

TROUSSE À OUTILS D'ÉDUCATION COMPLÈTE À LA SEXUALITÉ (ECS)

MANUEL À L'USAGE DES FORMATEURS



NORWEGIAN CHURCH AID
actalliance



NORWEGIAN CHURCH AID
actalliance

UNE TROUSSE À OUTILS D'ÉDUCATION COMPLÈTE À LA SEXUALITÉ (ECS)

Manuel à l'usage des formateurs de Norwegian Church Aid

Rapport rédigé par : Patricia Awiti et Catherine Jura d'Edify Learning Forum Africa (ELFA) pour Norwegian Church Aid
Année de parution : 2022
Photo de couverture : Bente Bjercke, Norwegian Church Aid
Mise en forme : Hugo Balandra

TABLE OF CONTENTS

1. Relationships	2
1.1 Plan de leçon sur les familles	4
1.2 Plan de leçon sur l'amitié, l'amour et les relations amoureuses	6
1.3 Plan de leçon sur la tolérance, l'inclusion et le respect	8
1.4 Plan de leçon sur les engagements à long terme et l'éducation des enfants	10
2. Valeurs, droits, culture et sexualité	12
2.1 Plan de leçon : Valeurs et sexualité	14
2.2 Plan de leçon : Droits de l'homme et sexualité	16
2.3 Plan de leçon sur la culture, la société et la sexualité	18
3. Comprendre le genre	20
3.1 Plan de leçon : La construction sociale du genre et les normes de genre	22
3.2 Égalité des sexes, stéréotypes et préjugés	24
3.3 Plan de leçon sur les violences basées sur le sexe	27
4. Violence et sécurité	30
4.1 Plan de leçon sur la violence	32
4.2 Plan de leçon sur le consentement, la protection de la vie privée et l'intégrité corporelle	34
4.3 Plan de leçon : Utilisation sûre des technologies de l'information et de la communication (TIC)	37
5. Compétences en matière de santé et de bien-être	40
5.1 Plan de leçon sur les normes et l'influence des pairs sur le comportement sexuel	42
5.2 Plan de leçon sur la prise de décision	44
5.3 Plan de leçon : Aptitudes de communication, de refus et de négociation	47
5.4 Plan de leçon : Éducation aux médias et sexualité	48
5.5 Plan de leçon : Trouver de l'aide et du soutien	49
6. Le corps humain et le développement	52
6.1 Plan de leçon sur l'anatomie et la physiologie sexuelles et reproductives	54
6.2 Plan de leçon : Reproduction	56
6.3 Plan de leçon pour la puberté	61
6.4 Plan de leçon sur l'image corporelle	64
7. Sexualité et comportement sexuel	68
7.1 Plan de leçon sur le sexe, la sexualité et le cycle de vie sexuel	70
7.2 Plan de leçon sur le comportement sexuel et l'intervention sexuelle	71
8. Santé sexuelle et reproductive	74
8.1 Plan de leçon sur la grossesse et la prévention de la grossesse	76
8.2 Plan de leçon : Stigmatisation, soins, traitement et soutien liés au VIH et au SIDA	81
8.3 Plan de leçon pour comprendre, reconnaître et réduire le risque d'IST, y compris le VIH	86

Introduction

Norwegian Church Aid a élaboré et conçu la présente Trousse à outils d'éducation complète à la sexualité (ECS) en vue de fournir un accompagnement individualisé à toute personne responsable de la formation ECS. L'Éducation complète à la sexualité doit bénéficier aux jeunes et aux adolescents, indépendamment de leur revenu, leur classe sociale, leur origine ethnique, leur religion, leur orientation sexuelle et leur sexe. Les formations doivent donc cibler les adolescents non scolarisés, les adolescents scolarisés et les adolescents en situation de handicap.

Comment la Trousse à outils ECS est-elle structurée ? La formation ECS exige des compétences spécialisées en enseignement de la sexualité et de la santé sexuelle aux apprenants. La Trousse à outils ECS est composée de trois documents distincts, mais complémentaires, à savoir :

1. TROUSSE À OUTILS D'ÉDUCATION COMPLÈTE À LA SEXUALITÉ : GUIDE PÉDAGOGIQUE DES FORMATEURS

Ce guide pédagogique des animateurs comprend des informations et des techniques spécifiques sur les modalités d'enseignement. Il explique en outre comment appliquer les modalités d'enseignement à des situations spécifiques, y compris des contextes humanitaires.

