d'accéder à l'éducation, à l'emploi, et à la participation communautaire. Attendre deux ans pleins avant d'essayer de tomber encore enceinte permet également d'avoir plus de chance de survie du bébé ;
- Les croyances et valeurs peuvent influencer quand un couple décide d'avoir un bébé.

Si vous avez encore de temps, **DEMANDER :**

- Avant de mettre fin à cette séance, y a-t-il quelqu'une qui aimerait bien partager avec le groupe un point qu'elle a trouvé intéressant ou excitant sur la séance d'aujourd'hui ?
- Y a-t-il eu des idées ou des activités qui vous ont interpellée ? si oui, en quoi ?
- Est-ce que quelqu'une a des questions à poser ?

A FAIRE :

- Administrez l'Évaluation Smiley à l'aide des questions dans l'encadré « Tester Vos Connaissances ! » figurant à la fin de la présente Séance de ce Guide. Une fois la séance terminée et les participantes parties, enregistrer les réponses dans le Formulaire d'Évaluation de Séance (Annexes 1-2) ;
- Informez les participantes des sujets de la prochaine séance ;
- Leur rappeler la date, l'heure et le lieu de la prochaine séance ;
- Remerciez les participantes pour leur participation active.
- Libérez le groupe.

Testez Vos Connaissances !

DIRE : je vais lire une question ou une affirmation, suivie d'une réponse. Si vous êtes d'accord avec ladite réponse, levez la main.

1. Il est plus sain pour la mère et l'enfant si une femme attend jusqu'à ce qu'elle ait au moins 18 ans avant de tomber enceinte : Vrai ou faux ? **Vrai**
2. Les croyances et les valeurs n'ont pas d'influence sur la décision du couple d'avoir un bébé : Vrai ou faux ? **Faux**
3. Les bébés nés de mères adolescentes sont plus susceptibles d'avoir des blessures à la naissance que les bébés nés de mères âgées d'au moins 19 ans : Vrai ou faux ? **Vrai**

¹⁷ Adapted from 'Reproductive health choices agree or disagree' in Pathfinder International. 2013. *Great Project Scalable Toolkit: I Am Great! GREAT Activity Cards for married and/or parenting adolescents*. Kampala: Pathfinder International, GREAT, USAID.

¹⁸ de Vienne, C.M., Creveuil, C. and Dreyfus, M., 2009. Does young maternal age increase the risk of adverse obstetric, fetal and neonatal outcomes: a cohort study. *European Journal of Obstetrics & Gynecology and Reproductive Biology*, 147(2), pp.151-156.

¹⁹ Haldre, K., Rahu, K., Karro, H. and Rahu, M., 2007. Is a poor pregnancy outcome related to young maternal age? A study of teenagers in Estonia during the period of major socio-economic changes (from 1992 to 2002). *European Journal of Obstetrics & Gynecology and Reproductive Biology*, 131(1), pp.45-51.

²⁰ Williamson, N. 2013. *Motherhood in Childhood: Facing the Challenge of Adolescent Pregnancy*. New York: UNFPA.

²¹ World Health Organization, UNFPA. 2006. *Pregnant Adolescents*. Geneva: WHO

²² de Vienne, C.M., Creveuil, C. and Dreyfus, M., 2009. Does young maternal age increase the risk of adverse obstetric, fetal and neonatal outcomes: a cohort study. *European Journal of Obstetrics & Gynecology and Reproductive Biology*, 147(2), pp.151-156.

²³ Haldre, K., Rahu, K., Karro, H. and Rahu, M., 2007. Is a poor pregnancy outcome related to young maternal age? A study of teenagers in Estonia during the period of major socio-economic changes (from 1992 to 2002). *European Journal of Obstetrics & Gynecology and Reproductive Biology*, 131(1), pp.45-51.

²⁴ World Health Organization. 2012. *Early Marriages, Adolescent and Young Pregnancies: Report by the Secretariat*. Geneva: World Health Organization.

²⁵ Adapted from Fistula Care. 2012. *Counseling the Obstetric Fistula Client: A Training Curriculum*. New York: EngenderHealth.

²⁶ Adapted from 'Every Minute of Every Hour: Stories of Pregnancy-related Death' in 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.

Activité Supplémentaire : Premier Accouchement Précoce – Du Point de Vue Médical

Ceci N’EST PAS une séance complète mais une activité supplémentaire destinée à développer les connaissances et à sensibiliser les participantes au sujet de l’accouchement précoce. En principe, elle peut être présentée lors d’une séance d’évaluation ou après que les participantes eurent parcouru l’intégralité du programme.

Objectifs :

- Sensibiliser les participantes sur les avantages de la planification et de l’espacement idéals des grossesses pour la santé de la mère et de l’enfant ;
- Sensibiliser les participantes sur les risques sanitaires que représente la grossesse précoce pour la femme enceinte et le bébé.

Matériel :

- Marqueurs ; Rouleau de papier de présentation.

Temps :

- 40 minutes

Débats de Groupe sur les « Pour » et les « Contre » de Retarder le Premier Accouchement (40 minutes)

DIRE : dans cette activité, nous examinerons les raisons qui militent pour et contre le fait de retarder l’accouchement.

A FAIRE :

- Divisez les participantes en deux groupes ;
- Expliquez que vous allez avoir un débat et que l’un des groupes défendra les « Pour » (avantages) et l’autre les « Contre » (inconvéniens/revers) pour une femme d’avoir un enfant à un jeune âge. Chaque équipe aura cinq minutes pour présenter ses arguments et d’autres cinq minutes pour répondre aux arguments présentés par l’autre groupe ;
- Donnez aux deux équipes 10 minutes pour développer leurs arguments. Demander à chaque équipe de choisir une à deux représentantes qui présenteront les arguments de leur équipe au groupe dans son ensemble.

DIRE : j’aimerais inviter la représentante de l’équipe des « Pour » en premier. L’équipe des « Contre », je suggère que vous écoutiez attentivement parce que vous aurez à répondre à cet argumentaire dans l’étape suivante. Bien, l’équipe des « Contre », vous avez cinq minutes pour présenter vos arguments !

A FAIRE :

- Permettez aux deux parties de présenter leurs arguments initiaux ;
- Donnez aux deux équipes cinq minutes pour présenter leurs contre-arguments

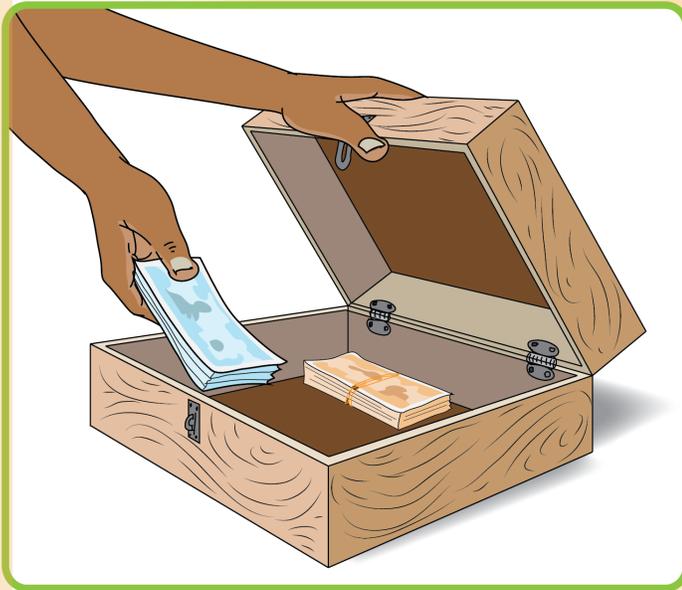
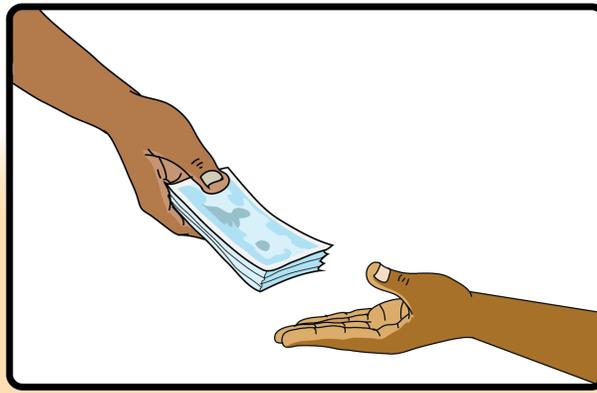
DIRE : merci aux deux équipes.

DEMANDER :

- Etait-il difficile de débattre de cette question ? pourquoi ou pourquoi pas ?
- Beaucoup d'entre vous ont probablement été invitées à argumenter contre une partie avec laquelle vous n'étiez pas d'accord. Est-ce que c'était difficile ? Pourquoi ou pourquoi pas ?
- Qui dans votre communauté pourrait argumenter en faveur des « Pour » ? Qui pourrait argumenter en faveur des « Contre » ? Cette activité vous a-t-elle permises de comprendre leur façon de penser ?

DIRE : bien que ces argumentaires comportent des points forts des deux côtés, il existe de solides raisons de santé pour lesquelles une jeune femme, de 18 ans ou moins, peut vouloir retarder sa grossesse. Ce sont :

- Les adolescentes de 18 ans et moins sont elles-mêmes en croissance. Certaines parties du corps, comme le bassin, n'ont pas encore atteint la taille et la forme requises pour une grossesse et un accouchement sains. Si la grossesse survient avant que les adolescentes ne finissent de grandir - et cela est particulièrement vrai dans des pays comme le nôtre où l'anémie et la malnutrition sont choses courantes et où l'accès aux soins de santé peut être très difficile - les adolescentes peuvent être exposées à de graves risques de santé, notamment des lésions de l'appareil reproducteur, un travail retardé ou entravé, une fistule obstétricale, des déchirures ou des ruptures dans le canal génital et des risques élevés de décès et de blessures de la mère ;
- Après avoir accouché, le fait d'attendre deux années entières avant de chercher à tomber enceinte de nouveau permet à la femme d'avoir des enfants en meilleure santé et améliore les chances de survie des nourrissons d'environ 50%. Toutefois, les bébés nés d'adolescentes risquent davantage de se blesser à la naissance, d'avoir une insuffisance pondérale à la naissance ou d'être mort-nés (lorsque le bébé est né mort). En fait, la mortalité infantile est plus élevée dans les pays ayant les plus forts taux de natalité chez les adolescentes ;
- Pour beaucoup de femmes, le fait de contrôler leur propre maternité peut ouvrir la porte à l'éducation, à l'emploi et à la participation communautaire. En outre, les couples disposant de moins d'enfants sont plus enclins à envoyer leurs filles et leurs fils à l'école. Nous examinerons, plus en détail, ces aspects, tout comme nous explorerons d'autres raisons non sanitaires qui veulent que nous retardions la grossesse la semaine prochaine.



Budgétisation de Ménage²⁷

Objectifs :

- Apprendre les compétences en budgétisation qui seront utiles dans un contexte de planification pour une famille saine ;
- Apprendre les concepts « dépenses », « revenu » et « épargne » ;
- Apprendre comment prévoir les coûts futurs.

Matériel :

- Rouleau de papier de présentation ; Marqueurs (2 couleurs minimum) ; Cartes d'images 1-12 (Annexe 10) ; Cailloux ; Scotch ; Papier ; Crayons et autres matériels d'écrire.

Temps :

- 1 heure 40 minutes

Préparation :

- Cherchez à savoir les coûts de certaines dépenses courantes des ménages dans la communauté des participantes. Cela vous permettra d'aider les participantes à préparer un budget. Les dépenses courantes d'un ménage comprennent l'alimentation, le transport, le loyer, la communication (cellulaires, etc.), l'eau, les

- frais de scolarité, l'achat de fournitures scolaires, les frais médicaux, etc. ;
- Copiez le Modèle de Tableau pour une Budgétisation de Groupe (Annexe 4) sur une feuille de tableau de présentation.

Guide de la Séance

Accueil (10 minutes)

A FAIRE :

- Accueillez les participantes à la reprise de la formation et les remerciez pour leur engagement continu ;
- Dressez la liste des présences ;
- Invitez une ou deux participantes à partager au moins une norme avec les autres membres du groupe ;
- Remerciez les participantes pour le partage.

DEMANDER : qui voudrait rappeler au groupe ce que nous avons discuté au cours de notre dernière séance ?

A FAIRE : si nécessaire, rappeler au groupe les messages clés de la précédente séance.

- Il existe des raisons sanitaires très importantes pour lesquelles une jeune femme de 18 ou moins peut choisir de retarder la grossesse ;
- Les adolescentes qui attendent jusqu'à l'âge de 18 ans pour avoir un enfant ont moins de complications sanitaires liées à la grossesse et à l'accouchement et ont plus d'opportunités d'accéder à l'éducation, à l'emploi, et à la participation communautaire. Attendre deux ans pleins avant d'essayer de tomber enceinte une fois de plus, permet également d'avoir plus de chance de survie du bébé ;
- Les croyances et valeurs peuvent influencer quand un couple peut décider d'avoir un bébé.

DEMANDER : y a-t-il des questions ou des réflexions à partager sur ce que nous avons appris dans notre précédente séance ?

Introduction à la Budgétisation de Groupe (5 minutes)

DEMANDER :

- Dans votre famille, qui est responsable de la gestion des finances ?
- Pourquoi c'est cette personne qui en est responsable ?
- Note à l'attention de la Facilitatrice : Les participantes vont probablement expliquer que ce sont les hommes (leurs maris ou leurs pères) qui gèrent les finances pour des raisons culturelles ou religieuses. Il est important de reconnaître cette réalité, mais il faut encourager les participantes à réfléchir pourquoi il en est ainsi.

DIRE : il est clair que, pour la plupart d'entre nous, nos pères et/ou nos maris gèrent les finances de la famille. Cependant, ce n'est pas parce que les femmes ne sont pas capables de gérer les finances ; mais cela reflète les rôles et coutumes sexospécifiques que nous pouvons avoir en tant que communauté. Dans beaucoup de cas, les femmes jouent un rôle actif et important dans la prise de décisions financières pour le bien de leurs familles.

DEMANDER : y a-t-il des décisions financières que prennent les femmes dans votre ménage ?

DIRE : les compétences que nous vous enseignerons aujourd'hui vous seront utiles même si vous ne prenez pas de décisions financières dans votre ménage. Ceci dit, vous pourrez les appliquer à vos propres activités commerciales. Ainsi donc, au fur et à mesure que nous poursuivons cette formation, nous vous encouragerons et vous aiderons à assumer certaines responsabilités de prise de décisions financières au sein de votre ménage. Aujourd'hui, cependant, focalisons-nous sur l'acquisition des compétences dont nous avons besoin en matière de budgétisation.

Activité de Budgétisation de Groupe (20 minutes)

DIRE : la réussite financière requiert une certaine planification. Pour avoir une vie saine pour vous-même et pour votre famille, il s'avère nécessaire d'apprendre à budgétiser.

A FAIRE : montrer au groupe, le tableau de dépenses préparé sur la feuille de tableau de présentation avant le début du cours (Voir Annexe 4, Modèle de Tableau pour une Budgétisation de Groupe).

DIRE : lorsque vous payez pour des objets ou des services, vous faites des dépenses. Commençons par réfléchir à quelques-unes des dépenses que nous faisons dans notre vie.

DEMANDER : Quelles sont certaines des choses dont aura besoin un ménage moyen dans votre communauté cette semaine ?

- *Note à l'attention de la Facilitatrice : Les exemples peuvent comporter des produits de première nécessité, l'eau, les médicaments, le transport, les frais de scolarité, l'électricité. Parmi les exemples on peut avoir les produits de « luxe », les médicaments, les vêtements, le transport, les frais de scolarité, les produits de maquillage, etc. Veuillez noter que les participantes peuvent ne pas s'accorder sur les choses dont aura besoin le ménage contrairement à celles dont il pourrait avoir besoin. Ce n'est pas un problème. Reconnaissez leurs désaccords et cherchez une voie pour aller de l'avant.*

A FAIRE : utiliser les cartes « Catégorie d'Argent » (cartes 1-12) pour aider les participantes à visualiser les dépenses. Ecrivez toutes les réponses sur la feuille de tableau de présentation dans la colonne « Dépenses Hebdomadaires ».

Si les participantes ont des difficultés à trouver les réponses, utilisez les répliques suivantes :

- **Aliments (carte 1) :** quels sont les aliments consommés par les ménages ? quels sont les ingrédients nécessaires à la préparation des repas que vous consommez ?
- **Communication (carte 2) :** certaines personnes de votre communauté ont-elles un téléphone portable ? combien ça coûte pour le crédit ?
- **Transport (carte 3) :** est-ce que les gens se rendent dans des endroits comme le marché travers un bus ou tout autre moyen de transport et doivent payer pour des billets ?
- **Education (carte 4) :** est-il temps de payer les frais de scolarité ? les fournitures scolaires sont-elles nécessaires ?

- **Eau (carte 5)** : la plupart des ménages doivent-ils payer pour l'entretien d'un puits ? ou payer pour acheter de l'eau ?
- **Vêtements (carte 6)** : à quelle fréquence les personnes à la maison ont-elles besoin de vêtements ?
- **Logement (carte 7)** : les gens doivent-ils payer un loyer ? y-a-t-il des réparations à effectuer sur la maison ?
- **Santé (carte 8)** : les gens ont-ils besoin de médicaments ou vont-ils chez le médecin ?
- **Paiement de dettes (carte 9)** : la plupart des ménages ont-ils des prêts à rembourser ?
- **Semences et autres produits agricoles (carte 10)** : les ménages de votre communauté doivent-ils acheter des semences, des engrais ou d'autres produits liés à l'agriculture, tels que des outils ?
- **Dépenses pour le bétail (carte 11)** : les gens doivent-ils acheter de la nourriture ou des médicaments pour leurs animaux ?
- **Épargne (carte 12)** : les gens mettent-ils de l'argent de côté pour l'avenir ? Ceci n'est pas une dépense, c'est un investissement, mais il est important de noter que si un ménage épargne, cela signifie qu'il n'a pas cet argent à dépenser immédiatement.

DEMANDER : c'est une bonne liste ! Combien un ménage type dans votre communauté dépense-t-il pour ces produits chaque semaine ?

A FAIRE : sur la base des réponses fournies par les participantes, écrire le prix de chaque article sur la liste. Faire la somme des prix de tous les articles dans la colonne « Dépenses Hebdomadaires ». Expliquez que le total représente le montant de l'argent qu'un ménage moyen peut dépenser en une semaine.

DEMANDER : combien dépenserait un ménage en un mois ? N'oubliez pas qu'il y a quatre semaines dans le mois.

A FAIRE : sur la base des idées avancées par les participantes, multiplier les dépenses hebdomadaires par 4 (le nombre de semaines dans le mois). Cela donnera le coût mensuel pour chaque article. Écrivez le coût mensuel de chaque article dans la colonne « Dépenses Mensuelles ».

DEMANDER : y a-t-il des dépenses que nous n'avons pas énumérées ici et que ferait un ménage dans le mois ? Que sont-elles et combien coûteraient-elles ? Si oui, ajoutez les articles supplémentaires dans la colonne « Dépenses Mensuelles ».

DIRE : faisons la somme de l'ensemble des dépenses du mois.

A FAIRE : additionnez les coûts et partagez le total avec le groupe. Encercliez ce montant en utilisant un marqueur de couleur différente.

DIRE : le montant présenté est la somme d'argent dont pourrait avoir besoin un ménage moyen pour le mois. Ce total est une estimation de toutes les dépenses mensuelles qu'un ménage pourrait avoir.

Le Revenu (10 minutes)

DIRE : on appelle revenu l'argent que vous gagnez ou que vous recevez de quelqu'un.

DEMANDER : quelles sont quelques sources de revenu ?

- *Note à l'attention de la Facilitatrice : Parmi les réponses possibles, nous pouvons avoir :*
 - *Le travail (salaire, paie) ;*
 - *Les prêts ;*
 - *Les cadeaux ;*
 - *L'épargne.*

A FAIRE :

- Utilisez les cartes « Catégorie d'Argent » (cartes 1-12) pour aider les participantes à visualiser les possibles sources de revenu. Par exemple, tenir la carte 1 (Aliments) et demander aux participantes si leur ménage a une fois reçu de l'argent en échange d'aliments que vend un membre de la famille au marché ? Ecrire toutes les réponses sur le tableau « Revenu » sous la colonne « Revenu Hebdomadaire » ;
- NE PAS DEMANDER le revenu ou l'argent gagné par les individus ou leurs ménages ;
- Avec l'aide des participantes, attribuer une valeur à chaque source de revenu. Si les participantes vous donne le revenu sur une base hebdomadaire, entrez cette valeur dans la colonne « Revenu Hebdomadaire ». Ensuite, multipliez cette valeur par 4 pour avoir le revenu mensuel. Si les participantes donnent un revenu mensuel, entrez la valeur directement dans la colonne marquée « Revenu Mensuel » ;
- Additionnez toutes les valeurs de revenu mensuel pour calculer la somme du revenu mensuel ;
- Encerclez cette valeur.

DIRE : de façon idéale, votre revenu devrait être plus élevé ou égal à vos dépenses.

DEMANDER : que peut faire votre ménage si son revenu n'arrive pas à couvrir ses dépenses ?

- *Note à l'attention de la Facilitatrice : Les réponses peuvent être regroupées en deux catégories : dépenses décroissantes et revenu croissant.*
 - *Stimulez les participantes à réfléchir sur comment diminuer leurs dépenses. Parmi les idées vous pouvez avoir ne payer que ce dont on a besoin contrairement à ce qu'on veut, utiliser les moyens de transport moins coûteux, acheter ses produits dans des magasins différents, etc. ;*
 - *Stimulez les participantes à réfléchir sur comment accroître leur revenu. Assurez-vous que les participantes réalisent que l'une des options pour accroître le revenu du ménage est de travailler ou de commencer une activité génératrice de revenu.*

L'Épargne (25 minutes)

DIRE : l'épargne est de l'argent que vous mettez de côté pour dépenser plus tard. L'épargne peut être utilisée pour acheter quelque chose de spécifique ou se mettre à l'abri les mauvais jours. Permettez-moi de vous raconter une petite histoire : Pendant la récolte, une sauterelle était en train de sauter, se relaxant au soleil. Une fourmi passa, transportant des grains de mil. Cela se

répéta une fois, puis une autre fois, et ainsi de suite toute la journée. Enfin, la sauterelle demanda à la fourmi de prendre une pause et de la rejoindre pour savourer le temps qu'il faisait. La fourmi répondit qu'elle ne pouvait pas car elle a besoin de collecter ce qu'elle aura à manger pendant la période de soudure. Choquée, la sauterelle affirma qu'il reste encore plusieurs mois avant que la période de soudure n'arrive et que, par conséquent, la fourmi n'a qu'à s'amuser. En plus, il y avait beaucoup d'aliments à manger en cette période.

Lorsque la période de soudure arriva, la sauterelle n'avait rien à manger et avait très faim. Quant à la fourmi, elle avait beaucoup à manger toute la période de soudure.

DEMANDER : que nous enseigne cette histoire ?

- *Note à l'attention de la Facilitatrice : La réponse est qu'il est bon que nous nous préparions pour les mauvais jours.*

DIRE : l'épargne peut être utile lorsque notre revenu diminue ou nos dépenses augmentent. C'est pourquoi, comme la fourmi, nous pouvons utiliser ce que nous avons épargné en temps de besoin. De fois, mais ce n'est pas toujours le cas, nous pouvons prévoir ces moments de besoin longtemps avant qu'ils arrivent.

DEMANDER :

- Y a-t-il, par exemple, des moments de l'année où les dépenses du ménage tendent à augmenter ? Si oui, lesquels ?
 - *Note à l'attention de la Facilitatrice : Parmi les exemples, nous avons les fêtes (tabaski, ramadam), les cérémonies (baptême, mariage), la saison des pluies (lors des semis, de la culture), lorsque qu'il est temps de payer les frais de scolarité, etc.*
- Y a-t-il des périodes au cours de l'année où le revenu du ménage tend à diminuer ? Si oui, lesquelles ?
 - *Note à l'attention de la Facilitatrice : Par exemple, la période d'avant les récoltes, période de soudure (environ trois à six mois après les récoltes).*

DIRE :

- En identifiant ces moments de besoin, nous pouvons les planifier ;
- La première étape est de savoir de combien d'argent nous aurons besoin pour équilibrer notre revenu et nos dépenses pendant ce temps de besoin. Pensons, par exemple, à l'Eid-al-Fitr.

DEMANDER : dans cette communauté, à quelles dépenses un ménage moyen aurait-il à faire face à l'occasion de cette fête ?

A FAIRE :

- Écrivez les dépenses proposées dans le « tableau de l'épargne » que vous avez préparé sur les feuilles de tableau de présentation avant le cours.
- Faites la somme des dépenses pour avoir le total. Encercler cette valeur.
- En indiquant le total, DIRE : nous aurons besoin de ce montant d'argent pour couvrir nos dépenses durant l'Eid-al-Fitr. Maintenant, réfléchissons sur des stratégies que

- nous pouvons utiliser pour économiser.
- Compter à l'aide des cailloux

A FAIRE :

- Placez une feuille de papier de présentation sur le sol. dessinez deux cercles ;
- Regroupez les participantes autour de la feuille.

DIRE : supposons que nos dépenses pour l'Eid-al-Fitr coûteront 12 cailloux. Supposons également qu'on est qu'à deux mois de la fête. Chacun de ces cercles représente un mois.

DEMANDER : combien devrais-je économiser dans chacun des deux prochains mois ?

A FAIRE :

- Donnez les cailloux à une volontaire ;
- Demandez à la volontaire de placer les cailloux dans les deux cercles de manière à avoir un nombre égal de cailloux dans chaque cercle.

DIRE : nous pouvons voir que nous aurons besoin d'économiser 6 cailloux chaque mois pendant les deux prochains mois.

DEMANDER : qu'est-ce qui se passera si nous avons commencé à économiser trois mois à l'avance ?

A FAIRE :

- Dessinez un troisième cercle ;
- Donnez les 12 cailloux à une autre volontaire et répéter les étapes à partir de là-haut ;
- Répétez cet exercice pour les quatre et les six mois à l'avance.

DIRE : comme vous le voyez, plus nous commençons à épargner tôt, moins nous aurons à épargner chaque mois.

DIRE : vous pouvez aussi utiliser cette méthode pour vous aider à planifier pour des événements spéciaux ou extraordinaires comme les mariages, la naissance d'un enfant, etc.

DIRE : maintenant, dites-moi les étapes que vous aurez à suivre pour épargner pour l'un de ces événements.

- *Note à l'attention de la Facilitatrice : une bonne stratégie consiste à faire ce qui suit :*
 1. *Lister toutes les dépenses ;*
 2. *Déterminer le coût de chaque dépense ;*
 3. *Faire la somme des dépenses ;*
 4. *Fixer un calendrier d'épargne ;*
 5. *Commencer à épargner !*
 6. *Epargner pour un Business*

DIRE : vous pouvez aussi utiliser cette méthode lorsque vous commencez d'épargner pour un

commerce ou une activité génératrice de revenu. Si vous voulez, par exemple, vous lancer dans la vente de bétail, vous aurez besoin d'acheter du bétail avant de commencer à le vendre ! Peut-être vous aurez aussi besoin d'acheter d'autres produits à vendre avec le bétail, le son et la paille par exemple, et de dépenser de l'argent dans le traitement des animaux. Tous ces éléments sont considérés comme des « coûts de démarrage », parce qu'ils sont des dépenses qui doivent être faites avant que vous ne commenciez votre commerce et vous faire de l'argent.

DEMANDER : examinons ces étapes. Comment allez-vous épargner pour commencer un commerce ?

- *Note à l'attention de la Facilitatrice : une bonne stratégie consiste à faire ce qui suit :*
 1. *Énumérer tous les coûts de démarrage ;*
 2. *Estimer chaque coût de démarrage ;*
 3. *Faire la somme de l'ensemble des coûts de démarrage ;*
 4. *Se fixer un calendrier d'épargne ;*
 5. *Commencer à épargner !*

DIRE : l'épargne est également utile pour faire face à des événements imprévus, comme les aléas climatiques (exemples : sécheresses, inondations) ou les maladies. Il n'est pas possible de prévoir de tels événements. Par conséquent, il serait utile de mettre quelque chose de côté pour la survenue de telles situations d'urgences.

Les coûts de Mariage et des Enfants (20 minutes)

DEMANDER : maintenant, je veux que chacune de vous réfléchisse sur combien gagne votre ménage par mois.

- Cette somme est-elle suffisante pour couvrir toutes vos dépenses ?
- Est-ce que vous faites de l'épargne ? Si non, arrivez-vous à mettre quelque chose de côté lorsque vous gagnez de l'argent ?

DIRE : lorsque vous et votre mari ou futur mari auriez un enfant, la somme d'argent dont vous aurez besoin pour vous supporter, vous et votre famille, augmentera. Réfléchissons un peu plus.

DEMANDER : quelles sont les dépenses additionnelles que vous auriez à faire lorsque vous et votre mari ou futur mari décidez d'avoir un enfant ?

- *Note à l'attention de la Facilitatrice : Parmi les réponses possibles, on peut avoir :*
 - *Les habits ;*
 - *Les aliments riches ;*
 - *Le lait ;*
 - *Les soins de santé (médicaments, frais d'hospitalisation, frais de transport pour les services de soins de santé) ;*
 - *Le transport ;*
 - *Les frais de scolarité ;*
 - *L'épargne.*

A FAIRE : à l'aide des contributions des participantes, complétez le « Tableau des Dépenses ». En d'autres mots, remplissez la colonne « Mensuellement avec un Bébé ». Faites la somme et encerclez le total avec un marqueur de couleur différente.

DIRE : comme vous pouvez le constater, l'arrivée d'un enfant occasionne l'augmentation des dépenses.

DEMANDER : quelles étapes pourriez-vous, vous et votre mari ou futur mari, prendre pour accroître votre revenu afin de couvrir vos dépenses avant de décider d'avoir un enfant ?

- *Note à l'attention de la Facilitatrice : Assurez-vous que les participantes fassent mention des idées suivantes :*
 - *Le mari et la femme pourraient tous les deux travailler et avoir un revenu ;*
 - *Le couple pourrait décider d'attendre avant d'avoir un enfant ;*
 - *Le couple pourrait attendre jusqu'à ce qu'ils aient épargné assez d'argent pour avoir un enfant ;*
 - *Attendre jusqu'à ce que la femme soit en bonne santé et soit âgée de 18 ans avant d'avoir un enfant.*

DEMANDER : bien qu'il soit difficile de penser aux coûts futurs, il est important de prendre des décisions qui pourront aider votre famille.

Devoir de Maison sur l'Épargne – (2 minutes)

DEMANDER : je veux que chacune de vous réfléchisse sur l'avenir un instant, en particulier sur vos objectifs professionnels ou éducationnels. Voulez-vous prendre des cours ? Commencez une activité génératrice de revenu ? Avoir un travail ? Y a-t-il des coûts relatifs à toutes ces choses ? Par exemple, si vous voulez prendre des cours, combien cela coûterait ? Si vous voulez commencer une activité génératrice de revenu, quels en sont les coûts de démarrage ? Si vous voulez avoir un travail, auriez-vous besoin d'acheter des équipements ou des fournitures ?

Je voudrais que chacune de vous identifie les dépenses liées à ses objectifs professionnels ou éducationnels. Essayez d'imaginer combien chaque dépense coûtera. Si vous pouvez totaliser ces dépenses, faites-le. Ensuite, je voudrais que vous élaboriez un plan : Comment, vous et votre ménage, pourriez épargner pour couvrir ces dépenses ? Soyez prêtes pour partager ce plan avec le groupe la semaine prochaine.

Conclusion, Evaluation et Activité de Fin de Séance (10 minutes)

A FAIRE : lisez, ci-dessous, les messages clés de cette séance :

- Une dépense est un produit ou un service que vous payez ;
- Un budget peut nous aider à suivre nos dépenses et à les planifier ;
- Avoir un enfant augmente les dépenses d'une famille. Par conséquent, il est important d'attendre jusqu'à ce que votre famille soit financièrement stable pour avoir un enfant ;
- Attendre jusqu'à ce qu'une femme ait au moins 18 ans pour avoir un enfant peut réduire les coûts d'hospitalisation liés aux complications sanitaires pour les jeunes mères et leurs bébés. Cela vous donnera aussi le temps d'épargner pour la venue de votre enfant ;
- Le revenu c'est lorsque vous gagnez de l'argent ou quand vous recevez de l'argent de quelqu'un.

S'il vous reste encore de temps, **DEMANDER** :

- Avant de mettre fin à cette séance, y a-t-il quelqu'une qui aimerait partager avec le groupe une chose qu'elle a trouvée intéressante ou excitante sur la séance d'aujourd'hui ?
- Y a-t-il eu des idées ou des activités qui vous ont interpellée ? si oui, en quoi ?
- Avez-vous des questions à poser ?

A FAIRE :

- Administrez l'Evaluation Smiley à l'aide des questions dans l'encadré « Tester Vos Connaissances ! » figurant à la fin de la présente Séance de ce Guide. Une fois la séance terminée et les participantes parties, enregistrer les réponses dans le Formulaire d'Evaluation de Séance (Annexes 1-2) ;
- Informez les participantes des sujets de la prochaine Séance ;
- Leur rappeler la date, l'heure et le lieu de la prochaine Séance ;
- Remerciez les participantes pour leur active participation ;
- Libérez le groupe.

Tester Vos Connaissances !

DIRE : je vais lire une question ou une affirmation, suivie d'une réponse. Si vous êtes d'accord avec ladite réponse, levez la main.

1. Attendre pour avoir un enfant peut améliorer les finances de votre famille, parce que vous pouvez épargner plus d'argent qui peut vous aider à réduire le choc financier lorsque vous aurez finalement un enfant : Vrai ou Faux ? Vrai
2. Une dépense est un produit ou un service que vous payez. Vrai ou Faux ? Vrai
3. Si vous vendez de la farine au marché, c'est une source de revenu. Vrai ou Faux ? Vrai

²⁷ Adapted from CARE. (2018) *Healthy, Wealthy and Wise Facilitator Guide*. Atlanta, US: CARE



Premier Accouchement Précoce – Du Point de Vue Economique

Objectif :

- Sensibiliser les participantes sur les avantages, pour elles-mêmes, leurs familles et leurs communautés, qui découleraient du fait de retarder le premier accouchement.

Matériel :

- Plateau de jeu, cartes de jeu, argent, instructions aux facilitatrices pour les cartes (Annexe 9) ; Dés.

Temps :

- 1 heure 40 minutes

Préparation :

- Préparer le jeu « Avenir Prospère » sur un tableau ou une surface plate avec toutes les composantes exposées. Placer toutes les cartes dans les lots correspondants : orange et bleu. Lire attentivement les instructions au préalable afin de pouvoir facilement donner des explications aux joueurs.

Guide de la Séance

Accueil (10 minutes)

A FAIRE :

- Accueillez les participantes à la reprise de la formation et les remerciez pour leur engagement continu ;
- Dressez liste des présences ;
- Invitez une ou deux participantes à partager au moins une norme avec les autres membres du groupe ;
- Remerciez les participantes pour le partage.

DEMANDER : y a-t-il quelqu'une qui voudrait bien rappeler au groupe ce dont nous avons discuté lors de notre dernière séance ?

A FAIRE : si nécessaire, rappeler au groupe les messages clés de la séance précédente :

- Une dépense est un produit ou un service que vous payez ;
- Un budget peut nous aider à suivre nos dépenses et à les planifier ;
- Avoir un enfant augmente les dépenses d'une famille. Par conséquent, il est important d'attendre jusqu'à ce que votre famille soit financièrement stable pour avoir un enfant ;
- Attendre jusqu'à ce qu'une femme ait au moins 18 ans pour avoir un enfant peut réduire les coûts d'hospitalisation liés aux complications sanitaires pour les jeunes mères et leurs bébés. Cela vous donnera aussi le temps d'épargner pour la venue de votre enfant ;
- Le revenu c'est lorsque vous gagnez de l'argent ou quand vous recevez de l'argent de quelqu'un.

DEMANDER :

- Y a-t-il quelqu'une qui a des questions à poser ou des idées à partager sur ce que nous avons appris lors de notre précédente séance ?
- Y a-t-il quelqu'une qui a fait son devoir de maison consistant à identifier les dépenses afin de poursuivre des objectifs professionnels ou éducationnels ? Y a-t-il quelqu'une qui a élaboré un plan sur comment épargner pour de telles dépenses ? Est-ce quelqu'une voudrait partager ?

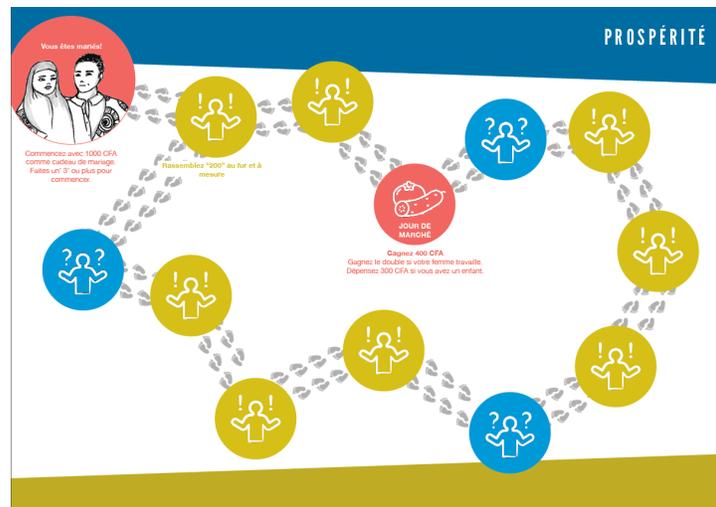
Avenir Prospère (60 - 75 minutes)

DIRE : aujourd'hui, nous allons jouer à un jeu appelé « Avenir Prospère ». Dans ce jeu, vous et un partenaire jouerez les rôles d'un mari et d'une femme nouvellement mariés. En tant que couple, vous serez confrontés à une série de décisions importantes relatives à votre épanouissement, votre bien-être et votre force, ainsi qu'à ceux de votre famille et de vos relations.

A FAIRE :

- Invitez les participantes à se rassembler autour du plateau de jeu que vous avez configuré avant le cours ;
- Indiquez toutes les composantes du jeu : le plateau, l'argent, les joueurs, les dés, les cartes oranges, les cartes bleues, la carte de l'épouse employée, la carte de l'épouse

- instruite et la carte de l'enfant ;
- Choisissez six paires pour jouer le jeu. Les autres membres du groupe vont observer ;
- Pour chaque paire, demander à une personne de jouer le rôle de la femme et à l'autre de jouer le rôle du mari ;
- Donnez à chaque couple son personnage qui tournera autour du plateau.



DIRE : toutes nos félicitations ! Vous venez de vous marier. Les deux premières années de mariage constituent une base importante pour tout couple et les décisions que vous et votre conjoint allez prendre au cours de ces premières années influenceront toute votre vie. En outre, les décisions qui seront prises par les couples avant que la femme n'ait 18 ans sont d'une importance capitale.

A FAIRE : montrer du doigt les cercles sur le plateau de jeu. Expliquez que chaque cercle représente un mois, les 12 mois représentant une année de mariage.

DIRE : voici les règles :

- Le but du jeu est d'avoir le plus d'argent après avoir fait le tour du plateau une fois. Tout comme dans la vie réelle, chaque couple devra prendre un certain nombre de décisions qui impacteront sa prospérité économique ;
- Chaque fois que vous lancez le dé, vous pouvez vous déplacer sur le plateau pour autant de pas que le nombre indiqué à la surface du dé ;
- Si vous tombez sur un cercle orange, prenez une carte orange. Je lirai ce qui est écrit sur la carte ;
- Si vous tombez sur un cercle bleu, prenez une carte bleue. Je vous demanderai de prendre une « Décision de Vie ». Si votre décision de vie conduit votre femme à trouver un emploi ou à aller à l'école, je vous remettrai une carte « Femme Active » ou « Femme Instruite ». Si votre décision de vie fait que le couple ait un bébé, je vous donnerai une carte « Enfant ». En fonction des décisions de votre vie, vous pouvez également recevoir de l'argent ou le dépenser ;
- Si vous tombez sur un cercle vert, soit je vous donne de l'argent ou je prends votre argent ;
- Le premier couple à faire le tour du plateau recevra un bonus de 200 francs cfa ;
- Je donnerai davantage d'instructions au fur et à mesure que nous jouons ;
- Chaque couple débutera avec 1 000 francs CFA [Donnez à chaque personne 1 000

francs CFA pour commencer].

- Notes à l'attention de la Facilitatrice :
- Chaque carte bleue comporte une décision de vie que le mari, la femme ou le couple doivent prendre ensemble. Référez-vous à la fiche « Notes à l'attention de la Facilitatrice pour les cartes bleues » pour savoir la somme d'argent à donner ou à emporter en fonction de la décision prise ;
- Les couples ne peuvent pas avoir plus d'UNE carte « Femme Employée » ou « Femme Instruite ». Cependant, ils PEUVENT avoir à la fois une carte « Femme Employée » et une carte « Femme Instruite » ;
- Lorsqu'un couple obtient une carte « Enfant », il doit céder sa carte « Femme Employée », au cas échéant.

A FAIRE : permettre aux participantes de jouer le jeu.

Débriefing du Jeu (20 minutes)

DEMANDER :

- Quelles ont été les décisions les plus difficiles à prendre ? Pourquoi ?
- Quelles décisions clés ont contribué à de meilleurs résultats financiers à la fin du jeu ?
- Note à l'attention de la Facilitatrice : les réponses peuvent comprendre :
- Prendre des contraceptifs et ne pas avoir d'enfant ;
- Travailler ou aller à l'école ;
- Voir l'agent de santé ;
- Prendre part aux événements communautaires.

DIRE : plusieurs des décisions que vous avez à prendre affectent et vous et votre conjoint, tout comme elles affectent votre futur ménage. Il est, par conséquent, logique de prendre ces décisions à deux, c'est-à-dire comme mari et femme.

DEMANDER :

- Au cours de cette activité, nous avons constaté qu'il revenait aux maris de prendre un certain nombre de décisions pour le compte de leurs épouses. Par exemple, les maris décidaient si oui ou non il était permis à leurs femmes d'aller à l'école, de prendre des cours ou de travailler hors de la maison. Cela a-t-il affecté votre capacité à réussir dans ce jeu ? Vous toutes qui avez joué le rôle de la femme, pensez-vous que vous auriez fait mieux, pire ou la même chose s'il vous a été permis de prendre ces décisions vous-même ? Pourquoi ?
- Vous avez été nombreux à décider d'autoriser votre femme à travailler ou à aller à l'école. Certains d'entre vous ont également décidé d'utiliser la planification familiale pour attendre d'avoir leur premier enfant. S'agit-il de décisions que la plupart des couples ou des maris pourraient prendre dans votre communauté ? Sinon, pourquoi les avez-vous prises au cours de ce jeu ?
- Dans votre propre vie, y a-t-il des décisions auxquelles vous voudriez prendre part et auxquelles vous ne participez pas actuellement ? Qu'est-ce qui peut être fait pour changer la donne ?
- Selon vous, quelle serait la réaction des autres membres de votre ménage si on vous

implique dans la prise des décisions auxquelles vous n'étiez pas associée auparavant ? Si vous pensez que votre famille réagirait de façon négative, y a-t-il quelque chose que vous pourriez faire pour les amener à plutôt vous soutenir ? Y a-t-il un autre adulte à qui vous faites confiance et qui pourrait parler à votre famille pour avoir son soutien ?