Ce guide propose également des méthodes d'enseignement pouvant être utilisées auprès des groupes d'adolescents et des jeunes, aussi bien dans un cadre scolaire formel qu'informel.

Nous exhortons tous les formateurs ECS à se reporter aux normes nationales d'éducation à la sexualité pertinentes dans leurs pays respectifs en plus du contenu et des méthodologies mentionnés dans le présent guide.

2. TROUSSE À OUTILS D'ÉDUCATION COMPLÈTE À LA SEXUALITÉ : MANUEL À L'USAGE DES FORMATEURS

Ce manuel de l'animateur comprend des méthodologies d'enseignement et de mise en œuvre, des activités et des approches participatives liées à une sélection de sujets et d'objectifs d'apprentissage.

Chaque thème comporte un plan de leçon complet, une sélection de méthodologies de formation et des modules d'évaluation dont les formateurs et animateurs pourront s'inspirer pour adapter les méthodologies suggérées à leur contexte et à leurs réglementations nationales en matière d'ECS.

3. TROUSSE D'OUTILS D'ÉDUCATION COMPLÈTE À LA SEXUALITÉ : UNE MATRICE DE CONTENUS

La matrice de contenus sert de « référence rapide » aux concepts et à une sélection de ressources adaptés à l'âge visant à orienter les formateurs vers les publications pertinentes et à les inciter à mener des recherches approfondies sur le contenu suggéré.

À propos du manuel à l'usage des formateurs

Ce document servira à faire connaître les bonnes pratiques et à appuyer les formateurs et les animateurs ECS dans l'organisation de la formation à l'éducation complète à la sexualité destinée aux adolescents et aux jeunes. Chaque thème comporte un plan de leçon complet, une sélection de méthodologies de formation sélectionnées et des méthodes d'évaluation. Les formateurs et les animateurs seront en mesure d'adopter des méthodologies suggérées en fonction de leur contexte et des réglementations nationales en matière d'ECS.

En outre, les formateurs utiliseront le document d'orientation pédagogique et la matrice de contenus qui accompagnent ce manuel de formation pour fournir une vue détaillée de certains thèmes et problèmes particuliers qui ont été abordés dans chaque thème. Veuillez consulter le guide pédagogique avant et pendant la lecture du présent manuel.

Le présent contenu s'inspire d'une analyse exhaustive des publications et des documents connexes sur l'ECS. Le manuel reprend systématiquement le programme d'études et les thèmes recommandés par le guide technique international de l'UNESCO sur l'éducation sexuelle. Le manuel vient donc conforter le rôle que joue l'éducation à la sexualité dans la promotion des droits de l'homme et de l'égalité des sexes. Il favorise un apprentissage structuré de la sexualité et des relations d'une manière positive, affirmative et centrée sur l'intérêt supérieur des jeunes.

1. Relationships

Les relations saines sont constituées d'aspects sexuels et non sexuels ; il est donc important de faire comprendre aux adolescents qu'il existe un large éventail de relations « *normales* ». Certaines relations impliqueront l'intimité sexuelle et d'autres non. **Au nombre des aspects clés d'une relation, l'on peut citer le respect et la communication, et les aspects sexuels sains incluent non seulement l'intimité physique, mais aussi la réciprocité et le plaisir.**



Photo: Ramon Sanchez Orense, Norwegian Church Aid

THÈMES



Photo: Haldis Kårstad, Norwegian Church Aid

1.1 Familles

1.2 Amitié, amour et relations
amoureuses

1.3 Tolérance, inclusion et respect

1.4 Engagements à long terme et
parentalité

1.1 Plan de leçon sur les familles

	Éléments de connaissance	Compétences	Attitudes
OBJECTIFS D'APPRENTISSAGE CLÉS	<ul style="list-style-type: none">• Définir la notion de famille et en identifier les différents types• Comprendre les caractéristiques, le rôle et les fonctions d'une famille, notamment de chaque membre de la famille.• Comprendre dans quelle mesure la santé, la maladie et les relations sexuelles peuvent affecter la famille et les structures de soutien existantes	<ul style="list-style-type: none">• Être à même d'exprimer et apprécier le rôle des membres de la famille dans le choix des décisions, l'inculcation de valeurs, la promotion de l'égalité des sexes et la protection.• Reconnaître que la santé et la maladie peuvent affecter le fonctionnement d'une famille	<ul style="list-style-type: none">• Réfléchir à ses propres sentiments et à la manière dont la gestion de ceux-ci peut affecter la dynamique de la famille.• Exprimer ses propres sentiments et faire preuve d'empathie à l'égard des autres membres de la famille dans les moments difficiles
Durée totale du cours : 40 à 45 min	Supports : Tableaux à feuilles mobiles, marqueurs, papier pour les participants, présentations PowerPoint, petite récompense (par ex. : fruits, fournitures de bureau). Cartes de quiz.		