A FAIRE : en se référant au tableau ci-dessous, animer une brève discussion pour récapituler les avantages d'attendre au moins 18 ans avant d'avoir un enfant. Inviter les participantes à identifier les avantages pour les femmes, les enfants, les hommes et la communauté.

Femmes	Enfants	Hommes	Communauté
<ul style="list-style-type: none"> • Réduit la probabilité de maladies, de mort et de complications liées à la grossesse • Réduit la probabilité que les couples auront à effectuer des dépenses liées à une urgence médicale découlant des complications liées à une naissance prématurée • Donne du temps aux femmes pour connaître leurs maris et leurs beaux-parents • Plus d'opportunités pour continuer la scolarité, acquérir des compétences et participer aux activités génératrices de revenus qui aideront la famille à gagner plus d'argent. 	<ul style="list-style-type: none"> • Réduit les risques pour les enfants de naître prématurément, trop petits et avec des complications sanitaires • Améliore les chances qu'un enfant naisse de parents qui peuvent subvenir à ses besoins alimentaires, en matière d'habitation, d'éducation, de jeu, etc. 	<ul style="list-style-type: none"> • Donne aux hommes du temps pour connaître leurs femmes • Donne aux hommes et leurs partenaires plus de temps pour devenir financièrement stables pour qu'ils puissent supporter les dépenses liées à leur propre prise en charge et celle de leurs enfants • Réduit la probabilité que les couples doivent supporter les dépenses liées à une urgence médicale découlant des complications liées à une naissance prématurée 	<ul style="list-style-type: none"> • Améliore la qualité de vie des femmes, en leur permettant de participer plus pleinement à la vie de la communauté • Réduit la pression sur le système de santé • Crée des opportunités aux femmes pour continuer leur scolarité, conduisant à une population plus intelligente et mieux instruite

Conclusion, Séance d'Evaluation et Activité de Fin de Séance (10 minutes)

A FAIRE : Lisez, ci-dessous, les messages clés de cette séance :

- Retarder la naissance d'un enfant jusqu'à l'âge de 18 ans peut améliorer les ressources financières pour vous et votre famille ;
- Une femme qui travaille peut contribuer aux finances de son ménage, ce qui permet d'améliorer le bien-être de sa famille.

S'il vous reste encore de temps, **DEMANDER :**

- avant de mettre fin à cette séance, y a-t-il quelqu'une qui aimerait partager avec le groupe une chose qu'elle a trouvée intéressante ou excitante sur la séance d'aujourd'hui ?
- Y a-t-il eu des idées ou des activités qui vous ont interpellée ? si oui, en quoi ?
- Avez-vous des questions à poser ?

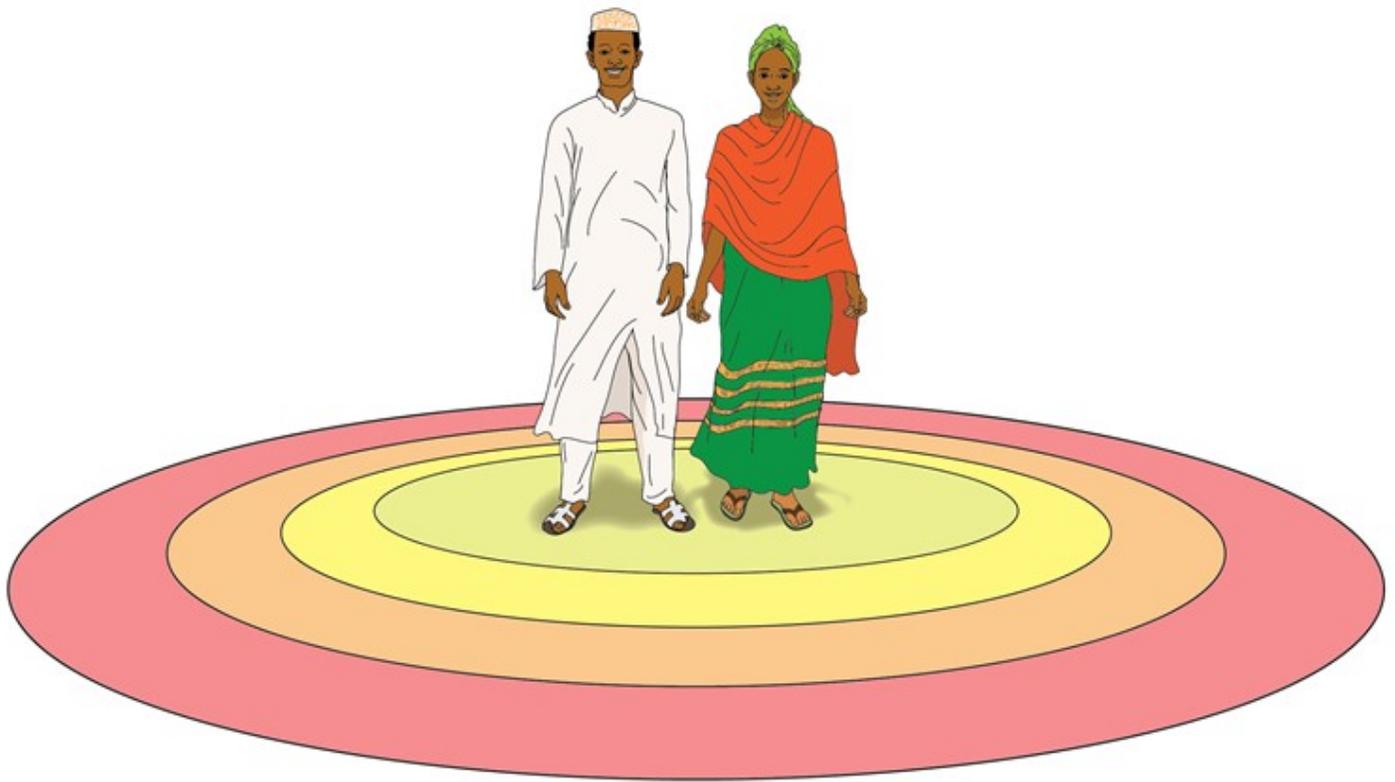
A FAIRE :

- Administrez l'Evaluation Smiley à l'aide des questions dans l'encadré « Tester Vos Connaissances ! » figurant à la fin de la présente Séance de ce Guide. Une fois la séance terminée et les participantes parties, enregistrer les réponses dans le Formulaire d'Evaluation de Séance (Annexes 1-2) ;
- Informez les participantes des sujets de la prochaine séance ;
- Leur rappeler la date, l'heure et le lieu de la prochaine séance ;
- Remerciez les participantes pour leur participation active ;
- Libérez le groupe.

Tester Vos Connaissances !

DIRE : je vais lire une question ou une déclaration. Lorsque vous entendez une réponse avec laquelle vous êtes d'accord, veuillez lever la main.

1. Retarder la naissance d'un enfant peut entraîner de meilleurs résultats financiers pour votre famille : vrai ou faux ? **VRAI**
2. Une femme qui travaille est capable de contribuer aux finances de sa famille, ce qui peut contribuer au bien-être de sa famille : vrai ou faux ? **VRAI**



Cercles d'Influence

Objectif :

- Identifier les normes qui guident en matière d'accouchement précoce dans la communauté, examiner leurs origines et leurs conséquences ;
- Examiner les rôles des membres de la famille et de la communauté dans la prise de décision en matière de planification familiale.

Matériel :

- Descriptions de personnages.

Préparation :

- Préparer les descriptions des personnages afin de pouvoir en distribuer une à chaque participante.

Temps :

- 1 heure 20 minutes

Guide de la Séance

Accueil (10 minutes)

À FAIRE :

- Accueillez les participantes à la reprise de la formation et les remerciez pour leur engagement continu ;
- Dressez la liste des présences ;
- Invitez une ou deux participantes à partager au moins une norme avec les autres membres du groupe ;
- Remerciez les participantes pour le partage.

DEMANDER: y a-t-il quelqu'une qui voudrait bien rappeler au groupe ce dont nous avons discuté lors de notre dernière séance ?

À FAIRE: si nécessaire, rappeler au groupe les messages clés de la séance précédente.

- Les trois étapes pour planifier une entreprise sont :
 - Regarder autour de soi et identifier ses options ;
 - Savoir plus sur chaque option ;
 - Poser des questions pour savoir l'option qui convient le mieux.
- Même si la planification peut prendre plus de temps au début, cela peut nous aider à avoir plus de succès en nous donnant une compréhension exhaustive et une planification de toute situation.

DEMANDER :

- Avez-vous des questions à poser ou des idées à échanger sur ce que nous avons appris lors de notre séance précédente ?
- Quelqu'une a-t-elle utilisé les trois étapes de la planification pour proposer une idée d'entreprise ?
- Quelqu'une a-t-elle réfléchi à la manière dont elle pourrait appliquer les trois étapes de la planification à ses objectifs relationnels ? Ses objectifs en matière de travail et d'éducation ? Ses objectifs par rapport à son foyer et à l'environnement ? Ses objectifs par rapport aux membres de sa famille ?

Cercles d'Influence²⁸ (30 minutes)

DIRE : les filles mariées et les futures mariées subissent des pressions de la part de nombreuses personnes différentes voulant savoir quand avoir leur premier ou prochain enfant. Cette activité vous donnera l'occasion de discuter comment les pensées, les croyances et les actions d'autrui génèrent des règles non écrites sur la façon dont vous devriez vous comporter – ce que nous allons appeler à présent normes – et comment ces normes et les personnes qui les exercent pourraient vous influencer, vous et vos pairs.

À FAIRE :

- Disposez les descriptions de personnages que vous avez préparées avant le cours.
- Note à l'attention de la Facilitatrice : si votre groupe est inférieur à 25 participantes, vous pouvez ne pas utiliser tous les badges, mais assurez-vous que certaines participantes reçoivent un nombre plus élevé (21-25) afin de pouvoir compléter

- l'exercice.
- Lisez la description de chaque personnage.

DIRE : Je voudrais inviter « Fatima (jeune femme mariée) » et « Harouna (mari) » à venir se tenir à mes côtés.

- [*Pointant un doigt vers Fatima*] Cette jeune femme mariée s'appelle Fatima. Elle a 16 ans et elle a récemment épousé Harouna, qui a 23 ans.
- On vous a toutes assignées un personnage qui pourrait avoir une influence sur la vie de Fatima et de Harouna – en particulier sur leurs décisions par rapport à la planification et à la nécessité d'avoir des enfants.
- Je voudrais que vous vous disposiez autour de Fatima et Harouna en fonction de l'influence de votre personnage sur ses décisions quant au moment où il faut avoir des enfants. Si vous avez beaucoup d'influence, restez près d'eux. Si vous n'avez qu'une petite influence, restez loin d'eux.
- Quand je dis "ALLEZ-Y", s'il vous plaît aller où vous pensez que vous devriez vous tenir en fonction de votre personnage.
- Vous pouvez discuter entre vous pour déterminer où chacune de vous devrait se placer en fonction de la réalité de votre communauté.
- Gardez en tête que ceux qui ont le plus d'influence devraient se tenir le plus près du couple et ceux qui ont le moins d'influence devraient en être le plus éloignés. ALLEZ-Y!

À FAIRE :

- Accordez aux participantes environ 5 à 10 minutes pour s'organiser de la manière qui, selon elles, reflète le mieux les cercles d'influence dans leur communauté ;
- Si les participantes ont du mal à le faire, les aider à s'organiser.

À FAIRE : Lisez à nouveau la description du personnage de Fatima.

DEMANDER : d'après ce que vous avez entendu, pensez-vous que Fatima veuille retarder sa première grossesse ?

À FAIRE :

- Répétez les étapes ci-dessus, pour le personnage de Harouna. Cette fois, demander au groupe s'il pense qu'il souhaite attendre pour avoir un enfant ou non ;
- Adressez-vous à une participante proche du couple. Lire la description de son personnage. Demander au groupe si ce personnage inciterait le nouveau couple à attendre d'avoir un enfant jusqu'à ce qu'il soit physiquement, financièrement et émotionnellement prêt ou non. ;
- Répétez les étapes ci-dessus jusqu'à ce que toutes les participantes aient eu leur tour.

Discussions (30 minutes)

DEMANDER :

- En quoi cet exercice ressemble-t-il ou non à la vie dans votre communauté ?
- Que vous dit cet exercice sur la capacité d'une fille mariée à choisir quand et si elle

- veut avoir un enfant ?
- Comment les personnes qui l'entourent l'influencent-elle et quelles pressions exercent-elles sur elle ?
- Quelles sont les personnes les plus influentes dans la vie de Fatima ? pourquoi ?
- Quelles sont les personnes les plus influentes dans la communauté ? qui fait pression sur les filles mariées pour avoir des enfants aussitôt après le mariage ? qui encourage les filles mariées à attendre jusqu'à ce qu'elles soient physiquement, émotionnellement et financièrement prêtes pour avoir un enfant ?
- Y a-t-il autre chose qui influence les filles mariées et leurs décisions en matière de procréation ?

DIRE : au cours de nos précédentes séances, nous avons parlé des normes de genre, c'est-à-dire des rôles et des comportements que la société considère comme appropriés pour les hommes et les garçons, d'une part, et les femmes et les filles, de l'autre.

DEMANDER :

- Pensez-vous que les normes de genre ont un impact sur la capacité de Fatima à décider elle-même si et quand elle veut avoir un enfant ?
- Note à l'attention de la Facilitatrice : Expliquez aux participantes que les normes relatives au genre incitent les femmes à garder le silence sur ce qu'elles veulent. Les femmes ont souvent une faible capacité de décision en ce qui concerne les questions relatives à leur propre santé sexuelle et reproductive, y compris le moment, l'espacement et la fréquence des naissances.
- Pensez-vous que les pressions exercées pour avoir un enfant auraient un impact sur la capacité de Fatima à exercer d'autres activités, telles que créer une entreprise, suivre un cours ou terminer ses études ?
 - *Note à l'attention de la Facilitatrice : Expliquez-leur que cela réduira probablement ses chances d'être en mesure d'exercer d'autres activités. Si les gens autour d'elle pouvaient être convaincus des avantages pour Fatima, ses futurs enfants, sa famille et la communauté, si il lui était permis de poursuivre d'autres activités telles qu'aller à l'école, prendre des cours ou créer une entreprise, la pression exercée sur elle pour qu'elle tombe enceinte diminuerait probablement.*
- Pensez-vous que ce Collectif de Filles pourrait aider les filles mariées ou les futures mariées à faire face à ce type de pression et d'influence ? Comment ?
 - *Note à l'attention de la Facilitatrice : Encouragez les filles à comprendre qu'elles peuvent se soutenir mutuellement et s'aider mutuellement à trouver des solutions pour faire face aux pressions de la famille et des membres de la communauté.*
- De quel soutien ou de quelles ressources une fille comme Fatima a-t-elle besoin pour décider elle-même si et quand avoir un enfant ?
 - *Note à l'attention de la Facilitatrice : En termes de ressources, expliquez aux participantes que Fatima a besoin d'avoir accès à des informations précises sur la santé sexuelle et reproductrice en général, mais plus particulièrement sur la grossesse et la contraception, afin de pouvoir prendre une décision rationnelle quant au moment opportun pour avoir un enfant. Elle aurait donc*

besoin de l'aide des professionnels de la santé ou d'autres personnes ayant une connaissance approfondie sur ces sujets, comme une Facilitatrice de Collectif de filles.

- Fatima aurait également besoin du soutien de son mari, de ses amis, de sa famille et de la communauté pour être libre d'explorer ses options.
- Supposons que Fatima se présente à notre réunion de Collectif de Filles. Elle nous informe qu'elle subit beaucoup de pression pour avoir sa première grossesse. Qu'allons-nous lui dire ? Quelles mesures pourrions-nous prendre en tant que Collectif de Filles pour la soutenir ?
- Quels seraient les bons alliés pour aider Fatima à retarder sa première grossesse et à explorer d'autres possibilités ?
 - *Note à l'attention de la Facilitatrice : Assurez-vous que les participantes se rendent compte que les membres d'un Collectif de Filles seraient, entre autres, de bons alliés pour aider Fatima à retarder sa première grossesse et à explorer d'autres possibilités.*

DIRE :

- nous sommes entourés de cercles d'influence : famille, amis, membres de la communauté et de la société. Les personnes dans chacun de ces cercles influencent les filles mariées. Les familles et les communautés peuvent donner des conseils aux couples mais, en fin de compte, le dernier mot revient au couple. Les beaux-parents et la communauté ne peuvent imposer leurs souhaits et leurs désirs à la vie du couple nouvellement marié. C'est essentiel pour une bonne harmonie conjugale et pour votre bien-être.
- Si quelqu'une parmi vous se sent obligée d'agir ou de se comporter d'une manière qui la met mal à l'aise, n'hésitez pas à me le dire ou à en discuter avec ce groupe. En tant que groupe, nous pouvons trouver des moyens de vous aider à faire face à différentes pressions.

Conclusion, Evaluation et Activité de Fin de séance (10 minutes)

À FAIRE : Lisez les messages clés de cette séance :

- Toute la communauté peut influencer la décision des couples à retarder ou non une grossesse ;
- Les normes relatives au genre peuvent avoir un impact sur les décisions relatives à la planification d'une grossesse.

Si vous avez encore de temps, **DEMANDER :**

- Avant de mettre fin à la présente séance, y a-t-il quelqu'une qui aimerait partager avec le groupe un point qu'elle a trouvé intéressant ou excitant à propos de la séance d'aujourd'hui ?
- Y-a-t-il eu des idées ou des activités qui vous ont interpellée ? si oui, en quoi ?
- Avez-vous des questions ?

À FAIRE :

- Administrez l'Evaluation Smiley à l'aide des questions dans l'encadré « Tester Vos Connaissances ! » figurant à la fin de la présente Séance de ce Guide. Une fois la

séance terminée et les participantes parties, enregistrer les réponses dans le Formulaire d'Évaluation de Séance (Annexes 1-2) ;

- Informez les participantes sur les sujets de la prochaine séance ;
- Leur rappeler la date, l'heure et le lieu de la prochaine séance ;
- Remerciez les participantes pour leur participation active ;
- Libérez le groupe.

Testez Vos Connaissances !

DIRE : je vais lire une question ou une affirmation. Lorsque vous entendez une réponse avec laquelle vous êtes d'accord, lever la main.

1. Toute communauté dispose de gens qui influencent un jeune couple à avoir des enfants juste après le mariage et d'autres qui influencent le couple à retarder la grossesse : vrai ou faux ? **VRAI**
2. Les décisions sur la planification des naissances ne sont pas influencées par les normes sexospécifiques : vrai ou faux ? **FAUX**

²⁸ Adapted from 'Activity 2-1: Circles of influence around young married women and their husbands/partners, and first-time parents?' in 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.

Descriptions de personnages

1. **Fatima (jeune femme mariée)** : Je m'appelle Fatima et j'ai 16 ans. Je suis mariée à Harouna qui a l'air d'être un homme gentil. Je sais que l'on attend de moi que j'aie un bébé le plus tôt possible, mais j'ai peur. D'une part, je connais à peine mon mari. J'ai aussi entendu dire qu'avoir un enfant si jeune peut être néfaste pour ma famille et pour moi. De plus, la récolte de cette année n'a pas été bonne et, par conséquent, l'argent manque. Je m'inquiète de ce qui arriverait avec une bouche supplémentaire à nourrir.
2. **Harouna (mari)** : Je m'appelle Harouna et j'ai 32 ans. Je suis marié à Fatima. Je suis très heureux de l'avoir comme épouse et de pouvoir bientôt devenir père.
3. **La mère de Harouna (belle-mère de Fatima)** : Je suis la mère de Harouna (la belle-mère de Fatima). Fatima, tu fais désormais partie de notre famille. Nous attendons de toi que tu nous prouves que tu es digne de notre fils et que tu lui donnes un enfant rapidement. Je sais que tu t'inquiètes pour l'argent et que tu veux attendre d'avoir un enfant, mais si tu attends, les gens vont parler. Ils pourraient dire que tu es stérile ou que tu as une liaison. Cela va déshonorer la famille.
4. **L'ami de Harouna** : Je suis l'ami de Harouna. C'est un homme bon et respecté dans notre communauté. Il doit avoir un enfant très bientôt pour continuer à être très respecté.
5. **Le père de Fatima** : Je suis le père de Fatima. Je ne voulais pas que tu te maries si jeune mais les choses étaient difficiles dans notre famille. J'ai trois fils et tes deux petites sœurs à ma charge. Il était temps que tu t'en ailles. Je m'attends à ce que tu montres à cet homme que tu as été élevée dans une bonne famille, et que tu feras honneur à notre maison en prouvant bientôt que tu es une femme.
6. **La sœur de Harouna (belle-sœur de Fatima)** : Je suis la sœur de Harouna. Fatima, tu es jolie, mais cela ne suffit pas pour mon frère. J'espère que tu vas me prouver que tu es digne de ma famille en me donnant un neveu.
7. **Le père de Harouna (le beau-père de Fatima)** : Je suis le père de Harouna. Harouna, j'espère que ta nouvelle épouse et toi-même nous donnerez un autre héritier pour perpétuer notre lignée le plus rapidement possible.
8. **La mère de Fatima** : Je suis la mère de Fatima. Je te souhaite bonne chance dans ta nouvelle maison. Puisse Allah t'aider dans tes nouvelles tâches. Il est important de respecter ton mari et d'honorer ses souhaits, ainsi que ceux de sa famille.
9. **La première épouse de Harouna** : Je suis la première épouse de Harouna. J'ai déjà la chance d'avoir beaucoup d'enfants avec Harouna. Mon fils est presque un homme maintenant. Aucune femme ne peut être meilleure que moi pour Harouna.
10. **L'imam** : Je suis l'Imam de la communauté de Harouna et de Fatima. Qu'Allah vous bénisse avec beaucoup d'enfants très bientôt.
11. **Le responsable des soins de santé** : Je suis le responsable des soins de santé. Fatima, il est très risqué pour une fille de ton âge de tomber enceinte si tôt. Cela peut conduire à un bébé en mauvaise santé et peut t'exposer à des problèmes tels que la fistule, voire la mort. Je te recommande d'attendre d'avoir au moins 18 ans pour avoir un bébé. Si tu peux venir à la clinique, je peux te parler de nombreuses options de planification familiale.
12. **La leader du groupe de femmes de la communauté** : Je suis la leader du groupe de femmes. Dans mon groupe, seules les vraies femmes avec beaucoup d'enfants sont les bienvenues.
13. **Amie de Fatima** : Je suis l'amie de Fatima. Moi aussi je suis une fille mariée et, à 16 ans. Je viens de donner naissance à mon premier enfant. Mon bébé est né avec une insuffisance de

poids et a eu de nombreux problèmes de santé. Malgré cela, mon mari et sa famille sont très heureux. Fatima, quand vas-tu te décider à rendre ton mari heureux comme j'ai eu à rendre le mien heureux ?

14. **Le voisin** : Je suis un voisin de Harouna. Fatima, je me demande pourquoi tu refuses de tomber enceinte. Peut-être que tu es stérile ? Peut-être que tu aimes un autre ?
15. **Le vendeur au marché** : Je suis un vendeur au marché d'à côté. Je crois que les femmes et les hommes ne sont pas égaux. Quand je vois une femme qui essaie de dicter à son mari ce qu'il doit faire, je dis à tout le monde que c'est une mauvaise épouse.
16. **L'enseignant** : Je suis un enseignant. Je vois beaucoup d'élèves abandonner leurs études parce que leurs parents n'ont pas les moyens de payer leurs frais de scolarité. Si ces mêmes parents attendaient d'avoir des économies et une stabilité financière avant d'avoir des enfants, ils n'auraient pas de difficulté à éduquer leurs enfants.
17. **Le chef traditionnel** : Je suis un chef traditionnel. Cela fait honneur à notre peuple lorsque de nouveaux couples mettent au monde un enfant.
18. **La facilitatrice d'un Collectif de Filles** : Je suis facilitatrice d'un Collectif de Filles. Fatima, je suis ici pour te soutenir et aider les autres filles mariées. Grâce à notre Collectif de Filles, tu peux te faire des amies et parler des défis et des pressions auxquels tu es confrontée. Tu peux également me poser des questions, notamment sur une bonne planification et l'espacement des grossesses, la contraception et les relations.
19. **L'ancienne amie d'Fatima quand elle était à l'école** : Je suis une amie de Fatima. Moi aussi, je suis une fille mariée et, à 16 ans, je viens de donner naissance à mon premier enfant. Ma grossesse et mon travail ont été très difficiles. Mon bébé est né avec une insuffisance de poids et a eu de nombreux problèmes de santé. Cependant, mon mari et sa famille sont très heureux. Fatima, quand vas-tu te décider à rendre ton mari heureux comme j'ai eu à rendre le mien heureux ?
20. **L'amie de la mère de Harouna** : Fatima, je suis amie avec ta belle-mère. Elle dit à tout le monde que tu ne veux pas de bébé tout de suite et que tu n'es pas bien pour son fils.
21. **Le juge** : Je suis juge. Je crois que les hommes savent ce qui est le mieux pour la famille. Si un homme dit que sa femme doit lui donner un enfant, elle doit obéir.
22. **L'agent d'une ONG** : Je suis un employé d'une ONG. Nous disons aux gens qu'ils doivent respecter une planification et un espacement idoines des grossesses et envisager d'utiliser une méthode de contraception. Je ne comprends pas pourquoi il n'est pas facile pour les couples d'utiliser la contraception et de retarder la grossesse. Cela éviterait tant de problèmes de santé et permettrait aux couples d'économiser beaucoup d'argent en frais d'hospitalisation lorsque les choses tournent mal.
23. **L'animateur à la radio** : Je suis un animateur à la radio. Vous entendez mes messages tous les jours. Je plaisante à propos des hommes qui ne peuvent pas procréer et des femmes qui n'ont pas d'enfants immédiatement après le mariage. Quel mal y a-t-il à plaisanter ?
24. **Le parlementaire** : Je suis un parlementaire. J'ai essayé de mettre en place une loi pour empêcher le mariage des enfants lorsque j'ai vu combien de jeunes filles mouraient en couches peu après leur mariage, mais elle n'a pas encore été adoptée.
25. **Le responsable du district de santé** : Je suis un responsable de santé du district. Je ne crois pas que les filles mariées devraient avoir accès aux services de planification familiale avant d'avoir prouvé leur fécondité. En conséquence, je ne fais aucun effort pour que les services de santé de ma région soient accueillants envers les filles mariées. Actuellement, seules les femmes plus âgées avec des enfants utilisent les services de mon district.



Textes Religieux – Islam et Planification Familiale

Objectifs :

- Permettre aux participantes d'articuler les arguments religieux pour et contre la planification familiale ;
- Permettre aux participantes d'analyser les arguments religieux pour et contre la planification familiale ;
- Montrer aux participantes qu'il existe un précédent religieux fort pour retarder le premier accouchement.

Matériel :

- Copies du Coran (de préférence, les participantes peuvent apporter les leurs)

Temps :

- 1 heure 50 minutes

Accueil (10 minutes)

A FAIRE :

- Accueillez les participantes à la reprise de la formation et les remercier pour leur engagement continu ;
- Dressez la liste des présences ;
- Invitez une ou deux participantes à partager au moins une norme avec les autres membres du groupe ;
- Remerciez les participantes pour le partage.

DEMANDER : y a-t-il quelqu'une qui voudrait bien rappeler au groupe ce dont nous avons discuté lors de notre dernière séance?

A FAIRE : si nécessaire, rappeler au groupe les messages clés de la séance précédente.

- Toute la communauté peut influencer la décision des couples à retarder ou non une grossesse ;
- Les normes relatives au genre peuvent avoir un impact sur les décisions relatives à la planification d'une grossesse.

DEMANDER :

- Quelqu'une a-t-elle des questions à poser ou des idées à partager sur ce que nous avons appris lors de notre dernière séance?
- Quelqu'une a-t-elle pensé aux problèmes auxquels elle pourrait être confrontée en essayant d'atteindre ses objectifs ? Voudrait-elle les partager?

Introduction (5 minutes)

DIRE : nous avons beaucoup de chance aujourd'hui car nous avons parmi nous un invité spécial, que certains d'entre vous pourraient connaître. C'est [*nom du chef religieux*], un chef religieux de [*nom de la communauté*]. Il se joint à nous alors que nous explorons les enseignements islamiques sur la planification familiale. Je vais commencer à diriger la séance d'aujourd'hui et je remettrai sous peu la tâche de facilitation à [*chef religieux*] afin qu'il puisse nous aider à explorer plus en détail certains des enseignements d'aujourd'hui.

Avant de commencer, permettez-moi de vous dire que [*chef religieux*] est un professionnel qui comprend et respecte le besoin de confidentialité. Cela signifie qu'il ne partagera rien de ce qui est dit ou discuté aujourd'hui avec des personnes extérieures à cette salle. Vous êtes libre de faire des commentaires ou de poser toutes les questions que vous souhaiteriez lui poser.

Comme je l'ai mentionné, nous allons explorer les enseignements islamiques sur la planification familiale. Nous allons examiner certains des arguments religieux que les gens utilisent pour décourager l'utilisation de la planification familiale, tout en prenant en compte certains des arguments religieux que les gens présentent pour appuyer la planification familiale.

L'histoire de Mme Zeinab et de M. Mahaman (15 minutes)

DIRE : nous commencerons par écouter l'histoire de Mme Zeinab et de M. Mahaman.

A FAIRE : Lire l'histoire ci-dessous à haute voix.

L'histoire de Mme Zeinab et de M. Mahaman²⁹

Zeinab, une fille de 16 ans, a récemment épousé Mahaman. En raison du jeune âge de Zeinab et de son revenu limité, le couple a décidé de recourir à la planification familiale pour retarder sa première naissance. Zeinab a reçu un implant qui durera trois ans il y a environ six mois et tout va bien.

Cependant, un jour, au retour de la prière, Zeinab informe son mari qu'elle doit retirer l'implant immédiatement. Elle lui dit cela à la prière du matin, elle a appris que l'utilisation de la contraception était contre la volonté d'Allah. Elle a poursuivi en lui disant que vous ne pouvez pas interférer avec le plan d'Allah pour vous, en particulier en ce qui concerne la taille de votre famille. De plus, la contraception implique de mettre un corps étranger à l'intérieur de vous et cela va à l'encontre de la volonté d'Allah et des règles de l'Islam.

Mahaman n'est pas d'accord. Il insiste pour qu'elle ne retire pas son implant car, selon lui, Allah a donné à l'humanité l'intelligence permettant à l'homme de l'utiliser pour se protéger contre la maladie et les souffrances. Il ne comprend pas comment Allah ou l'Islam pourraient s'opposer aux méthodes de contraception qui protègent les femmes, les enfants et les familles entières.

DEMANDEZ:

- Pourquoi pensez-vous que Mme Zeinab a changé d'avis à propos de son implant ? qu'est-ce qui s'est passé qui lui a fait changer d'avis ?
- Que pensez-vous de la réaction de son mari ?
- Pouvez-vous identifier les arguments religieux utilisés dans cette histoire qui vont à l'encontre de la planification familiale ? qu'en est-il des arguments religieux utilisés dans cette histoire pour soutenir la planification familiale ?
- Avez-vous déjà entendu ces arguments religieux utilisés ? si oui, de quel argument avez-vous entendu le plus souvent parler : pour ou contre les méthodes de planification familiale ? pourquoi pensez-vous avoir entendu un argument plus que l'autre ?
- Que dit votre communauté religieuse sur l'utilisation des méthodes de planification familiale ? Quels textes religieux sont utilisés pour justifier cette position ? Pensez-vous que ces textes pourraient être interprétés différemment ?
- Si votre communauté religieuse est contre la planification familiale, quelles alternatives ou méthodes sont proposées pour retarder et/ou espacer les grossesses ? Ces méthodes alternatives sont-elles efficaces ? Si elles ne le sont pas, quelles seront les conséquences sur votre santé et votre bien-être en tant que jeune mariée ? Quelles conséquences cela aurait-il sur la santé et le bien-être de votre enfant si vous deveniez enceinte ?

Discussions Facilitées sur l'Islam et la Planification Familiale (40 minutes)

DIRE : je vais maintenant donner la parole à [*chef religieux*] qui nous aidera à comprendre ce que la communauté islamique, au sens large, et les textes islamiques disent au sujet de l'utilisation des méthodes de planification familiale.

A FAIRE :

- Invitez le chef religieux à animer une discussion de 30 à 40 minutes sur l'islam et la planification familiale. Inviter le chef religieux à se référer au guide de discussion à la fin de cette séance.
- A la fin de la discussion, remercier le chef religieux.

Jeu de Rôle (30 minutes)

DIRE : nous allons maintenant faire un rapide exercice de jeu de rôle. Je vais vous donner un scénario. En petits groupes, j'aimerais que vous proposiez un court sketch qui montre comment vous feriez face au scénario.

A FAIRE :

- Divisez le groupe en équipes de 3 à 4 personnes ;
- Attribuez à chaque équipe l'un des scénarios ci-dessous en le lisant à haute voix :
 1. Votre belle-mère et votre tante ont appris que vous et votre mari avez décidé d'utiliser une injection pour retarder la grossesse. Ils vous disent que vous devez arrêter car utiliser une contraception va à l'encontre de la volonté d'Allah ;
 2. Vous rentrez du marché avec deux de vos meilleures amies. Une amie a déclaré qu'elle envisageait de se procurer un DIU parce que son mari et elles veulent attendre faire quelques économies avant d'avoir un enfant. Choquées, vos autres amies lui disent qu'elle ne doit pas parce que l'Islam le lui interdit ;
 3. Votre mari rentre de la mosquée. Il vous demande d'envisager l'utilisation de la contraception jusqu'à l'âge de 18 ans, car son Imam la recommande comme moyen de protéger votre santé et celle de votre futur enfant. Il dit que retarder votre premier accouchement vous permettra d'élever des enfants capables de prospérer. Vous n'êtes pas si sûre.
- Donner 10 minutes aux équipes pour préparer leurs sketches ;
- A tour de rôle, inviter chaque équipe se présenter devant le groupe pour présenter son sketch, en faisant des commentaires si nécessaire.

Conclusion, Evaluation et Activité de Fin de séance (10 minutes)

A FAIRE :

- Lisez, ci-dessous, le message clé de cette séance :
- L'islam peut être interprété comme un soutien à l'utilisation de la contraception car celle-ci aide les familles à retrouver la tranquillité et n'est pas explicitement interdite dans le Coran ni dans la tradition du prophète.

S'il reste encore de temps, DEMANDER :

- Avant de mettre fin à cette séance, y a-t-il quelqu'une qui aimerait partager avec le groupe une chose qu'elle a trouvée intéressante ou excitante sur la séance d'aujourd'hui ?
- Y a-t-il eu des idées ou des activités qui vous ont interpellée ? si oui, en quoi ?
- Avez-vous des questions à poser ?

A FAIRE :

- Administrez l'Evaluation Smiley à l'aide des questions dans l'encadré « Tester Vos

Connaissances ! » figurant à la fin de la présente Séance de ce Guide. Une fois la séance terminée et les participantes parties, enregistrer les réponses dans le Formulaire d'Évaluation de Séance (Annexes 1-2)

- Informez les participantes des sujets de la prochaine séance;
- Leur rappeler la date, l'heure et le lieu de la prochaine séance ;
- Remerciez les participantes pour leur participation active;
- Libérez le groupe.

Testez Vos Connaissances !

DIRE : je vais lire une question ou une affirmation, suivie d'une réponse. Si vous êtes d'accord avec ladite réponse, levez la main.

1. Les enseignements islamiques disent très clairement que la planification familiale est mauvaise : vrai ou faux ? **FAUX**
2. Utiliser la contraception pour espacer les grossesses et limiter leur nombre s'aligne avec les enseignements islamiques si elle est utilisée pour protéger la santé de la mère et mettre le père plus à l'aise : vrai ou faux ? **VRAI**

²⁹ Adapté de 'Activités en Rapport avec la Planification Familiale' in Nzau, J. 2016. *Guide de Facilitation des Session des Dialogues*. Niger: CARE USA.

Guide de Discussions pour les Chefs Religieux sur l'Islam et la Planification Familiale³⁰

Ce document est destiné à fournir des informations générales sur la manière dont l'Islam conçoit la question de la planification familiale et de la contraception. Cela ne limite pas la manière dont cette séance doit être animée.

Les informations contenues dans ce document sont extraites de *Islam and Family Planning*, par Farzaneh Roudi-Fahimi, analyste principal des politiques au Population Reference Bureau. Il s'appuie énormément sur le livre *Family Planning and Legacy of Islam* de Dr. Abdel Rahim Omran, érudit islamique dont les nombreuses réalisations comprennent les fonctions de directeur par intérim du Centre pour le Développement International et la Gestion des Conflits, professeur émérite de population à l'Université du Maryland et conseiller des Nations Unies à l'Université (islamique) Al-Azhar au Caire, en Egypte.

Message clé : La contraception aide les familles à retrouver la tranquillité

La tranquillité est un objectif important de la vie familiale. La contraception aide les familles à retrouver la tranquillité en leur permettant d'avoir des enfants quand elles le souhaitent et quand elles sont prêtes à les avoir.

Le coran dit :

Et l'un des signes [d'Allah] est qu'il a créé pour vous des amis, afin que vous puissiez demeurer en paix avec eux et qu'il a ordonné entre vous, Amour et Miséricorde. AL-ROUM (Sourate 30:21).

C'est Lui qui vous a créés à partir d'une seule âme et qui, à partir de là en a fait sa compagne, afin qu'il puisse demeurer en paix avec elle. AL-A'RAF (Sourate 7 : 189).

Et Allah vous a fait des amis et des enfants et des petits-enfants. AL-NAHL (Sourate 16 :72).

Ces versets attestent que la tranquillité est un objectif important de la vie familiale et est réalisée par le mariage. En outre, alors que la procréation dans le mariage est censée préserver le genre humain, les relations sexuelles dans le mariage ne doivent pas toujours avoir pour but d'avoir des enfants. Sur ce point, l'islam s'éloigne de certaines autres religions où la procréation est le but exclusif des relations sexuelles. Du point de vue islamique, lors de la procréation, il convient de soutenir et d'approuver la tranquillité plutôt que de la perturber.

Ainsi, la contraception aide les familles à retrouver la tranquillité en ayant des enfants quand elles le souhaitent et quand elles sont prêtes à les avoir.

Message clé : la Planification Familiale est autorisée en Islam.

Tout est licite, sauf indication contraire explicite dans le Coran ou dans la tradition du prophète (Sunna). Comme le Coran n'interdit pas le contrôle des naissances, ni interdit à un mari ou à une femme d'espacer les grossesses ou de limiter leur nombre, le planning familial est autorisé en Islam.

Les érudits en islam qui étudient la planification familiale ont justifié la contraception en affirmant que l'islam était une religion de modération fondée sur les principes de « liberté » ou de « permissibilité », c'est-à-dire que tout est licite, sauf indication contraire du Coran ou de la tradition du Prophète (*Sunna*).

Le Coran n'interdit pas le contrôle des naissances, ni interdit à un mari ou à une femme d'espacer les grossesses ou de limiter leur nombre. Ainsi, la grande majorité des érudits islamiques pense que la planification familiale est autorisée dans l'islam. Ces spécialistes soutiennent que le silence du Coran sur la question de la contraception n'est pas une omission de la part d'Allah, puisqu'il est "Omniscient" et que l'Islam est censé être intemporel.

Message clé : l'islam est compatissant.

L'islam serait favorable à la planification familiale si l'espacement des grossesses et la limitation de leur nombre rendaient la mère plus en forme et le père plus à l'aise financièrement, d'autant plus que ces actes ne violent aucune interdiction du Coran ou de la tradition du Prophète.

Le Coran dit :

Allah désire votre aisance. Il ne souhaite aucune difficulté pour vous. AL-BAQARA (Sourate 2 : 185).

Et ne vous a pas imposé de difficultés religieuses. AL-HAJJ (Sourate 22:78).

Allah veut alléger votre fardeau, car l'homme a été créé faible. AL-NISA (Sourate 4 :28).

Ces versets disent que, dans toutes ses institutions et réglementations, l'islam s'adresse à la raison et reste en harmonie avec le caractère naturel de l'homme (fitrah). Il ne manque jamais de démontrer sa grande compassion pour son peuple et ne cherche jamais non plus à leur imposer un fardeau excessif et des restrictions intolérables.

Ainsi, l'Islam serait favorable à la planification familiale si l'espacement des grossesses et la limitation de leur nombre rendaient la mère plus en forme et le père plus à l'aise financièrement, d'autant plus que ces actions ne violent aucune interdiction du Coran ou de la tradition du Prophète (Sunna). Si une fécondité excessive entraînait des risques avérés pour la santé de la mère et de l'enfant, des difficultés économiques et de la gêne pour le père, ou l'incapacité des parents d'élever leurs enfants correctement, les musulmans seraient autorisés à réguler leur fertilité de manière à réduire ces difficultés.

En bref, Allah fait confiance au couple pour décider du moment, de l'espacement et de la taille de sa famille. Ils doivent baser leur décision sur le fait que le moment de la grossesse ou de la naissance nuit à la mère ou à l'enfant et que son mari et elle disposent des ressources nécessaires pour élever un enfant.

En fin de compte, nous travaillons ensemble et avec Allah pour assumer la responsabilité de créer les conditions de notre vie, y compris notre vie de famille. Comme le dit l'histoire classique, la meilleure façon de faire notre devoir et de nous soumettre à Allah consiste à : « Attachez votre chameau, puis faites confiance à Allah ». Nous devrions utiliser notre propre raison et nos propres ressources pour prendre bien soin de nous-mêmes, dans la situation où nous nous trouvons, ensemble, en tant que communauté.

Les érudits musulmans ont identifié la liste suivante des raisons qui justifient l'utilisation de la contraception en islam :

- Éviter à la mère les risques sanitaires qui proviendraient du jeune âge ;
- Préserver la beauté et la forme physique de la femme, en continuant ainsi à faire profiter son mari, en lui assurant une vie conjugale plus heureuse et en le maintenant fidèle ;
- Éviter les difficultés économiques liées au fait de s'occuper d'une famille plus nombreuse, ce qui pourrait contraindre les parents à se livrer à des activités illégales ou s'épuiser pour gagner leur vie ;
- Permettre la scolarisation, l'éducation et la formation religieuse des enfants, ce qui est plus réalisable avec moins d'enfants.

³⁰ Adapté de Roudi-Fahimi, F. 2004. *Islam and Family Planning*. Washington D.C.: Population Reference Bureau, Ford Foundation Office for the Middle East and North Africa.



Communication – Introduction

Objectif:

- Aider les participantes à mettre en pratique leurs compétences en communication et en résolution de problèmes avec les autres ;
- Aider les participantes à comprendre comment les normes de genre influencent la communication ;
- Renforcer la capacité des participantes à utiliser la communication assertive.

Matériel:

- Marqueurs
- Rouleau de papier de présentation.

Temps:

- 1 heure 40 minutes

Guide de la Séance

Accueil (10 minutes)

A FAIRE :

- Accueillez les participantes à la reprise de la formation et les remercier pour leur engagement continu
- Dressez la liste des présences
- Invitez une ou deux participantes à partager au moins une norme avec les autres membres du groupe
- Remerciez les participantes pour le partage.