Aperçu du cours : De nombreux élèves ne rentrent pas dans le moule du type de famille généralement présenté dans les livres et les médias. Les types de famille sont tributaires des différents contextes sociaux-économiques ainsi que des individus et de la communauté. Le nombre d'épouses, le système de dot et les relations avec les proches dans un type de famille peuvent être influencés par les traditions et la religion. La compréhension du cycle de vie de la famille et du stade de développement des apprenants aide les formateurs ECS à déterminer les familles qui tirent leur épingle du jeu et celles qui ont besoin d'un suivi et d'une intervention. Ce cours s'adresse aux adolescents et aux jeunes âgés de 9 à 18 ans et plus

Méthodes


Activité préliminaire

SESSION 1

OBJECTIF D'APPRENTISSAGE :

Les participants doivent comprendre ce qu'est une famille et décrire les différents types de familles qui existent

 Activité 1 :
« Ma famille »

 Durée : 10 min

Instructions de l'animateur

1. Dessinez sur un tableau à feuilles mobiles ou munissez-vous de cartes marquées d'images de femmes adultes. Munissez-vous également de cartes illustrant des personnes vulnérables, y compris des filles et des garçons, comme membres de la famille et voyez si quelqu'un prend la carte.

2. Dans des groupes de 4 à 6 personnes, laissez les participants composer des membres de leur famille.
3. Accordez deux tours à chaque groupe pour créer une famille.
4. Passez en revue les exemples de famille donnés par les participants

But de l'activité : Les participants doivent comprendre que les familles sont diverses et peuvent être composées d'individus différents en termes d'âge, de sexe, de sang, de mariage ou de droit, mais qu'elles partagent des valeurs communes.

REMARQUE À L'INTENTION DE L'ANIMATEUR

- ☉ Assurez-vous de bien connaître vos participants et faites preuve de sensibilité
- ☉ Présentez toujours la famille de manière positive indépendamment de son origine
- ☉ Affirmez que chaque famille a le droit d'avoir ses valeurs communes, quelles que soient les divergences de points de vue (perceptions morales)

TENEZ COMPTE DE CE QUI SUIT :

- Il peut y avoir des orphelins qui se sentent seuls
- Certains parents pourraient être âgés de moins de 18 ans et se sentir gênés.
- Certains participants devenus parents par suite de mariages précoces ou forcés pourraient éprouver du ressentiment ou de la déception à l'égard de l'unité familiale.
- Il se peut que des membres de la famille vivent séparément en raison de circonstances différentes (toutes les catégories susmentionnées pourraient avoir besoin d'un soutien supplémentaire en termes de conseils, d'orientation et de réconfort.)

SESSION 2

OBJECTIFS D'APPRENTISSAGE :

Les participants doivent comprendre les rôles et les fonctions des membres de la famille et déterminer comment ces rôles sont influencés par l'égalité des sexes.



Activité 2.1
Mes corvées familiales '



Durée : 5 min

Instructions de l'animateur ; Demandez

1. Quels sont les membres de la famille ?

2. Quels sont les rôles de chaque membre de la famille au sein de la structure familiale ?

- Dans les groupes identifiés précédemment, demandez aux participants de discuter du rôle que chaque membre de la famille doit jouer
- Dressez la liste des rôles et des fonctions perçus de chaque membre de la famille sur un tableau à feuilles mobiles
- Discutez des raisons pour lesquelles des rôles sont attribués à chaque membre de la famille (inégalité entre les sexes reposant sur le fait d'être un homme ou une femme)

But de l'activité : Les participants doivent comprendre que l'appartenance à une famille est précédée de certaines responsabilités envers eux-mêmes et les autres, qui sont attribuées selon que l'on est un garçon/une fille et un homme/une femme.



Activité 2.2 :



Durée : 15 min

Objectifs d'apprentissage : Permettez aux participants d'apprécier la manière dont la famille promeut/inculque les valeurs et la culture parmi ses membres.

Attribuez deux questions à chaque groupe.

Discussions sur les questions clés ci-dessous dans chacun des groupes

- 1.** Quelles sont les valeurs de chaque membre de la famille ?
- 2.** Quelles sont les occupations de chaque membre de la famille et de la famille dans son ensemble ?
- 3.** Quelles sont les habitudes et les routines de la famille en matière de jeu ?
- 4.** Dans quelle mesure la culture familiale influence-t-elle le choix des activités ?
- 5.** De quelles ressources dispose la famille ?
- 6.** La famille se heurte-t-elle à des limites dont il faut tenir compte ?
- 7.** Quelle est la réaction de la famille aux handicaps de l'enfant ?

Synthèse du cours

Les familles tendent à se diversifier, comprenant désormais des couples mariés et non mariés, des hommes et des femmes vivant seuls ou ensemble, avec ou sans enfants ; des parents seuls avec enfants ; et des familles recomposées comprenant deux parents remariés ou non, avec des enfants issus de leurs mariages ou relations antérieurs, et des parents de même sexe, hommes et femmes.

Le divorce, le concubinage, la maternité hors mariage, le mariage non permanent et l'infécondité volontaire sont également de plus en plus acceptés. L'inclusion de parents non biologiques au sein de l'unité familiale est également courante dans différentes relations entre partenaires.

La famille existe et fonctionne dans le contexte de modèles culturels, économiques, juridiques et sociaux propres à chaque société.

1.2 Plan de leçon sur l'amitié, l'amour et les relations amoureuses


OBJECTIFS D'APPRENTISSAGE CLÉS	Éléments de connaissance	Compétences	Attitudes
	<ul style="list-style-type: none"> Comprendre que les relations font partie intégrante de la vie et que leur signification ainsi que les rôles et responsabilités qui en découlent gagnent en importance à mesure que l'enfant devient un adolescent et un jeune adulte. Comprendre que les expressions de l'amitié et de l'amour sont différentes et peuvent affecter ce que les gens pensent d'eux-mêmes Comprendre comment les différentes dimensions de l'inégalité et les différences de pouvoir (social, économique, état de santé, sexe et âge) ont une influence sur les relations romantiques et sexuelles 	<ul style="list-style-type: none"> Être à même de percevoir les relations comme importantes pour le bien-être et reconnaître les inégalités au sein des relations 	<ul style="list-style-type: none"> Présenter les moyens de faire preuve d'amour et de confiance dans les relations et exprimer librement ses sentiments à une autre personne
	<p>Durée totale du cours : 40 à 45 min</p>	<p>Supports : Tableaux à feuilles mobiles, marqueurs, papier pour les participants, présentations PowerPoint, petite récompense (par ex. : fruits, fournitures de bureau) Cartes de quiz.</p>	

Les relations entre les jeunes adolescents impliquent souvent la découverte des relations et des pulsions sexuelles. Ces sentiments font partie de processus et d'étapes de développement qui mènent à une capacité plus profonde à l'empathie, au partage et au développement de relations intimes. Le premier cours s'adresse aux adolescents âgés de 9 à 15 ans qui découvrent les relations sexuelles et à ceux qui commencent la puberté.

SESSION 1

OBJECTIF D'APPRENTISSAGE :

Permettre aux participants de comprendre les concepts d'amitié, de relations amoureuses et sexuelles

 Activité 1 – Travail de groupe
Durée : 10 min

Instructions à l'animateur

1. Demandez à un participant de diviser le groupe en quatre petits groupes.
2. Dans leurs groupes, les participants doivent réfléchir aux différents types de relations qui existent entre les hommes et les femmes.
3. Les participants doivent également discuter des attentes dans chaque type de relation pour qu'elle soit couronnée de succès.
4. Après leurs discussions, les participants doivent en présenter la quintessence à l'ensemble du groupe.