DEMANDER : y a-t-il quelqu'une qui voudrait bien rappeler au groupe ce dont nous avons discuté lors de notre dernière séance ?

A FAIRE : si nécessaire, rappeler au groupe les messages clés de la séance précédente :

- L'étude de marché est un moyen de connaître les acheteurs de nos produits et des autres produits vendus (ou non vendus). Elle peut aider les entreprises à ajouter de la valeur à leurs produits et à leur entreprise dans son ensemble en comprenant le contexte dans lequel nous vendons notre produit ou service. Il y a six questions à se poser :
- Qui achète ce produit ou service ?
- A 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-ils acheter ce produit ? quel est le rapport qualité/prix/particularité que les gens aiment ?
- Quels autres produits ou services similaires les gens achètent-ils ?
- Comment pouvons-nous ajouter de la valeur à notre produit ?
- Pour ajouter de la valeur à un produit ou service, nous avons besoin de penser à trois questions: Que *puis-je changer concernant la qualité de mon produit*? Que puis-je changer dans la présentation de mon produit ? Que puis-je changer dans la tarification de mon produit?
- Pour ajouter de la valeur à un produit ou service, nous avons besoin de penser à trois questions : Que *puis-je changer concernant la qualité de mon produit* ? Que puis-je changer dans la présentation de mon produit ? Que puis-je changer dans la tarification de mon produit ?
- Comprendre notre marché peut nous dire beaucoup sur les besoins et désirs de nos clients, ainsi que sur ce que font nos concurrents.

DEMANDER :

- Quelqu'une a-t-elle des questions ou des idées à partager sur ce que nous avons appris lors de notre dernière séance ?
- Quelqu'une a-t-elle terminé le devoir de maison, qui consistait à réfléchir à comment ajouter de la valeur à un produit que vous vendez ou pourriez vendre, comme les légumes cultivés dans votre jardin. Si oui, est-ce que quelqu'une aimerait partager ce qu'elle a proposé ?

Bonne Communication – Pourquoi c'est Important³¹ (5-10 minutes)

DIRE : je voudrais que nous réfléchissions à l'importance de l'apprentissage de la communication et de l'amélioration de nos compétences en communication.

DEMANDER : réfléchissons à un couple marié. Pourquoi la bonne communication est-elle importante dans le cadre du mariage ?

- *Note à l'attention de la Facilitatrice : Les réponses possibles peuvent être que la bonne communication :*
 - *Établit la confiance : en communiquant ouvertement et honnêtement, cela nous aide à renforcer la confiance entre partenaires, plutôt que la suspicion et le doute ;*
 - *Favorise l'affection : la communication permet aux maris et aux femmes de mieux se connaître et d'approfondir leurs relations*
 - *Favorise la compréhension en nous aidant à connaître les pensées, les sentiments, les émotions, les rêves, etc. de nos partenaires et leur permettre de connaître les nôtres ;*
 - *Aide à résoudre les problèmes : en collaboration avec nos partenaires, nous sommes en mesure de résoudre les problèmes plus efficacement ;*
 - *Aide à prendre des décisions qui conviennent le mieux à nous-mêmes et à nos familles.*

DIRE : comme vous pouvez le constater, une bonne communication présente de nombreux avantages. Nous allons maintenant regarder comment nous communiquons. Cela nous permettra éventuellement de déterminer si nous pouvons prendre des mesures pour communiquer plus efficacement.

Introduction à Différents Styles de Communication (10-15 minutes)

DIRE: nous allons examiner un peu plus en profondeur la manière dont nous communiquons. Généralement, il existe trois styles de communication: agressif, passif et assertif.

Communication Agressive

DIRE : le premier style que nous examinerons est la communication agressive. Cela implique d'exprimer vos sentiments, opinions et désirs d'une manière qui menace, punit ou effraie l'autre personne. Vous insistez sur vos droits tout en niant les droits des autres.

DEMANDER: selon vous, à quoi ressemble une communication agressive? Qui peut me donner des exemples ?

A FAIRE : invitez les participantes à interpréter leurs réponses.

- *Note à l'attention de la Facilitatrice : les réponses possibles peuvent être: crier, exiger, ne pas écouter les autres, dire que les autres ont tort, se pencher en avant, baisser le regard, pointer du doigt ou montrer du doigt, menacer ou se battre, être sarcastique, crier la vengeance ("Je vous aurai pour cela"), harceler, exploser de colère, utiliser des insultes, etc.*

Communication Passive

DIRE : ensuite, nous avons la communication passive. Cela implique de céder à la volonté des autres, dans l'espoir d'obtenir ce que vous voulez sans avoir à le dire, laisser le choix aux autres le deviner ou de les laisser décider pour vous. Même s'ils étaient maltraités, les communicateurs passifs ne se défendraient pas.

DEMANDER : selon vous, à quoi ressemble un comportement passif?

A FAIRE : invitez les participantes à interpréter leurs réponses.

- *Note à l'attention de la Facilitatrice : Les réponses possibles peuvent être : faire semblant d'accepter, être poli mais se sentir fâché, ne pas être honnête au cas où vous blesseriez les sentiments de l'autre personne, éviter les conflits à tout prix, parler doucement, rire nerveusement, baisser les yeux ou regarder au loin, hocher les épaules, etc.*

Communication Assertive

DIRE : le dernier style de communication est la communication assertive. Cela implique de dire à quelqu'un exactement ce que vous voulez d'une manière qui ne semble ni grossière ni menaçante. Vous défendez vos droits sans mettre en danger les droits des autres. Vous exigez le respect et montrez du respect envers les autres. C'est un style de communication très fort.

DEMANDER : selon vous, à quoi ressemble un comportement assertif?

A FAIRE : invitez les participantes à interpréter leurs réponses.

- *Note à l'attention de la Facilitatrice : Les réponses possibles peuvent être : se tenir debout, parler d'une voix calme, écouter l'autre, reconnaître les pensées de l'autre tout en énonçant clairement les vôtres, ne pas faire appel à des sarcasmes, faire des déclarations avec « Je », etc.*

Discussions (10 minutes)

DEMANDER :

- Quel style de communication pensez-vous être le meilleur?
 - *Note à l'attention de la Facilitatrice : le comportement assertif est souvent ce qu'il y a de mieux parce qu'il permet à quelqu'un de dire ce qu'il ressent, pense et veut de manière claire et honnête. C'est bon pour eux et pour l'autre.*
- D'après votre expérience, les hommes sont-ils plus susceptibles de communiquer d'une certaine manière ? Pourquoi pensez-vous qu'il en est ainsi ? Comment les normes de genre peuvent-elles affecter notre façon de communiquer?
 - *Note à l'attention de la Facilitatrice : les participantes peuvent dire que les hommes sont plus susceptibles de communiquer de manière agressive. Dès leur jeune âge, les garçons apprennent souvent à se comporter de manière plus agressive. Cela signifie qu'ils peuvent être plus susceptibles que les femmes de :*
 - *Montrer de la colère ouvertement en criant, en frappant ou en menaçant quelqu'un ;*
 - *Dominer les conversations et les décisions, y compris celles liées aux*

- activités sexuelles et reproductives ;*
 - *Se mettre à crier sur quelqu'un et ne pas écouter les idées de l'autre ;*
- Quelles en sont les conséquences pour les hommes, les familles et les communautés ?
 - *Note à l'attention de la Facilitatrice : les réponses possibles peuvent être :*
 - *Conséquences pour les hommes :*
 - *Les hommes aliènent les femmes ou aliènent les autres hommes ;*
 - *Gènèrent de la peur ou de la haine chez les autres ;*
 - *Accusent les autres au lieu de régler leurs propres problèmes ;*
 - *Les hommes sont plus susceptibles que les femmes d'avoir un comportement violent*
 - *Conséquences pour les familles :*
 - *Les familles donnent la priorité aux désirs des hommes, même si ces désirs ne sont pas dans le meilleur intérêt de la famille ;*
 - *Dans un sous-groupe d'hommes, la communication agressive devient violente. Cela met en danger le bien-être des membres de la famille.*
 - *Conséquences pour les communautés :*
 - *Les voix des autres groupes ne sont ni entendues ni classées par ordre de priorité parce que les voix des hommes dominent. Ces autres groupes détiennent probablement des informations précieuses sur un certain nombre de problèmes qui affectent la communauté. Ne pas tenir compte de leurs connaissances nuit à la capacité d'une communauté de se développer, de grandir et de résoudre des problèmes.*
- D'après votre expérience, les femmes sont-elles plus susceptibles de communiquer d'une certaine manière ? Pourquoi pensez-vous qu'il en est ainsi ? Comment les normes de genre peuvent-elles affecter notre façon de communiquer ?
 - *Note à l'attention de la Facilitatrice: les femmes peuvent être plus susceptibles de communiquer passivement. Les femmes sont souvent élevées et encouragées à faire ce qui suit:*
 - *Permettre aux aînés, garçons ou hommes de prendre toutes les décisions ;*
 - *Ne pas donner son opinion et garder ses sentiments cachés;*
 - *Maintenir la paix à tout prix;*
 - *Garder le silence sur leurs désirs, y compris leurs désirs sexuels et relatifs à la reproduction, leurs désirs de poursuivre les études, de se rendre dans les centres de santé, etc.*
- Quelles en sont les conséquences pour les femmes, les familles et les communautés ?
 - *Note à l'attention de la Facilitatrice : Les réponses possibles incluent ce qui suit :*

- *Conséquences pour les femmes :*
 - *Les femmes sont souvent obligées d'accepter les décisions que d'autres personnes prennent pour elles - même si ces décisions ne sont pas ce qu'elles veulent ou dans leur meilleur intérêt ;*
 - *Les femmes éprouvent souvent de l'anxiété parce qu'elles sont incapables de contrôler leur vie ;*
 - *Les femmes souffrent souvent de dépression parce qu'elles se sentent coincées et sans espoir ;*
 - *Les femmes se sentent souvent confuses parce qu'elles ignorent leurs propres sentiments.*
- *Conséquences pour les familles :*
 - *Les familles négligent les désirs des femmes, même si leurs désirs sont dans le meilleur intérêt de la famille.*
- *Conséquences pour les Communautés :*
 - *Parce que les voix des femmes ne sont ni entendues, ni priorisées, les communautés sont rarement conçues ou organisées pour répondre à leurs besoins ;*
 - *Les femmes détiennent souvent des informations précieuses sur un certain nombre de problèmes qui affectent la communauté. Ne pas tenir compte de leurs connaissances nuit à la capacité d'une communauté de se développer, de grandir et de résoudre des problèmes.*

Communication Assertive (10 minutes)

DIRE : comme nous en avons discuté, la communication assertive est un excellent moyen de faire face à toutes les conversations, en particulier aux sujets difficiles ou aux relations avec quelqu'un avec qui vous avez un problème. Elle est sans jugement et peut aider à ouvrir une conversation plutôt qu'à la fermer.

La communication assertive comprend deux parties : exprimer nos désirs, nos besoins et nos pensées et, en écoutant, respecter ce que les autres veulent, en ont besoin et pensent. En termes simples, il s'agit de la façon dont nous parlons et dont nous écoutons. Aujourd'hui, nous allons nous concentrer sur cette première partie : notre façon de parler.

Affirmations avec « Je »

DIRE : une technique pour parler de manière assertive consiste à utiliser les propos avec « Je ». Les affirmations avec « Je » vous permettent d'exprimer clairement votre point de vue, comment quelque chose vous affecte et comment vous voudriez que les choses changent. Voici comment faire :

<p>Formule de Déclaration avec “Je”</p> <p>Je sens _____, quand vous _____. Ce que je voudrais plutôt c'est _____.</p>

A FAIRE :

- Lisez à haute voix la formule des affirmations avec « Je » ;
- Demandez aux participantes de répéter la formule.

DIRE : en voici quelques exemples :

- « Je me sens négligée quand vous rentrez tard à la maison sans me le faire savoir. Ce que j'aimerais plutôt, c'est que vous me le fassiez savoir à temps. » ;
- « Je suis triste quand vous critiquez ma cuisine. Ce que j'aimerais plutôt, c'est que vous me donniez votre avis en privé après le repas sur la façon dont je pourrais l'améliorer. Peut-être que vous pouvez même m'aider avec la cuisine afin que je puisse apprendre ce que vous aimez. » ;
- « Comme vous pouvez le constater, je suis restée calme et j'ai clairement exposé le problème et ce que je voulais. »

Vous pouvez jouer un peu avec cette formule. Assurez-vous simplement de toujours indiquer : 1) comment vous vous sentez, 2) le comportement auquel vous réagissez et 3) le changement que vous souhaitez voir. N'hésitez pas à ajouter plus d'informations également. Parfois, il peut être utile de commencer par reconnaître les sentiments de l'autre. Par exemple : « Je comprends que votre travail est très exigeant, mais je me sens négligée lorsque vous rentrez tard à la maison sans me le faire savoir. Ce que j'aimerais plutôt, c'est que vous me le fassiez savoir à l'avance. »

Pratiquer la Communication Assertive (30 minutes)**Scenarios :**

1. Fati est une fille de 15 ans qui n'aime pas se marier, mais sa famille a fixé la date de son mariage. Elle décide de parler à sa mère de ses sentiments.
2. Mina est une jeune femme âgée de 17 ans. Elle vient de se marier et son mari et elles ont décidé de différer leur grossesse. Sa belle-mère pense que c'est une mauvaise idée et continue de la harceler pour avoir un bébé. Mina décide de parler à sa belle-mère.
3. Zeinab veut créer une entreprise d'engraissement de chèvres. Elle et son mari n'ont jamais parlé du travail de Zeinab et elle s'inquiète de la manière dont il pourrait réagir. Néanmoins, elle décide de parler à son mari de ses rêves d'entreprise.
4. Mariama a eu l'occasion de participer à une formation para-vétérinaire—ce qu'elle a toujours voulu faire. Cependant, elle ne pense pas que son mari voudra qu'elle participe. Elle décide de lui parler de ses désirs.
5. Maria est une fille de 16 ans qui vient de se marier. Elle veut continuer à aller à l'école pour avoir son baccalauréat, mais son mari ne le veut pas. Il lui dit que les femmes n'ont pas besoin d'instruction ; elles sont censées être des mères. Maria décide de parler avec lui.
6. Rahina a 19 ans et est mariée. Elle souhaite utiliser la contraception pour avoir le temps de connaître son mari et d'économiser assez d'argent pour supporter un enfant. Son mari a fait dit qu'il veut des enfants tout de suite. Bien que Rahina respecte les désirs de son mari, elle souhaite lui parler des siens et voir s'ils peuvent parvenir à un accord mutuel.

DIRE : nous allons maintenant nous entraîner à utiliser les déclarations avec « Je ». Je vous demanderai de travailler avec des partenaires. Je vais vous donner différents scénarios. Je veux

que vous utilisiez la formule de déclaration avec «Je» pour comprendre comment vous communiqueriez sur ce problème.

A FAIRE :

- Attribuez aux participantes des partenaires, idéalement une personne avec laquelle elles n'ont jamais travaillé auparavant ;
- Lisez un scénario à chaque groupe ;
- Donnez aux participantes 10 à 15 minutes pour rédiger leurs affirmations « je » ;
- Invitez les paires à présenter leurs affirmations avec « Je ». Leur faire part de vos commentaires sur ce qui a été bien fait et sur comment apporter des améliorations.

Discussions (5-10 minutes)

DEMANDER :

- Pensez-vous que la communication assertive vous sera utile dans votre vie ? pourquoi ou pourquoi pas ?
- Pensez-vous pouvoir utiliser certaines de ces nouvelles compétences dans votre vie et à la maison ? Comment ? A quels défis pourriez-vous être confrontée ? Comment pourriez-vous faire face à ces défis ?

DIRE : comme exercice de maison, je voudrais que chacune de vous exerce ses compétences de communication assertive dans au moins une interaction au cours de la semaine prochaine. Je recommanderais de vous entraîner avec quelqu'un avec qui vous êtes déjà à l'aise, par exemple une amie ou une sœur. Vous pouvez partager votre expérience au début de notre prochaine séance, en fournissant au groupe des détails sur son déroulement, comment vous vous êtes sentie et comment l'autre personne a réagi.

Conclusion, Evaluation et Activité de Fin de séance (10 minutes)

A FAIRE : Lisez, ci-dessous, les principaux messages clés de cette séance :

- Il existe trois styles de communication : assertif, agressif et passif ;
- La communication assertive est le style de communication le plus sain ;
- Une technique pour communiquer de manière assertive consiste à utiliser les affirmations avec « Je ». Les affirmations avec « Je » vous permettent d'exprimer clairement votre point de vue, comment quelque chose vous affecte et comment vous voudriez que les choses changent.

S'il reste encore de temps, DEMANDER :

- Avant de mettre fin à cette séance, y a-t-il quelqu'une qui aimerait partager avec le groupe une chose qu'elle a trouvée intéressante ou excitante sur la séance d'aujourd'hui ?
- Y a-t-il eu des idées ou des activités qui vous ont interpellée ? si oui, en quoi ?
- Avez-vous des questions à poser ?

A FAIRE :

- Administrez l'Evaluation Smiley à l'aide des questions dans l'encadré « Tester Vos Connaissances ! » figurant à la fin de la présente Séance de ce Guide. Une fois la séance terminée et les participantes parties, enregistrer les réponses dans le

- Formulaire d'Évaluation de Séance (Annexes 1-2) ;
- Informez les participantes des sujets de la prochaine séance ;
 - Leur rappeler la date, l'heure et le lieu de la prochaine séance ;
 - Remerciez les participantes pour leur participation active;
 - Libérez le groupe.

Testez Vos Connaissances !

DIRE : je vais lire une question ou une affirmation, suivie d'une réponse. Si vous êtes d'accord avec ladite réponse, levez la main.

1. Un exemple de communication passive consiste à crier fort pour dire ce que l'on veut : Vrai ou faux ? **FAUX**
2. Un exemple de communication passive c'est lorsqu'on pique une grande colère : Vrai ou faux ? **VRAI**
3. Utiliser les affirmations commençant par "Je" vous permet de communiquer de façon assertive : Vrai ou faux ? **VRAI**

³¹ Adapted from 'Why Communicate' in Yaker, Robyn. 2018. Model Couples (Indashyikirwa) in Eliminating Gender-Based Violence : Adapted Training Module. CARE Rwanda.



Communication – Pratiquer la Communication Assertive

Objectif:

- Renforcer la capacité des participantes à utiliser la communication assertive ;
- Renforcer la capacité des participantes à communiquer de manière assertive sur des sujets liés à leur santé sexuelle et reproductive et à leurs aspirations futures

Matériel:

- Marqueurs ;
- Rouleau de papier de présentation.

Temps:

- 1 heure 45 minutes

Guide de la Séance

Accueil (10 minutes)

A FAIRE :

- Accueillez les participantes à la reprise de la formation et les remercier pour leur engagement continu ;
- Dressez la liste des présences ;
- Invitez une ou deux participantes à partager au moins une norme avec les autres membres du groupe ;
- Remerciez les participantes pour le partage.

DEMANDER : y a-t-il quelqu'une qui voudrait bien rappeler au groupe ce dont nous avons discuté lors de notre dernière séance ?

A FAIRE : si nécessaire, rappeler au groupe les messages clés de la séance précédente.

- Il existe trois styles de communication : assertif, agressif et passif ;
- La communication assertive est le style de communication le plus sain ;
- Une technique pour communiquer de manière assertive consiste à utiliser les affirmations avec « Je ». Les affirmations avec « Je » vous permettent d'exprimer clairement votre point de vue, comment quelque chose vous affecte et comment vous voudriez que les choses changent.

DEMANDER :

- Quelqu'une a-t-elle des questions ou des idées à partager sur ce que nous avons appris lors de notre dernière séance ?
- Y a-t-il quelqu'une qui s'est exercée à utiliser les affirmations avec « Je » ? Si oui, comment cela s'est-il passé ?

Ce Que Nous Faisons et Ce Dont Nous ne Parlons Pas (5-10 minutes)

DIRE : lors de la séance précédente, nous avons discuté de notre style de communication.

DEMANDER : qui peut me rappeler à quoi ressemble une communication passive ? Qu'en est-il de la communication agressive ?

DIRE : dans notre société, nous avons également des normes sociales sur ce dont les hommes et les femmes peuvent parler.

DEMANDER :

- Par exemple, une femme devrait-elle parler à son mari des finances de leur ménage ?
- Est-il acceptable pour une femme de dire à son mari qu'elle ne veut pas avoir de relations sexuelles ?
- Qu'en est-il des hommes ? Pensez-vous qu'on encourage les hommes à parler à leurs femmes de leurs émotions ?

DIRE : comme vous pouvez le constater, les choses sur lesquelles nous communiquons sont conditionnées par les normes du genre. Ces normes du genre créent et renforcent les

déséquilibres de pouvoir. Ces règles sont préjudiciables aux hommes et aux femmes car elles limitent les hommes et les femmes et les empêchent de s'exprimer librement. Au cours de la séance d'aujourd'hui - tout comme lors de la séance précédente - nous allons nous entraîner sur comment communiquer sur des sujets difficiles.

Ecoute Active (15 minutes)

DIRE : lors d'une séance précédente, nous avons appris un aspect de la communication assertive : parler de manière assertive. Maintenant, nous allons en apprendre davantage sur la deuxième partie : l'écoute active.

Une bonne communication exige que nous comprenions ce que les autres disent. Cela signifie que nous devons écouter - avec nos yeux, nos oreilles, notre bouche et notre corps ! Suivez avec moi.

A FAIRE : invitez une participante à devant le groupe. Demandez-lui de vous dire ce qu'elle a fait aujourd'hui, à partir du moment où elle s'est réveillée jusqu'à son arrivée au Collectif des Filles. Pendant qu'elle parle, adoptez les comportements suivants :

- Bâiller ;
- Rouler des yeux ;
- Ne pas faire de contact visuel et ne pas regarder l'orateur ;
- Bouger continuellement ;
- Rire de manière sarcastique ;
- Marmonner ;
- Froncer les sourcils.

Après une minute environ, interrompre l'activité.

DEMANDER :

- Sur la base de mes actions, étais-je intéressée par ce que disait notre amie ici ?
- Comment pensez-vous qu'elle se sentait ? se sentait-elle respectée ? jugée ?
- Pensez-vous qu'elle voulait continuer à parler avec moi ?

A FAIRE : répétez l'exercice avec une autre volontaire. Cependant, cette fois-ci, lorsque la volontaire décrit en détail les activités de sa journée, faire certaines des actions ci-après :

- Établissez un contact visuel ;
- Souriez ou faire d'autres expressions faciales appropriées en fonction de l'histoire ;
- Hochez la tête ;
- Encouragez l'orateur à continuer avec de petits commentaires verbaux tels que « oui » et « euh hein » ;
- Penchez-vous vers l'orateur.

DEMANDER :

- Sur la base de mes actions, étais-je intéressée par ce que disait notre amie, ici ?
- Comment pensez-vous qu'elle se sentait? se sentait-elle respectée? jugée? estimée ?
- Pensez-vous qu'elle voulait continuer à parler avec moi ?

DIRE : cette activité nous montre que nous pouvons communiquer beaucoup d'informations

sans utiliser de mots. Nous faisons cela en utilisant ce qu'on appelle des indices non verbaux.

DEMANDER :

- Que pouvons-nous faire de positif avec notre corps pour dire à quelqu'un que vous l'écoutez avec respect et sans porter de jugement ?
 - *Note à l'attention de la Facilitatrice : Les réponses possibles incluent ce qui suit :*
 - Sourire ;
 - Présenter les expressions faciales intéressées ;
 - Posture détendue ;
 - Maintenir le contact visuel ;
 - Faire des gestes encourageants tels que hocher la tête ;
 - Se pencher vers l'orateur.
- Quelles sont certaines des choses négatives que nous pouvons faire avec notre corps qui indiquent que nous n'écoutons pas ? Ces indices peuvent indiquer que vous n'êtes pas intéressée, que vous jugez le locuteur, vous n'êtes pas d'accord avec lui, etc.
 - *Note à l'attention de la Facilitatrice : Les réponses possibles incluent ce qui suit :*
 - Bâiller ;
 - Hocher la tête ;
 - Soupirer et haleter ;
 - Croiser ses bras ;
 - Ne pas maintenir le contact visuel ou ne pas faire face à l'orateur ;
 - Bouger continuellement ;
 - Froncer les sourcils ;
 - Avoir l'air dégoûtée ;
 - Rire de manière sarcastique ;
 - Rouler des yeux.

DIRE : ce sont tous d'excellents exemples.

Analyse de la Communication Assertive (5 minutes)

DIRE : nous allons maintenant mettre nos compétences en communication assertive en pratique. Passons, rapidement, en revue toutes les compétences que nous avons acquises. Rappelez-vous, la communication assertive implique deux parties: parler et écouter.

A FAIRE :

- Rappelez aux participantes la formule de déclaration avec « Je » :
 - Je me sens ____ quand vous _____. Ce que j'aimerais plutôt, c'est _____.
- Rappelez aux participantes les comportements non verbaux positifs :
 - Sourire ;
 - Présenter les expressions faciales intéressées ;
 - Posture détendue ;
 - Maintenir le contact visuel ;
 - Faire des gestes encourageants tels que hocher la tête ;
 - Se pencher vers l'orateur ;

Jeu de Rôle sur la Communication Assertive (40 minutes)

A FAIRE :

- Attribuez des partenaires aux participantes;
- Lisez un scénario pour chaque paire.
- Expliquez au groupe que leur tâche consiste à réfléchir à la manière dont les couples dans les scénarios qui leur ont été présentés pourraient communiquer de manière assertive au sujet de leurs dilemmes. Ensuite, elles doivent proposer un court jeu de rôle pour partager leurs idées avec le reste de la classe ;
- Donnez au groupe 10 à 15 minutes pour discuter de leurs idées et préparer un jeu de rôle ;
- Ensuite, rassemblez le groupe. Invitez chaque groupe à présenter son jeu de rôle au reste du groupe, un à un ;
- Après chaque représentation, invitez les autres membres du groupe à donner leur avis sur ce qu'ils ont bien fait et ce qu'ils pourraient faire autrement.

Discussions (5-10 minutes)

DIRE : avant de terminer la séance, est-ce que quelqu'une aimerait partager ce qu'elle a appris aujourd'hui ?

DEMANDER : Pensez-vous pouvoir utiliser certaines de ces nouvelles compétences dans votre vie et à la maison ? Comment ? A quels défis pourriez-vous être confrontée ? Comment pourriez-vous faire face à ces défis ?

Devoir (2 minutes)

DIRE : une fois encore, je voudrais que chacune de vous exerce ses compétences en matière de communication assertive dans au moins une interaction au cours de la semaine prochaine. Je vous recommande de vous entraîner avec quelqu'une avec qui vous êtes déjà à l'aise, par exemple une amie ou une sœur. Vous pouvez partager votre expérience au début de notre prochaine séance, en fournissant au groupe des détails sur son déroulement, comment vous vous êtes sentie et comment l'autre personne a réagi.

Conclusion, Evaluation et Activité de Fin de Séance (10 minutes)

A FAIRE : Lisez, ci-dessous, les messages clés de cette séance :

- Notre langage corporel peut indiquer que nous sommes à l'écoute des gens, intéressés par ce qu'ils disent et disposés à écouter leur histoire ou point de vue ;
- La communication assertive est un outil efficace pour tenir des conversations difficiles dans le respect.

S'il reste encore de temps, DEMANDER :

- avant de mettre fin à cette séance, y a-t-il quelqu'une qui aimerait partager avec le groupe une chose qu'elle a trouvée intéressante ou excitante sur la séance d'aujourd'hui ?
- Y a-t-il eu des idées ou des activités qui vous ont interpellée ? si oui, en quoi ?
- Avez-vous des questions à poser ?

A FAIRE :

- Administrez l'Evaluation Smiley à l'aide des questions dans l'encadré « Tester Vos Connaissances ! » figurant à la fin de la présente Séance de ce Guide. Une fois la séance terminée et les participantes parties, enregistrer les réponses dans le Formulaire d'Evaluation de Séance (Annexes 1-2) ;
- Informez les participantes des sujets de la prochaine séance ;
- Rappelez- Leur la date, l'heure et le lieu de la prochaine séance ;
- Remerciez les participantes pour leur participation active;
- Libérez le groupe.

Testez Vos Connaissances !

DIRE : je vais lire une question ou une affirmation, suivie d'une réponse. Si vous êtes d'accord avec ladite réponse, levez la main.

1. Le fait de rouler des yeux, d'interrompre et de rire de manière sarcastique pendant que quelqu'un vous parle encourage ladite personne à s'ouvrir et à partager ses pensées et ses sentiments avec vous : Vrai ou Faux ? **FAUX**
2. Nous faisons preuve de respect pour l'autre personne lorsque nous combinons communication assertive et écoute active : vrai ou faux ? **VRAI**

Scenarios de Jeu de Rôle

Scenarior 1 : un homme récemment marié parle à son épouse de l'utilisation de méthodes de planification familiale. Elle veut avoir un bébé tout de suite mais son mari pense qu'ils devraient attendre. Il sait que sa femme est encore jeune et qu'il est plus dangereux pour elle d'avoir un enfant maintenant. Il souhaite également apprendre à connaître un peu mieux sa femme avant d'amener un enfant dans leur vie. Elle a le sentiment que si elle n'a pas d'enfant tout de suite, les gens vont parler d'elle et la qualifier d'infertile. Elle s'inquiète également de ce que pourraient dire ses beaux-parents et ses parents.

Scenarior 2 : une fille récemment mariée parle à son mari de l'utilisation de méthodes de planification familiale. Elle souhaite poursuivre ses études et sait que si elle tombe enceinte et a un enfant, elle ne pourra probablement pas le faire. De son côté, il veut un enfant immédiatement pour prouver à sa communauté qu'il est un « vrai homme ».

Scenarior 3 : Hamza et Maimouna sont mariés. Hamza travaille comme agriculteur. Maimouna reste s'occupe de la maison, mais c'est aussi une excellente couturière. Elle n'a pas de magasin, mais parfois les femmes du quartier lui demandent de lui faire des choses et elle gagne un peu d'argent supplémentaire. Cette année, un voisin a demandé de nombreuses pièces pour un mariage et Maimouna a gagné plus que d'habitude. Hamza collecte tout l'argent que Maimouna a à la fin de chaque semaine et lui donne une allocation hebdomadaire. Ils sont tous deux heureux de l'argent supplémentaire. Cependant, ils ont des idées différentes sur la façon de l'utiliser. Hamza voudrait acheter de nouvelles chaussures. Maimouna aimerait économiser de l'argent afin de pouvoir éventuellement acheter une machine à coudre.

Scenarior 4 : Djamila et Karimou sont mariés depuis 6 mois. Leur mariage a été arrangé par la famille et ils ont attendu d'être mariés pour avoir des relations sexuelles. Karimou aime avoir des relations sexuelles au moins 3 fois par semaine. Djamila ne trouve pas le sexe agréable et ne comprend donc pas pourquoi ils devraient avoir des relations sexuelles aussi souvent. Karimou veut aussi toujours avoir des relations sexuelles tard le soir quand elle est épuisée après une longue journée. Elle espère généralement qu'il revienne à la maison si tard qu'elle s'endormira déjà.



Relations Saines - Sources d'Amour, de Compassion et de Soutien

Objectif:

- Identifier les caractéristiques d'une relation saine

Matériel:

- Marqueurs ;
- Rouleau de papier de présentation.

Temps:

- 1 heure 30 minutes

L'imagerie guidée :

Imaginez que vous avez une relation saine avec votre mari. Imaginez-vous et votre mari. (Pause). Comment vous sentez-vous dans cette relation? (Pause). Comment vous sentez-vous quand votre partenaire est près de vous? (Pause). Vous sentez-vous en sécurité ? Vous sentez-vous bien dans votre peau? (Pause). Comment vous sentez-vous quand vous êtes séparés ? (Pause). Que pense votre partenaire de vous ? (Pause).

Dans cette relation saine, que pense votre mari de vous ? Quelles idées se fait-il de vous ? Selon votre mari, quelle est la bonne manière de se comporter ou d'interagir dans votre relation ? Selon lui, qu'est-ce qui n'est pas normal ? (Pause). Que fait-il pour que cette relation soit saine ? (Pause). Qu'est-ce que votre partenaire NE fait pas ? (Pause). Que faites-vous ? Qu'est-ce que vous ne faites PAS ? (Pause). Est-ce que vous et votre mari communiquez ? De quoi parlez-vous ? (Pause). Est-ce que votre mari vous apprécie ? Comment montre-t-il qu'il vous apprécie ? (Pause). Est-ce que votre mari vous respecte ? Comment montre-t-il qu'il vous respecte ? (Pause). Que se passe-t-il lorsque des problèmes surviennent ? (Pause). Comment votre mari et vous gérez les difficultés et les désaccords dans cette relation saine ? (Pause). Quels autres facteurs rendent cette relation saine ?

Guide de la Séance

Accueil (10 minutes)

À FAIRE :

- Accueillez les participantes à la reprise de la formation et les remercier pour leur engagement continu ;
- Dressez la liste des présences ;
- Invitez une ou deux participantes à partager au moins une norme avec les autres membres du groupe ;
- Remerciez les participantes pour le partage.

DEMANDER : y a-t-il quelqu'une qui voudrait bien rappeler au groupe ce dont nous avons discuté lors de notre précédente séance ?

À FAIRE : si nécessaire, rappeler au groupe les messages clés de la séance précédente.

- Avantages - quels sont quelques avantages ou aspects positifs de cette option?
- Inconvénients - quels sont quelques inconvénients ou aspects négatifs de cette option ?
- Un juste équilibre des avantages et des inconvénients peut vous aider à prendre une décision réfléchie.

DEMANDER :

- Y a-t-il quelqu'une qui a des questions ou des idées à partager sur ce que nous avons appris lors de notre précédente séance?

Explorons les Relations dans Nos Vies (10 minutes)³²

DIRE : aujourd'hui, nous allons nous pencher sur les relations. Pour commencer, nous allons donner libre cours à nos idées en matière de relation saine. Dans un instant, je vais vous demander de fermer les yeux. Lorsque vous aurez fermé les yeux, je vous guiderai afin que vous imaginiez ce qui selon vous est une relation saine. Mettez-vous toutes à l'aise et fermez les yeux.

À FAIRE : commencez l'imagerie guidée. Parlez lentement et marquez une pause où c'est indiqué.

À FAIRE : demandez aux participantes d'ouvrir leurs yeux.

DEMANDER : qu'avez-vous ressenti à imaginer ce genre de relation?

DIRE : à travers les images que nous avons d'une relation saine, nous avons imaginé que nos maris nous incitaient à nous sentir d'une certaine manière, à penser ou à croire certaines choses de nous-mêmes, faire certaines choses, ne pas faire d'autres choses. Nous allons maintenant discuter de ces images.

Dans une Relation Saine, Mon Mari... (20-25 minutes)

À FAIRE :

- Divisez les participantes en groupes de trois pour discuter de leur vision d'une relation saine ;
- Lisez les déclarations suivantes : Dans une relation saine, mon mari...
 - Me fait ressentir...
 - Pense/croit...
 - Fait/est...
 - Ne fait pas/n'est pas ...
- Dite aux participantes que vous lirez les déclarations à nouveau, en faisant une pause de 2 à 3 minutes après chaque affirmation. Invitez-les à discuter de leurs réponses avec les autres filles de leur groupe ;
- Ensuite, répéter chaque affirmation et inviter les groupes à faire part de leurs réflexions ;
- Attirez, de nouveau, l'attention du groupe sur le centre. Pour chaque catégorie, passez en revue les caractéristiques d'une relation saine proposées par les participantes. Mettre l'accent sur ceux qui sont répétés le plus souvent.
 - *Note à l'attention de la Facilitatrice : les exemples comprennent notamment :*
 - *Me fait ressentir... aimée, en sécurité, respectée, heureuse, digne de confiance, appréciée, valorisée ;*
 - *Pense/croit... que je suis importante, que mon opinion est importante, que nous sommes égaux, que la violence est inacceptable, que mes relations avec les amis/la famille sont importantes, que je suis intelligente, que je suis spéciale ;*
 - *Fait confiance en moi, respecte mon opinion, honnête, passe du temps avec moi, prend des décisions concernant les finances du ménage avec moi, fidèle, accorde de l'importance à mon plaisir sexuel ;*
 - *Ne me frappe pas, ne me dénigre pas, ne me crie pas dessus, n'essaie pas de contrôler mes mouvements, ne me néglige pas, ne m'empêche*

pas de voir mes amis ou ma famille, ne surveille pas mes mouvements/ mes appels téléphoniques/mes textos, ne m'oblige pas à avoir des relations sexuelles quand je ne veux pas.

- *Note à l'attention de la Facilitatrice : les participantes peuvent énumérer des normes négatives liées au genre ou un déséquilibre de pouvoirs (c'est-à-dire, mon mari me frappe, me corrige, a toujours raison, etc.). Dans ces cas-là, demandez au groupe quelles sont les normes liées au genre qui persistent, sont-elles saines ou alors sommes-nous juste conditionnées à le croire.*

DEMANDER : Est-ce quelqu'une a des réflexions ou des pensées qu'elle aimerait partager?

Dans une Relation Saine, Je... (20-25 minutes)

DIRE : même si nous sommes tous différents, il y a beaucoup de similarités s'agissant de ce que nous recherchons dans nos relations. Nous voulons tous nous sentir heureux, positifs, aimés et respectés dans nos relations. C'est facile de penser à ce que nous attendons de nos partenaires. Mais nous ne nous demandons pas souvent ce que nous faisons ressentir à nos partenaires. Et si on inversait ces déclarations ?

À FAIRE : répétez l'exercice en utilisant les déclarations suivantes : Dans une relation saine, (je)...

- Mon mari se sent ...
- Pense / crois...
- Fais / suis...
- Ne fais pas / ne suis pas ...

Une fois que les groupes aient partagé leurs idées sur leurs propres actions et réflexions dans une relation saine, exhortez les participantes à se demander si quelque chose a changé lorsque l'attention a été reportée sur elles et non sur leurs maris.

Discussions (15 minutes)

DEMANDER : y a-t-il eu des différences entre les attentes que vous aviez à l'endroit de votre mari et celles que vous aviez pour vous-même en vue de créer une relation saine ?

- *Note à l'attention de la Facilitatrice : il est courant que les réponses sur ce que nous voulons ressentir à l'encontre de nos partenaires soient des émotions « légères » telles que le bonheur, le respect, l'amour, la joie. Cependant, lorsque nous réfléchissons à ce que nous devrions faire ressentir à nos partenaires, le ton change souvent et nous pensons à des choses comme "tolérer" ou "accepter des erreurs". Cela met en évidence une différence dans la manière dont nous voyons notre propre responsabilité à montrer de l'amour et de l'appréciation envers nos partenaires.*

DEMANDER :

- Qu'est-ce que cela nous a appris sur les relations saines ?
 - *Note à l'attention de la Facilitatrice : soulignez que les relations saines exigent l'engagement des époux aussi bien que des épouses et sollicitent un respect mutuel, un équilibre du pouvoir et l'égalité ;*
- Qu'est-ce que cela nous dit sur la manière dont nous traitons nos maris et dont nous sommes traitées par eux ?
 - *Note à l'attention de la Facilitatrice : soulignez que nous ne pensons pas*

souvent à l'étendue des effets liés à la manière dont nous traitons nos maris et à la manière dont ils nous traitent. Nous ne réalisons pas toujours à quel point les normes négatives liées au genre influencent fortement notre comportement dans nos relations).

- Existe-t-il des choses plus difficiles à faire que d'autres ? si oui, lesquelles ? pourquoi sont-elles plus difficiles ?
- Pensez-vous qu'il serait possible d'avoir ce type de relation ? Pourquoi ou pourquoi pas ?

DIRE : des relations saines sont possibles ! Personne n'est parfait, mais nous pouvons essayer de comprendre les conditions indispensables pour que nos relations soient saines et que nous puissions vivre en accord avec ces idées.

Conclusion, séance d'Évaluation et Activité de Fin de Journée (10 minutes)

À FAIRE : Lisez, ci-dessous, les messages clés de cette séance :

- Une relation saine est une relation dans laquelle nous nous sentons respecté, valorisé et apprécié, dans laquelle nous partageons les

S'il vous reste encore de temps, DEMANDER :

- Avant de mettre fin à la présente séance, y a-t-il quelqu'une qui aimerait partager avec le groupe un point qu'elle a trouvé intéressant ou excitant à propos de la séance d'aujourd'hui ?
- Y a-t-il eu des idées ou des activités qui vous ont interpellé ? si oui, en quoi ?
- Y a-t-il y a des questions ?

A FAIRE :

- Administrez l'Évaluation Smiley à l'aide des questions dans l'encadré « Tester Vos Connaissances ! » figurant à la fin de la présente Séance de ce Guide. Une fois la séance terminée et les participantes parties, enregistrer les réponses dans le Formulaire d'Évaluation de Séance (Annexes 1-2) ;
- Informez les participantes sur les sujets de la prochaine séance ;
- Rappelez-leur la date, l'heure et le lieu de la prochaine séance ;
- Remerciez les participantes pour leur participation active ;
- Libérez le groupe.

Tester Vos Connaissances !

DIRE: je vais lire une question ou une affirmation, suivie d'une réponse. Si vous êtes d'accord avec ladite réponse, levez la main.

1. Une relation saine est une relation dans laquelle le mari prend toutes les décisions pour sa femme : Vrai ou faux ? **FAUX**
2. Les normes hommes-femmes influencent la façon dont nous nous comportons dans nos relations : Vrai ou faux ? **VRAI**

³² Adapted from 'What Makes a Healthy Relationship?' in Yaker, Robyn. 2018. *Model Couples (Indashyikirwa) in Eliminating Gender-Based Violence : Adapted Training Module*. CARE Rwanda.



Violences Basées sur le Genre

Objectifs :

- Aider les participantes à identifier différentes formes de violences basées sur le genre ;
- Permettre aux participantes de discuter de leurs attitudes face à la violence dans les relations intimes et des moyens de promouvoir des relations saines fondées sur le respect ;
- Permettre aux participantes de cartographier les sources de soutien et les ressources qui pourraient être utiles dans les cas de violence basée sur le genre.

Matériel :

- Marqueurs ;
- Rouleau de papier de présentation ;
- Liste de référence VBG.

Préparation :

- Préparez un tableau de présentation avec la silhouette d'une femme et celle d'un homme. Sur les deux silhouettes, dessinez un cœur et un cerveau.

Temps :

- 1 heure 40 minutes

Guide de la Séance

Accueil (10 minutes)

A FAIRE :

- Accueillez les participantes à la reprise de la formation et les remerciez pour leur engagement continu ;
- Dressez la liste des présences ;
- Invitez une ou deux participantes à partager au moins une norme avec les autres membres du groupe ;
- Remerciez les participantes pour le partage.

DEMANDER : y a-t-il quelqu'une qui voudrait bien rappeler au groupe ce dont nous avons discuté lors de notre dernière séance ?

A FAIRE : si nécessaire, rappelez au groupe les messages clés de la séance précédente :

- Une relation saine est une relation dans laquelle nous nous sentons respecté, valorisé et apprécié, dans laquelle nous partageons les responsabilités et les décisions, communiquons ouvertement, sommes honnêtes, non violents et nous traitons comme des égaux.

DEMANDER : y a-t-il des questions à poser ou des idées à partager sur ce que nous avons appris au cours de notre dernière séance ?

Introduction aux Violences Basées sur le Genre³³ (15 minutes)

DIRE : aujourd'hui, nous allons discuter de la violence. Cette séance peut susciter de forts sentiments et émotions, ce qui est parfaitement normal; c'est un sujet très difficile. Si jamais vous ressentez le besoin de faire une pause et de vous retirer du groupe pendant quelques minutes, n'hésitez pas à le faire.

DEMANDER : la violence est-elle un sujet de conversation? Pourquoi ou pourquoi pas?

DIRE : dans de nombreuses communautés à travers le monde, la violence est considérée comme un sujet « tabou » - ou un sujet dont on ne devrait pas parler. Cela pourrait nous donner l'impression que la violence n'est pas un problème ou qu'elle n'est pas courante. En réalité, la violence existe et a un impact très réel et négatif sur tous les membres de notre communauté. En raison de son impact négatif, il est très important que nous commençons à en parler. Nous pouvons trouver des solutions pour mettre fin à cette violence si nous en parlons.

Nous allons commencer notre discussion sur la violence en apprenant un peu plus à son sujet – ce à quoi elle ressemble, ses causes, ses conséquences, etc.

Pour commencer, notons qu'il existe quatre catégories différentes de violence. Elles sont :

- La violence physique (fait mal au corps) ;
- La violence émotionnelle (blesse les sentiments) ;
- La violence sexuelle (contrôle de la sexualité) ;

- La violence économique (contrôle de l'accès à l'argent, à la propriété ou aux ressources).

A FAIRE :

- En commençant par la violence physique, inviter les participantes à donner des exemples de tous les types d'actes violents appartenant à chaque catégorie. Encourager les participantes à dresser de longues listes pour chaque catégorie. Utiliser le tableau ci-dessous comme référence ;
- Attirez l'attention des participantes sur le plus grand nombre d'actes de violence auxquels elles sont habituées.

Exemples de Différents Types de Violences Basées sur le Genre

La violence émotionnelle comprend, sans toutefois s'y limiter : les insultes «tu es si laide » ou « tu es si inutile »; être méprisé(e) devant les autres; être privé(e) de nourriture, de sommeil ou de soins médicaux ; interdire à un partenaire de quitter le jardin ou la maison, ou de voir sa famille et ses amis ; vouloir savoir le moindre fait et geste d'un partenaire ; ne pas participer à aucune tâche ménagère ; interdire à une partenaire de parler avec d'autres hommes ; punir ou effrayer un/une partenaire en s'en prenant à quelque chose ou quelqu'un qu'il/elle aime ; ne pas se soucier de la santé et du bien-être de son/sa partenaire ; faire savoir à un/une partenaire que vous ne l'aimez pas ; crier, lancer des objets et menacer d'avoir recours à la violence.

La violence économique inclut, entre autres : confisquer les gains d'un partenaire ; ne pas partager le revenu du foyer équitablement ; interdire à un partenaire d'obtenir ou de garder un emploi ; refuser de donner de quoi subvenir aux besoins de votre enfant.

La violence physique inclut, sans toutefois s'y limiter : frapper, mordre, donner des coups de poing, gifler, donner des coups de pied, pincer et arracher les cheveux; étrangler; menacer ou attaquer avec une arme; enfermer un partenaire dans une pièce.

La violence sexuelle comprend, entre autres : forcer un partenaire à avoir des relations sexuelles ou à faire quelque chose de sexuel qu'il/elle ne veut pas faire ; prendre des photos d'une personne nue sans son consentement ; menacer ou harceler une personne ; refuser à une personne le droit d'utiliser une méthode de contraception ou d'adopter d'autres mesures pour se protéger d'une grossesse ou des IST ; faire des avances sexuelles non désirées, dont exiger des relations sexuelles en échange de faveurs.

DEMANDER :

- Nous avons maintenant dressé une longue liste d'actes violents. Pensez-vous que ces actes de violence se produisent dans le cadre du mariage ? Est-ce que cela se produit dans les mariages *dans notre communauté* ?
- Qui est le plus susceptible de subir les actes de violence énumérés ci-dessus : l'homme ou la femme ? Si nécessaire, examinez chacun des différents types de violence pour inciter les participantes à répondre.

- *Note à l'attention de la Facilitatrice : assurez-vous que les participantes ont bien compris que les filles et les femmes sont plus susceptibles à subir des violences conjugales que les hommes.*
- Pourquoi les femmes et les filles sont-elles plus vulnérables aux actes de violence énumérés ci-dessus que les garçons et les hommes ?

DIRE : merci pour vos réponses. Les femmes et les filles sont plus vulnérables à ces actes de violence car, notre société, les attentes envers les femmes sont différentes de celles envers les hommes. La violence dont nous parlons à un nom : la violence basée sur le genre. Cela tient au fait que nous n'accordons pas la même valeur aux hommes et aux femmes. Dès leur plus jeune âge, on dit aux garçons qu'ils ont tout pouvoir sur les filles et les femmes, et on dit aux filles de se soumettre au pouvoir des garçons et des hommes. Nos sociétés encouragent les garçons et les hommes à utiliser leur pouvoir pour contrôler les filles et les femmes car, on nous fait croire, que s'ils ne le faisaient pas, les femmes seraient incapables de se gérer elles-mêmes, ce qui n'est pas vrai. Par conséquent, lorsque les garçons et les hommes utilisent la violence, elle est souvent considérée, à tort, comme un comportement acceptable ou même normal.

Si vous vous en souvenez, lors de notre première séance, j'ai expliqué que ce Collectif est basé sur les principes des droits humains, dont le respect, la diversité et l'égalité. Bien que les hommes et les femmes, les garçons et les filles soient tous différents, ils ont tous la même valeur et méritent tous le respect. Je veux que vous compreniez toutes que, dans les cas de violence basée sur le genre, les femmes ne sont jamais responsables des actes de violence dont elles sont victimes.

Études de Cas sur les Violences Basées sur le Genre³⁴ (50 minutes)

DIRE : maintenant, nous allons pencher sur les conséquences de la violence.

A FAIRE : lisez à haute voix l'étude de cas ci-dessous:

Étude de cas 1 : Moussa et Mariama sont mariés. Moussa, le mari, travaille comme agriculteur et Mariama, la femme, s'occupe de la maison. Ils passent, tous les deux, de longues journées au travail. Moussa s'attend à ce que sa maison soit maintenue en bon état. Il se fâche souvent contre Mariama lorsque les choses ne sont pas exactement comme il le souhaite. S'il rentre tard et que sa nourriture a refroidi, il crie sur Mariama. Il la bat souvent. Il pense qu'il est important pour un mari de corriger sa femme de cette manière afin de maintenir l'ordre dans le ménage. Mariama s'efforce simplement d'accepter les coups plutôt que de résister, car ainsi, ils cessent plus rapidement. Elle ne se rend pas dans un dispensaire pour les bleus et les blessures, car elle est persuadée qu'il s'agit là d'une affaire privée entre un mari et sa femme. Elle se demande si les coups sont peut-être mérités. Peut-être qu'elle pourrait être une meilleure femme? Le plus souvent, Mariama s'efforce de tout préparer, comme le veut Moussa, et prie en silence qu'il rentre à la maison apaisé. Elle attend avec anxiété qu'il franchisse la porte, ne sachant pas dans quelle humeur il se trouvera.

A FAIRE : Affichez les feuilles de tableau de présentation que vous avez préparées avant le cours portant les dessins de Moussa et Mariama.

DIRE:

1. De quel type de violence pensez-vous qu'il s'agit ?
 2. (*Montrez du doigt le dessin de Mariama*) quel effet pensez-vous que cela a sur Mariama ?
 - a. Quelles en sont les conséquences physiques?
 - b. (*Montrez du doigt le cœur de Mariama*) Quelles en sont les conséquences émotionnelles ?
 3. (*Montrez du doigt le cerveau de Mariama*) selon vous, quels sont les sentiments qu'elle ressent envers elle-même ?
 4. (*Montrez Moussa du doigt*) selon vous, pourquoi Moussa était-il violent ?
 - *Note à l'attention de la Facilitatrice : les participantes peuvent proposer les réponses suivantes :*
 - Il pensait avoir le droit de faire ce qu'il voulait d'elle;
 - Il voulait affirmer son autorité où il le pouvait et dans ce cas, c'était sur elle ;
 - Il était en colère et s'est défoulé sur elle ;
 - Personne ne l'a arrêté ;
 - Il était ivre ;
 - C'est normal dans notre communauté.
- Expliquez que toutes ces idées découlent du fait qu'il voulait se sentir puissant et essayait de le ressentir aux dépens de quelqu'une qu'il considérait comme plus faible que lui-même. Soulignez que, malgré les facteurs extérieurs qui ont pu contribué à le frustrer il est, en fin de compte, responsable de son comportement. Insistez sur le fait que les hommes, tout comme les femmes, ont le choix de leurs réactions dans différentes situations et que, quoi qu'il en soit, une réaction violente n'est jamais acceptable. Personne ne peut « pousser » une autre personne à être violente.*
5. (*Montrez à la fois Mariama et Moussa du doigt*) comment pensez-vous que cela influence-t-il sur la relation entre Moussa et Mariama ?
 6. Comment pensez-vous que cela influence leur relation sexuelle ?

Étude de cas 2 : Mariama n'est pas autorisée à travailler en dehors de la maison. La responsabilité de gagner un revenu et de contrôler la façon dont l'argent est dépensé repose sur Moussa. Il alloue une certaine somme à Mariama pour l'achat des biens ménagers. Mariama ne sait jamais exactement le montant qu'il va lui donner ni même de combien d'argent ils disposent. Son allocation change chaque semaine et elle ne sait jamais si Moussa gagne moins ou dépense de l'argent sur d'autres choses. Il se fâche quand ils ont moins pour la maison que d'habitude, comme de la nourriture ou du savon, mais Mariama ne peut pas parler de ces choses avec lui. Elle a des idées sur ce qu'il faut vendre et économiser, mais elle ne peut pas les partager avec Moussa ; ce n'est pas le rôle de la femme. Quand Moussa rentre à la maison après avoir passé du temps dans les débits de boisson, Mariama craint qu'il gaspille leur argent sur l'alcool. À de rares occasions où Mariama vend quelque chose au marché, elle remet ses gains à Moussa à son retour à la maison.

Étude de cas 3 : Moussa croit qu'il est un bon mari, car il possède des biens et gagne de l'argent. Il rappelle souvent à Mariama que c'est grâce à lui qu'elle a un toit sur la tête et de la nourriture sur la table. Elle doit alors lui montrer qu'elle en vaut bien la peine. Si quelque chose dans le ménage le mécontente, ce qui est souvent le cas, il crie sur Mariama ou la traite de « stupide » et de « femme idiote ». Il critique souvent ses plats et lui dit qu'il aurait dû épouser une femme qui est au moins capable de cuisiner correctement pour son mari. Mais maintenant, il s'est "embourbé" à cause d'elle. En dehors de cela, ils ne se parlent pas beaucoup. Moussa préfère passer du temps avec ses amis que chez lui et prend ses repas seuls quand il est à la maison. Quand il a besoin de quelque chose, il appelle Mariama. Elle lui apporte ce dont il a besoin et essaie ensuite de le laisser tranquille. Elle préfère ne pas lui parler, car elle craint que cela ne l'amène à la critiquer ou à se plaindre d'elle.

A FAIRE : répétez cet exercice pour les Études de Cas 2 et 3, en les lisant à voix haute puis en encourageant une discussion à l'aide des questions posées.

Discussions (15 minutes)

DEMANDER :

- Dans tous les scénarios que nous venons de voir, pensez-vous que mariama trouverait facile ou difficile de parler à moussa de ses rêves pour l'avenir?
- Serait-il facile ou difficile pour elle de parler à moussa du moment où elle voudrait tomber enceinte ou du nombre d'enfants qu'elle voudrait avoir?
- Serait-il facile ou difficile pour elle de parler à Moussa de l'utilisation d'une méthode de contraception?

DIRE : comme nous pouvons le constater, la violence a des effets très négatifs. Mariama est incapable de partager ses pensées, ses projets et ses rêves avec son mari et il est également très peu probable que, face à une telle violence, elle puisse réaliser ses rêves. Elle a peur de lui et a des pensées négatives envers elle-même.

DEMANDER :

- Avez-vous des idées sur comment nous pouvons lutter contre la violence dans nos communautés ?
 - *Note à l'attention de la Facilitatrice : une fois que les participantes aient avancé leurs idées, soulignez que la cause fondamentale de la violence basée sur le genre est l'inégalité de statut entre l'homme et la femme. Demandez aux filles comment elles peuvent travailler pour montrer que les femmes sont des membres égaux et importants de notre famille et de notre communauté. Exhortez également les participantes à réfléchir aux actions qu'elles pourraient prendre individuellement ou en tant que Collectif de Filles pour faire changer la croyance des gens selon laquelle la violence des hommes à l'égard des femmes est acceptable. Rappelez aux participantes que l'objectif est de créer l'égalité entre les femmes et les hommes, et non de faire dominer un sexe sur l'autre.*
- Que peuvent faire les amis et la famille pour aider les femmes se trouvant dans une telle situation ?
 - *Note à l'attention de la Facilitatrice : parmi les réponses on peut avoir:*

- *Dites à toute participante qui révèle une situation de violence dont elle a été victime qu'elle n'est pas responsable ;*
- *Écoutez (en faisant usage des aptitudes d'écoute active) ;*
- *Faites des suggestions mais ne donnez pas des ordres ;*
- *Faites des recherches pour savoir où la personne trouver assistance. Partagez ces idées avec la personne.*
- *Aidez-la à accéder aux ressources en formulant des recommandations ou en l'accompagnant dans un centre de ressources ;*
- *Soyez disponible si votre ami a de nouveau besoin d'aide à l'avenir.*
- Où les membres de votre communauté victimes de violence peuvent-ils chercher assistance?

A FAIRE :

- Après avoir laissé aux participantes le temps d'identifier les endroits dans la communauté où les personnes victimes de violence peuvent demander de l'aide, partager quelques-uns des endroits identifiés sur la liste de référence VBG. Demander aux participantes s'ils connaissent les lieux énumérés, puis les inviter à faire part de leurs réflexions à propos de chacun des lieux mentionnés ;
- Encouragez le groupe à poser des questions.

DIRE : avant de nous séparer aujourd'hui, j'aimerais vous rappeler que chacune d'entre vous a le droit de vivre une vie sans violence ni abus. Si vous ou une personne de votre entourage vit une des situations dont nous avons parlé aujourd'hui, n'hésitez pas à me contacter ou à visiter l'un des centres de ressources que nous avons identifiés aujourd'hui.

Conclusion, Evaluation et Activité de fin de séance (10 minutes)

A FAIRE : Lisez les messages clés de cette séance :

- Il existe quatre types de violence : la violence physique, la violence sexuelle, la violence émotionnelle et la violence économique ;
- Dans votre communauté, les femmes peuvent demander assistance à *[insérer les informations sur les ressources locales ici]* ;
- Toute personne a le droit de vivre une vie sans violence ni abus.

Si vous avez le temps, DEMANDER :

- Avant de mettre fin à cette séance, y a-t-il quelqu'une qui aimerait bien partager avec le groupe un point qu'elle a trouvé intéressant ou excitant sur la séance d'aujourd'hui ?
- Y a-t-il eu des idées ou des activités qui vous ont interpellé ? si oui, en quoi ?
- Est-ce que quelqu'une a des questions à poser ?

A FAIRE :

- Administrez l'Evaluation Smiley à l'aide des questions dans l'encadré « Tester Vos Connaissances ! » figurant à la fin de la présente Séance de ce Guide. Une fois la séance terminée et les participantes parties, enregistrer les réponses dans le Formulaire d'Evaluation de Séance (Annexes 1-2) ;
- Informez les participantes sur les sujets de la prochaine séance ;

- Leur rappeler la date, l'heure et le lieu de la prochaine séance ;
- Remerciez les participantes pour leur participation active ;
- Libérez le groupe

Testez Vos Connaissances !

DIRE : je vais lire une question ou une affirmation, suivie d'une réponse. Si vous êtes d'accord avec ladite réponse, levez la main.

1. La violence basée sur le genre peut laisser plus que des marques sur le corps. Les personnes abusées peuvent souffrir de dépression, d'anxiété, de stress et plus : Vrai ou faux ? **VRAI**
2. Les violences sexuelles n'exposent pas la femme au risque de grossesse non planifiée : Vrai ou faux ? **FAUX**
3. Toute personne a le droit de vivre une vie sans violence, ni abus : vrai ou faux ? **VRAI**

³³ Adapté de 'Violence in Marriage' in Martin, S. 2008. *Being a Mentor: A Guide to Supporting Young Married Adolescent Women*. Kakamega and Nairobi: APHIA II Western, PATH, USAID.

³⁴ Adapté de 'Effects of Violence' in Yaker, Robyn. 2018. Model Couples (Indashyikirwa) in *Eliminating Gender-Based Violence : Adapted Training Module*. CARE Rwanda.



Activisme et Compétences en Leadership

Objectifs:

- Permettre aux participantes d'identifier les façons dont les normes et les rôles basés sur le genre ont changé au fil du temps ;
- Susciter une réflexion sur la manière dont les participantes peuvent défendre et/ou soutenir un changement des normes basées sur le genre.

Matériel:

- Rouleau de papier de présentation ;
- Marqueurs.

Temps :

- 1 heure 25 minutes

Guide de la Séance

Accueil (10 minutes)

A FAIRE :

- Accueillez les participantes à la reprise de la formation et les remercier pour leur engagement continu ;
- Dressez la liste des présences ;
- Invitez une ou deux participantes à partager au moins une norme avec les autres membres du groupe ;
- Remerciez les participantes pour le partage.

DEMANDER : y a-t-il quelqu'une qui voudrait bien rappeler au groupe ce dont nous avons discuté lors de notre dernière séance ?

A FAIRE : si nécessaire, rappeler au groupe les messages clés de la séance précédente :

- Il est important de rédiger un plan d'entreprise avant de démarrer une entreprise.
- Un plan d'entreprise aide les entreprises à concrétiser leurs idées; vérifier si une idée donnée est réalisable; rendre la planification gérable et efficace; et identifier les forces, les faiblesses, les opportunités et les menaces.

DEMANDER : y a-t-il quelqu'une qui a des questions à poser ou des idées à partager sur ce que nous avons appris lors de notre précédente séance ?

Quiz sur le Leadership Mondial (25 minutes)

DIRE: bienvenue à nouveau. Nous allons parler de ce que signifie être leader. Nous allons commencer par un quiz.

A FAIRE :

- Informez les participantes que vous allez lire une série de questions auxquelles vous voudriez qu'ils répondent ;
- Demandez-leur de bien réfléchir à leurs réponses dans leur tête.

QUIZ SUR LE LEADERSHIP MONDIAL

Répondez à ce questionnaire :

1. Nommez les 3 personnes les plus riches de votre village .
2. Nommez les 3 meilleurs élèves de votre village cette année.
3. Nommez les 3 femmes les plus écouté de votre village.
4. Nommez les 3 grands fonctionnaires natifs du village.
5. Nommez les 3 chefs de votre village.

À présent, répondez à cet autre questionnaire :

1. Nommez trois amis qui vous ont aidé à traverser une période difficile.
2. Nommez 3 personnes qui vous ont appris quelque chose que vous avez aimé dans votre vie.
3. pensez à quelques personnes qui vous des appréciations spéciales.

4. Pensez à 3 personnes dont vous appréciez la compagnie
5. Nommez 3 personnes dont les histoires vous ont inspiré.

A FAIRE : Une fois que vous auriez lu l'intégralité du questionnaire, demander aux participantes de partager leurs réponses.

- *Note à l'attention de la Facilitatrice : Les participantes ne sont pas censées connaître les réponses à la première partie du quiz. En fait, on s'attend à ce qu'elles aient du mal à répondre ces questions.*

DEMANDER : Quelle partie du quiz était plus facile : la première ou la deuxième partie ? Pourquoi ?

DIRE : lorsque nous pensons à ce que signifie être un leader, nous supposons souvent qu'il s'agit d'être la force motrice de quelque chose de GRAND. Mais comme vous pouvez le constater à partir de ce questionnaire, même les efforts que nous considérons comme modestes peuvent apporter un changement significatif pour le meilleur dans votre vie ou celle de quelqu'un autour de vous.

Comme vous pouvez le constater grâce au quiz, il est beaucoup plus facile de remplir la deuxième partie du quiz, car ces personnes nous ont directement influencés. Les personnes qui font une différence dans nos vies ne sont pas celles qui ont le plus de pouvoir, les plus grandes références, le plus d'argent ou le plus de récompenses - ce sont elles qui s'intéressent à nous !

A FAIRE : Revoillez la définition du leadership attentionné avec les participantes.

LEADERSHIP ATTENTIONNE

- Les bons leaders s'occupent réellement de ceux qu'ils dirigent.
- L'attention crée la confiance.
- L'attention donne un avertissement précoce.
- L'attention unit les gens.
- L'attention peut être un puissant outil de gestion des conflits.

DIRE : je vais lire une liste de qualités. Si vous pensez posséder ces qualités, dites oui !

DEMANDEZ : Êtes-vous capable de....

- Vous mettre à la place d'un autre et de comprendre son point de vue ?
- Ne pas porter de jugement ?
- Écouter ?
- Faire ce que vous promettez ?
- Prendre soin de vous ?
- Faire preuve de gentillesse ?
- Vous connecter avec des personnes qui sont différentes de vous ?
- Être vulnérable - peut-être en essayant quelque chose de nouveau ?

DIRE : si votre réponse à toutes ces questions est « oui », alors vous avez ce qu'il faut pour être leader ! Vous pouvez peut-être vous développer et vous améliorer, mais vous pouvez commencer à amener les gens à mener une bonne vie - peut-être que vous le faites déjà.

Vous Pouvez Faire la Différence³⁵ (20 minutes)

DIRE : lors d'une de nos séances précédentes, je vous ai demandé d'interroger une personne d'une génération plus âgée sur ce qu'était la vie quand ils étaient jeunes. Nous avons ensuite comparé leur mode de vie à notre mode de vie actuel. Nous avons réussi à trouver toutes sortes de façons dont la vie des femmes a changé avec le temps.

Nous allons maintenant aller plus loin et réfléchir aux changements que nous souhaitons voir à l'avenir. À quoi voulons-nous que le monde ressemble pour nos petits-enfants ? Qu'en sera-t-il pour nos arrière-petits-enfants?

A FAIRE :

- Divisez la classe en quatre groupes ;
- Donnez à chaque groupe 5 à 10 minutes pour répondre à l'une des questions suivantes :
 - **Groupe 1** : la vie d'homme était-elle différente pour votre grand-père quand il avait votre âge ? si oui comment? pourquoi ?
 - **Groupe 2** : la vie de femme était-elle différente pour votre grand-mère quand elle avait votre âge ? si oui comment? pourquoi ?
 - **Groupe 3** : la vie d'homme était-elle différente pour votre père quand il avait votre âge ? comment et pourquoi ?
 - **Groupe 4** : la vie en tant que femme était-elle différente pour votre mère quand elle avait votre âge ? Comment et pourquoi ?
- Pendant que les participantes travaillent, aller d'un groupe à l'autre et incitez-les à réfléchir à la manière dont les normes de genre ont changé en ce qui concerne, d'une part, le sexe, l'accouchement, le mariage et la taille de la famille, et deuxièmement, des éléments comme l'accès à la technologie ou l'utilisation des téléphones portables, la télévision, la radio, Internet ?), l'accès à l'éducation (par exemple, qui est éduqué ?), le contenu de l'éducation (par exemple, qu'est ce qui est enseigné à qui ?), le statut juridique des hommes et des femmes (par exemple, les femmes peuvent-elles posséder des biens? obtenir un prêt d'une banque, dénoncer la violence de leur mari ?), la mobilité (par exemple, les femmes étaient-elles plus ou moins libres de se déplacer comparé à aujourd'hui ?) ;
- Invitez chaque groupe à présenter ses réponses. Après chaque présentation, demandez aux membres du groupe s'ils ont quelque chose à ajouter.

DEMANDER : est-ce que nos idées, sur ce que signifie être un homme ou une femme, changent ou ne changent pas ? Qu'est-ce qui affecte ces changements ?

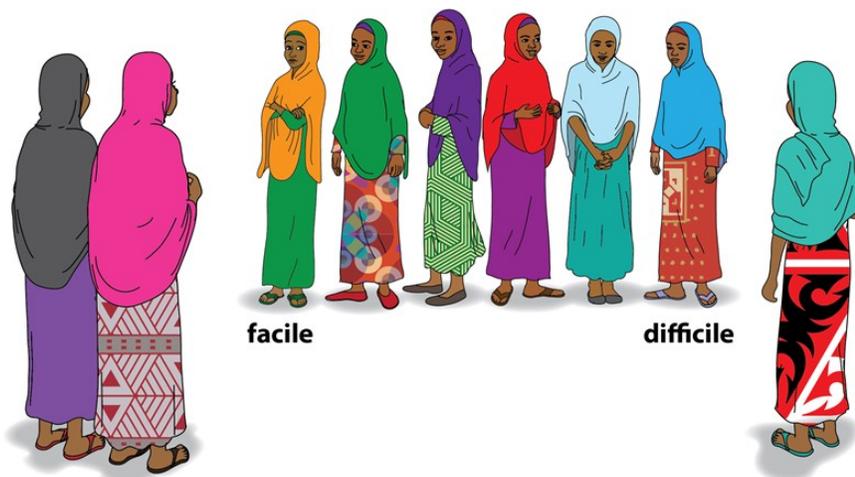
DEMANDER : à l'avenir, quels changements souhaitez-vous voir dans les normes hommes-femmes pour les jeunes ?

A FAIRE :

- Notez les réponses des participantes afin de pouvoir les citer en référence au cours de la prochaine activité ;
- Si les groupes ne mentionnent pas le changement de normes en ce qui concerne la naissance précoce du premier enfant, incitez-les à le faire en disant ce qui suit :

- Nous avons beaucoup parlé dans ce groupe des normes qui conduisent les filles mariées ou les futures mariées comme vous-mêmes à devenir enceintes avant que leur corps et leur esprit ne soient prêts. Est-ce une norme qui vous tient à cœur ? Voulez-vous que les choses soient différentes à l'avenir ? Pourquoi ou pourquoi pas ?

Vous Pouvez Faire la Différence - Partie II³⁶ (20 minutes)



A FAIRE : tracer une ligne sur le sol.

DIRE : dans cette seconde partie de cette activité, nous allons nous demander si les changements que nous souhaitons voir pour les générations futures seront faciles ou difficiles à mettre en œuvre. Nous verrons pourquoi certains changements seront plus faciles que d'autres et ce que nous pouvons faire pour faciliter les plus difficiles. J'ai tracé une ligne sur le sol. Une extrémité représente la « facilité » et l'autre extrémité la « difficulté ».

La classe vient de proposer une liste des moyens par lesquels elle souhaite que les normes de genre changent pour les générations futures. Je vais lire chaque changement proposé à haute voix. Pour chaque déclaration, je veux que vous vous mettiez sur la ligne en fonction de la facilité ou de la difficulté que cela représenterait pour les individus ou la communauté.

A FAIRE :

- Lisez la première affirmation de changement donnée par le groupe dans la première partie de cette activité. Permettez aux participantes de se positionner sur la ligne.
- Choisissez 2-4 participantes pour répondre aux questions suivantes :
 - Pourquoi es-tu allé sur ce côté de la ligne ? qu'est-ce qui rend ce changement facile ou difficile ?
 - Comment pouvons-nous, en tant qu'individus, collectif de filles et communautés, faciliter ce changement ? quelles mesures pouvons-nous prendre ?
 - Qui peut aider à soutenir ce changement ? comment pouvons-nous les engager pour soutenir ce changement ?

- Pourquoi les individus ou les communautés NE procéderaient-ils PAS à ce changement ?
- Répétez le processus pour 4 à 5 autres changements.

DIRE : aujourd'hui, nous avons appris que chacun d'entre nous peut être un leader, grand ou petit. Comme nous venons de le voir, tous les changements que nous souhaitons voir se réaliser pour nos enfants et petits-enfants ne seront pas faciles à faire, mais si tout le monde travaille ensemble, ils peuvent être rendus plus faciles.

Conclusion, Evaluation et Activité de Fin de séance (10 minutes)

A FAIRE : Lisez les messages clés de cette séance :

- Tout un chacun peut être leader ;
- Le changement est difficile, mais si tout le monde travaille ensemble, le changement peut être réalisé plus facilement.

DEMANDER :

- Avant de mettre fin à cette séance, y a-t-il quelqu'une qui aimerait bien partager avec le groupe un point qu'elle a trouvé intéressant ou excitant sur la séance d'aujourd'hui ?
- Y a-t-il eu des idées ou des activités qui vous ont interpellée ? si oui, en quoi ?
- Est-ce que quelqu'une a des questions à poser ?

A FAIRE :

- Administrez l'Evaluation Smiley à l'aide des questions dans l'encadré « Tester Vos Connaissances ! » figurant à la fin de la présente Séance de ce Guide. Une fois la séance terminée et les participantes parties, enregistrer les réponses dans le Formulaire d'Evaluation de Séance (Annexes 1-2) ;
- Informez les participantes sur les sujets de la prochaine séance;
- Leur rappeler la date, l'heure et le lieu de la prochaine séance;
- Remerciez les participantes pour leur participation active ;
- Libérez le groupe.

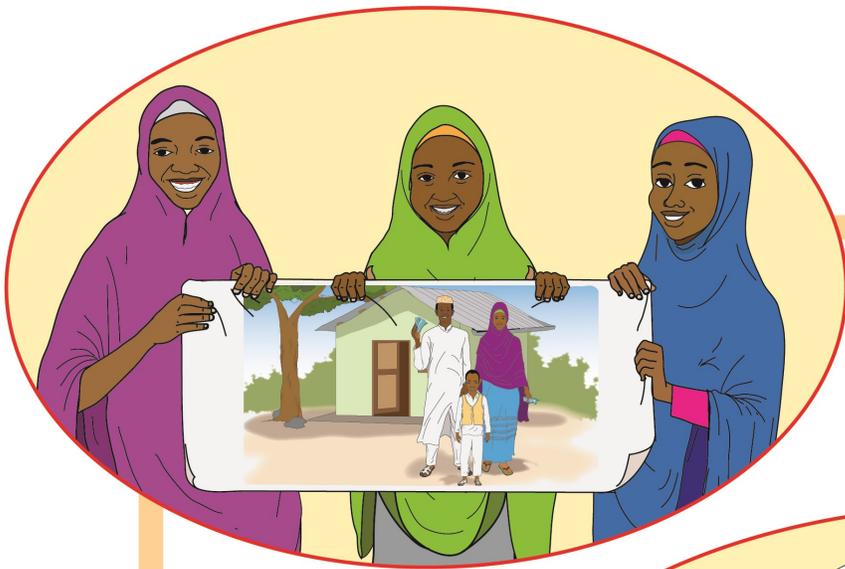
Testez Vos Connaissances !

DIRE : je vais lire une question ou une affirmation, suivie d'une réponse. Si vous êtes d'accord avec ladite réponse, levez la main.

1. Seules les personnes qui s'engagent à apporter de GRANDS changements au monde peuvent être des leaders : vrai ou faux ? **FAUX**
2. Les règles sur la manière de se comporter en tant que femme changent constamment : vrai ou faux ? **VRAI**

³⁵ Adapté de 'You Can Make a Difference' in IPPF European Network. 2008. *Your Sexual Rights – And What You Can Do About Them*. Brussels: IPPF European Network.

³⁶ Adapté de 'You Can Make a Difference' in IPPF European Network. 2008. *Your Sexual Rights – And What You Can Do About Them*. Brussels: IPPF European Network.



Planification d'actions communautaires³⁷

Objectifs :

- Développer un plan d'action pour retarder la première grossesse chez les filles mariées

Matériel :

- Marqueurs ; Scotch;

Préparation :

- Tracez les « Cinq Étapes du Plan d'Action » (image ci-dessous) sur une feuille de tableau de présentation ;

Temps :

- 2 heures

Guide de la Séance

Accueil (10 minutes)

A FAIRE :

- Accueillez les participantes à la reprise de la formation et les remerciez pour leur engagement continu ;
- Dressez la liste des présences ;
- Invitez une ou deux participantes à partager au moins une norme avec les autres membres du groupe ;
- Remerciez les participantes pour le partage.

DEMANDER : y a-t-il quelqu'une qui voudrait bien rappeler au groupe ce dont nous avons discuté lors de notre dernière séance ?

A FAIRE : si nécessaire, rappeler au groupe les messages clés de la séance précédente.

DEMANDER : est-ce que quelqu'une a des questions à poser ou des idées à partager sur ce que nous avons appris lors de notre précédente séance ?

Les Cinq Etapes de la Planification d'Actions (10 minutes)

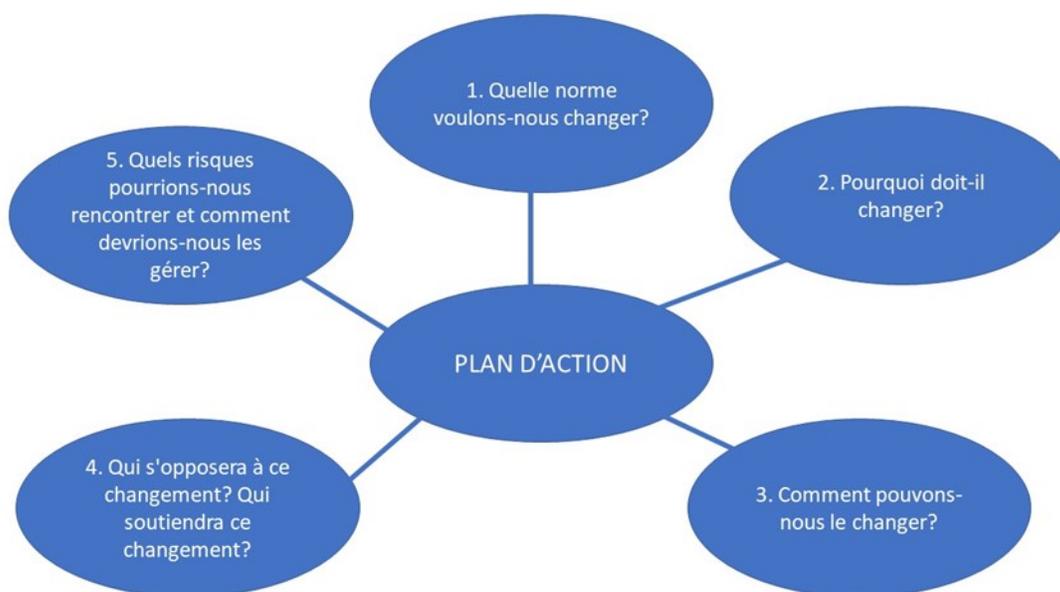
DIRE : au cours de notre dernière séance, nous avons réfléchi aux changements positifs que nous souhaitons voir se produire dans nos communautés. Au cours de la séance d'aujourd'hui, nous allons explorer certaines des mesures que nous pouvons prendre pour contribuer à un changement particulier lié à la première naissance précoce chez les filles mariées.

De manière générale, la planification d'une action implique de répondre aux cinq questions suivantes :

- Quelle norme voulons-nous changer ?
- Pourquoi faut-il la changer ?
- Comment pouvons-nous la changer ?
- Qui s'opposera à ce changement ? qui va soutenir ce changement ?
- Quels risques pourrions-nous rencontrer et comment devrions-nous les gérer ?

A FAIRE :

- Affichez la feuille de tableau de présentation comportant les « Cinq Etapes de la Planification d'Actions »
- Tracez le contour d'un arbre sur une feuille de tableau de présentation, en veillant à ce que les racines et les feuilles soient bien visibles ;
- Dessinez une Matrice de Planification d'Actions sur une feuille de tableau de présentation (voir le page prochain).



	Description de l'activité			Quand ?		
	Groupe cible	Exécutants (personnes ou groupes)	Description de l'activité (Que se passera-t-il? Avec qui pouvez-vous collaborer pour mener à bien l'activité? Quelles ressources sont nécessaires? Où et comment pouvez-vous obtenir ces ressources?)	Maintenant 	Bientôt 	Plus tard 
Activité 1						
Activité 2						
Activité 3, etc.						

Arbre à Problèmes (15-20 minutes)

DIRE : comme vous pouvez le constater, la première étape, pour nous, consiste à déterminer la norme à changer, nous allons nous concentrer sur le changement d'une norme spécifique : aider les filles mariées à attendre d'avoir des enfants jusqu'à ce qu'elles soient prêtes physiquement, émotionnellement et financièrement.

DIRE : nous avons maintenant répondu à la première question. Passons à la deuxième question : pourquoi faut-il que cela change? Pour nous aider à identifier les différentes raisons de vouloir le changement, nous allons dessiner un arbre à problèmes.

- Sur le tronc de l'arbre que vous avez dessiné sur une feuille de tableau de présentation avant le cours, dessiner une fille avec un ventre de femme enceinte ;
- Demandez aux participantes de discuter des causes immédiates. Encourager les participantes à aller plus loin en identifiant les causes profondes du premier accouchement précoce. Dessiner quelque chose de petit dans les racines de l'arbre pour symboliser chaque idée identifiée par les participantes (par exemple, représenter la pauvreté en dessinant de l'argent, un mariage précoce avec un homme et une femme, etc.) ;
- Demandez aux participantes de discuter des conséquences d'un premier accouchement précoce. Dessiner ou écrire chacune de ces conséquences sur une feuille séparée de l'arbre ;
- Soulignez les nombreuses causes et effets du premier accouchement précoce.

DEMANDER :

- Parmi ces conséquences, quelles sont selon vous les plus importantes ? Quelles sont celles qui vous interpellent le plus ? Pensez-vous qu'une personne dans une position sociale différente ressentirait la même chose ? (*par exemple, est ce que les hommes ressentiraient la même chose ? Est-ce que les leaders religieux ressentiraient la même chose ? Est-ce que les professionnels de la santé ressentiraient la même chose ?*) En d'autres termes, pensez-vous que certaines personnes seraient motivées à prendre des mesures pour des raisons différentes des vôtres ?
- Laquelle de ces causes est la plus importante selon vous ?
- Sur lesquelles de ces causes pouvons-nous agir ?

DIRE : Nous allons maintenant réfléchir aux deux prochaines étapes en même temps : comment pouvons-nous changer, qui soutiendra ce changement et qui s'opposera à ce changement ?

Cercles d'influence (15-20 minutes)

A FAIRE :

- Disposez, côte à côte, quelques feuilles de tableau de présentation sur le sol. Utilisez ceci comme surface de dessin ;
- Dessinez une fille avec un ventre de femme enceinte. affichez-le de manière à ce qu'il soit visible de tout le groupe ;
- Expliquez au groupe que cette activité les aidera à identifier les parties prenantes ou les personnes qui influencent la norme ou le comportement ;
- Invitez les participantes à identifier les parties prenantes. Ces exemples incluent les maris et les filles mariées, les prestataires de services de santé, les belles-mères, les chefs religieux, les amis, etc. ;
- Dessinez les différents personnages sur des cartes ou des feuilles de papier séparées.
- Donnez les cartes des parties prenantes et du Scotch à différentes participantes. Demander leur de placer la carte de la partie prenante autour de l'énoncé du problème de la manière suivante: plus on s'éloigne de la carte, plus il est difficile d'accéder à la partie prenante. Plus on est proche de la carte du problème, plus il est facile d'accéder à la partie prenante. Par exemple, le chef de l'État serait probablement placé très loin de la carte du problème, mais un ami serait probablement placé très proche ;

- Ensuite, demander aux participantes de tracer des cercles autour de chaque partie prenante de la manière suivante: plus la partie prenante est importante, plus le cercle est grand. Moins la partie prenante est importante, plus le cercle est petit ;
- Ensuite, demander aux participantes de réfléchir à ce que les parties prenantes pensent du fait de retarder la première naissance. Choisissez deux couleurs de marqueurs : une couleur indique le soutien et l'autre couleur indique l'opposition. Inviter les participantes à colorier les cartes de toutes les parties prenantes susceptibles d'appuyer le report de la première naissance et de tous ceux qui s'y opposeraient.

DIRE : maintenant, nous pouvons tout mettre ensemble. Grâce à notre arbre à problèmes, nous avons toutes sortes de raisons pour lesquelles les gens voudraient résoudre notre problème. Grâce à notre carte des parties prenantes, nous savons comment cibler pour parvenir à ce changement. Pour que ce soit clair, aucun d'entre vous n'a besoin de cibler personnellement l'un de ces acteurs. Nous venons de les énumérer pour avoir une idée de qui ils sont et de leur position sur la question.

Remplir la Matrice d'Activités (40 minutes)

A FAIRE :

- Utilisez le tableau au prochaine page pour aider les participantes à lancer des idées d'activités qui ciblent les différents acteurs identifiés lors de l'exercice précédent. Encourager les participantes à donner la priorité aux parties prenantes avec lesquelles elles se sentent à l'aise pour engager des discussions sur ce sujet ;
- Au fur et à mesure qu'elles proposent des activités, remplir la matrice d'actions que vous avez préparée avant le cours, comme suit :
 - **Groupe cible** : il s'agit du public cible de l'activité. Encourager les participantes à penser aux personnes avec lesquelles elles se sentiraient à l'aise de parler de la nécessité de retarder la première naissance. Il peut s'agir d'une seule personne (par exemple la belle-mère) ou d'un groupe de personnes (la famille élargie) ;
 - **Acteurs de mise en œuvre** (personne ou groupe) : il s'agit de la personne ou du groupe de personnes responsables de l'organisation de cette activité, du début à la fin ;
 - **Description de l'activité** : fournir une description détaillée de l'action. Serait-ce une conversation informelle ? Une réunion prévue ? Des ressources sont-elles nécessaires pour mettre en œuvre l'activité ?
 - **Quand procéder à la mise en œuvre** : indiquez le moment où l'activité aura lieu: immédiatement? Dans quelques semaines ? Dans quelques mois ?
- *Note à l'attention de la Facilitatrice : assurez-vous de bien remplir la matrice d'activités, car vous vous en servirez lors des séances à venir pour aider les participantes à mettre en œuvre leurs plans. Il est donc important d'en avoir une copie détaillée pour votre propre documentation.*

Stratégies pour Engager Différentes Parties Prenantes		
Position de l'intervenant	Stratégie	Exemples d'Activités Possibles
Fortement en faveur des efforts pour aborder la première naissance précoce	Engager ces intervenants à mener des actions pour promouvoir le retardement de la première naissance. Cherchez à inclure ces personnes dans les activités planifiées par le groupe ou demandez-leur de soutenir l'initiative de différentes manières.	<ul style="list-style-type: none"> Organiser des discussions individuelles et informelles avec des amis, des membres de la famille, des collègues, etc. Organiser des réunions privées avec des politiciens, des leaders communautaires ou des chefs religieux. Forums spécialisés (éventuellement lors de réunions communautaires) développer des ateliers de formation, Créer des documents, des dépliants ou d'autres documents.
Soutient les efforts - mais pas très intéressé - pour s'attaquer à la première naissance précoce	Persuader ces intervenants de l'importance de s'attaquer très tôt au premier accouchement en leur montrant que cette question est soutenue par des couches de la population dont elles apprécient l'opinion.	<ul style="list-style-type: none"> Faire participer les principaux leaders d'opinion à des déclarations publiques, prendre la parole lors de manifestations publiques, rédiger des articles de journaux. organiser de grandes manifestations (marches, rassemblements, pièces de théâtre, etc.) Mener des campagnes de lettres en masse pour cibler les principaux leaders d'opinion Créer des documents, des dépliants ou d'autres documents.
En opposition à la lutte contre la première naissance	Neutraliser ces acteurs pour contrer leur influence. C'est une tâche très délicate et difficile. L'action de la communauté ne doit PAS être au centre de l'action car ces actions ont tendance à être réactives et non proactives.	<ul style="list-style-type: none"> Surveiller les actions des groupes d'opposition ou des parties prenantes Créer des bases de données d'arguments et de contre-arguments Engager un leader d'opinion clé à clarifier les inexactitudes ou les mensonges en publiant une déclaration publique, en s'adressant à une réunion de la communauté, etc.