REMARQUE À L'INTENTION DE L'ANIMATEUR

- ☑ Reportez-vous à la matrice de contenus pour les définitions, les descriptions et les types de familles.
- ☑ Assurez-vous que les types de relations que les participants établissent entrent au moins dans l'une des catégories suivantes :

Amitiés, Relations sexuelles, Relations amoureuses, Relations familiales, Relations travail-école

- ⚠ **Conseil :** Continuez à surveiller le déroulement des discussions entre les participants pour vous assurer qu'ils ne s'écartent pas du sujet

But de l'activité : Permettre aux participants de distinguer les différents types de relations entre les filles/femmes et entre les garçons/hommes.

 Leçon 2 :
30 min

Objectifs d'apprentissage – La leçon s'adresse aux apprenants âgés de 9 à 18 ans et plus

Au terme de la leçon, les participants seront en mesure d'expliquer les facteurs contribuant à des relations saines et malsaines.



Activité 2- Relations saines et malsaines

But de l'activité : Permettre aux participants de réfléchir par eux-mêmes sur la manière dont le pouvoir et le contrôle se manifestent dans différentes relations.

Tâche de l'animateur

1. Noter les différentes caractéristiques des relations saines et malsaines sur plusieurs cartes individuelles
2. Noter sur deux grands papiers/tableaux à feuilles mobiles « relation saine » et « relation malsaine »
3. Distribuer des cartes au groupe et demander aux participants d'épingler leurs cartes sur le papier ou le tableau à feuilles mobiles sur lequel est marqué le type de relation auxquels ils pensent appartenir.
4. Discuter des résultats dans le groupe, échanger des expériences (si elles sont adéquates) et trouver des moyens d'éviter les relations malsaines.

Synthèse de la leçon

Les relations constituent un aspect important d'une vie saine. Les personnes entretenant des relations saines sont en meilleure santé et plus susceptibles d'adopter des comportements sains. Dans les relations saines, les gens se parlent d'une manière qui ne dévalorise pas, ne détruit pas et ne déprécie pas l'autre. Ils apprécient le temps et les opinions de l'autre autant que les leurs.

Le pouvoir existe dans toutes les relations. Avoir du pouvoir, c'est avoir un sentiment de contrôle, des options et la capacité à influencer son entourage et les autres. De nombreuses relations présentent des déséquilibres de pouvoir.

Le pouvoir existe dans toutes les relations. Avoir du pouvoir, c'est avoir un sentiment de contrôle, des options et la capacité à influencer son entourage et les autres. L'instinct naturel et sain veut que l'on exerce notre pouvoir pour satisfaire nos désirs et nos besoins. Lorsque nous nous sentons en position de pouvoir, nous pouvons gérer nos émotions, nous nous sentons importants et capables d'influer sur les résultats. Nous avons le sens de l'efficacité dans notre vie plutôt que d'être à la merci des autres et des circonstances. Au lieu de réagir, nous pouvons agir parce que nous avons un locus de contrôle interne.

De nombreuses relations présentent des déséquilibres de pouvoir, les deux partenaires étant aux prises en permanence pour le pouvoir. Les enjeux portent généralement sur l'argent, les tâches ménagères, la garde des enfants et des négociations sur l'usage du temps et avec qui on le passe. Pour éviter les conflits, certains couples se répartissent des domaines dans lesquels ils exercent chacun un plus grand contrôle



Relations saines

- ✓ Les gens acceptent, soutiennent, respectent et favorisent la progression
- ✓ Les opinions sont prises en compte
- ✓ Les sentiments sont validés
- ✓ Les limites sont respectées
- ✓ Les besoins et les désirs sont communiqués efficacement
- ✓ Le temps est réparti de manière appropriée entre diverses relations et responsabilités Il n'y a pas d'abus
- ✓ La prise en charge autonome est encouragée et respectée
- ✓ La confiance règne, ce qui permet de faire part de ses rêves, ses craintes, ses préoccupations et ses idées
- ✓ La sécurité et le confort existent, chacun est dans son état normal
- ✓ Le rire, la joie, l'amusement sont présents et la relation est agréable
- ✓ Prévoyez du temps pour des activités agréables ensemble



Relations malsaines

- ✗ On se critique, on se juge et on se manque de respect.
- ✗ Les opinions sont balayées d'un revers de la main ou ignorées
- ✗ Les sentiments sont invalidés
- ✗ Les limites sont dépassées ou rejetées
- ✗ Les pensées, les sentiments et les comportements sont dictés par les autres
- ✗ Les liens avec les autres connaissances diminuent
- ✗ Des abus physiques, sexuels, mentaux et émotionnels ont cours
- ✗ Il existe un rôle apparent de gardien
- ✗ La malhonnêteté et la méfiance règnent
- ✗ L'intimidation et/ou le contrôle sont fréquents dans la relation
- ✗ Il faut constamment marcher sur des œufs pour éviter les conflits négatifs
- ✗ L'investissement dans la relation n'a pas d'importance