<p>Neutre</p>	<p>Convaincre ces parties prenantes de la nécessité de s'attaquer à la première naissance plus tôt. Pour ce faire, vous devez accroître leur connaissance du problème et leur montrer que retarder le premier accouchement des filles mariées est une bonne chose pour les individus, les familles et les communautés. Renforcer la confiance et la croyance de ce groupe en la cause est essentiel pour cette stratégie</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Organiser des séminaires, des forums ou des ateliers de sensibilisation animés par des experts • Produire des brochures, documents ou autres documents factuels • Engager des experts pour organiser des réunions privées
----------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

A FAIRE : Encouragez chaque participante à s'engager à faire une action individuelle avant la cérémonie de célébration de fin de formation. Par exemple, chaque participante pourrait s'engager à avoir une discussion tête-à-tête avec un(e) ami(e) sur l'importance d'être financièrement préparé pour un enfant ou sur les dangers du premier accouchement précoce.

DEMANDER : ce plan d'action a-t-il un sens pour vous ?

DIRE : ce plan d'action est très simplifié mais, lors de nos prochaines séances, nous travaillerons à le rendre de plus en plus détaillé.

- *Note à l'attention de la Facilitatrice : revisitez ce plan lors de séances futures. Aider les Collectifs de Filles à planifier, organiser et exécuter leurs activités lors des séances ultérieures.*

DIRE : c'est merveilleux de constater l'engagement que vous manifestez toutes pour apporter le changement. Ce plan d'action semble présenter un potentiel réel de changement. Comme nous en avons discuté lors de notre dernière séance, le changement est difficile et peut parfois être décourageant. Dans ce collectif de filles, cependant, vous pouvez être assuré que vous avez des amis et des alliés qui soutiennent votre désir de voir un monde différent pour les générations futures. Ensemble, vous pouvez faire la différence.

Conclusion, Evaluation et Activité de Fin de séance (10 minutes)

En fonction du temps, DEMANDER quelques-unes ou toutes les questions suivantes :

- Parmi les informations que vous avez apprises lors de cette formation, lesquelles vous ont été les plus utiles ?
- Quelles compétences vous ont été les plus utiles ?
- Comment votre vie a-t-elle changé depuis que vous avez commencé à prendre part à un collectif de filles ?
- Quoi d'autre ce collectif de filles pourrait-il faire pour vous aider à être le meilleur

de vous-même ? que pourrait-il faire d'autre pour vous aider à poursuivre vos rêves ?

- Quelles idées vous ont le plus défié ?
- Est-ce que quelqu'une a des questions ?

A FAIRE :

- Administrez l'Evaluation Smiley (**Annexe 1**). Une fois la séance terminée et les participantes parties, enregistrer les réponses dans le Formulaire d'Evaluation de séance (**Annexe 2**) ;
- Informez les participantes sur les sujets de la prochaine séance ;
- Leur rappeler la date, l'heure et le lieu de la prochaine séance ;
- Remerciez les participantes pour leur participation active ;
- Libérez le groupe.

³⁷ Adapté de Cowan, E., F. Mekuria, A. Sprinkel. 2016. Social Analysis and Action: Global implementation manual. Atlanta: CARE USA.



Séances de commerce



Introduction à la Planification³⁸

Objectif :

- Comprendre comment anticiper lors du démarrage ou de la poursuite d'activités commerciales ;
- Comprendre que la planification est un processus qui consiste à décomposer un objectif en petites tâches ;
- Pratiquer la planification d'entreprise.

Matériel :

- Cartes d'images 13-25 (Annexe 10)

Temps :

- 1 heure

Guide de la Séance

Accueil (10 minutes)

A FAIRE :

- Accueillez les participantes à la reprise de la formation et les remercier pour leur engagement continu ;
- Dressez la liste des présences ;
- Invitez une ou deux participantes à partager au moins une norme avec les autres membres du groupe ;
- Remercier les participantes pour le partage.

DEMANDER : y a-t-il quelqu'une qui voudrait bien rappeler au groupe ce dont nous avons discuté lors de notre dernière séance?

A FAIRE : si nécessaire, rappeler au groupe les messages clés de la séance précédente :

- Retardez la naissance d'un enfant jusqu'à l'âge de 18 ans peut améliorer les ressources financières pour vous et votre famille ;
- Une femme qui travaille peut contribuer aux finances de son ménage, ce qui permet d'améliorer le bien-être de sa famille.

DEMANDER : est-ce que quelqu'une a des questions à poser ou des idées à partager sur ce que nous avons appris ?

Pourquoi planifier et comment planifier (15 minutes)

DIRE : lors d'une précédente séance, j'ai expliqué qu'à l'Ecole de Commerce, nous réfléchissons à la manière dont nous gagnons de l'argent, comment nous l'utilisons et comment nous le gérons. Aujourd'hui, nous allons commencer à réfléchir à la manière dont nous gagnons de l'argent.

Au cours de la séance d'aujourd'hui, nous verrons comment la planification peut contribuer au succès d'une entreprise. Maintenant, vous pourriez ne pas être intéressé par le démarrage d'une entreprise et c'est bien. Les compétences acquises au cours de la séance d'aujourd'hui peuvent s'appliquer à d'autres aspects de votre vie, comme vous le verrez plus tard.

L'histoire des Deux Cousines

DIRE : nous allons commencer par une histoire à propos de deux jeunes cousines qui veulent démarrer une entreprise de chaussures à l'instar d'une de leurs tantes.

A FAIRE : montrer à toutes les participantes les Cartes 13 et 14.

DIRE : la première cousine, Aichatou, (Carte 13) était pressée de créer sa nouvelle entreprise car elle avait besoin d'argent pour payer les frais de scolarité de sa sœur. Elle a décidé de faire les choses de la même manière que sa tante, en vendant le même type de chaussures qu'elle et en installant son stand juste à côté du sien. Après tout, sa tante gagnait de l'argent et donc elle en gagnerait aussi !

A FAIRE : placez la Carte 15 sous la Carte 13 pour montrer la première étape que la première

cousine a franchise lors du lancement de sa nouvelle entreprise.

DIRE : la deuxième cousine, Rakia, (Carte 14), qui avait également un besoin urgent d'argent pour payer les frais médicaux de son père, décida de prendre un peu plus de temps. Tout d'abord, elle **a parcouru** le marché pour voir quels types de chaussures étaient vendus par différents vendeurs.

A FAIRE : placez la Carte 16 sous la Carte 14.

DIRE: deuxièmement, Jamila a parlé à différentes personnes **pour savoir** les types de chaussures qu'elles voulaient mais qu'elles ne pouvaient pas trouver dans leur communauté.

A FAIRE : placez la Carte 17 sous la carte 16.

DIRE : troisièmement, Jamila s'est rendue dans une grande ville voisine, **pour demander** quels étaient les prix pratiqués par les marchands de chaussures en gros pour différents types de chaussures.

A FAIRE : placez la Carte 18 sous la Carte 17.

DIRE : enfin, sur la base de ce qu'elle a appris au cours des trois premières étapes, Jamila a élaboré un plan de vente de chaussures importées car :

- La demande était forte ;
- Très peu d'autres vendeurs de chaussures les vendaient ;
- Elle pourrait obtenir de bons prix chez le grossiste.

A FAIRE : placez la Carte 19 sous la Carte 18

DEMANDER :

- Que pouvez-vous me dire de ce que chaque cousine a fait ?
- Que pensez-vous de l'approche adoptée par chacune d'elles ?
- Laquelle va commencer à gagner de l'argent en premier ?
- Qui aura plus de réussite ? Pourquoi ?
- Avez-vous créé une entreprise ? si oui, quelle approche avez-vous adoptée ? quelles étapes avez-vous sautées ou manquées ?
- Quels sont les avantages de suivre les trois étapes (regardez autour de vous, investiguez, posez des questions) ?
- Quels sont les inconvénients à suivre les trois étapes?

Trois petites étapes pour réussir (2 minutes)

DIRE : la plupart du temps, lorsque nous démarrons une nouvelle entreprise, nous sommes pressés et nous voulons gagner de l'argent tout de suite. Parfois, nous copions simplement ce que quelqu'un d'autre fait. Cela pourrait être un moyen simple et rapide de démarrer, mais à long terme, c'est rarement le meilleur moyen de réussir.

La prochaine fois que vous songez à démarrer une entreprise qui implique l'achat et la vente de

produits, vous pouvez penser aux trois étapes suivies par la deuxième cousine.

- **Regardez autour de vous** ce que les autres entreprises proposent déjà (*montrez la carte 20*). Cela vous permettra de comprendre ce que les gens achètent et vendent, ce que veulent les clients et ce qu'offre la concurrence.
- Ensuite, **découvrez** quels produits les gens veulent acheter mais ont du mal à trouver (*voir carte 21*). Cela vous donnera une idée de ce qui se vendra ou non.
- Enfin, **posez des questions** aux fournisseurs sur les prix du ou des produits que vous comptez vendre (*voir carte 22*). Cela vous aidera à fixer le prix de vos produits afin qu'ils se vendent, surpassent la concurrence et vous rapportent de l'argent.

Au cours de séances ultérieures, nous explorerons chacune de ces trois étapes en détail, mais pour l'instant, voyons à quel point chaque étape peut être importante pour la réussite.

« Aller Etape par Etape » comporte des Avantages (1 minute)

DIRE : la planification n'est pas facile et, dans le monde des affaires, les gens sont souvent si désireux de gagner de l'argent qu'ils se précipitent dans l'activité sans prendre le temps d'élaborer un plan à l'avance. Cette approche se termine rarement bien !

Il convient de garder à l'esprit les conseils des tailleurs qualifiés : « *Il est toujours préférable de mesurer deux fois et de couper une fois.* » Après tout, si un tailleur est pressé et fait une erreur, il peut perdre beaucoup de tissu. Cela lui coûte de l'argent. Toutefois, s'il vérifie ses mesures deux fois, ça lui prendra peut-être un peu plus de temps, mais il aura probablement plus de réussite. Alors, rappelez-vous, planifiez, planifiez, planifiez!

Créer une Nouvelle Entreprise de Vente de Fournitures Scolaires (20 minutes)

DIRE : nous allons maintenant avoir la chance de travailler en équipe pour pratiquer les trois étapes de la planification.

A FAIRE : montrer les cartes 20, 21 et 22. Si nécessaire, passer en revue les trois étapes :

- **Regardez autour de vous** ce que les autres entreprises proposent déjà (*montrez la carte 20*). Cela vous permettra de comprendre ce que les gens achètent et vendent, ce que veulent les clients et ce qu'offre la concurrence.
- Ensuite, **découvrez** quels produits les gens veulent acheter mais ont du mal à trouver (*voir carte 21*). Cela vous donnera une idée de ce qui se vendra ou non.
- Enfin, **posez des questions** aux fournisseurs sur les prix du ou des produits que vous comptez vendre (*voir carte 22*). Cela vous aidera à fixer le prix de vos produits afin qu'ils se vendent, surpassent la concurrence et vous rapportent de l'argent.
-

DIRE : maintenant, je veux vous présenter deux sœurs, Hadiza et Amina, qui souhaitent créer une petite entreprise de vente de fournitures scolaires, ici même dans votre communauté.

A FAIRE : montrez la Carte 23 et la Carte 24 (les sœurs) et la carte 25 (fournitures scolaires).

DIRE : elles sont enthousiastes à l'idée de se lancer dans les affaires mais veulent votre aide pour adopter une approche étape par étape. En travaillant par équipes de quatre, prenez cinq minutes pour proposer un **conseil d'ordre général** à Hadiza et à Amina sur la marche à suivre pour

chacune des trois étapes, en leur expliquant l'importance de chaque étape » (*Montrer les cartes 20, 21 et 22 encore*).

A FAIRE : après que les équipes aient passé cinq minutes à réfléchir aux trois étapes de la planification, attribuez à chaque équipe l'une des trois étapes de la planification.

DIRE : maintenant, je veux que chaque équipe prenne cinq minutes supplémentaires pour proposer des suggestions spécifiques à ces deux sœurs (cartes 23 et 24) sur la manière dont elles pourraient mener à bien la phase de planification assignée à votre groupe ici même dans votre communauté. Cela permettrait à votre groupe de répondre aux questions suivantes :

- Où les sœurs doivent-elles aller ?
- Que devraient-elles faire ?
- À qui devraient-elles parler ?
- Quelles informations aimables devraient-elles recueillir?

A FAIRE : donnez à chaque équipe l'occasion de partager ses conseils avec l'ensemble du groupe.

DEMANDER :

- Nous avons vu que la planification est importante lors du démarrage d'une entreprise, mais pensez-vous que la planification peut également vous aider dans d'autres domaines de votre vie ? Plus précisément, les trois étapes de la planification peuvent-elles également vous aider à atteindre vos objectifs relationnels ? Objectifs de travail et d'éducation ? Objectifs domestiques et environnementaux ? Les objectifs de la taille de la famille?
 - *Note à l'attention de la Facilitatrice* : Une fois que les participantes aient partagé leurs idées, expliquez que les idées de base qui sous-tendent les trois étapes de la planification **peuvent** aider les participantes à atteindre leurs objectifs. Par exemple, les trois étapes deviennent :
 - **Regardez autour de vous** et identifiez vos options ;
 - **En savoir plus** sur chaque option ;
 - **Poser des questions** pour savoir quelle option vous convient le mieux.

Penser à Votre Propre Plan (2 minutes)

DIRE : cette semaine, je tiens à vous encourager à utiliser les trois étapes pour proposer une idée d'entreprise. Il peut s'agir de créer votre propre entreprise, de vous connecter à des entreprises ou à des marchés existants ou de réfléchir à une manière d'utiliser vos compétences pour gagner un revenu. Préparez-vous à partager votre idée avec les autres membres du groupe la semaine prochaine. Lors des séances futures de l'Ecole de Commerce, nous continuerons à développer votre idée d'entreprise. Pensez également à la planification dans le contexte de vos relations, de votre travail et de votre éducation, ainsi que de vos objectifs domestiques, environnementaux et d'enfants. De quoi aurez-vous besoin en termes d'aide et de soutien ? Où irez-vous pour identifier vos options ? A qui allez-vous parler ? Quel type d'informations allez-vous collecter ? Nous y reviendrons dans les prochaines séances.

Si vous désirez avoir plus de conseils sur comment appliquer ces étapes de planification à vos propres activités ou objectifs, faites-le moi savoir et nous pourrons en discuter après le cours.

Conclusion, Evaluation et Activités de Fin de séance (10 minutes)

A FAIRE : Lisez, ci-dessous, les messages clés de cette séance :

- Les trois étapes pour planifier une entreprise sont :
 - **Regarder autour de soi** et identifier ses options ;
 - **Savoir plus** sur chaque option ;
 - **Poser des questions** pour savoir l'option qui convient le mieux.
- Même si la planification peut prendre plus de temps au début, cela peut nous aider à avoir plus de succès en nous donnant une compréhension exhaustive et une planification de toute situation.

S'il vous reste encore de temps, DEMANDER :

- Avant de mettre fin à cette séance, y a-t-il quelqu'une qui aimerait partager avec le groupe une chose qu'elle a trouvée intéressante ou excitante sur la séance d'aujourd'hui ?
- Y a-t-il eu des idées ou des activités qui vous ont interpellée ? si oui, en quoi ?
- Avez-vous des questions à poser ?

A FAIRE :

- Administrez l'Evaluation Smiley à l'aide des questions dans l'encadré « Tester Vos Connaissances ! » figurant à la fin de la présente Séance de ce Guide. Une fois la séance terminée et les participantes parties, enregistrer les réponses dans le Formulaire d'Evaluation de Séance (Annexes 1-2) ;
- Informez les participantes des sujets de la prochaine séance ;
- Leur rappeler la date, l'heure et le lieu de la prochaine séance ;
- Remerciez les participantes pour leur participation active ;
- Libérez le groupe

Tester vos connaissances !

DIRE : je vais lire une question ou une déclaration. Lorsque vous entendez une réponse avec laquelle vous êtes d'accord, veuillez lever la main.

1. Une étape de la planification consiste à poser des questions. Vrai ou faux ? **VRAI**
2. Il y a deux sœurs. Une sœur décide de copier son amie qui a un étal de fruits fructueux. Elle ouvre son étal de fruits juste à côté de son amie et commence à vendre des fruits. La deuxième sœur suit les trois étapes de la planification : elle regarde autour d'elle, elle découvre ce que les gens veulent et pose des questions. A la fin, elle ouvre un stand vendant des déjeuners préparés aux travailleurs d'usine en ville. Quelle sœur aura probablement plus de réussite : sœur 1 ou sœur 2? **SŒUR 2.**

³⁸ Adapté de James-Wilson, D. and Proctor, H. (2014). Enterprise Your Life: Building the Capacity of Youth for Economic Engagement. Making Cents International.



Se Préparer pour les Problèmes³⁹

Objectif :

- Connaître les problèmes courants rencontrés en affaires ;
- Connaître les problèmes courants rencontrés en affaires ;
- Pratiquer comment se préparer pour les problèmes courants auxquels font face les entreprises ;

Matériel :

- Cartes d'images 19, 25-30 (Annexe 10)

Temps :

- 1 heure 15 minutes

Guide de la Séance

Accueil (10 minutes)

A FAIRE :

- Accueillez les participantes à la reprise de la formation et les remercier pour leur engagement continu ;
- Dressez la liste des présences ;
- Invitez une ou deux participantes à partager au moins une norme avec les autres membres du groupe ;
- Remerciez les participantes pour le partage.

DEMANDER : y a-t-il quelqu'une qui voudrait bien rappeler au groupe ce dont nous avons discuté lors de notre dernière séance ?

A FAIRE : si nécessaire, rappeler au groupe les messages clés de la séance précédente :

- L'islam peut être interprété comme un soutien à l'utilisation de la contraception car celle-ci aide les familles retrouver la tranquillité et n'est pas explicitement interdite dans le Coran ni dans la tradition du prophète.

DEMANDER : est-ce que quelqu'une a des questions à poser ou des idées à partager sur ce que nous avons appris ?

Problèmes auxquels font Face les Entreprises (15 minutes)

DIRE : dans une de nos séances précédentes, nous avons expliqué comment la planification peut nous aider à réussir en affaires. Nous avons évoqué les avantages qu'offre une approche de planification prudente et progressive, contrairement au fait de se lancer dans une nouvelle activité sans aucune préparation. Aujourd'hui, nous allons explorer un autre aspect de la planification – celui qui a trait à ce que nous pouvons faire lorsque les choses tournent mal et qu'il y a lieu de changer nos plans.

DEMANDER : est-ce que quelqu'une parmi vous a déjà rencontré des problèmes se rapportant au succès de son entreprise ou connaît quelqu'un(e) qui s'était trouvé(e) dans cette situation ? (Demandez-leur de lever la main, *mais ne rentrez pas dans les détails pour le moment.*)

DIRE : apparemment, la plupart d'entre nous avons vécu l'expérience d'être amenées à gérer des problèmes en matière d'affaires. Essayons de voir quelques exemples concrets. Pour commencer, nous allons utiliser ces cinq cartes à problèmes (cartes 26, 27, 28, 29 et 30) pour savoir certains des problèmes auxquels vous avez eu à faire face, ici même, dans cette communauté.

A FAIRE: expliquer que chaque carte représente un problème pouvant survenir dans le monde des affaires. Demander aux participantes de donner leur propre interprétation des cartes, mais assurez-vous de clarifier ce que chaque carte représente avant de poursuivre :

- Le vol (carte 26) ;
- La corruption (carte 27) ;
- Les obligations extérieures (familiales) (carte 28) ;

- Les problèmes liés aux aléas climatiques [2] (carte 29) ;
- Les forces externes (quelqu'un vous demande de vous arrêter, les concurrents qui baissent leur prix, moins de demande pour le produit) (carte 30).

A FAIRE:

- Invitez cinq volontaires à se présenter devant. Demander à chaque volontaire de choisir une des cartes à problèmes. Puis, un à un, demander à chacune d'elles de donner un exemple précis de ce type de problème, issu soit de sa propre expérience des affaires ou de celle d'une personne qu'elle connaît. Encouragez-les à donner des exemples tirés de leur propre communauté ;
- Après chaque volontaire, demander aux participantes de lever la main si elles pensent que le problème en discussion est fréquent dans leur communauté ;
- Une fois que les cinq volontaires aient fini de donner leurs exemples, demander aux autres participantes de voter, en se plaçant chacune à côté de la volontaire dont elle pense que l'exemple est le plus fréquent, afin de déterminer les problèmes les plus courants.

Se Préparer pour les Imprévus (20 minutes)

DIRE: comme nous venons de le voir, ces problèmes peuvent se produire, et ils se produisent effectivement. La bonne nouvelle, cependant, est que si nous planifions la façon dont nous pourrions faire face à chaque situation AVANT qu'elle ne se produise, nous pourrions être en mesure d'éviter, ou de rapidement surmonter, tout problème qui nous arrive.

Comme on le dit, il faut « espérer le meilleur mais se préparer au pire »

DIRE: afin de réussir dans nos activités commerciales, nous devons pratiquer comment nous préparer pour les imprévus.

- C'est ce que nous allons faire en nous divisant en équipes de trois. Nous allons ensuite demander à deux des équipes de venir devant.
- Ensuite, je vais choisir une des deux cartes d'idées d'entreprise que nous avons vues jusque là - la vente de chaussures importées (carte 19) ou la vente de fournitures scolaires (carte 25), ainsi que l'une des cinq cartes à problèmes (cartes 26, 27 et 28), 29, 30).
- Je donnerai, ensuite, une minute aux deux équipes pour nous proposer un plan rapide sur comment faire face ou éviter le problème choisi.
- A la fin de la minute, je donnerai à chaque équipe 30 secondes pour présenter son idée au groupe. Et après, nous allons voter à main levée pour déterminer quelle idée d'équipe est la meilleure.
- L'équipe ayant gagné affrontera ensuite une autre équipe de trois personnes. Il en sera ainsi jusqu'à ce que toutes les équipes aient la chance de passer ne serait-ce qu'une fois.

A FAIRE:

- Conduisez l'activité comme décrit ci-dessus ;
- Félicitez l'équipe ayant gagné et remerciez les autres équipes pour leurs efforts et leur créativité.

DIRE: aujourd'hui, nous avons appris deux autres importantes leçons sur la planification. Premièrement, nous devons nous préparer à la fois pour les problèmes et pour les opportunités. Deuxièmement, si nous travaillons ensemble avec des amis ou des membres de notre famille, nous pouvons aboutir à de nombreuses bonnes idées pour soit surmonter les problèmes récurrents ou les éviter. En d'autres termes, la planification est une chose que nous devons toujours faire, et nous pouvons toujours trouver de l'aide ou des conseils chez nos amis, notre famille et nos voisins.

Devoir de Maison : Se Préparer pour les Problèmes (2 minutes)

A FAIRE: demander aux participantes d'énumérer (dans la tête ou par écrit) tous les problèmes auxquels elles pourraient être confrontées dans l'atteinte de leurs objectifs personnels ou professionnels. Demandez-leur de proposer des idées sur comment résoudre ces problèmes. Informez-les qu'elles présenteront leurs listes lors des prochaines séances.

Inviter un Entrepreneur (30 minutes)

DIRE: pour conclure notre séance d'aujourd'hui, nous avons la chance d'avoir avec nous [nom de l'entrepreneuse locale]. Je suis sûr que la plupart d'entre vous, sinon toutes, connaissent [entrepreneuse locale] parce que ça fait déjà quelques temps que ses affaires marchent bien dans votre communauté. Cependant, vous n'avez peut-être pas eu la chance d'échanger avec elle sur son parcours vers le succès.

Aujourd'hui, [l'entrepreneuse locale] partagera son histoire avec nous et, à la fin, vous aurez l'occasion de lui poser des questions.

A FAIRE:

- Invitez l'entrepreneuse locale à faire part de ses réflexions sur l'entrepreneuriat. Demandez-la de mettre l'accent sur les mesures qu'elle a eu à prendre pour saisir les opportunités et pour se préparer à faire face aux problèmes ;
- Une fois que l'entrepreneuse ait fini, faciliter séance de Questions et Réponses.
- Remerciez l'entrepreneuse d'être venue et libérer le groupe.
- remplissez le Formulaire d'Evaluation de la Séance à l'Annexe 2.

³⁹ Adapté de James-Wilson, D. and Proctor, H. (2014). Enterprise Your Life: Building the Capacity of Youth for Economic Engagement. Making Cents International.



Etude de Marché et Valeur Ajoutée⁴⁰

Objectif :

- Apprendre comment collecter les informations relatives au marché où vous entrerez ou que vous comptez entrer ;
- Apprendre à ajouter de la valeur (changer le produit ou service contre un meilleur) afin de rendre un produit plus attrayant pour les clients et réussir en affaires.

Matériel :

- Cartes d'images 31-39 (Annexe 10)
- 4-5 produits courants tels que savon, bouteille vide, thé, cirage, etc. ;
- Sac opaque ;
- Bouteille/sachet d'eau.

Préparation :

- En laissant un objet de côté, placer les objets communs restants dans le sac, afin que personne ne puisse les voir.

Temps :

- 1 heure 15 minutes

Guide de la Séance

Accueil (10 minutes)

A FAIRE :

- Accueillez les participantes à la reprise de la formation et les remercier pour leur engagement continu ;
- Dressez la liste des présences ;
- Invitez une ou deux participantes à partager au moins une norme avec les autres membres du groupe ;
- Remerciez les participantes pour le partage.

DEMANDER: y a-t-il quelqu'une qui voudrait bien rappeler au groupe ce dont nous avons discuté lors de notre dernière séance?

A FAIRE : si nécessaire, rappeler au groupe les messages clés de la séance précédente.

- Nous devons planifier les problèmes aussi bien que les opportunités.
- Deuxièmement, si nous travaillons avec des amis ou des membres de la famille, nous pouvons proposer de nombreuses bonnes idées pour traiter ou éviter les problèmes communs.

DEMANDER :

- Est-ce que quelqu'une a des questions à poser ou des idées à partager sur ce que nous avons appris ?
- Comme devoirs, je vous ai demandé d'élaborer un plan détaillé pour atteindre un objectif sur un an. Y a-t-il quelqu'une qui voudrait bien partager son plan ?

Penser aux Produits (10-15 minutes)

DIRE : aujourd'hui, nous allons commencer à réfléchir à une autre compétence professionnelle essentielle : connaître votre marché. En affaires, « marché » est un mot qui désigne tous les acheteurs et vendeurs d'un produit ou d'un service donné. Par exemple, le marché des « chaussures » comprend toutes les personnes intéressées par l'achat de chaussures et pouvant se permettre d'acheter des chaussures. Cela inclut également toutes les personnes qui vendent des chaussures. Au cours de la séance d'aujourd'hui, vous apprendrez des informations précieuses sur le marché où vous êtes allées ou où vous comptez aller.

A FAIRE : montrez à toutes les participantes un produit commun avec lequel elles sont familières (c'est-à-dire un morceau de savon, du cirage, de la crème pour les mains, etc.). Leur permettre de regarder le produit pour s'assurer qu'elles le connaissent bien.

DEMANDER :

- L'aimez-vous ? Pourquoi ou pourquoi pas ?
- Existe-t-il d'autres versions de ce produit (c'est-à-dire différentes marques, couleurs, odeurs, etc.) ? En quoi sont-ils similaires à cette version (qualité, prix, etc.) ? Comment sont-ils différents ? Toutes les versions sont-elles disponibles dans votre communauté ?

- Pourquoi quelqu'un choisirait-il une version plutôt qu'une autre?

DIRE : si nous sommes curieux, et si nous posons des questions et formulons des observations, nous pouvons apprendre beaucoup sur les besoins et les désirs de nos clients, ainsi que sur ce que font nos concurrents. Lorsque nous faisons cela, nous faisons ce qu'on appelle une « étude de marché ». Nous collectons des informations sur le marché - ou sur les acheteurs et les vendeurs d'un produit donné. Nous pouvons obtenir cette information en faisant attention lorsque nous :

- Faisons le tour du marché ;
- Achetons ou vendons des biens au marché ;
- Parlons aux clients existants, aux amies, aux voisins et aux membres de la famille.

DIRE: Pour vous aider à mener une étude de marché, voici six questions à se poser :

- Qui achète ce produit ou service ? (hommes ou femmes ? personnes plus jeunes ou plus âgées?) (*montrer la carte 31*) ;
- A quelle fréquence/quand les gens achètent-ils ce produit ou service ? (*Montrer la carte 32*) ?
- Où sont les différents endroits où ils peuvent l'acheter ? (*montrer la carte 33*) ;
- Pourquoi les gens veulent-ils acheter ce produit ? quel est le rapport qualité/prix/particularité que les gens aiment ? (*montrer la carte 34*) ;
- Quels autres produits ou services similaires les gens achètent-ils ? (*montrer la carte 35*) ;
- Comment le produit ou le service pourrait-il être amélioré pour le mieux ? (Modifications/ajouts, prix, qualité) (*Montrer la carte 36*)

DEMANDER :

- Que vous disent les informations recueillies à l'aide de ces six questions de compétence en études de marché?
- Comment cela pourrait-il aider votre entreprise?
- Que pouvez-vous gagner en posant ces questions et en recueillant ces informations?

Mettre en pratique les Compétences en Etudes de Marché (15 minutes)

A FAIRE : divisez le groupe en 4 à 5 équipes.

DIRE : maintenant que nous connaissons ces six compétences en études de marché, veillons les mettre en pratique.

Veillez envoyer un membre de votre équipe à l'avant pour sélectionner un produit dans mon sac (*c'est le sac rempli de produits courants que vous avez préparé avant le cours*). En petits groupes, répondez aux six questions d'étude de marché concernant votre produit.

A FAIRE :

- Donnez aux équipes jusqu'à 10 minutes pour répondre aux questions. Rappelez aux participantes les six questions de l'étude de marché, si nécessaire ;
- Ensuite, demander aux équipes de partager ce dont elles ont discuté.

DEMANDER : comment l'étude de marché vous aide-t-elle à prendre des meilleures décisions d'affaires?

Une Simple Bouteille d'Eau (10 minutes)

DIRE : maintenant nous allons parler un peu plus sur la manière de rendre votre produit ou service plus attrayant pour vos clients. Nous appelons cela « valeur ajoutée ».

A FAIRE : montrez une bouteille (ou sachet) d'eau. Elle n'a pas besoin d'être pleine.

DIRE : voici une simple bouteille d'eau.

DEMANDER :

- Où pouvez-vous l'acheter ?
- Combien coûte-t-elle habituellement ?

A FAIRE :

- Suscitez quelques réponses à chaque question, mais ne pas laisser le débat commencer ;
- Divisez le groupe en trois équipes.

DIRE : Je vais maintenant vous demander de travailler en 3 équipes sur un petit défi. Chaque groupe doit prendre deux minutes pour trouver quelques idées d'une situation dans laquelle une personne pourrait être disposée à payer plus pour cette même bouteille d'eau.

- Groupe 1 – **Où** quelqu'un pourrait-il être prêt à payer plus ?
- Groupe 2 – **Quand** quelqu'un pourrait-il être disposé à payer plus ?
- Groupe 3 – **Quoi d'autre** pourrait-on changer dans cette bouteille d'eau pour inciter quelqu'un à payer plus ?

A FAIRE : invitez chaque équipe à partager ses idées, les remercier pour leurs efforts.

- *Note à l'attention de la Facilitatrice : Les réponses possibles sont les suivantes :*
 - *Où ? une personne pourrait être disposée à payer davantage pour la bouteille d'eau si elle participe à un événement spécial (fête communautaire, match de cricket, film, etc.), là où il n'y a qu'un seul fournisseur du produit (par exemple, ils sont dans un train ou un bus pour un long voyage), s'il s'agit d'une attraction touristique ;*
 - *Quand ? quelqu'un pourrait être disposé à payer plus pendant les mois chauds d'été, tard la nuit, etc. ;*
 - *Qu'est-ce qui pourrait être changé ? La bouteille pourrait avoir une nouvelle étiquette ou le récipient pourrait être changé, quelque chose pourrait être ajouté à l'eau, elle pourrait être refroidie, chauffée, etc.*

Compétences en matière de Valeur Ajoutée (2 minutes)

DIRE : dans cette dernière activité, nous avons découvert que quelqu'un pourrait payer davantage pour un article dans certaines circonstances qui sont, entre autres : l'endroit où nous le vendons (là où se déroule un match de lutte traditionnelle), le moment où nous le vendons (tard la nuit quand personne d'autre ne le vend), les changements que nous avons apportés (le garder au

frais avec de la glace ou un refroidisseur).

Ce sont tous là des exemples de ce que les hommes/femmes d'affaires appellent la « valeur ajoutée » - et les questions « Quoi d'autre » sont essentielles pour utiliser cette approche afin d'améliorer votre entreprise. Comme nous pouvons le voir sur cartes de compétences de la valeur ajoutée (*Afficher les cartes 37, 38, 39*), la clé pour ajouter de la valeur et améliorer notre entreprise consiste à poser les questions « quoi d'autre » à la valeur ajoutée :

- Que puis-je changer concernant la **qualité** de mon produit ? (par exemple, en ajoutant ou en modifiant quelque chose) (*carte 37*) ;
- Que puis-je changer dans la **présentation** de mon produit ? (par exemple, comment est-il emballé ou affiché) (*carte 38*) ;
- Que puis-je changer dans la **tarification** de mon produit ? (par exemple, combinaison de prix, remise quantitative) (*Carte 39*)

Utiliser les Trois Questions sur la Valeur Ajoutée pour Réussir en affaires (15-20 minutes)

A FAIRE:

- Divisez le grand groupe en équipes de trois ou quatre personnes ;
- Prenez l'exemple d'un produit alimentaire, d'un habit, de produits capillaires, de bijoux, etc.
-

DIRE: maintenant, essayons d'ajouter de la valeur à votre produit en posant les trois questions - « Questions sur la Valeur Ajoutée ». Veuillez prendre cinq minutes dans votre groupe pour réfléchir aux réponses à ces questions.

MODIFICATION EVENTUELLE : parcourir les étapes ci-dessus ensemble et non en petites équipes. Diviser le grand groupe en équipes de 3-4 personnes pour les prochaines étapes.

DIRE: maintenant que vous en avez ajouté de la valeur, je voudrais que vous proposiez une courte publicité radio de 15 à 30 secondes pour votre « NOUVEAU » produit. La publicité doit décrire tous les éléments de la Valeur Ajoutée de votre « NOUVEAU » produit.

A FAIRE :

- Invitez chaque groupe à l'avant de la salle pour faire sa publicité radio ;
- Après que chaque groupe ait fait sa présentation, demander aux participantes de faire un résumé rapide des éléments de la Valeur Ajoutée générés par l'équipe.

MODIFICATION EVENTUELLE : pour les équipes qui ne sont pas à l'aise devant de grands groupes, leur faire plutôt préparer des affiches publicitaires en utilisant du papier et des marqueurs. Une représentante peut ensuite partager les détails du produit avec le groupe.

Devoir de Maison (2 minutes)

DIRE : les hommes d'affaires qui réussissent entreprennent toujours des études de marché, à la fois avant et après la création de leur entreprise. Les études de marché aident les entreprises à ajouter de la valeur à leurs produits et à leur entreprise dans son ensemble. Vous pouvez avoir une excellente idée pour ajouter de la valeur, mais au fur et à mesure que les choses changent,

vous devez peut-être refaire cet exercice pour pouvoir proposer une nouvelle idée afin de vendre plus ou à un prix supérieur à celui de vos concurrents.

Comme exercice de maison, j'aimerais que vous pratiquiez ces nouvelles compétences. Je veux que vous réfléchissiez à ce que vous pourriez faire avec des articles dont vous disposez déjà, tels que les légumes que vous produisez ou qui sont cultivés dans la communauté. Ou, si vous avez déjà une entreprise, essayez de répondre aux trois questions à Valeur Ajoutée pour améliorer un produit que vous vendez. Je vous demanderai de partager certaines de vos idées pour ajouter de la valeur au cours de notre prochaine séance d'école de commerce.

Conclusion, Evaluation et Activité de Fin de séance (10 minutes)

A FAIRE :

- Lisez les messages clés suivants de cette séance :
- L'étude de marché est un moyen de connaître les acheteurs de nos produits et des autres produits vendus (ou non vendus). Elle peut aider les entreprises à ajouter de la valeur à leurs produits et à leur entreprise dans son ensemble en comprenant le contexte dans lequel nous vendons notre produit ou service. Il comporte six questions :
- Qui achète ce produit ou service ?
- A 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-ils acheter ce produit ? quel est le rapport qualité/prix/particularité que les gens aiment ?
- Quels autres produits ou services similaires les gens achètent-ils ?
- Comment pouvons-nous ajouter de la valeur à notre produit ?
- Pour ajouter de la valeur à un produit ou service, il y a trois questions que nous devons nous poser : Que *puis-je changer concernant la qualité de mon produit* ? Que *puis-je changer dans la présentation de mon produit* ? Que *puis-je changer dans la tarification de mon produit* ?
- Comprendre notre marché peut nous dire beaucoup sur les besoins et désirs de nos clients ainsi que ce que nos concurrents font.

S'il reste encore de temps, DEMANDER :

- Avant de mettre fin à cette séance, y a-t-il quelqu'une qui aimerait partager avec le groupe une chose qu'elle a trouvée intéressante ou excitante sur la séance d'aujourd'hui ?
- Y a-t-il eu des idées ou des activités qui vous ont interpellée ? si oui, en quoi ?
- Avez-vous des questions à poser ?

A FAIRE :

- Administrez l'Evaluation Smiley à l'aide des questions dans l'encadré « Tester Vos Connaissances ! » figurant à la fin de la présente Séance de ce Guide. Une fois la séance terminée et les participantes parties, enregistrer les réponses dans le Formulaire d'Evaluation de Séance (Annexes 1-2) ;
- Informez les participantes des sujets de la prochaine séance ;
- Leur rappeler la date, l'heure et le lieu de la prochaine séance ;

- Remerciez les participantes pour leur participation active.
- Libérez le groupe.

Testez Vos Connaissances !

DIRE : je vais lire une question ou une affirmation, suivie d'une réponse. Si vous êtes d'accord avec ladite réponse, levez la main.

1. L'étude de marché peut permettre de savoir...
 - a. Qui normalement achète un produit : Vrai ou faux ? **VRAI**
 - b. Ou est-ce qu'ils achètent normalement le produit : Vrai ou faux ? **VRAI**
 - c. Changez la marque de votre produit pour la rendre plus brillante et plus attractive est un exemple de comment ajouter de la valeur : Vrai ou faux ? **VRAI**

⁴⁰ Adapté de James-Wilson, D. and Proctor, H. (2014). Enterprise Your Life: Building the Capacity of Youth for Economic Engagement. Making Cents International.



Informations Commerciales Venant du Client⁴¹

Objectif:

- Comprendre comment répondre aux clients satisfaits et non satisfaits afin de recueillir des informations précieuses sur le marché ;

Matériel:

- Cartes d'images 22, 34, 35 et 36 (Annexe 10)

Temps:

- 1 heure 5 minutes

Guide de la Séance

Accueil (10 minutes)

À FAIRE :

- Accueillez les participantes à la reprise de la formation et les remerciez pour leur engagement continu ;
- Dressez la liste des présences ;
- Invitez une ou deux participantes à partager au moins une norme avec les autres membres du groupe ;
- Remerciez les participantes pour le partage.

DEMANDER : y a-t-il quelqu'une qui voudrait bien rappeler au groupe ce dont nous avons discuté lors de notre dernière séance ?

À FAIRE : si nécessaire, rappelez au groupe les messages clés de la séance précédente :

- Notre langage corporel peut indiquer que nous sommes à l'écoute des gens, intéressés par ce qu'ils disent et disposés à écouter leur histoire ou point de vue ;
- La communication assertive est un outil efficace pour tenir des conversations difficiles dans le respect.

DEMANDER :

- Y a-t-il quelqu'une qui a des questions à poser ou des idées à partager sur ce que nous avons appris ?
- Est-ce que quelqu'une a utilisé ses compétences en matière de communication assertive cette semaine ? Si oui, aimeriez-vous raconter votre expérience au reste du groupe ?

Apprendre de nos Clients (20 minutes)

DIRE : au cours des séances précédentes, nous nous sommes entretenues sur la procédure pour recueillir des informations précieuses sur le marché. Aujourd'hui, nous allons parler de la méthode pour soutirer des informations aux clients, qu'ils soient bons ou mauvais.

DEMANDER : qu'est-ce qui fait qu'un client est « mauvais » ? *Solliciter des réponses rapides auprès d'une ou deux participantes.*

DIRE : d'accord, j'aimerais à présent vous parler de deux situations avec les soi-disant « mauvais » clients. Concentrons-nous sur la manière dont chaque entrepreneur réagit face au « mauvais » client.

À FAIRE : lisez l'histoire de la page suivante à haute voix. Vous pouvez raconter cette histoire avec les cartes d'images (cartes 13, 17, 24 et 40).

MODIFICATION FACULTATIVE : distribuez des copies de l'histoire à un petit groupe et demandez-leur de mimer la scène.

L'histoire des « Bons » et « Mauvais » Clients

Le Narrateur : c'était la fin d'une longue et chaude journée pour une jeune vendeuse (*montrer la carte 13*) qui vend des chaussures sur le marché local (*montrer la carte 17*). Elle n'avait pas gagné beaucoup d'argent et était fatiguée. Une dame est arrivée (*montrer la carte 35*) et la conversation suivante s'est tenue :

La Dame : vous n'offrez vraiment pas beaucoup de choix en matière de chaussures.

Vendeuse 1 : quoi ? Ouvrez bien les yeux ! Regardez toutes ces belles chaussures !

La Dame : eh bien ! Vous êtes très malpolie. Pourquoi devrais-je acheter quelque chose ?

Vendeuse 1 : si vous voyez quelque chose que vous aimez, vous pouvez l'acheter.

La Dame : vous ne vendez pas ce que je cherche.

Le Narrateur : la dame s'est ensuite rendue dans une autre partie du marché et est allée voir une autre jeune vendeuse de chaussures (*montrer la carte 24*).

La Dame : vous n'offrez vraiment pas beaucoup de choix en matière de chaussures.

Vendeuse 2 : humm... Bien quel type de chaussures cherchez-vous ?

La Dame : je cherche des chaussures pour ma petite-fille.

Vendeuse 2 : votre petite-fille a de la chance de vous avoir comme grand-mère. Quel genre de chaussures cherchez-vous ? Et quelle importance accordez-vous à la couleur et au prix ?

La Dame : j'ai un petit budget. Sa couleur préférée est le rouge. J'aimerais vraiment qu'elle puisse les garder assez longtemps.

Vendeuse 2 : bon ! ... Je ne les ai pas en rouge, mais j'ai ces chaussures bleues, très bien confectionnées, que ma sœur porte tous les jours. Elle les a gardé plus d'un an. Seriez-vous intéressée ?

La Dame : vous savez quoi ? La couleur n'est pas si importante. Si vous dites qu'elle peut les porter toute une année, alors ça fera un cadeau formidable. Je vais les acheter.

Après avoir lu/raconter l'histoire...

DEMANDER :

- Que s'est-il passé entre la cliente et la première vendeuse ?
- Comment la première vendeuse s'est-elle sentie face à la cliente ?
- Et quel impact cela a-t-il eu sur la façon dont elle lui a parlé ?
- Qu'est-ce que la cliente a pensé de la première vendeuse ?

- Et qu'est-ce que cela l'a amenée à faire ?
- Que s'est-il passé entre la cliente et la deuxième vendeuse ?
- Qu'a pensé la deuxième vendeuse de la cliente ?
- Et quel impact cela a-t-il eu sur la façon dont elle lui a parlé ?
- Comment la cliente s'est-elle sentie face à elle ?
- Et qu'est-ce que cela l'a amenée à faire ?
- Pourquoi les résultats sont-ils différents, même si les conversations ont commencé de la même manière ?

Conseils pour Apprendre de ses Clients (5 minutes)

DIRE : ce qu'on apprend de ses clients aide toutes les entreprises à s'améliorer. C'est une autre forme d'étude de marché. Quelquefois, les clients ont besoin d'avoir des plusieurs options. Parfois, les informations qu'on retient des clients d'apparence mécontents (ou « mauvais ») sont toutes aussi précieuses que celles qu'on obtient des clients satisfaits. Tout dépend de la manière dont nous répliquons. En fait, si nous appliquons certaines de nos compétences en matière d'études de marché sur nos clients existants, qu'ils soient bons ou mauvais, nous pouvons développer et améliorer nos entreprises.

Voici quatre bons conseils pour transformer toute personne en client satisfait et payant.

- **Posez des questions** sur le produit ou le service qui les intéressent (prix, caractéristiques du produit). (*Montrer la carte 22*);
- Essayez de **comprendre pourquoi** ils veulent acheter ce produit? Quels sont les qualité/prix/particularités qui intéressent les gens ? (*montrer la carte 34*);
- Faites de votre mieux pour répondre à leurs besoins – même si vous devez introduire une option à laquelle ils n'ont peut-être pas pensé (*montrer la carte 35*);
- Utilisez les informations que vous leur soutirez pour réfléchir sur **comment mieux valoriser** votre produit ou service (*montrer la carte 36*). Comment pouvez-vous améliorer la sélection, le prix, la qualité ou d'autres caractéristiques du produit ou du service que vous vendez afin de mieux répondre aux besoins des clients ? La mise en valeur pourrait vous aider à acquérir de nouveaux clients dans le futur, y compris ceux-là !

DEMANDER : ces conseils vous rappellent-ils nos capacités en matière d'études de marché de la séance précédente ?

DIRE : ils devraient. C'est là un autre moyen de faire une étude de marché rapide pour transformer un « mauvais » client en un « bon » client.

DEMANDER : comment pouvons-nous appliquer ce que nous avons appris sur la communication assertive et l'écoute active de la semaine dernière ?

Utiliser les Quatre Conseils dans des Situations Pratiques (20 minutes)

DIRE : demandons à des volontaires de nous montrer comment nous pouvons apprendre des clients. Nous avons trois situations différentes, chacune mettant en vedette une cliente

insatisfaite et une vendeuse. Pour chaque situation, j'aimerais deux volontaires: l'une pour la vendeuse et l'autre pour la cliente. La vendeuse doit utiliser les quatre astuces pour faire de la cliente insatisfaite une cliente satisfaite.

Nous allons passer en revue les situations une par une.

- **Situation # 1** - Un client vous achète des plats cuisinés et revient le lendemain pour se plaindre de ce que leur goût n'était pas aussi bon que d'habitude.
- **Situation # 2** - Une cliente régulière de votre atelier de couture vous dit qu'elle envisage de demander à quelqu'un d'autre de lui confectionner une robe pour un mariage auquel elle a été conviée.
- **Situation # 3** - Un voisin vient dans votre épicerie pour acheter un type spécifique d'huile de cuisson, mais ne trouve pas ce qu'il cherche.
- **FACULTATIF Situation #4** – Permettez au groupe de vous donner un exemple d'une rencontre qu'ils ont eu avec un client difficile. Utilisez ensuite cet exemple comme quatrième situation optionnelle (Répétez cette étape si le temps le permet et si le groupe semble intéressé).

A FAIRE : si nécessaire, donner aux volontaires des astuces tout au long du jeu de rôle pour les aider à utiliser les quatre astuces.

Après chaque jeu de rôle, DEMANDER :

- Pouvez-vous identifier lesquels des quatre conseils les volontaires ont fait usage ?
- Pouvez-vous penser à d'autres manières d'utiliser les mêmes quatre conseils dans cette situation ou dans une situation similaire ?

Devoir de Maison (2 minutes)

À FAIRE :

- En guise de devoir, invitez les participantes à utiliser les quatre conseils pour transformer les clients mécontents en clients satisfaits au cours de la semaine prochaine, puis à rendre compte de leurs expériences. Pour les participantes sans entreprise, proposez-leur de parler de ce qu'elles ont appris à un entrepreneur qu'elles connaissent et de lui demander si elles peuvent appliquer ces compétences dans son entreprise.

DIRE : au cours des séances précédentes, nous avons beaucoup appris sur la manière de recueillir des informations sur le marché. Nous pouvons le faire de plusieurs manières, notamment en utilisant les six questions d'étude de marché et en recueillant des informations auprès des bons et des mauvais clients. Nous avons également passé beaucoup de temps à réfléchir à la manière de valoriser nos propres produits et services afin de répondre au mieux aux besoins du marché. Ce sont toutes des compétences utiles que je vous encourage à appliquer.

Conclusion, Séance d'Évaluation de la Séance et Activité de Fin de Journée (10 minutes)

À FAIRE : Lisez, ci-dessous, les messages clés de cette séance :

- Pour acquérir des clients, suivez ces quatre conseils :
- Posez-leur des questions sur le produit ou le service qui les intéressent (prix, caractéristiques du produit) ;
- Essayez de comprendre pourquoi ils veulent acheter ce produit. Quels sont les qualité/prix/particularités que les gens recherchent ?
- Faites de votre mieux pour répondre à leurs besoins - même si c'est à l'aide une option à laquelle ils n'auraient peut-être pas songé ;
- Utilisez les informations que vous leur avez soutirées pour réfléchir à la manière de valoriser votre produit ou service.

Si vous avez encore le temps, DEMANDER :

- Avant de terminer la séance, y a-t-il quelqu'une qui aimerait partager avec le groupe un point qu'elle a trouvé intéressant ou excitant sur la séance d'aujourd'hui ?
- Y a-t-il eu des idées ou des activités qui vous ont interpellées? si oui, en quoi ?
- Y a-t-il des questions ?

A FAIRE :

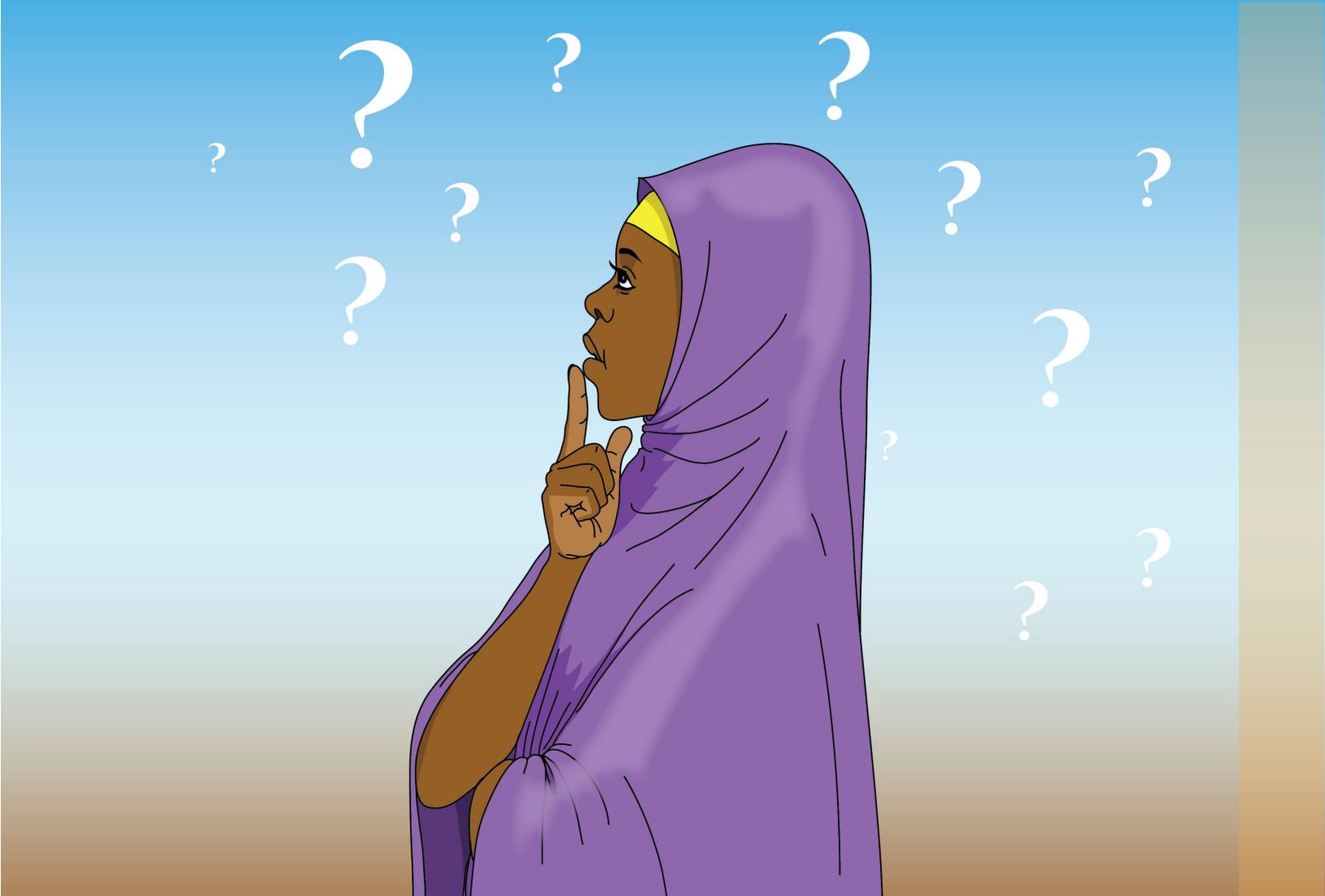
- Administrez l'Evaluation Smiley à l'aide des questions dans l'encadré « Tester Vos Connaissances ! » figurant à la fin de la présente Séance de ce Guide. Une fois la séance terminée et les participantes parties, enregistrer les réponses dans le Formulaire d'Evaluation de Séance (Annexes 1-2) ;
- Informez les participantes des sujets de la prochaine séance ;
- Rappelez leur la date, l'heure et le lieu de la prochaine séance ;
- Remerciez les participantes pour leur participation active ;
- Libérez le groupe.

Tester Vos Connaissances !

DIRE : je vais lire une question ou une affirmation, suivie d'une réponse. Si vous êtes d'accord avec ladite réponse, levez la main.

1. Les mauvais clients essaient de détruire votre entreprise et doivent être ignorés. Vrai ou faux ? **FAUX**
2. Une astuce pour apprendre de ses clients est d'essayer de comprendre ce que les clients veulent. Vrai ou faux ? **VRAI**

⁴¹ Adapté de James-Wilson, D. and Proctor, H. (2014). *Enterprise Your Life: Building the Capacity of Youth for Economic Engagement*. Making Cents International.



Tenir Compte de Toutes les Options⁴²

Objectif:

- Apprendre à tenir compte de différentes options avant de prendre une décision.

Matériel:

- Cartes d'images 1, 2, 5, 19, 24, 25, 26, 29, 30, 34 et 35 (Annexe 10)

Temps:

- 1 heure

Guide de la Séance

Accueil (10 minutes)

À FAIRE :

- Accueillez les participantes à la reprise de la formation et les remerciez pour leur engagement continu ;
- Dressez la liste des présences ;
- Invitez une ou deux participantes à partager au moins une norme avec les autres membres du groupe ;
- Remerciez les participantes pour le partage.

DEMANDER : y a-t-il quelqu'une qui voudrait rappeler au groupe ce dont nous avons discuté lors de notre dernière séance ?

À FAIRE : si nécessaire, rappelez au groupe les messages clés de la séance précédente.

Pour acquérir des clients, suivez ces quatre conseils :

- Posez-leur des questions sur le produit ou le service qui les intéressent (prix, caractéristiques du produit) ;
- Essayez de comprendre pourquoi ils veulent acheter ce produit. Quels sont les qualité/prix/particularités que les gens recherchent ?
- Faites de votre mieux pour répondre à leurs besoins - même si c'est à l'aide une option à laquelle ils n'auraient peut-être pas songé ;
- Utilisez les informations que vous leur avez soutirées pour réfléchir à la manière de valoriser votre produit ou service.

DEMANDER :

- Quelqu'une a-t-elle des questions ou des idées à partager sur ce que nous avons appris ?
- Comme devoir de maison, je vous ai demandé de vous entraîner à utiliser les quatre conseils pour transformer des clients mécontents en clients satisfaits. Quelqu'une a-t-elle essayé cela ? Comment ça s'est passé ?

Combien de façons de ... (15 minutes)

DIRE : aujourd'hui, nous allons nous concentrer sur une autre compétence clé qui vous sera utile dans votre vie en général, mais plus précisément dans votre entreprise: la prise de décision.

Chaque jour, nous prenons des décisions. Certaines de ces décisions sont importantes et d'autres le sont moins. Certaines décisions doivent être prises immédiatement, tandis que d'autres peuvent être prises dans un futur lointain. Chaque décision implique toutefois de choisir entre au moins deux options.

Pour nous préparer à la séance d'aujourd'hui consacrée à la prise de décision, nous allons tout d'abord vérifier vos aptitudes à identifier les options, même lorsque le temps vous manque. Pour ce faire, nous allons former deux lignes. Je vais ensuite donner un exemple de décision à

prendre. Les premières personnes de chaque ligne vont alors se relayer à donner des "options" possibles jusqu'à ce que l'une d'entre elles soit incapable d'en donner.

La personne qui est incapable de proposer une option perd et doit s'asseoir pour le moment. La personne qui gagne va se positionner à la fin de leur ligne. L'équipe qui comptera le plus grand nombre de joueurs encore debout à la fin du jeu est la championne. Nous allons commencer par un entraînement pour nous assurer que tout le monde comprend les règles du jeu.

Voilà donc les décisions (*Présentez en une à la fois en respectant les règles ci-dessus. Si vous manquez de temps, choisissez une sélection de décisions dans la liste ci-dessous.*):

- Combien de différents types de transport pouvez-vous emprunter pour vous rendre dans la capitale à partir de cet endroit ?
- Combien de types de fruits différents pouvez-vous acheter sur le marché local ?
- Combien de façons différentes pouvez-vous cuisiner du poulet ?
- Combien de sports différents les élèves pratiquent-ils dans les écoles locales ?
- Combien de façons différentes pouvez-vous cuisiner du poisson ?
- Quels produits sont cultivés dans votre communauté ?
- Combien de choses différentes sont vendues sur le marché local ?

FACULTATIF - imaginez plus d'exemples si le temps vous le permet et si vos participantes sont motivées à plus s'entraîner.

Considérer Toutes les Options (2 minutes)

DIRE : comme nous avons pu le constater au cours du jeu auquel nous venons de jouer, nous sommes plutôt doués pour proposer différentes options, et nous sommes encore meilleurs lorsque nous travaillons avec les autres pour explorer toutes les possibilités.

C'est la clé du succès dans les affaires : explorer les options, toutes seules ou avec l'aide des amis, de la famille et des clients, avant de prendre une décision. Cela signifie que nous devons également résister à la tentation de juger nos options au fur et à mesure qu'elles nous viennent.

En fin de compte, tout se résume à la simple capacité de se poser, sans cesse, deux questions (*montrer les cartes 34 et 35*) :

- De **quelle manière** doit-on envisager cette décision ? (*carte 34*)
- De **quelle autre manière** doit-on envisager cette même décision ? (*carte 35*)

Envisager Plusieurs Options (20 minutes)

DIRE : voyons maintenant si nous pouvons revenir sur certains des personnages des séances précédentes (*cartes 13, 14, 23 et 24*) et essayer de leur proposer des options dans le cas où ils doivent prendre des décisions importantes dans leurs nouvelles entreprises et leur vie privée.

En travaillant en trois équipes, nous allons essayer de proposer deux ou trois options pour la personne et la situation qui nous sont assignées. Rappelez-vous, l'idée n'est pas de proposer la « meilleure » option – cela viendra plus tard. Aujourd'hui, nous souhaitons simplement connaître les différentes options.

À FAIRE : assignez aux trois équipes les scénarios suivants :

- **Equipe 1 :**
 - **Scénario d'affaires :** la cousine, aichatou, (*carte 13*) qui vend des chaussures (*carte 17*) auprès de sa tante découvre que quelqu'un la vole (*carte 26*). Que peut-elle faire ? Quelles options s'offrent à elle ?
 - **Scénario personnel :** la cousine Rakia (*carte 13*) veut terminer ses études mais sa belle-mère n'est pas d'accord. Que peut-elle faire ? Quelles options s'offrent à elle ?
- **Equipe 2 :**
 - **Scénario d'affaires :** le cousin (*carte 14*) qui vend des chaussures de sport (*carte 19*) doit décider de quoi faire les moments difficiles (*carte 29*). Quelles sont les options qui s'offrent à elle ?
 - **Scénario personnel :** la cousine (*carte 14*) a commencé à prendre la pilule contraceptive, mais elle lui donne des maux de tête. Que peut-elle faire ? Quelles options s'offrent à elle ?
- **Equipe 3 :**
 - **Scénario d'affaires :** un commerçant qui vend des fournitures scolaires essaie de saboter l'entreprise des deux sœurs Hadiza et Amina (*cartes 23 et 24*) qui vendent également des fournitures scolaires (*carte 25*) (*carte 30*). Que peuvent-elles faire ? Quelles options s'offrent à elles ?
 - **Scénario personnel :** une sœur, Hadiza, (*carte 23*) a décidé, avec l'accord de son mari, d'attendre d'avoir 18 ans avant de tomber enceinte, mais toutes les femmes du quartier racontent dans son dos qu'elle est stérile. Que peut-elle faire ? Quelles options s'offrent à elle ?

À FAIRE : invitez les groupes à partager leurs options avec le grand groupe. Puis remerciez-les toutes pour leur travail acharné.

DEMANDER :

- Pourquoi pensez-vous qu'il est important que les gens considèrent toutes les options ?
- Comment toutes les options peuvent-elles vous aider à réussir dans votre entreprise ?
- Comment toutes les options peuvent-elles vous aider à réussir à prendre des décisions dans votre vie personnelle ?

DIRE : au cours de la prochaine séance de l'École de Commerce, nous travaillerons avec ces mêmes équipes. Nous allons passer de la proposition d'options à leur évaluation – en d'autres termes, décider laquelle est la meilleure. N'oubliez pas qui sont les membres de votre équipe et les nombreuses options que vous avez proposées.

Devoir (2 minutes)

En attendant, entraînez-nous à trouver autant d'options que possible avant de prendre une décision. Je vous encourage à mettre en pratique cette compétence avant notre prochaine séance ensemble. Vous pouvez vous entraîner *aussi bien* pour les décisions professionnelles que personnelles! S'il vous plaît venez à la prochaine séance de l'école de commerce prêtes à partager votre expérience et la liste d'options qu'elle aura entraîné. Rappelez-vous : la pratique rend parfait !

Conclusion, Evaluation et Activité de Fin de séance (10 minutes)

À FAIRE : Lisez, ci-dessous, les messages clés de cette séance :

- Pour identifier les options, nous devons sans cesse nous poser les deux questions suivantes : De quelle manière doit-on envisager cette décision ? De quelle autre manière doit-on envisager cette même décision ?

S'il vous reste encore de temps, DEMANDER :

- Avant de mettre fin à la présente séance, y a-t-il quelqu'une qui aimerait partager avec le groupe un point qu'elle a trouvé intéressant ou excitant à propos de la séance d'aujourd'hui ?
- Y a-t-il eu des idées ou des activités qui vous ont interpellé ? si oui, en quoi ?
- Y a-t-il y des questions ?

À FAIRE :

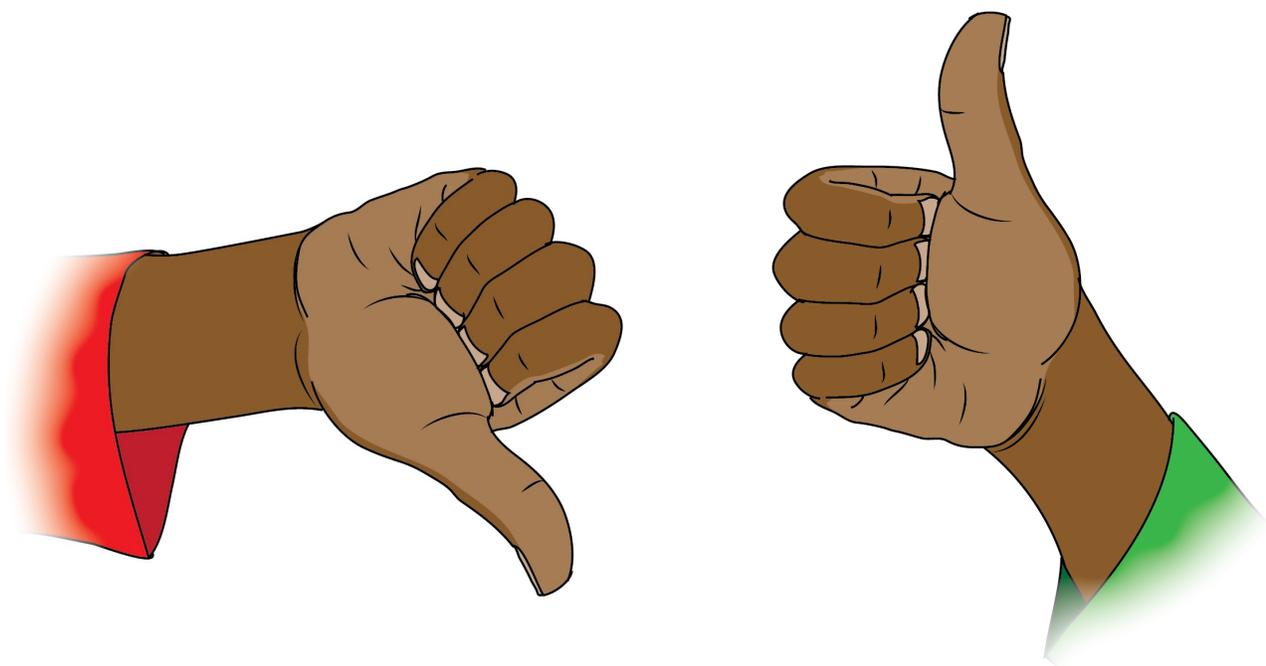
- Administrez l'Evaluation Smiley à l'aide des questions dans l'encadré « Tester Vos Connaissances ! » figurant à la fin de la présente Séance de ce Guide. Une fois la séance terminée et les participantes parties, enregistrer les réponses dans le Formulaire d'Evaluation de Séance (Annexes 1-2) ;
- Informez les participantes sur les sujets de la prochaine séance ;
- Rappelez-leur la date, l'heure et le lieu de la prochaine séance ;
- Remerciez les participantes pour leur participation active ;
- Libérez le groupe.

Tester Vos Connaissances !

DIRE : je vais lire une question ou une affirmation, suivie d'une réponse. Si vous êtes d'accord avec ladite réponse, levez la main.

1. Lorsque vous prenez une décision, il est sage d'opter pour la première option qui vous vient en tête. Vrai ou faux ? **FAUX**
2. Pour identifier les options, nous devons sans cesse nous poser les deux questions suivantes : De **quelle manière** doit-on envisager cette décision ? De **quelle autre manière** doit-on envisager cette même décision ? Vrai ou faux ? **VRAI**

⁴² Adapté de *Enterprise Your Life: Building the Capacity of Youth for Economic Engagement*. De James-Wilson, D. and Proctor, H. (2014). Making Cents International.



Avantages et Inconvénients de Toute Option⁴³

Objectifs :

- Apprendre à identifier les avantages et les inconvénients des différentes options ;
- Peser le « Pour » et le « Contre » afin de faciliter la prise de décision.

Matériel :

- Cartes d'images 1, 2, 5, 19, 23, 24, 25, 26, 29, 30, 35, 43, 47, 48 (Annexe 10)

Matériel optionnel :

- Cartes d'image 44-46 (Annexe 10)

Temps :

- 1 heure 20 minutes

Guide de la Séance

Accueil (10 minutes)

A FAIRE :

- Accueillez les participantes à la reprise de la formation et les remerciez pour leur engagement continu ;
- Dressez la liste des présences ;
- Invitez une ou deux participantes à partager au moins une norme avec les autres membres du groupe ;
- Remerciez les participantes pour le partage.

DEMANDER : y a-t-il quelqu'une qui voudrait bien rappeler au groupe ce dont nous avons discuté lors de notre dernière séance ?

A FAIRE : si nécessaire, rappeler au groupe les messages clés de la séance précédente :

- Pour identifier les options, nous devons sans cesse nous poser les deux questions suivantes : de quelle manière doit-on envisager cette décision ? De quelle autre manière doit-on envisager cette même décision ?

DEMANDER :

- Est-ce que quelqu'une a des questions à poser ou des idées à partager sur ce que nous avons appris ?
- Est-ce que quelqu'une s'est entraînée à voir les options qui s'offrent à elle dans sa vie professionnelle ou personnelle ? Pouvez-vous nous en parler.

Voir les Options à ne partir de Deux Points de vue Différents (5 minutes)

DIRE : au cours de notre dernière séance, nous avons discuté de l'importance de considérer le plus grand nombre d'options possibles avant de prendre une décision. Aujourd'hui, nous allons poursuivre cette discussion sur la prise de décision et les options. Nous allons apprendre à évaluer nos options afin de décider laquelle est la meilleure. Comme exercice d'échauffement, je vais vous montrer une image et vous demander ce que vous voyez.

A FAIRE : montrez la carte d'images 43.

DEMANDER :

- Que voyez-vous sur la photo ?
- Êtes-vous sûre qu'il s'agit [répétez ce que les participantes disent] (soit d'un poisson dans une assiette ou d'une jeune fille qui cligne de l'œil) ?
- Et si vous la regardiez sous un angle différent ? (retournez l'image sur le côté)
- Que voyez-vous d'autre à présent ?

FACULTATIF : répétez l'exercice d'échauffement avec les cartes d'images 44, 45 et 46 ou distribuez-les pour que les participantes les regardent. Chacune des cartes montre quelque chose de différent en fonction de l'angle.

- Carte 44 : jeune femme ou vieille femme ?
- Carte 45 : canard ou lapin ?

- Carte 46 : éléphant à 5 ou à 4 pattes ?

Comprendre les Avantages et les Inconvénients (10 minutes)

DIRE : tout comme avec les cartes que nous venons de voir, pendant cette séance, nous allons nous entraîner à examiner les options qui s'offrent à nous. Nous allons examiner les avantages et les inconvénients de chaque option - ce que nous appelons avantages, ou aspects positifs et inconvénients, ou aspects négatifs. Nous allons demander :

- **Avantages** - quels sont des avantages ou aspects positifs de cette option (carte 35) ?
- **Inconvénients** - quels sont quelques-uns des inconvénients ou aspects négatifs de cette option (Carte 48) ?

Cela nous permettra de comprendre qu'aucune option n'est totalement bonne ou mauvaise. Tout comme l'image du poisson et de la fille, nous avons parfois besoin de regarder de plus près pour pouvoir appréhender tous les contours. Prenons un exemple. Voici le scénario : une fille mariée veut attendre d'avoir au moins 18 ans pour avoir un enfant.

DEMANDER : quelles options s'offrent à elle ?

- *Note à l'attention de la Facilitatrice : demandez aux participantes d'énumérer autant d'options que possible parmi les suivantes, puis indiquez celles qu'elles sont incapables d'identifier :*
 - *Utilisation des moyens modernes de contraception :*
 - *La pilule ;*
 - *L'implant ;*
 - *L'injection contraceptive ;*
 - *Le DIU ;*
 - *Les préservatifs ;*
 - *Utilisation d'une méthode traditionnelle de contraception :*
 - *Le retrait ou la méthode de jours standard*
 - *L'abstinence.*

DIRE: nous avons à présent une longue liste d'options. Examinons alors les avantages et les inconvénients d'une ou deux de ces options.

DEMANDER :

- Quel est l'un des avantages de la prise de la pilule ?
 - *Note à l'attention de la Facilitatrice : les réponses comprennent, sans toutefois s'y limiter, le fait que l'utilisation de la pilule permet à la fille mariée de poursuivre ses études ou d'entreprendre des activités génératrices de revenu, d'apprendre à connaître son mari, d'économiser de l'argent, etc.*
- Quel est l'un de ses inconvénients ?
 - *Note à l'attention de la Facilitatrice : les réponses comprennent, sans toutefois s'y limiter, le fait que la pilule a des effets secondaires, qu'elle doit se rappeler de la prendre chaque jour à la même heure, qu'elle doit aller renouveler son ordonnance tous les deux mois, etc.*

A FAIRE : si nécessaire, répéter cet exercice avec un autre exemple, jusqu'à ce qu'on soit certaine que les participantes aient compris comment identifier les avantages et les inconvénients.

S'exercer à Identifier les Avantages et les Inconvénients (20 minutes)

DIRE : lors de notre dernière séance, nous avons réfléchi aux options qui s'offrent aux jeunes propriétaires d'entreprise face à différents scénarios. Pour chaque scénario, nous avons proposé deux à trois options. Comme vous vous en souvenez probablement, nous avons travaillé en petites équipes, en utilisant les scénarios suivants :

- **Equipe 1 :**
 - **Scénario d'affaires** : la cousine Aichatou (*carte 13*) qui vend des chaussures (*carte 17*) à côté de sa tante et qui découvre que quelqu'un la vole (*carte 26*) ;
 - **Scénario personnel** : la cousine Rakia (*carte 13*) qui veut terminer ses études et dont la belle-mère s'y oppose ;
- **Equipe 2 :**
 - **Scénario d'affaires** : le cousin (*carte 14*) qui vend des chaussures de sport (*carte 19*) et qui doit décider quoi faire les moments difficiles (*carte 29*) ;
 - **Scénario personnel** : la cousine (*carte 14*) ayant commencé à prendre la pilule contraceptive et qui a des maux de tête ;
- **Equipe 3 :**
 - **Scénario d'affaires** : le commerçant qui vend des fournitures scolaires et qui essaie de saboter l'entreprise des deux sœurs Hadiza et Amina (*cartes 23 et 24*) qui vendent également des fournitures scolaires (*carte 25*) (*carte 30*) ;
 - **Scénario personnel** : la sœur Hadiza (*carte 23*) qui a décidé, avec l'accord de son mari, d'attendre d'avoir 18 ans avant de tomber enceinte, mais dont toutes les femmes du quartier parlent comme quoi elle est stérile.

DEMANDER : y a-t-il des équipes qui voudraient bien rappeler au groupe l'une des options qu'elles ont proposées pour leurs scénario d'affaires lors de la séance précédente ?

A FAIRE : accordez quelques minutes aux équipes pour qu'elles puissent se souvenir des options qu'elles ont énumérées au cours de la séance précédente.

DIRE : dans ces mêmes équipes, j'aimerais que vous discutiez des avantages et des inconvénients (*Cartes 35 et 48*) de chacune des options dont vous avez pu vous souvenir. Concentrez-vous sur votre scénario d'affaires pour le moment. Après quelques minutes, je demanderai à chaque équipe de partager ses idées avec le reste du groupe. Ensemble, nous examinerons en outre les avantages et les inconvénients pour décider de la meilleure. Commencez avec l'un de vos deux scénarios. Si vous n'avez pas le temps de réfléchir sur les avantages et inconvénients de chaque scénario, ce n'est pas grave.

A FAIRE :

- Demandez à toutes les trois équipes de présenter leurs travaux sur seulement un de leurs deux scénarios. Après chaque équipe, votez pour savoir quelle option est la meilleure selon le groupe ;
- Invitez les filles à discuter d'une décision qu'elles prendront prochainement, par petits groupes.

Planifier pour Réaliser des Objectifs (25 minutes)

DIRE : lors d'une séance précédente, vous avez toutes imaginé ce que serait votre avenir. Vous

avez utilisé cette vision pour vous fixer des objectifs dans quatre domaines : votre mariage, votre travail et votre éducation, votre foyer et votre environnement, et vos enfants.

Il reste une étape très importante dans notre exercice de définition des objectifs : expliquer

COMMENT vous allez atteindre vos objectifs. Vous avez maintenant les capacités pour le faire. Vous avez appris à poser les bonnes questions aux bonnes personnes afin de mieux vous informer ; à identifier et ensuite à anticiper les problèmes ; et à générer et puis à évaluer des options. Toutes ces aptitudes peuvent vous aider à élaborer un plan détaillé, étape par étape, pour atteindre vos objectifs.

Voici ce qui vous est demandé : avec un partenaire, décrivez à tour de rôle les étapes à suivre pour atteindre l'un de vos objectifs d'un an. Assurez-vous que vous avez sérieusement réfléchi aux problèmes que vous pourriez rencontrer dans vos efforts pour atteindre votre objectif. S'il y a certaines mesures que vous pouvez prendre pour réduire le risque d'affronter ces problèmes, veuillez les inclure dans votre plan. J'aimerais aussi que vous réfléchissiez à ce que vous feriez si vous vous trouvez confrontée à ce problème. Comment allez-vous vous assurer que ce problème ne vous empêchera pas d'atteindre votre objectif ?

A FAIRE :

- Une fois que les participantes aient élaboré leurs plans, rassembler le groupe ;
- Invitez quelques participantes à partager leurs plans avec l'ensemble du groupe.

Devoir (2 minutes)

DIRE : comme devoir de maison, je voudrais que vous développiez toutes un plan détaillé pour atteindre un objectif différent. Nous examinerons ces plans dans un proche avenir.

Conclusion, Évaluation et Activité de Fin de séance (10 minutes)

A FAIRE : Lisez, ci-dessous, les messages clés de la séance :

- Avantages - quels sont quelques avantages ou aspects positifs de cette option ?
- Inconvénients - quels sont quelques inconvénients ou aspects négatifs de cette option ? Une bonne analyse des avantages et des inconvénients peut vous aider à prendre une décision réfléchie.

S'il vous reste encore de temps, DEMANDER :

- Avant de mettre fin à cette séance, y a-t-il quelqu'une qui aimerait bien partager avec le groupe un point qu'elle a trouvé intéressant ou excitant à propos de la séance d'aujourd'hui ?
- Y a-t-il eu des idées ou des activités qui vous ont interpellé ? si oui, en quoi ?
- Est-ce que quelqu'une a des questions à poser ?

A FAIRE :

- Administrez l'Évaluation Smiley à l'aide des questions dans l'encadré « Tester Vos Connaissances ! » figurant à la fin de la présente Séance de ce Guide. Une fois la séance terminée et les participantes parties, enregistrer les réponses dans le Formulaire d'Évaluation de Séance (Annexes 1-2) ;
- Informez les participantes sur les sujets de la prochaine séance ;

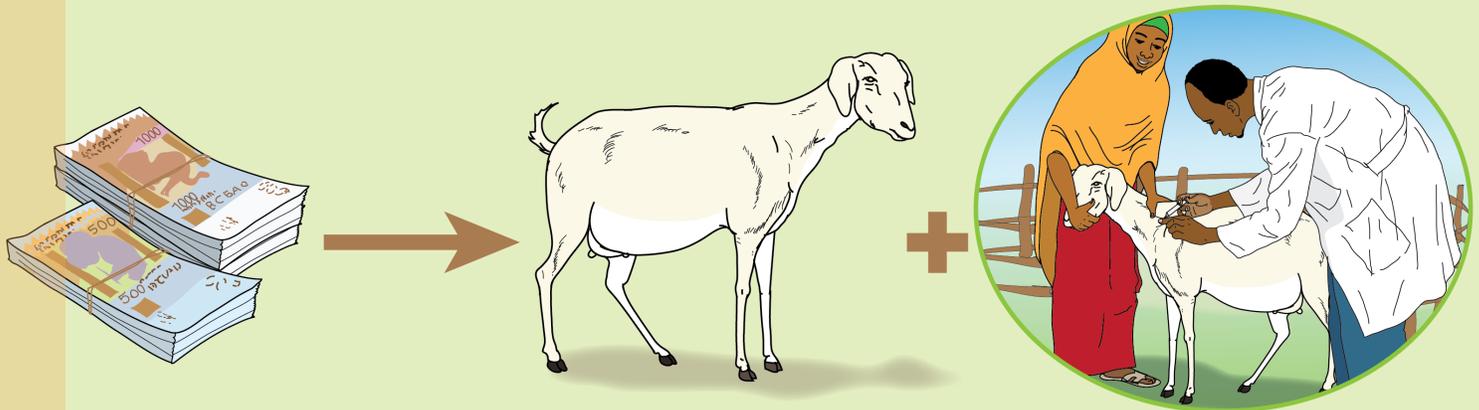
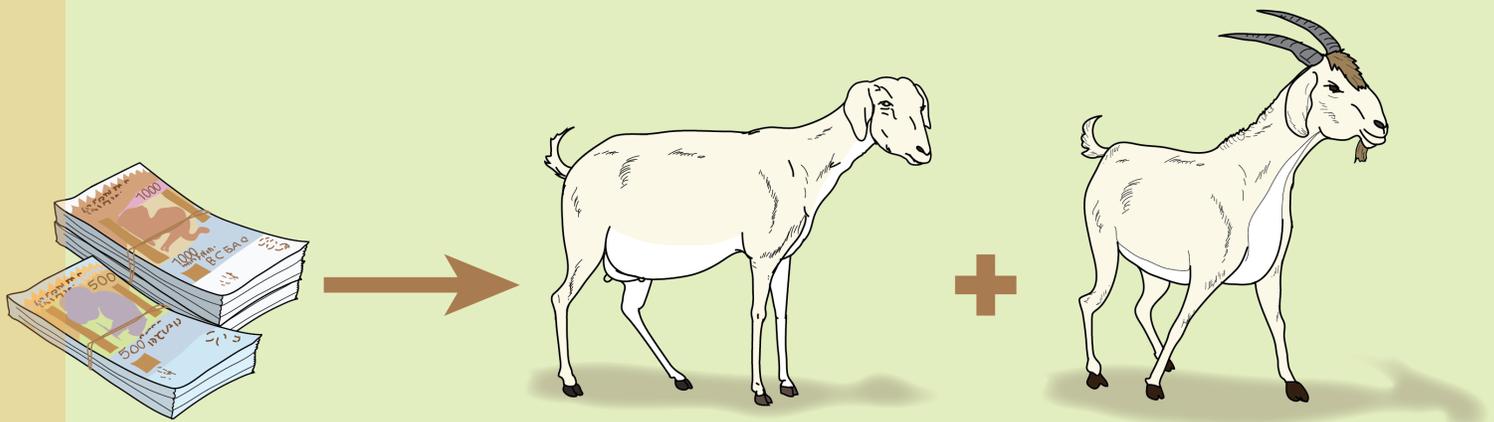
- Leur rappeler la date, l'heure et le lieu de la prochaine séance ;
- Remerciez les participantes pour leur participation active et libérez le groupe.

Testez Vos Connaissances !

DIRE : je vais lire une question ou une affirmation, suivie d'une réponse. Si vous êtes d'accord avec ladite réponse, levez la main.

1. Pour évaluer nos options, nous devons nous demander quels sont les avantages et les inconvénients de ces options : vrai ou faux ? **VRAI.**
2. Un jeune couple marié veut attendre avant d'avoir un bébé. Le couple a décidé qu'ainsi le corps de la mère aura le temps de se développer pour que quand elle sera enfin maman, elle et son bébé auront tous deux une plus grande chance d'être heureux, en bonne santé et en sécurité. Est-ce un avantage ou un inconvénient ? **UN INCONVENIENT.**
3. Vous n'avez besoin que d'évaluer les avantages et les inconvénients pour prendre des décisions d'affaires : Vrai ou faux ? **FAUX**

⁴³ Adapté de James-Wilson, D. and Proctor, H. (2014). Enterprise Your Life: Building the Capacity of Youth for Economic Engagement. Making Cents International.



Prendre des Risques bien Réfléchis⁴⁴

Objectifs :

- Apprendre ce qu'un investissement ;
- Apprendre à estimer si un investissement est bon ou mauvais pour les affaires.

Matériel :

- Graines de haricots ;
- Feuilles tableau de présentation ;
- Marqueurs ;
- Cartes d'images 49-54 (Annexe 10)

Temps :

- 1 heure 10 minutes

Guide de la Séance

Accueil (10 minutes)

A FAIRE :

- Accueillez les participantes à la reprise de la formation et les remercier pour leur engagement continu ;
- Dressez la liste des présences ;
- Invitez une ou deux participantes à partager au moins une norme avec les autres membres du groupe ;
- Remerciez les participantes pour le partage.
-

DEMANDER : y a-t-il quelqu'une qui voudrait bien rappeler au groupe ce dont nous avons discuté lors de notre dernière séance ?

A FAIRE : si nécessaire, rappeler au groupe les messages clés de la séance précédente :

- Il existe quatre types de violence : la violence physique, la violence sexuelle, la violence émotionnelle et la violence économique ;
- Dans votre communauté, les femmes peuvent demander assistance à [*insérer les informations sur les ressources locales ici*] ;
- Toute personne a le droit de vivre une vie sans violence ni abus.

DEMANDER : est-ce que quelqu'une a des questions à poser ou des idées à partager sur ce que nous avons appris ?

Prendre des Risques bien réfléchis (5 minutes)

DIRE : aujourd'hui, nous allons commencer à pratiquer une autre aptitude importante utilisée par les hommes d'affaires prospères : le fait de prendre des risques intelligents. Le type de risque dont nous allons parler est appelé investissement. Lorsque nous dépensons de l'argent maintenant dans le but de gagner ou d'économiser de l'argent dans l'avenir, nous faisons de l'investissement. En affaires, beaucoup d'opportunités se présentent à nous pour dépenser l'argent que nous avons gagné. Mais comment savoir les opportunités qui sont bonnes et celles qui ne le sont pas ?

Commençons notre analyse par une petite histoire. Un jour, votre voisin vous dit qu'il a une bonne affaire pour vous. Il a entendu parler d'un homme qui vend de nombreux ventilateurs électriques (*voir carte 49*). Cet homme est prêt à vendre les ventilateurs à bas prix car il a urgemment besoin d'argent pour payer les frais médicaux d'un membre de sa famille.