1.3 Plan de leçon sur la tolérance, l'inclusion et le respect

	Éléments de connaissance	Compétences	Attitudes
OBJECTIFS D'APPRENTISSAGE CLÉS	<ul style="list-style-type: none"> Comprendre que les structures familiales sont différentes et que les concepts de mariage et de parentalité sont façonnés par la religion, la culture, le droit et la société. Comprendre que les engagements à long terme, le mariage et l'éducation des enfants s'accompagnent de responsabilités et que la culture et les rôles des hommes et des femmes ont un impact sur l'éducation des enfants. 	<ul style="list-style-type: none"> Recueillir leur point de vue sur les engagements à long terme, le mariage et la parentalité 	<ul style="list-style-type: none"> Reconnaître que chaque personne doit être en mesure de décider si, quand et avec qui elle veut se marier ou rester mariée
	Durée totale du cours : 40 min	Supports : Tableaux à feuilles mobiles, marqueurs, papier pour les participants, présentations PowerPoint, petite récompense (p. ex. fruits, fournitures de bureau) Cartes de quiz.	

La leçon vise à construire et à renforcer les relations et les réseaux, à lutter contre l'isolement et l'exclusion en soutenant les personnes qui ne sont pas en mesure de subvenir à leurs besoins, telles que les personnes en situation de handicap et les personnes vivant avec le VIH et le SIDA, ce qui inclut également les expériences de discrimination et le regard de la société sur les personnes LGBT. L'objectif est que chaque membre de notre société puisse participer activement à tous les aspects de la vie, y compris les activités civiques, sociales, économiques et politiques et les processus décisionnels.

La tolérance est requise à différents niveaux : monde, continent, pays, communauté, famille, équipes, couples et individus.

Méthodologie :

Question et réponse

D'autres activités peuvent consister à réunir des personnes de cultures, de religions, de clans et de milieux socio-économiques différents pour un événement sportif



Première leçon :
Preliminaires 10 min

Objectif d'apprentissage : Sensibiliser les participants au respect et à la tolérance envers les autres. Cette activité s'adresse aux adolescents et aux jeunes de 9 à 18 ans



Durée:
30 min

Depuis qu'il est enfant, P s'est toujours ennuyé en jouant avec d'autres garçons et préfère jouer avec des filles. Il a maintenant 13 ans et un jour, après l'école, il voit ses camarades de classe de sexe féminin en cercle en train de discuter au milieu de la cour de récréation. P veut se joindre à elles. Il s'approche d'elles et demande à se joindre à elles.

- À votre avis, que font ses camarades de sexe féminin lorsque P leur demande de se joindre à elles ?
- Elles l'invitent à se joindre à elles, comme n'importe qui d'autre
- Elles disent qu'il ne peut pas se joindre à elles, car la conversation est réservée aux filles
- Elles refusent et le traitent de tous les noms parce qu'il veut parler de trucs de filles
- Elles lui permettent de se joindre à elles parce qu'il est inoffensif
- Elles lui permettent de se joindre à elles parce qu'il sait jouer aux jeux auxquels elles se livrent
- Elles lui permettent de se joindre à elles, mais le taquent
- Je refuse de répondre

But de l'activité : Les participants doivent comprendre que chacun a le droit de s'exprimer et que le choix de jouer ne doit pas être limité par des croyances sociales, culturelles et religieuses préconçues.

Demandez aux participants d'expliquer quels types de choses tendent à nous diviser dans cette communauté/ce pays ?

Le jeu du ballon

Outils nécessaires pour le jeu :

- 3 Cartes de scénario
- 1 carte de jeu,
- Des étiquettes ou un marqueur permanent
- 5 ballons (de cinq couleurs différentes) pour chaque participant
- Règles du jeu

Pour jouer au jeu en toute sécurité, vous aurez besoin d'une aire de jeu d'environ 3 m × 3 m

Gonflez vos ballons et étiquetez-les en utilisant les mots suivants : NOURRITURE, LOGEMENT, ÉDUCATION, LIBERTÉ, LANGUE.