DEMANDER : que voudriez-vous savoir d'autres avant de vous décider à dépenser, ou à investir votre argent afin d'acheter tout ou une partie des ventilateurs de cet homme ?

Poser des Questions Intelligentes avant d'Investir de l'Argent (5 minutes)

DIRE : la plupart du temps, lorsque quelqu'un nous demande d'investir de l'argent, il veut que nous acceptions parce qu'il va en tirer quelque profit. Mais avant de consentir à quoi que ce soit, nous devons nous assurer d'en tirer profit également ! Par conséquent, nous devrions toujours sérieusement réfléchir à trois questions :

- **Combien cela me coûtera-t-il ?** A combien l'objet nous est-il vendu (coûts directs) ? Quels sont les autres coûts associés à l'objet (coûts indirects) ? Ces deux coûts associés peuvent être difficiles à constater, mais ils peuvent inclure des coûts de transport, de stockage et de maintenance. Par exemple, le coût d'achat d'une chèvre comprend le prix d'achat de la chèvre, mais également le coût de transport, de nourriture et de confection d'un abri pour la chèvre à la maison.
- **Quels sont les avantages potentiels ?** - Pourquoi voulons-nous acheter cet objet et quels avantages nous attendons-nous à en obtenir ? Ces avantages peuvent inclure les bénéfices de la revente du produit ou la valeur que vous en retirerez de son utilisation. Par exemple, vous pouvez tirer profit en revendant la chèvre, ou obtenir un gain en utilisant la chèvre dans votre vie.
- **Quels sont les risques potentiels ?** - Bien que toutes les décisions d'affaires comportent des risques, il est important de réfléchir à tous les risques potentiels. Ces risques peuvent inclure la nécessité de réparer un produit avant de le vendre à quelqu'un d'autre, ou le fait qu'un produit alimentaire risque de s'avarier si nous ne le stockons pas correctement. Par exemple, la chèvre peut tomber malade de manière inattendue et vous devrez peut-être acheter des médicaments.

Après avoir réfléchi à ces trois questions, nous devons ensuite déterminer si les gains potentiels l'emportent sur les coûts potentiels.

Le Défi de l'Achat et de la Vente (20-25 minutes)

DIRE : nous allons nous exercer à faire quelques calculs importants avant de dire oui ou non à une opportunité d'affaires. Je vais lire à haute voix quelques informations sur un investissement potentiel. En lieu et place d'argent, nous allons utiliser des graines de haricots pour évaluer l'investissement. À la fin, vous me direz s'il s'agit d'un investissement judicieux ou non.

A FAIRE :

- Invitez les participantes à s'asseoir à vos côtés. Ils devraient être en mesure de vous voir effectuer les calculs avec des haricots ;
- Lisez très lentement les opportunités d'affaires sur la prochaine page en faisant une pause après chaque phrase. Répétez chaque opportunité plusieurs fois ;
- Ensuite, utilisez les haricots pour effectuer les calculs.

Opportunité d'affaires n° 1 - Vous avez la possibilité d'acheter du poisson au prix de 10 haricots. Vous pouvez vendre le poisson pour 15 haricots - mais vous devez également payer 4 haricots pour pouvoir voyager en bus et acheter le poisson. Est-ce un investissement intelligent ?

Réponse :

Coût : Poisson = 10 haricots ; Transport = 4 haricots

Revenu : prix de la vente du poisson = 15 haricots ;

Bénéfice (revenu moins coûts) : $15 - 10 - 4 = 1$ haricot de bénéfice

C'est un BON investissement!

Opportunité d'affaires n °2 – Vous avez la possibilité d'acheter des boissons fraîches pour 8 haricots. Vous pouvez vendre les boissons fraîches à 12 haricots, mais pour les conserver au frais, vous devez acheter de la glace à 2 haricots. Est-ce un bon investissement ?

Réponse :

Coût : Boissons fraîches = 8 haricots ; Glace = 2 haricots ;

Revenu : prix de vente des boissons fraîches = 12 haricots ;

Bénéfice (revenu moins coûts) : $12-8-2 = 2$ haricots

C'est un bon investissement!

Opportunité d'affaires n °3 – Vous avez la possibilité d'acheter des poussins pour 5 haricots. Vous devrez dépenser 4 haricots en grains pour nourrir les poussins jusqu'à ce qu'ils soient prêts à être vendus au marché. Vous pourrez les vendre pour 6 haricots. Est-ce un bon investissement ?

Réponse :

Coûts : Poussins = 5 haricots ; Grain = 4 haricots ;

Revenu : prix de la vente des poulets = 6 haricots ;

Bénéfice (revenu moins coûts) : $6-4-5 = -3$ haricots

C'est un mauvais investissement!

Note à l'attention de la Facilitatrice : l'utilisation des haricots pour calculer les investissements dans cette séance peut être une tâche difficile pour certaines participantes. Essayez de normaliser l'expérience des participantes qui semblent dépassées !

FACULTATIF créez plusieurs opportunités d'affaires supplémentaires – prendre environ 5 minutes pour chacune d'elles.

Investir en Nous-mêmes et en Notre Avenir (20 minutes)

DIRE : nous venons de réfléchir à des investissements dans un contexte commercial. Qu'en est-il dans un contexte personnel ? Revenons à une séance précédente de l'école de commerce, lorsque nous préparions les budgets. À l'époque, nous avons réfléchi à la façon dont l'utilisation de la contraception pour attendre d'avoir un enfant pourrait nous aider à mieux contrôler nos revenus et nos dépenses. Considérons ce même scénario comme un investissement. La première étape consiste à voir comment et en quoi le fait de retarder la première naissance peut affecter nos revenus et nos dépenses.

DEMANDER : quelqu'un peut-il me rappeler en quoi le fait d'attendre d'avoir atteint l'âge de 18 ans, pour une femme pour avoir un enfant peut réduire les dépenses et / ou augmenter les revenus ? Qu'en est-il des avantages sociaux ?

- *Note à l'attention de la Facilitatrice : assurez-vous que les participantes donnent les réponses suivantes :*
 - *Avantages financiers :*
 - *Si mari et femme travaillent tous deux pendant quelques années et économisent le plus d'argent possible, cela aidera à réduire la charge des enfants par la suite. Cela créera un lien plus fort entre mari et femme, et le couple aura la possibilité de développer de meilleures habitudes financières.*
 - *Cela peut vous faire économiser de l'argent en frais d'hospitalisation, car une mère mineure risque davantage d'avoir des complications nécessitant des soins médicaux à la suite d'une grossesse ou d'un accouchement ;*
 - *Vous économiserez de l'argent en frais d'hospitalisation, car l'enfant d'une mère mineure risque davantage de tomber malade et de nécessiter de fréquentes visites à l'hôpital.*
 - *Avantages sociaux :*
 - *Le couple peut prendre le temps de se connaître avant d'avoir un enfant ;*
 - *Les deux partenaires peuvent développer davantage leurs connaissances, leurs compétences et leurs atouts en suivant des cours, en démarrant un projet générateur de revenus, en obtenant un emploi, etc.*

DEMANDER : Quels sont certains des coûts auxquels un couple ferait face s'il décidait d'attendre avant d'avoir un enfant ? Certains de ces coûts peuvent être d'ordre financier et d'autres d'ordre social.

- *Note à l'attention de la Facilitatrice : Assurez-vous que les participantes donnent les réponses suivantes :*
 - *Coûts financiers :*
 - *Le couple pourrait avoir besoin d'acheter une contraception et de payer son transport pour se rendre à la clinique afin de l'obtenir ;*
 - *Coûts sociaux :*
 - *Les membres de la famille et les amis peuvent faire pression sur le couple pour qu'il ait un enfant et le juger sur sa décision d'attendre. Ces mêmes personnes pourraient jaser, ce qui peut être blessant et bouleversant pour le couple.*

DEMANDER : pensez-vous que c'est un bon ou un mauvais investissement ? Pensez-vous que les avantages sont supérieurs aux coûts ? Pourquoi ou pourquoi pas ?

DIRE : voyons quelques exemples supplémentaires. Certains exemples nécessiteront des calculs, d'autres non.

Exemple 1 : Prendre le Temps de se Reposer

DEMANDER : est-ce le fait de dormir suffisamment un bon ou un mauvais investissement personnel ? *Susciter quelques réponses chez les participantes.*

DIRE : prendre le temps de dormir nous permet d'être productifs le lendemain. Nous serons en mesure de nous acquitter de toutes nos responsabilités car notre esprit et notre corps ont la force d'être actifs et alertes !

DEMANDER : comment sont vos émotions quand vous dormez suffisamment ?

DIRE : pour la plupart des gens, une bonne nuit de sommeil est la clé pour être de bonne humeur le lendemain. De plus, le sommeil nous aide à contrôler nos émotions. Cela réduit les risques de bagarre ou de dispute avec les amis et la famille. Je pense que nous pouvons tous convenir qu'avoir un foyer heureux et sans conflit est un excellent investissement !

Exemple 2 : Suivre des Cours

DIRE : présentement, vous faites un « salaire » de 10 haricots le mois. Vous êtes intéressé par un cours sur la production de la volaille (*montrer la carte 53*). Le cours vous coûtera 5 haricots, et vous ne pourrez pas travailler pendant ce mois, donc vous n'aurez pas de salaire pendant cette période. Cependant, une fois le cours terminé, votre salaire augmentera de 5 haricots par mois. Est-ce un bon investissement ?

A FAIRE : soit encourager les participantes à répondre par eux-mêmes, ou leur présenter la réponse comme indiqué ci-dessous.

- Frais :
- Coût du cours : 5 haricots ;
- Salaires perdus : 10 haricots ;
- Total des coûts : 5 haricots + 10 haricots = 15 haricots

Le cours vous coûtera 15 haricots. Combien de temps vous faudra-t-il pour compenser ces coûts ?

- Chaque mois, vous ferez 5 haricots de plus ;
- En trois mois, vous aurez gagné ce que vous avez investi (5 haricots + 5 haricots + 5 haricots) ;
- **C'est donc d'un bon investissement**, à condition que vous et votre famille puissiez économiser assez pour couvrir l'ensemble de vos dépenses pendant que vous prenez le cours.

Vos Risques Intelligents (2 minutes)

DIRE : les bons investissements sont des investissements intelligents. En vous posant les trois questions, vous pouvez déterminer si une opportunité est un investissement judicieux ou non. Tournez-vous vers votre voisin et discutez des opportunités d'investissement que vous avez dans votre vie ou votre entreprise. Vous n'aurez pas à partager cela avec tout le groupe, alors n'hésitez pas à en discuter ouvertement. Pensez également à ce que vous pouvez faire pour que les investissements que vous faites soient « intelligents ».

Je vous encourage à continuer à réfléchir aux investissements potentiels que vous pourriez faire dans vos propres activités commerciales. Entraînez-vous à utiliser les trois questions pour déterminer si vos opportunités d'investissement sont « intelligentes ».

Si quelqu'une souhaite parler davantage d'investissements intelligents, faites-le-moi savoir et nous pourrons en discuter ensemble plus en détail.

Conclusion, Evaluation et Activité de Fin de Séance (10 minutes)

A FAIRE :

- Lisez le message clé suivant de cette séance :
- Avant d'investir, nous devons réfléchir à trois questions :
- Combien cela me coûtera-t-il ?
- Quels en sont les bénéfices potentiels ?
- Quels en sont les risques potentiels ?

S'il reste encore de temps, DEMANDER :

- Avant de mettre fin à cette séance, y a-t-il quelqu'une qui aimerait bien partager avec le groupe un point qu'elle a trouvé intéressant ou excitant sur la séance d'aujourd'hui ?
- Y a-t-il eu des idées ou des activités qui vous ont interpellée ? si oui, en quoi ?
- Est-ce que quelqu'une a des questions à poser ?

A FAIRE :

- Administrez l'Evaluation Smiley à l'aide des questions dans l'encadré « Tester Vos Connaissances ! » figurant à la fin de la présente Séance de ce Guide. Une fois la séance terminée et les participantes parties, enregistrer les réponses dans le Formulaire d'Evaluation de Séance (Annexes 1-2) ;
- Informez les participantes sur les sujets de la prochaine séance ;
- Leur rappeler la date, l'heure et le lieu de la prochaine séance ;
- Remerciez les participantes pour leur participation active et libérez le groupe..

Testez Vos Connaissances !

DIRE : je vais lire une question ou une affirmation, suivie d'une réponse. Si vous êtes d'accord avec ladite réponse, levez la main.

1. Dans un investissement, si les risques sont plus grands que les gains potentiels, c'est un mauvais investissement ? Vrai ou faux ? **VRAI.**
2. En affaires, à chaque fois qu'il y a un risque à prendre une décision, c'est une mauvaise décision. Vrai ou faux. **FAUX.**

⁴⁴ Adapté de 'Taking Smart Risks' in James-Wilson, D. and Proctor, H. (2014). *Enterprise Your Life: Building the Capacity of Youth for Economic Engagement*. Making Cents International.



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

Plan d'Affaires

Objectif:

- Rédiger un plan d'affaires

Matériel:

- Aucun

Temps:

- 1 heure 20 minutes

Guide de la Séance

Accueil (10 minutes)

A FAIRE :

- Accueillez les participantes à la reprise de la formation et les remercier pour leur engagement continu ;
- Dressez la liste des présences ;
- Invitez une ou deux participantes à partager au moins une norme avec les autres membres du groupe ;
- Remerciez les participantes pour le partage.

DEMANDER : y a-t-il quelqu'une qui voudrait bien rappeler au groupe ce dont nous avons discuté lors de notre dernière séance ?

A FAIRE : Si nécessaire, rappeler au groupe les messages clés de la séance précédente :

- Avant de faire un investissement, nous devons réfléchir à trois questions :
 - Combien cela me coûtera-t-il ?
 - Quels sont les avantages potentiels ?
 - Quels sont les risques potentiels ?

DEMANDER : est-ce que quelqu'une a des questions à poser ou des idées à partager sur ce que nous avons appris ?

Rédaction d'un Plan d'Affaires (60 minutes)

DIRE : au cours de la séance d'aujourd'hui, chacune d'entre vous aura la possibilité de préparer un plan d'affaires pour sa propre entreprise.

DEMANDER : pourquoi pensez-vous qu'il est important de rédiger un plan d'affaires avant de démarrer une entreprise ?

- *Note à l'attention de la Facilitatrice : un plan d'affaires vous permet de...*
 - *Tester si votre idée d'entreprise est faisable et réalisable ;*
 - *Transformer vos idées en quelque chose de concret et facile à comprendre ;*
 - *Rendre votre planification gérable et efficace ;*
 - *Identifier les forces, les faiblesses, les opportunités et les menaces.*

DIRE : comme vous pouvez le constater, les plans d'affaires sont des outils importants pour donner à votre entreprise les meilleures chances de succès.

Comme je l'ai mentionné, chacune de vous préparera un plan d'affaires aujourd'hui. Pour ce faire, vous devrez appliquer toutes les informations et les compétences acquises depuis le début de votre instruction à l'école de commerce.

Pour que vous compreniez bien la tâche, je lirai les éléments du plan d'affaires (Voir l'aperçu du plan d'affaires à la fin du guide de séance). Une fois que je l'aurai lu, je vous demanderai de choisir un partenaire. Je vais ensuite répéter chaque question. Je vous laisserai quelques minutes pour proposer une réponse que vous partagerez avec votre partenaire.

A FAIRE :

- Menez l'activité comme il est décrit ci-dessus ;
- Rassemblez le groupe. Invitez quelques participantes à partager leurs plans d'affaires. Vous pouvez inviter les participantes à partager l'intégralité de leur plan, ou juste certaines composantes du plan. Encouragez les participantes à réviser leurs propres plans d'entreprise en fonction de ce qu'ils ont appris de l'approche adoptée par leurs pairs ;
- Ensuite, demandez aux participantes de trouver un nouveau partenaire. Informez-les que vous lirez encore une fois les questions du plan d'affaires. Demandez-leur de partager leurs réponses avec leur nouveau partenaire.

Conclusion, Evaluation et Activité de Fin de séance (10 minutes)**A FAIRE :** Lisez, ci-dessous, les messages clés de cette séance :

- Il est important de rédiger un plan d'affaires avant de démarrer une entreprise ;
- Un plan d'affaires aide les entreprises à concrétiser leurs idées. Vérifier si une idée donnée est réalisable; rendre la planification gérable et efficace; et identifier les forces, les faiblesses, les opportunités et les menaces.

S'il reste encore de temps, DEMANDER :

- Avant de mettre fin à la présente séance, y a-t-il quelqu'une qui aimerait bien partager avec le groupe un point qu'elle a trouvé intéressant ou excitant à propos de la séance d'aujourd'hui ?
- Y a-t-il eu des idées ou des activités qui vous ont interpellée ? Si oui, en quoi ?
- Y a-t-il y a des questions ?

A FAIRE :

- Administrez l'Evaluation Smiley à l'aide des questions dans l'encadré « Tester Vos Connaissances ! » figurant à la fin de la présente Séance de ce Guide. Une fois la séance terminée et les participantes parties, enregistrer les réponses dans le Formulaire d'Evaluation de Séance (Annexes 1-2) ;
- Informez les participantes sur les sujets de la prochaine séance ;
- Leur rappeler la date, l'heure et le lieu de la prochaine séance ;
- Remerciez les participantes pour leur participation active ;

Testez Vos Connaissances !

DIRE : je vais lire une question ou une affirmation, suivie d'une réponse. Si vous êtes d'accord avec ladite réponse, levez la main.

1. Un business plan vous permet de vérifier si votre idée d'affaires est réalisable et faisable : vrai ou faux ? **VRAI**

Aperçu d'un Plan d'Affaires

1. Éléments d'introduction :
 - Choisissez un nom pour votre entreprise
2. Description de l'entreprise et du produit :
 - Décrivez le produit que vous envisagez de vendre (c.-à-d. quel est le produit ? à quelle fréquence les gens l'utilisent-ils ? à quelle fréquence les gens l'achètent-ils ? où l'achètent-ils ?);
 - Des jeunes ou des plus âgées ? Des personnes mariées ou non mariées ? Etc.) Décrivez l'entreprise (c'est-à-dire qui fait partie de l'entreprise, où exercera-t-elle ses activités, etc.).
3. Évaluation des opportunités de marché :
 - Le produit est-il demandé par beaucoup de gens ?
 - Qui sont vos clients ? (C.A.D. des hommes ou des femmes ? des personnes jeunes ou âgées ? des mariés ou des non mariés ? etc.)
 - Qui d'autre vend votre produit ? en d'autres termes, qui est votre concurrent
 - Quels sont les éléments qui ajoutent de la valeur à votre produit ? (N'oubliez pas que pour ajouter de la valeur, il faut apporter des modifications à la qualité, à la présentation et/ou au prix de votre produit.) ;
4. Planification des problèmes :
 - Quels problèmes votre entreprise pourrait-elle rencontrer ? (N'oubliez pas que les problèmes courants incluent le vol, la corruption, les obligations extérieures/familiales, les perturbations météorologiques et des facteurs externes, tels que le fait que quelqu'un vous demande de vous retirer ou quand vos concurrents baissent leurs prix) ;
 - Décrivez votre plan pour éviter ou résoudre chacun des problèmes ci-dessus ;
5. Description du développement et de la production :
 - Où, comment et de qui allez-vous obtenir votre produit ?
 - Combien cela vous coûtera-t-il pour obtenir votre produit et le préparer pour la vente?
 - Besoins en main-d'œuvre (par exemple, aurez-vous besoin de personnes pour vous aider dans votre entreprise? Si oui, que feront-elles ?)
6. Stratégie de vente et de marketing :
 - Prix - combien allez-vous vendre votre produit ? pourquoi ?
 - Présentation - comment ce produit sera-t-il présenté aux consommateurs ?
 - Promotion - comment les gens sauront-ils que vous avez le produit ?
 - Lieu - où les clients peuvent-ils acheter le produit ?
7. Plan de gestion et d'exploitation :
 - Qui vous aidera à gérer l'entreprise ? est-ce votre mari, votre famille, votre ami, etc. ? ont-ils les compétences pour vous aider à gérer l'entreprise ? si oui, décrivez leurs compétences ;
 - Qui peut vous guider ? (un mentor est une personne de confiance qui peut vous conseiller et vous guider).
8. Informations financières :
 - Frais de démarrage (de combien aurez-vous besoin pour démarrer votre entreprise ?)
 - De combien d'économie disposez-vous déjà pour l'entreprise ?

Annexes

Annexe 1. Scénario: Séance d'Evaluation

Avant de commencer, dessiner une fiche avec trois images smiley : une visage hereuse, une visage neutre, et une visage triste.

A FAIRE : placer les trois cartes de l'Evaluation Smiley autour de la salle, en laissant de l'espace entre eux pour permettre aux participantes de se déplacer. Remettre ensuite à chaque participante un petit objet (ex: une fève, une pierre, etc.).

DIRE : à présent, nous allons évaluer ce que vous pensez de la séance d'aujourd'hui. Je vais lire une série de questions et j'aimerais que vous vous leviez et placiez votre [objet] sur la feuille portant le smiley qui représente le mieux votre réponse à la question. Vous pouvez choisir un visage triste, que j'ai placé _____, un visage neutre, que j'ai placé _____, ou un visage souriant, que j'ai placé _____. Entre les questions, nous allons nous arrêter un tout petit peu pour compter les réponses. Y a-t-il des questions? [*Pause pour les questions*].

Est-ce que le contenu et les activités ont été intéressants et faciles à comprendre ? Levez-vous et placez votre [objet] sur la carte portant le smiley qui illustre le mieux votre réponse à cette question.

[Pause : la facilitatrice compte ensuite le nombre total de smileys sur chaque carte et remplit la ligne correspondant à la question 1 du tableau à l'Annexe 2]

Bon, passons maintenant à la seconde question : Dans quelle mesure utiliserez-vous ne serait-ce qu'une information issue de la séance d'aujourd'hui dans votre vie quotidienne ? Je vous demande de vous lever et de placer votre [objet] sur la carte portant le smiley illustrant le mieux votre réponse à cette question.

[Pause : la facilitatrice compte ensuite le nombre total de smileys sur chaque carte et remplit la ligne correspondant à la question 2 du tableau à l'Annexe 2]

Annexe 2. Séance d'évaluation

Titre et date de la séance : _____

Nom de la facilitatrice : _____

Nombre total des participantes : _____

Est-ce qu'un agent de santé communautaire a assisté à la formation ? (*encerclez la réponse qui sied*) **Oui/Non**

1. **Instructions** : Faites le total des résultats de l'activité de l'évaluation Smiley et complétez ce tableau :

	Nombre de visages tristes	Nombre de visages neutres	Nombre de visages souriants
Est-ce que le contenu et les activités ont été intéressants et faciles à comprendre ?			
Dans quelle mesure utiliserez-vous ne serait-ce qu'une information de la séance d'aujourd'hui dans votre vie quotidienne ?			

Commentaires :

2. Quelles activités/concepts ont été les plus difficiles à comprendre par les participantes, le cas échéant ?

3. Que changeriez-vous de cette séance la prochaine fois, le cas échéant ?

4. Sur la base des réponses des participantes aux questions de vérification des connaissances et de leur comportement au cours de la séance, dans quelle mesure estimez-vous que les participantes ont compris la séance sur une échelle de 1 à 5 ? (*veuillez encercler votre réponse*)

1

2

3

4

5

Annexe 3. Carte d'informations sur les infections sexuellement transmissibles (IST)

Qu'est-ce qu'une IST ?

- Une infection sexuellement transmissible (IST) est une maladie transmise d'une personne à une autre lors d'une activité sexuelle. Certaines IST sont transmises à travers des fluides corporels tels que le sang, les sécrétions vaginales ou le sperme, tandis que d'autres sont transmises par le contact peau à peau ;
- En regardant une personne ou en parlant avec elle, il est impossible de dire si elle a ou non une IST. Une personne peut avoir une IST mais sans en présenter aucun symptôme, ou les symptômes peuvent ne pas apparaître avant des semaines, des mois, voire des années après l'infection. Il est donc important que les personnes sexuellement actives fassent un test de dépistage des IST ;
- Le fait d'avoir une IST est un problème médical et non moral. Toute personne sexuellement active peut contracter l'infection si aucune précaution n'est prise.

Peut-on guérir les IST ?

- De nombreuses IST peuvent être facilement guéries, mais pas toutes. Pour les IST incurables, les agents de santé peuvent toujours prescrire des médicaments pour aider à gérer les symptômes. Les IST qui ne sont pas traitées peuvent entraîner d'autres complications dans le corps, notamment la stérilité et la mort.

Comment puis-je me protéger des IST si je suis sexuellement actif ?

- Ce ne sont pas tous les comportements sexuels ne mettent pas une personne en situation de contracter une IST. Toute activité qui n'implique pas l'échange de sperme, de liquide vaginal ou de sang entre deux personnes est considérée comme plus sûre. Par exemple, embrasser, étreindre, caresser et se masturber mutuellement comportent moins de risques que les rapports sexuels ;
- Le fait d'avoir des relations sexuelles avec un partenaire non infecté qui s'exclut aussi mutuellement (c'est-à-dire qu'ils ont seulement des relations sexuelles avec vous) réduit le risque de contracter une IST ;
- Les préservatifs offrent une protection sûre et facile à utiliser contre les IST lorsqu'ils sont utilisés toutes les fois qu'un couple a des relations sexuelles ;
- Gardez les parties génitales et anales propres ;
- Ne pas se doucher ou utiliser des herbes ou des poudres dans le vagin ;

Les signes les plus courants d'ITS sont, entre autres :

- le manque de symptôme! Certaines IST ne provoquent aucun symptôme visible, de sorte que beaucoup de personnes ignorent en avoir un. C'est pourquoi il est très important de faire des tests de façon régulière ;
- des écoulements inhabituels du vagin. Notez que certaines décharges sont normales. Cependant, l'écoulement normal est généralement blanc et faible. Si une personne a plus de pertes que d'habitude ou si ladite perte sent mauvais, a l'aspect vert, jaune ou comporte des touffes blanches, alors il se peut que la personne ait une IST ;
- une étrange décharge de l'urètre (l'endroit d'où sort l'urine) ;
- des douleurs ou des saignements au moment d'uriner ou lors des rapports sexuels ;

- une éruption cutanée, une bosse ou une plaie autour du pénis, du vagin ou de l'anus. L'éruption cutanée peut être douloureuse ou non ;
- la partie génitale ou l'anus qui est rouge ou qui gratte.
- des verrues ou des bosses dans la partie génitale ou autour de l'anus ;
- la présence de petites créatures ressemblant à des insectes dans les poils pubiens ou autour des parties génitales ;
- un gonflement autour des parties génitales et au niveau des cuisses ;
- pour les hommes, des testicules enflés ou douloureux ;
- une forte fièvre.

Si les IST ne sont pas traitées, ils peuvent provoquer:

- infertilité (c.-à-d. que la personne peut ne pas être en mesure d'avoir des enfants) ;
- des bébés prématurés ou en mauvaise santé chez la femme ;
- une très forte douleur à l'abdomen ;
- cancer du col de l'utérus (à l'entrée de l'utérus de la femme) ;
- rapide propagation du VIH ;
- mort à la suite d'une grave infection.

Existe-t-il différents types d'IST ? Oui. Les IST peuvent être regroupées en trois familles : virales, bactériennes et parasitaires/fongiques.

Les infections virales : les IST virales sont causées par des virus transmis de personne à personne lors d'une activité sexuelle. En général, les infections virales touchent plusieurs parties différentes du corps en même temps.

- **Le Virus de l'Immunodéficience Humaine (VIH) :** le Virus de l'Immunodéficience Humaine ou VIH attaque le système immunitaire du corps, empêchant ainsi aux personnes infectées de lutter contre d'autres maladies. Il se transmet à travers les activités sexuelles, mais aussi en partageant des objets comme les aiguilles. Il ne se transmet pas par les étreintes, les poignées de main ou tout autre contact occasionnel.
- **Le Virus du papillome humain (VPH) :** le virus du papillome humain ou VPH est l'infection virale la plus courante. Il existe plus de 30 types de VPH transmis sexuellement par voie orale, anale ou vaginale.
- **L'Herpès Génital :** l'herpès génital est causé par le virus de l'herpès simplex. Il fait partie de la famille des virus qui provoquent des boutons de fièvre autour de la bouche. Le virus est transmis par des activités sexuelles ou par un contact peau à peau.

Le Virus de l'Hépatite B : l'hépatite B ou Hep B affecte le foie. Il ne faut pas la confondre avec l'hépatite A ou C, qui sont d'autres formes de maladie du foie. L'hépatite B est facilement transmissible non seulement lors d'activités sexuelles, mais aussi à travers le partage d'objets tels que les rasoirs, les aiguilles et les brosses à dents.

Les infections bactériennes : les IST bactériennes sont causées par des bactéries transmises de personne à personne à l'occasion d'activités sexuelles.

- **La Chlamydia :** la chlamydia est l'une des IST les plus courantes, en particulier chez les jeunes âgés de 15 à 24 ans. Si elle n'est pas traitée, elle peut provoquer l'infertilité

à la fois chez la femme et l'homme.

- **La Gonorrhée** : la gonorrhée est une infection qui a les mêmes symptômes et qui se transmet souvent en même temps que la chlamydia. Le plus souvent, elle affecte les personnes âgées de 15 à 29 ans. Si elle n'est pas traitée, elle peut être source d'infertilité à la fois chez la femme et l'homme.
- **La Syphilis** (« le grand imitateur ») : la syphilis est appelée le grand imitateur car, au début, elle présente les mêmes signes et symptômes que les autres IST. La syphilis comporte trois stades. La première étape commence par une petite plaie indolore à l'endroit où les bactéries pénètrent dans le corps. Au stade deux, la personne peut développer un sentiment général de malaise ou des verrues plates et lisses dans la partie génitale. Au stade trois, la syphilis qui n'a pas été traitée peut causer des problèmes cardiaques, des problèmes mentaux et même la mort.
- **Les infections parasitaires** : ces IST sont causées par des parasites transmis de personne à personne lors d'une activité sexuelle. Un parasite est une créature semblable à un petit insecte qui vit de l'homme et ne peut pas toujours être vu à l'œil nu.
- **La Trichomonase (Trich)** : cet organisme unicellulaire peut infecter l'urètre, la vessie, le vagin, le col utérin ou se loger sous le prépuce. Il peut être transmis à travers les activités sexuelles.
- **Les Poux du Pubis (Crabes)** : les poux du pubis sont aussi appelés crabes car, au microscope, ils ressemblent à ces derniers. Les poux pubiens vivent dans les poils pubiens autour des organes génitaux. Ils pondent leurs œufs à la base des cheveux.
- **La Gale (acariens)** : la gale est un minuscule acarien qui creuse de petits trous sous la surface de la peau où elle pond des œufs.
- **Les infections fongiques** : bien qu'elles ne soient pas techniquement des IST, ces infections peuvent parfois être transmises par contact sexuel.
- **Infection à la flush/levure (Candida) (Candida)** : une infection à levures par voie vaginale est une infection fongique courante causée par la prolifération de Candida, une levure naturelle. La levure est normalement présente dans le vagin de la femme en petite quantité, mais elle peut parfois se multiplier. Cela peut provoquer des démangeaisons, des brûlures et des douleurs dans le vagin. L'homme peut également contracter les infections à levures, mais elles sont beaucoup plus courantes chez la femme. Elles ont tendance à provoquer des rougeurs, des démangeaisons et des brûlures à la tête du pénis.

Annexe 4 : Modèle de tableau pour la budgétisation

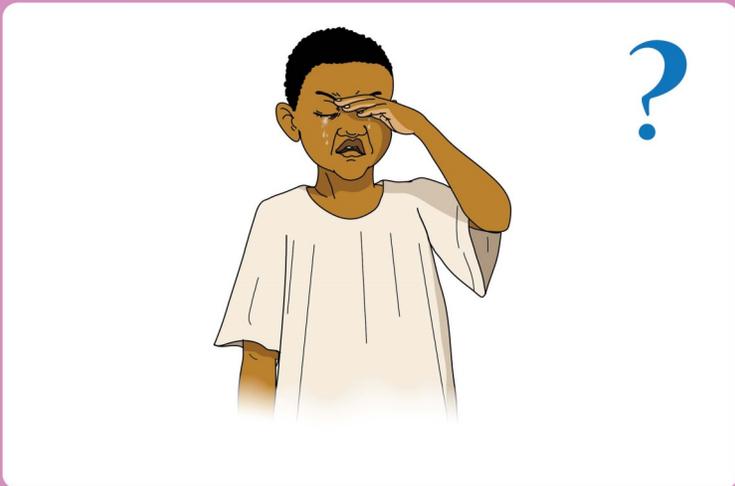
EXPENSES			
Article	Dépenses Hebdomadaires	Dépenses Mensuelles	Dépenses Mensuelles Avec un Bébé
	Farine :		
	Transport :		
TOTAL			

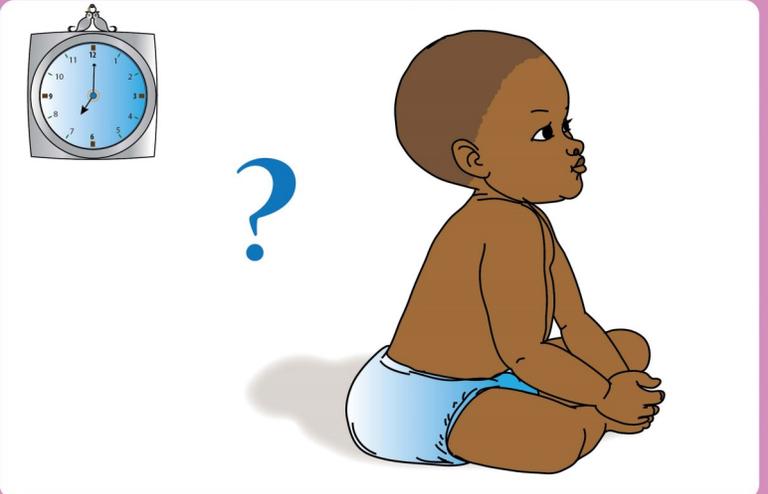
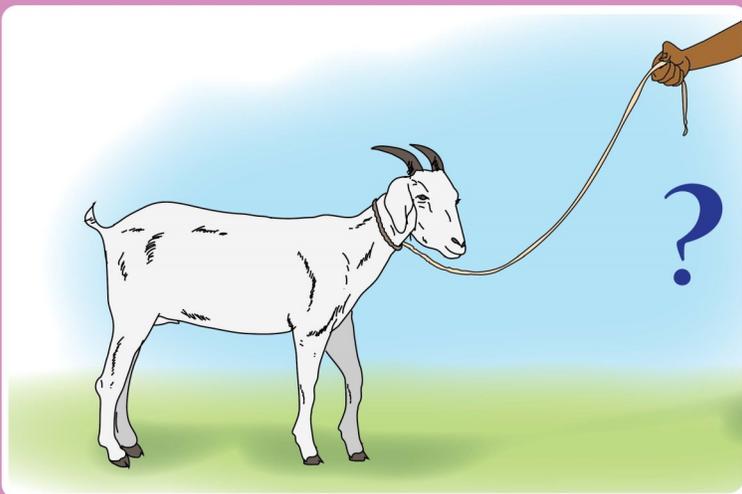
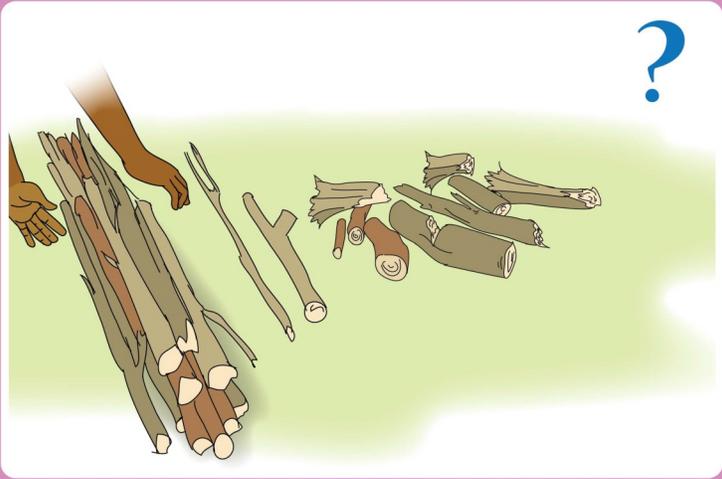
REVENU		
Activité	Hebdomadaire	Mensuel
		
TOTAL		

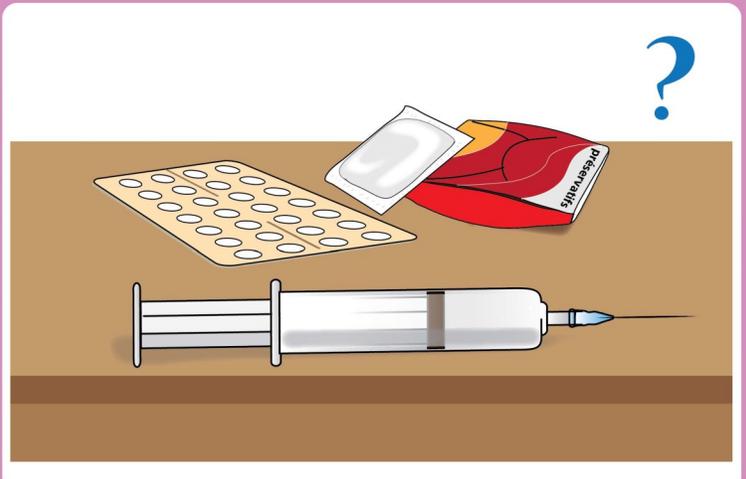
EPARGNE	
<i>J'épargne</i> _____.	
Article/Dépense	Coût
Dépense 1:	
Dépense 2:	
Dépense 3:	
Etc.	
TOTAL	

Annexe 5: Tâches et décisions basées sur le genre

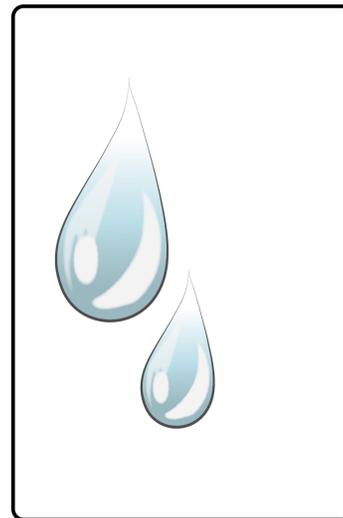
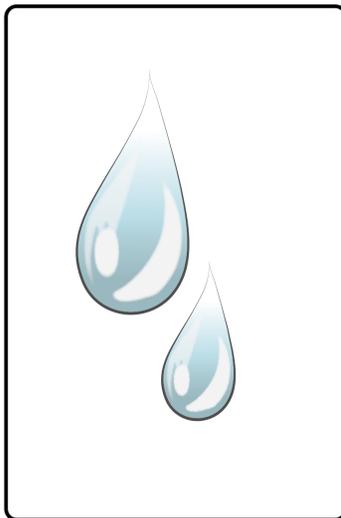
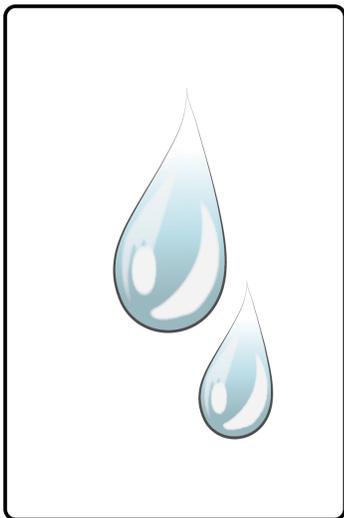
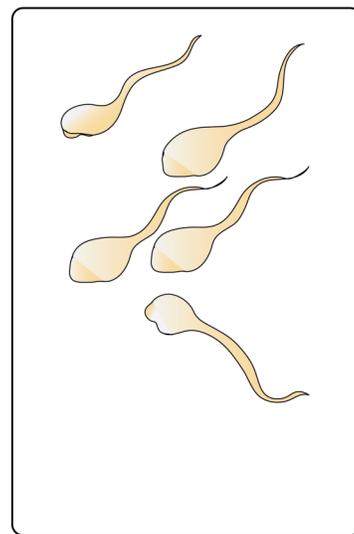
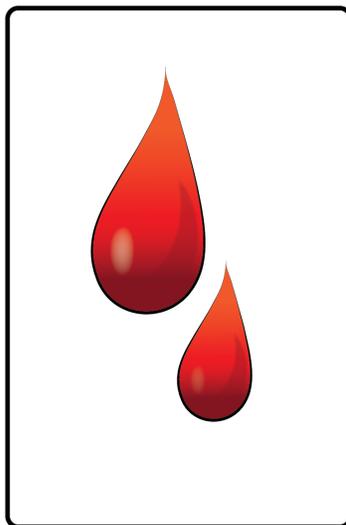
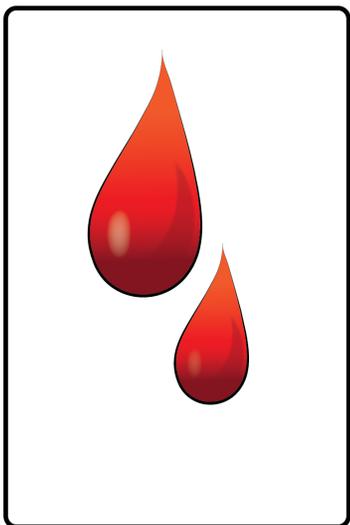
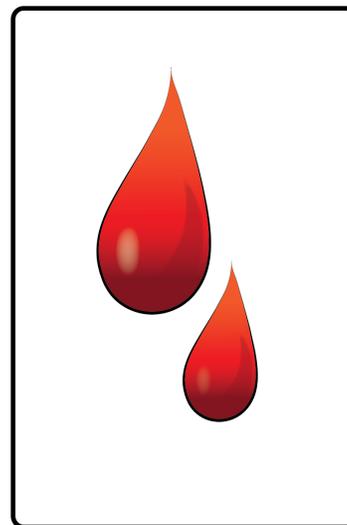
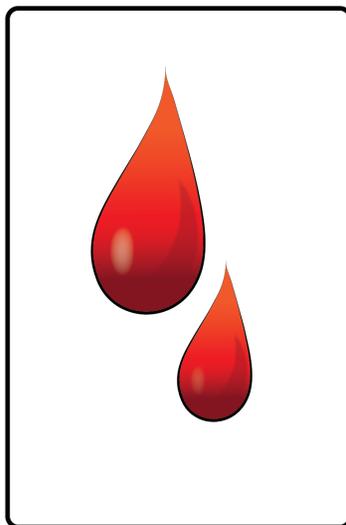
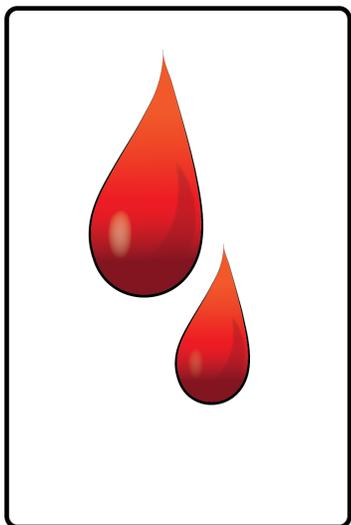


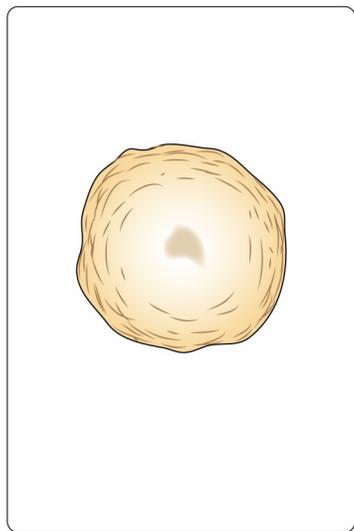
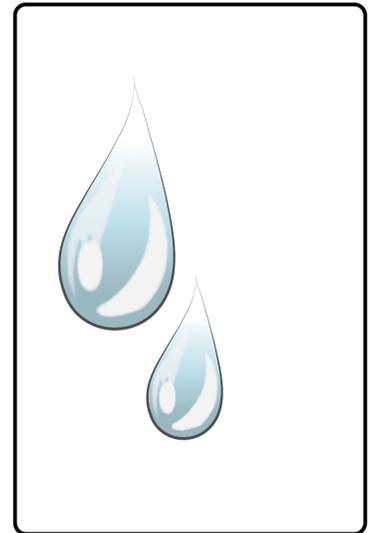
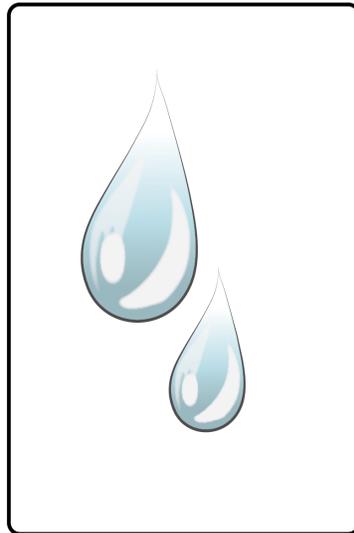
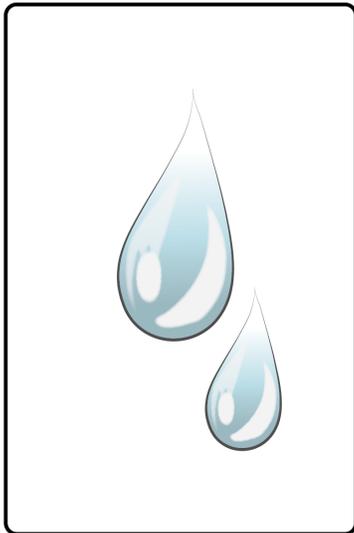
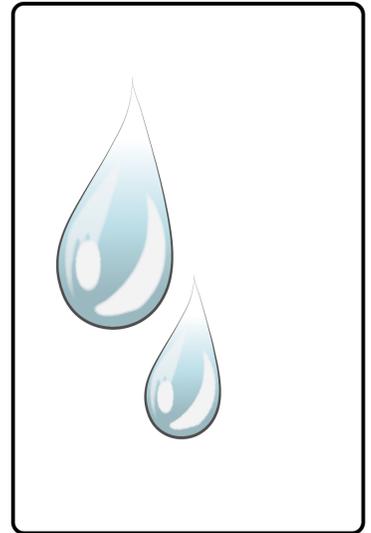
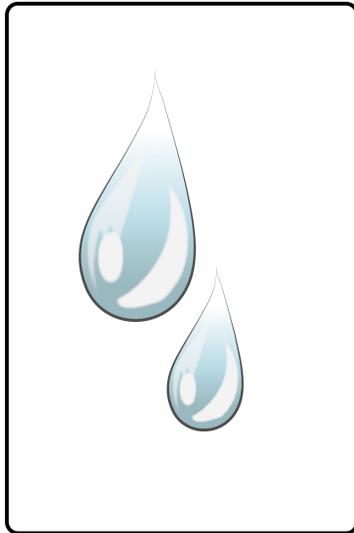
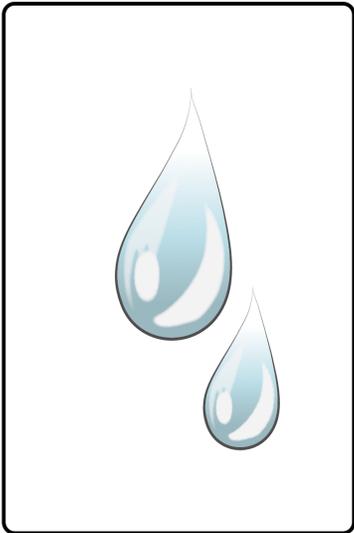






Annexe 6: Cartes du cycle menstruel





19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

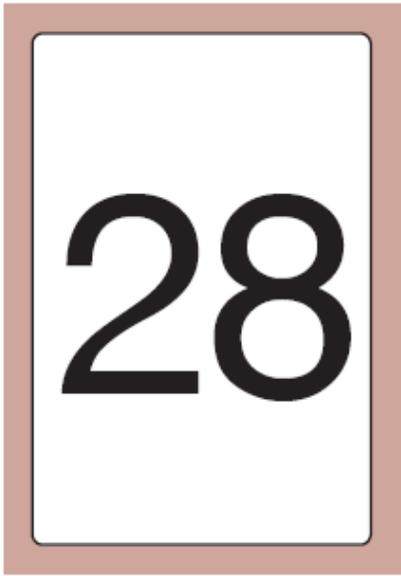
23

24

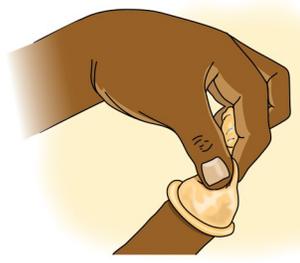
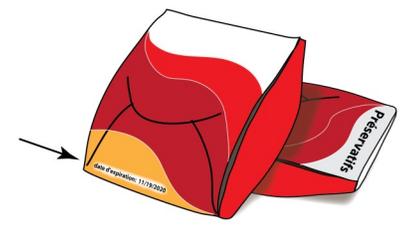
25

26

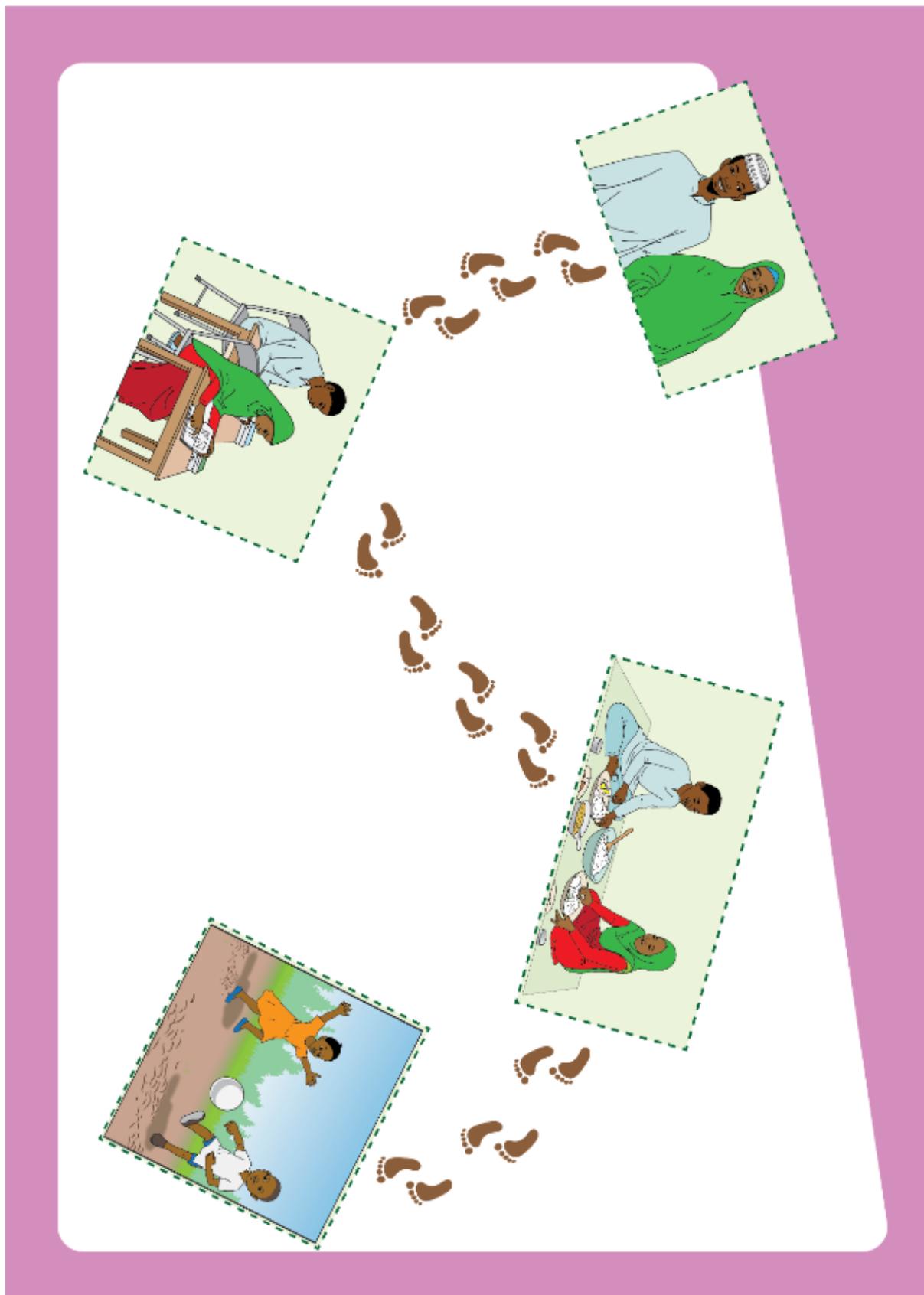
27



Annexe 7: Etapes de l'utilisation des préservatifs



Annexe 8: Tableau de visions



Annexe 9: Avenir Prospère

Utilisation du matériel :

1. Imprimez un exemplaire de la planche de jeu. Vous pouvez l'imprimer sur une feuille de papier plus grande et/ou la plastifier si possible.
2. Imprimez une copie de toutes les cartes de prospérité orange et bleue. Celles-ci doivent être imprimées recto-verso, de sorte que la couverture orange ou bleue apparaisse d'un côté et le texte de l'autre. Vous devrez les découper par la suite.
3. Imprimez 4 copies de toutes les feuilles de CFA à partager avec les participants. Vous devrez les découper par la suite.

Instructions pour jouer à "Prosperous Futures"

A FAIRE :

- Choisissez six paires pour jouer le jeu. Les autres membres du groupe vont observer ;
- Pour chaque paire, demander à une personne de jouer le rôle de la femme et à l'autre de jouer le rôle du mari ;
- Donnez à chaque couple son personnage qui tournera autour du plateau.

DIRE : toutes nos félicitations ! Vous venez de vous marier. Les deux premières années de mariage constituent une base importante pour tout couple et les décisions que vous et votre conjoint allez prendre au cours de ces premières années influenceront toute votre vie. En outre, les décisions qui seront prises par les couples avant que la femme n'ait 18 ans sont d'une importance capitale.

A FAIRE : montrer du doigt les cercles sur le plateau de jeu. Expliquez que chaque cercle représente un mois, les 12 mois représentant une année de mariage.

DIRE : voici les règles :

- Le but du jeu est d'avoir le plus d'argent après avoir fait le tour du plateau une fois. Tout comme dans la vie réelle, chaque couple devra prendre un certain nombre de décisions qui impacteront sa prospérité économique ;
- Chaque fois que vous lancez le dé, vous pouvez vous déplacer sur le plateau pour autant de pas que le nombre indiqué à la surface du dé ;
- Si vous tombez sur un cercle orange, prenez une carte orange. Je lirai ce qui est écrit sur la carte ;
- Si vous tombez sur un cercle bleu, prenez une carte bleue. Je vous demanderai de prendre une « Décision de Vie ». Si votre décision de vie conduit votre femme à trouver un emploi ou à aller à l'école, je vous remettrai une carte « Femme Active » ou « Femme Instruite ». Si votre décision de vie fait que le couple ait un bébé, je vous donnerai une carte « Enfant ». En fonction des décisions de votre vie, vous pouvez également recevoir de l'argent ou le dépenser ;
- Si vous tombez sur un cercle vert, soit je vous donne de l'argent ou je prends votre argent ;
- Le premier couple à faire le tour du plateau recevra un bonus de 200 francs cfa ;
- Je donnerai davantage d'instructions au fur et à mesure que nous jouons ;
- Chaque couple débutera avec 1 000 francs CFA [Donnez à chaque personne 1 000

francs CFA pour commencer].

- Notes à l'attention de la Facilitatrice :
- Chaque carte bleue comporte une décision de vie que le mari, la femme ou le couple doivent prendre ensemble. Référez-vous à la fiche « Notes à l'attention de la Facilitatrice pour les cartes bleues » pour savoir la somme d'argent à donner ou à emporter en fonction de la décision prise ;
- Les couples ne peuvent pas avoir plus d'UNE carte « Femme Employée » ou « Femme Instruite ». Cependant, ils PEUVENT avoir à la fois une carte « Femme Employée » et une carte « Femme Instruite » ;
- Lorsqu'un couple obtient une carte « Enfant », il doit céder sa carte « Femme Employée », au cas échéant.

Facilitator "Life Decision" Guide

#	Decision	Si oui...	Si non...
1	Couple: Votre mari et vous souhaitez utiliser les pilules contraceptives afin d'attendre d'avoir au moins 18 ans pour avoir des enfants. Les parents du mari sont opposés à cela. Décidez-vous d'utiliser la pilule?	"Vous n'avez pas d'enfant." Passez au participant suivant.	Lancez les dés. <ul style="list-style-type: none"> • Si le résultat est « 1 » ou « 6 », vous avez un enfant. • Donnez une carte Enfant au participant. • Cela signifie qu'il doit payer davantage pendant le jeu et que vous devez enlever toute « carte de femme qui travaille » qu'il détient. <p>Si le résultat est autre, "Vous n'avez pas d'enfant mais vous avez pris un risque." Passez au participant suivant.</p>
2	Femme: Votre mari vous encourage d'utiliser une contraception hormonale. Le faites-vous? Le faites-vous ?	"Vous n'avez pas d'enfant." Passez au participant suivant.	Lancez les dés. <ul style="list-style-type: none"> • Si le résultat est « 1 » ou « 6 », vous avez un enfant. • Donnez une carte Enfant au participant. • Cela signifie qu'il devra payer davantage au cours du jeu. <p>Si le résultat est autre, "Vous n'avez pas d'enfant mais vous avez pris un risque." Passez au participant suivant.</p>
3	Mari : Votre femme veut travailler à l'extérieur. Cela l'oblige chaque jour à des déplacements à l'extérieur du village. Le lui permettez-vous ?	Donnez au participant une carte de "femme qui travaille". Cela signifie qu'il gagne davantage de points au cours du jeu.	Il ne se passe rien. Passez au participant suivant.

#	Decision	Si oui...	Si non...
4	<p>Couple : Une réunion communautaire concernant le report de grossesse jusqu'à ce que votre femme ait 18 ans est organisée.</p> <p>Vous êtes présent ?</p>	<p>Lancez les dés.</p> <p>Si le résultat est « 2 » vous pouvez gagner 100 CFA.</p>	<p>Lancez les dés.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Si le résultat est « 1 » ou « 6 », vous avez un enfant. • Donnez une carte Enfant au participant. • Cela signifie qu'il devra payer davantage au cours du jeu.
5	<p>Mari : Votre femme veut aller à l'école pour étudier un cours à plein temps.</p> <p>Le lui permettez-vous ?</p>	<p>Donnez au participant une carte de "femme éduquée".</p> <p>Il doit payer 100 CFA à la banque. Il peut gagner davantage pendant tout le jeu.</p>	<p>Il ne se passe rien.</p>
6	<p>Couple: Vous et votre femme subissez une importante pression pour prouver votre fertilité et avoir un enfant.</p> <p>Avez-vous un enfant ?</p>	<p>Donnez une carte Enfant au participant.</p> <p>S'il a une carte de femme qui travaille, prenez la carte. Il ne peut plus gagner de primes. Il doit payer davantage pendant tout le jeu.</p>	<p>Il ne se passe rien.</p>
7	<p>Mari: Vos voisins discutent des activités de votre femme en dehors de la maison. Ils pensent que vous devriez l'empêcher de sortir.</p> <p>Est-ce que vous les écoutez?</p>	<p>S'il a une carte de femme qui travaille ou de femme éduquée, prenez la carte. Il ne peut plus gagner de primes.</p>	<p>Donnez au participant 100 CFA de plus.</p>
8	<p>Couple: Vous voulez avoir une grande famille avec beaucoup d'enfants. Certaines personnes disent que vous devriez commencer tout de suite. D'autres disent que vous faudrait attendre.</p> <p>Essayez-vous d'avoir un enfant tout de suite ?</p>	<p>Donnez une carte Enfant au participant.</p> <p>S'il a une carte de femme qui travaille, prenez la carte. Il ne peut plus gagner de primes. Il doit payer davantage pendant tout le jeu.</p>	<p>Il ne se passe rien.</p>

#	Decision	Si oui...	Si non...
9	<p>Femme: Vous voulez aller à la clinique pour parler à l'agent de santé. Si quelqu'un vous voit, il va peut-être bavarder.</p> <p>Allez-vous?</p>	<p>Donnez au participant 200 CFA de plus.</p>	<p>Lancez les dés, si vous tombez sur « 1 » ou « 6 », le participant a un enfant.</p>
10	<p>Femme: Vous arrivez à la maison en larmes parce que d'autres femmes bavardent et vous appellent des noms parce que vous n'avez pas encore eu d'enfant. Est-ce que vous essayez d'avoir un enfant?</p> <p>Est-ce que vous essayez d'avoir un enfant?</p>	<p>Donnez une carte Enfant au participant.</p> <p>S'il a une carte de femme qui travaille, prenez la carte. Il ne peut plus gagner de primes. Il doit payer davantage pendant tout le jeu.</p>	<p>Il ne se passe rien.</p>
11	<p>Femme: Votre mari vous invite à une formation en planification financière pour les couples nouvellement mariés.</p> <p>Est-ce que vous assistez avec lui?</p>	<p>Donnez au participant une somme supplémentaire de 500 CFA et une carte d'épouse instruite.</p>	<p>Il ne se passe rien.</p>
12	<p>Couple: un agent de santé visite votre domicile et veut vous parler de planification familiale.</p> <p>Écoutez-vous l'agent de santé?</p>	<p>Donnez 200 participants supplémentaires au participant.</p>	<p>Lancez les dés, si vous tombez sur un "1" ou un "6", le participant obtient un enfant.</p> <p>Si un participant a un enfant, vous devez lui retirer sa carte «Femme au travail».</p>
13	<p>Mari: Votre femme suit une formation en couture. Un ami vous dit qu'il y a beaucoup d'hommes qui traînent près de là où elle va prendre ces cours.</p> <p>Lui permettez-vous de continuer à suivre le cours?</p>	<p>Donnez au participant une carte «Femme instruite».</p>	<p>Prenez 500 CFA du participant. C'est la perte des frais de scolarité pour le cours.</p>

#	Decision	Si oui...	Si non...
14	<p>Mari: Votre femme vous dit qu'elle a entendu parler d'une injection qu'elle peut prendre pour prévenir la grossesse. Vous avez entendu des rumeurs selon lesquelles il causerait de l'infertilité, mais vous ne savez pas grand-chose à ce sujet.</p> <p>Allez-vous avec elle à la clinique pour en savoir plus ?</p>	<p>Donnez au participant une carte «Femme instruite».</p>	<p>Lancez les dés, si vous tombez sur un "1" ou un "6", le participant obtient un enfant.</p> <p>Si un participant a un enfant, vous devez lui retirer sa carte «Femme au travail».</p>
15	<p>Mari: Votre femme et vous avez souscrit un plan d'épargne mais un ami vous demande un prêt. Après des discussions, votre femme ne veut pas donner le prêt.</p> <p>Est-ce que vous accordez quand même le prêt à votre ami?</p>	<p>Prenez 1 000 CFA du participant.</p>	<p>Il est important de faire des choix avec votre femme.</p> <p>Donnez 800 CFA au participant.</p>

Vous êtes marié!



Commencez avec 1000 CFA
comme cadeau de mariage.
Faites un '8' ou plus pour
commencer.

Rassemblez "200" au fur et à
mesure

JOUR DE
MARCHÉ



Gagnez 400 CFA
Gagnez le double si votre femme travaille.
Dépensez 800 CFA si vous avez un enfant.

PROSPÉRITÉ

PROSPÉRITÉ



PROSPÉRITÉ



PROSPÉRITÉ



PROSPÉRITÉ



PROSPÉRITÉ



PROSPÉRITÉ



PROSPÉRITÉ



PROSPÉRITÉ



 <p>1. Couple: Votre mari et vous souhaitez utiliser les pilules contraceptives afin d'attendre d'avoir au moins 18 ans pour avoir des enfants. Les parents du mari sont opposés à cela. Décidez-vous d'utiliser la pilule?</p>	 <p>2. Femme: Votre mari vous encourage d'utiliser une méthode moderne de contraception. Le faites-vous?</p>	 <p>3. Mari: Votre femme veut travailler à l'extérieur. Cela l'oblige chaque jour à se déplacer à l'extérieur du village. Le lui permettez-vous?</p>	 <p>4. Couple: Une réunion communautaire concernant le report de grossesse jusqu'à ce qu'une femme ait 18 ans est organisée. Participez-vous?</p>
 <p>5. Mari: Votre femme veut aller à l'école pour étudier un cours à plein temps. Le lui permettez-vous?</p>	 <p>6. Couple: Vous subissez une importante pression pour prouver votre fertilité et avoir un enfant immédiatement. Allez-vous faire un enfant?</p>	 <p>7. Mari: Vos voisins discutent des activités de votre femme à l'extérieur de la maison. Ils pensent que vous devriez l'empêcher de sortir. Est-ce que vous les écoutez?</p>	 <p>8. Couple: Vous voulez avoir une grande famille avec beaucoup d'enfants. Certaines personnes disent que vous devriez commencer tout de suite. D'autres disent que vous devriez attendre. Essayez-vous d'avoir un enfant tout de suite?</p>

PROSPÉRITÉ



PROSPÉRITÉ



PROSPÉRITÉ



PROSPÉRITÉ



PROSPÉRITÉ



PROSPÉRITÉ



PROSPÉRITÉ



PROSPÉRITÉ



 <p>9. Femme: Vous voulez aller au centre de santé pour parler à l'agent de santé. Si quelqu'un vous voit y aller, il va peut-être bavarder. Y allez-vous?</p>	 <p>10. Femme: Vous arrivez à la maison en larmes parce que d'autres femmes vous insultent et font des commérages à votre égard parce que vous n'avez pas encore eu d'enfant. Essayez-vous d'avoir un enfant?</p>	 <p>11. Femme: Votre mari vous invite à une formation en planification financière pour les couples nouvellement mariés. Y allez-vous avec elle ?</p>	 <p>12. Couple: Un agent de santé visite votre domicile et veut vous parler de planification familiale. Écoutez-vous l'agent de santé?</p>
 <p>13. Mari: Votre femme suit une formation en couture. Un ami vous dit qu'il y a beaucoup d'hommes qui trainent près de là où elle va prendre ces cours. Lui permettez-vous de continuer à suivre ces cours?</p>	 <p>14. Mari: Votre femme vous dit qu'elle a entendu parler d'une injection qu'elle peut prendre pour prévenir la grossesse. Vous avez entendu des rumeurs selon lesquelles il causerait de l'infertilité, mais vous ne savez pas grand-chose à ce sujet. Elle veut aller au centre de santé pour plus d'informations. L'accompagnez-vous au centre de santé?</p>	 <p>15. Mari: Vous et votre femme avez un plan d'épargne, mais un ami vous demande un prêt. Après discussion, votre femme ne veut pas accorder ce prêt. Lui prêtez malgré tout cet argent?</p>	

PROSPÉRITÉ



PROSPÉRITÉ



PROSPÉRITÉ



PROSPÉRITÉ



PROSPÉRITÉ



PROSPÉRITÉ



PROSPÉRITÉ



PROSPÉRITÉ



 <p>1. Mari: Vous aidez votre voisin avec ses récoltes. Il vous paye 100 CFA.</p>	 <p>2. Femme: Vous vendez des galettes au village. Vous gagnez 200 CFA.</p>	 <p>3. Couple: Votre famille a des problèmes de santé! Si vous avez un enfant, vous perdez 300 CFA. Si vous n'avez pas d'enfant, vous perdez 100 CFA.</p>	 <p>4. Mari: Vous allez à la ville la plus proche pour une semaine de travail manuel. Vous gagnez 800 CFA.</p>
 <p>5. Femme: Vous participez au collectif local des filles. Vous avez un autre tour. Lancez les dés à nouveau!</p>	 <p>6. Couple: Vous assistez à une réunion sur la santé reproductive organisée par l'agent sanitaire local. Vous avez un autre tour. Lancez les dés à nouveau!</p>	 <p>7. Couple: Vos cultures ont des parasites. Vous devez acheter un pesticide qui coûte 400 CFA.</p>	 <p>8. Femme: Vous rejoignez un groupe d'épargne MMD. Vous êtes en mesure de démarrer une petite entreprise de condiments. Vous gagnez 400 CFA.</p>

PROSPÉRITÉ



PROSPÉRITÉ



PROSPÉRITÉ



PROSPÉRITÉ



PROSPÉRITÉ



PROSPÉRITÉ



PROSPÉRITÉ



PROSPÉRITÉ



 <p>9. Mari: Vous n'avez pas amené votre femme au centre de santé. Perdez votre tour la prochaine fois.</p>	 <p>10. Couple: Vous décidez de stocker le mil dans la banque de céréales jusqu'à la saison sèche. Vous gagnez 300 CFA lors de votre prochain tour.</p>	 <p>11. Femme: Votre mari vous aide à aller chercher l' eau cette semaine. Cela libère votre temps pour fabriquer des galettes à vendre. Vous gagnez 200 CFA.</p>	 <p>12. Couple: Vous assistez à une formation sur la planification financière et les compétences en affaires. Vous avez un autre tour. Lancez les dés à nouveau!</p>
 <p>13. Couple: Vous décidez de commencer à économiser 100 CFA par semaine. Vous gagnez 100 CFA et vous avez un autre tour. Lancez les dés à nouveau!</p>	 <p>14. Femme: Le collectif des filles local pratique le Habbanayé, et c'est votre tour pour obtenir une chèvre. Vous avez un autre tour. Lancez les dés à nouveau!</p>	 <p>15. Couple: Vous décidez d'acheter un téléphone. Vous dépensez 300 CFA et vous avez un autre tour. Lancez les dés à nouveau!</p>	 <p>16. Femme: Vous allez chez les Collectifs de filles et donnez de bons conseils à quelqu'un. Vous avez un autre tour! Lancez les dés à nouveau!</p>

PROSPÉRITÉ



PROSPÉRITÉ



PROSPÉRITÉ



PROSPÉRITÉ



PROSPÉRITÉ



PROSPÉRITÉ



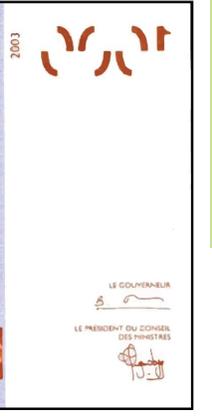
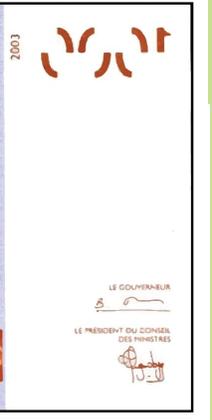
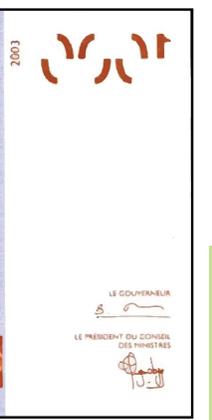
PROSPÉRITÉ



PROSPÉRITÉ



 <p>17. Mari: Un membre de votre famille est malade et vous devez lui prêter de l'argent. Vous perdez 200 CFA.</p>	 <p>18. Femme: Vous participez à une formation de para-vétérinaires. Vous payez 200 CFA et collectez 400 CFA au tour suivant.</p>	 <p>19. Femme: Votre mari vous aide à aller chercher du bois de chauffage cette semaine. Cela vous permet de faire le petit commerce au marché. Vous gagnez 200 CFA.</p>	 <p>20. Couple: Vous discutez de la planification familiale. Vous avez un autre tour. Lancez les dés à nouveau!</p>
 <p>21. Couple: Votre chèvre est malade et le médicament coûte 200 CFA. Vous perdez 200 CFA.</p>	 <p>22. Couple: Vous participez à une réunion de sensibilisation de la communauté. Vous avez un autre tour. Lancez les dés à nouveau!</p>	 <p>23. Couple: C'est la saison des semailles et vous devez acheter des graines. Vous payez 200 CFA.</p>	



Annexe 10: Cartes d'Imagea

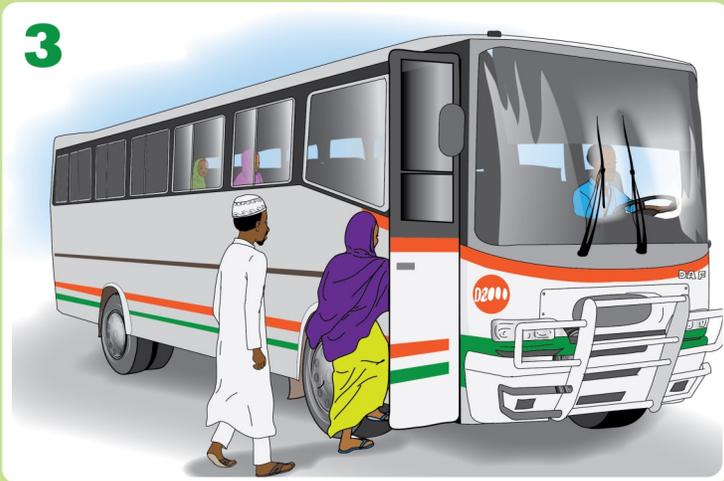
1



2



3



4

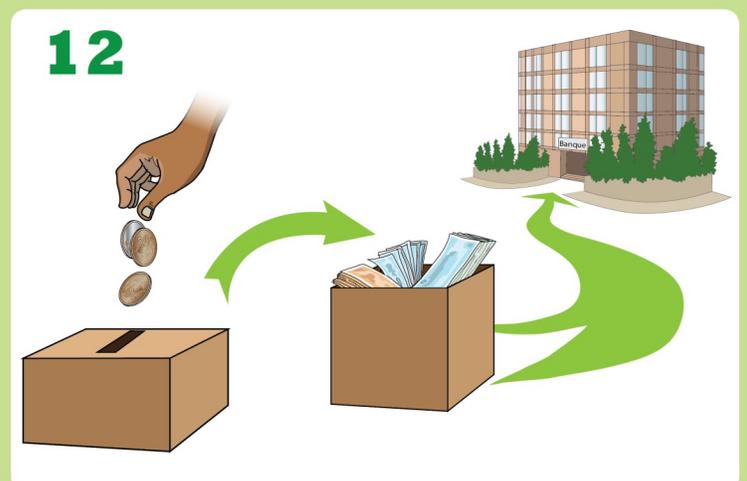
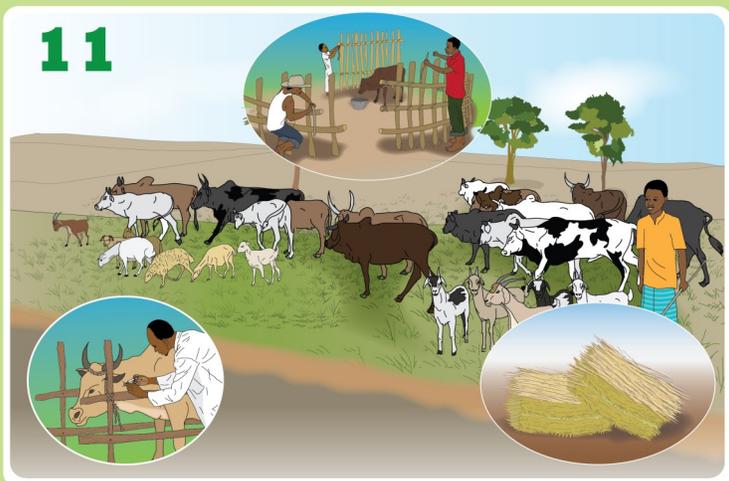
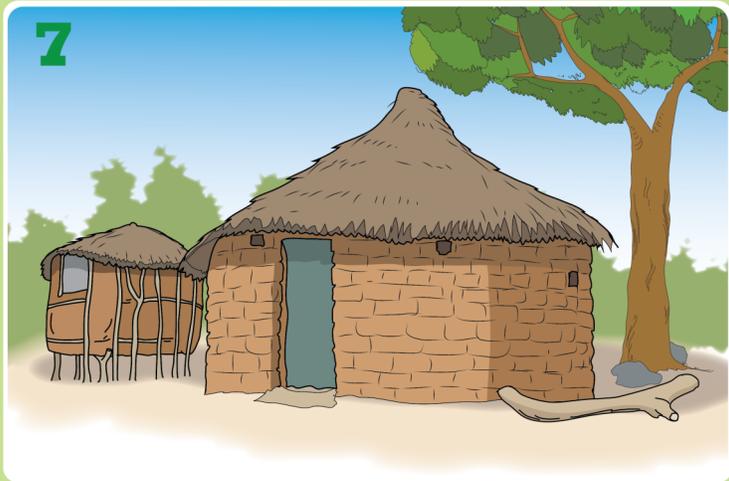


5



6





13



14



15



16



17



18



19



20



21



22



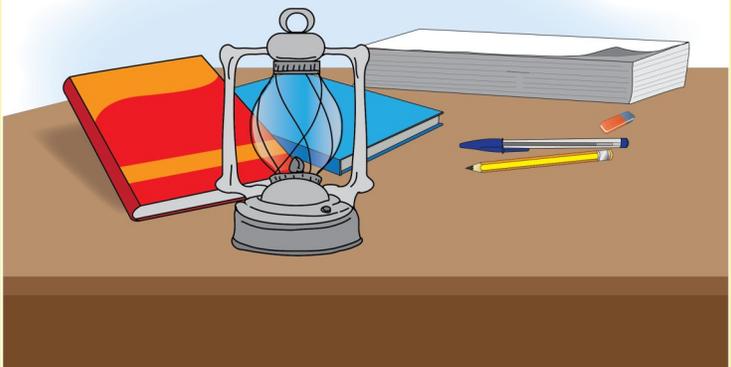
23



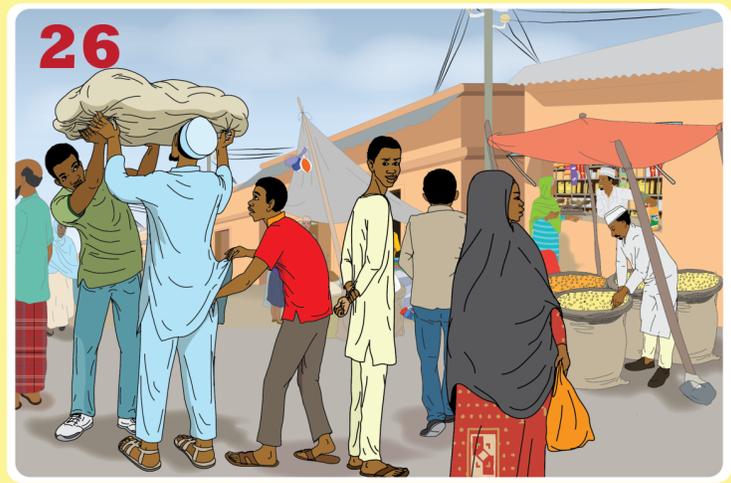
24



25



26



27



26



29



30



31



32



33



34



35



36



37



38



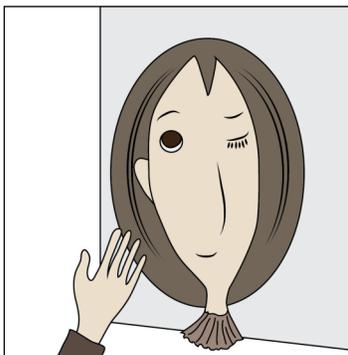
39



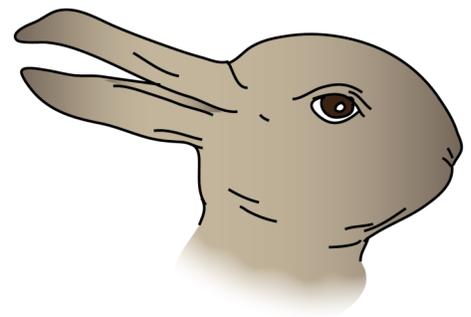
40



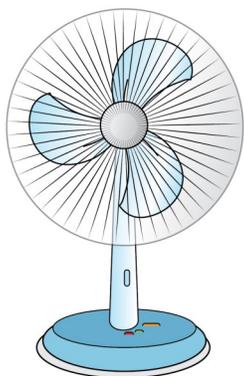
41



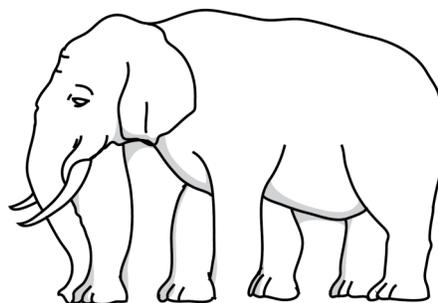
42



46



43



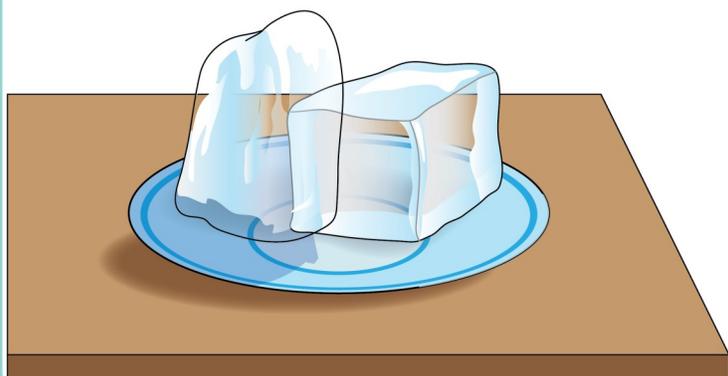
47



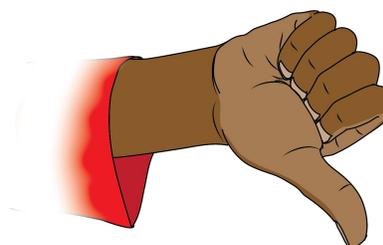
44



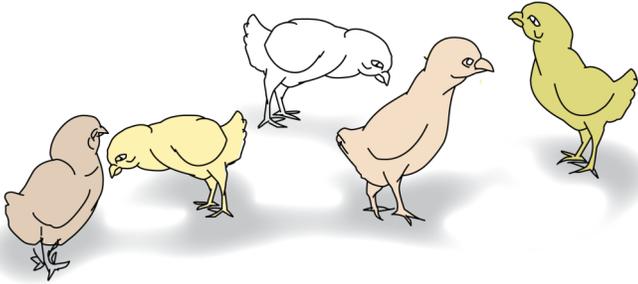
48



45



49



50



Références

1. Cooperative for Assistance and Relief Everywhere and International Center for Research on Women. 2007. *ISOFI Toolkit: Tools for learning and action on gender and sexuality*. Atlanta and Washington D.C.: CARE and ICRW.
2. Cowan, E., F. Mekuria, A. Sprinkel. 2016. *Social Analysis and Action: Global implementation manual*. Atlanta: CARE USA.
3. Deepan, P. 2017. *Transforming Masculinities: A training manual for Gender Champions*. Teddington: Tearfund.
4. DeGregorio, A. 2016. *Adolescent Age & Life-Stage Assessment and Counseling Tools: Guiding adolescents on the road to young adulthood*. Abuja: USAID.
5. Haberland, N. et al. 2004. A world apart: The disadvantage and social isolation of married adolescent girls, Brief based on background paper prepared for the WHO/UNFPA/Population Council Technical Consultation on Married Adolescents. New York: Population Council.
6. 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.
7. International HIV/AIDS Alliance. 2006. *Tools Together Now! 100 participatory tools to mobilise communities for HIV/AIDS*. Brighton: USAID and the Bill and Melinda Gates Foundation.
8. 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.
9. International Youth Foundation. *Reproductive Health Lessons: A Supplemental Curriculum for Young People*. Adapted for St. Lucia. Washington D.C.: International Youth Foundation and USAID.
10. IPPF European Network. 2008. *Your Sexual Rights – And What You Can Do About Them*. Brussels: IPPF European Network.
11. Kent, K., A. Levack, M. Mehta, C. Ricardo and F. Verani. 2008. *Engaging Boys and Men in Gender Transformation: The Group Education Manual*. New York and Rio de Janeiro: Engender Health, Promundo, The Acquire Project, USAID.
12. 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.

13. Levack, A., M. Mehta, T. Castillo, G. Hecker and J. Wickstrom. 2008. *Youth-Friendly Services for Married Youth: A Curriculum for Trainers*. New York: Engender Health, The Acquire Project, USAID.
14. Martin, S. 2008. *Being a Mentor: A Guide to Supporting Young Married Adolescent Women*. Kakamega and Nairobi: APHIA II Western, PATH, USAID.
15. Nagaraja, P. and A. Ziv. 2006. *Basics and Beyond: A Manual for Trainers*. New Delhi: TARSHI and Ford Foundation.
16. Pathfinder International. 2013. *Great Project Scalable Toolkit: I Am Great! GREAT Activity Cards for married and/or parenting adolescents*. Kampala: Pathfinder International, GREAT, USAID.
17. Santhya, K. et al. 2003. *The gendered experience of married adolescent girls in India: Baseline findings from the First Time Parents project*. Paper presented at the Second Asia and Pacific Conference on Reproductive and Sexual Health, Bangkok, October 6-10, 2003.
18. Williamson, N. 2013. *Motherhood in Childhood: Facing the Challenge of Adolescent Pregnancy*. New York: UNFPA.
19. World Health Organization. 2018. *Preventing Unsafe Abortion: Key Facts*. Geneva: WHO.
20. Yaker, Robyn. 2018. *Model Couples (Indashyikirwa) in Eliminating Gender-Based Violence : Adapted Training Module*. CARE Rwanda.
21. Nzau, J. 2016. *Guide de Facilitation des Séance des Dialogues*. Niger: CARE USA.



www.care.org

CARE USA

151 Ellis Street, NE

Atlanta, GA 30303

T) 404-681-2552

F) 404-589-2650

Fondée en 1945 avec la création du paquet CARE®, CARE est une organisation humanitaire de premier plan qui lutte contre la pauvreté dans le monde. CARE s'attache tout particulièrement à travailler aux côtés des filles et des femmes pauvres car, dotées des ressources adéquates, elles ont le pouvoir de sortir des familles et des communautés entières de la pauvreté. L'année dernière, CARE a travaillé dans 100 pays et a touché près de 70 millions de personnes dans le monde entier. Pour en savoir plus, consultez le site www.care.org.