Chacun des cinq thèmes peut être représenté par un ballon de couleur différente.

Votre défi consiste, pendant 30 secondes, à maintenir tous vos ballons en l'air. Vous ne pouvez pas attraper un ballon. Lorsqu'un ballon touche le sol ou tombe en dehors de l'aire de jeu, il n'est plus en jeu.

Jouer au jeu

Un concurrent se tient dans l'aire de jeu

Lire la carte de scénario

Vérifier que le participant comprend le scénario et le but du jeu

Lancer le chronométrage des 30 secondes

Carte de scénario 1

1. Vous êtes une jeune fille handicapée vivant dans un village et vous avez perdu une jambe dans un accident, alors que vous alliez chercher de l'eau dans

une rivière aux crocodiles. Jonglez avec vos ballons sur une jambe pendant 30 secondes, en gardant autant de ballons en l'air que possible.

2. Vous êtes un jeune homme vivant avec le VIH et le SIDA. Aujourd'hui, vous vous sentez un peu mal après avoir souffert d'une maladie opportuniste et vous ne pouvez pas rester debout ou assis pendant une longue période. Vous êtes donc allongé. Jonglez avec vos ballons en position allongée. Pendant 30 secondes, gardez le plus de ballons possible en l'air.
3. Imaginez que vous êtes un réfugié essayant de jongler avec toutes les sollicitations concurrentes de la vie dans un nouveau village. Ces ballons représentent certains des problèmes auxquels vous pouvez être confronté chaque jour. Votre défi est, pendant 30 secondes, de maintenir autant de ballons en l'air que possible.
4. Demandez aux participants de proposer d'autres scénarios de vulnérabilité dans la communauté. Pour continuer à jouer au jeu.

Lancez les ballons un par un dans la zone, et le concurrent doit utiliser son corps pour maintenir autant de ballons que possible au-dessus du sol (il ne peut pas les attraper).

À mesure que les ballons tombent au sol, rayez-les de la carte de jeu

Arrêtez l'horloge après 30 secondes

Remettez la carte de jeu remplie au participant et faites-lui un résumé verbal.

Synthèse de la leçon

Vos droits humains à l'égalité

Dire que la tolérance est la clé de voûte des droits de l'homme, de l'accès et de l'équité signifie que nous devrions traiter les gens de manière équitable et avec respect dans tous les aspects de la vie. Il arrive parfois que notre engagement à accepter la différence soit mis à l'épreuve. Il est parfois utile de garder le recul et le sens des proportions. Les droits de l'homme ne se limitent pas à « l'égalité formelle », ce qui veut dire que tout le monde doit être traité sur un pied d'égalité. Il s'agit également d'une « égalité réelle », qui permet à certaines personnes, en particulier aux groupes défavorisés, d'obtenir un traitement avantageux afin qu'elles puissent jouir de leurs droits humains au même titre que les autres.

Cependant, de nombreux préjugés et préoccupations subsistent dans la société, notamment en ce qui concerne les capacités de reproduction des personnes handicapées, en particulier des jeunes filles. Plusieurs questions se posent comme « peuvent-elles avoir des enfants ? » « Auront-elles des enfants normaux ou des enfants handicapés comme elles-mêmes ? » « Seront-elles capables de vivre une grossesse comme les autres filles valides ? » Malgré ces préoccupations, les filles handicapées sont de plus en plus en mesure de tomber enceintes et d'accoucher¹

¹ Africa Regional Sexuality Resource Centre, Sexuality in Africa Magazine Monographs Vol. 6 Issue 1

1.4 Plan de leçon sur les engagements à long terme et l'éducation des enfants

	Éléments de connaissance	Compétences	Attitudes
OBJECTIFS D'APPRENTISSAGE CLÉS	<ul style="list-style-type: none">Comprendre que les structures familiales sont différentes et que les concepts de mariage et de parentalité sont façonnés par la religion, la culture, le droit et la société.Comprendre que les engagements à long terme, le mariage et la parentalité s'accompagnent de responsabilités et que c'est le choix de chacun de décider du mariage et de la parentalité	<ul style="list-style-type: none">Reconnaître que chaque personne doit être en mesure de décider si, quand et avec qui elle veut se marier ou rester mariés	<ul style="list-style-type: none">Recueillir leur point de vue sur les engagements à long terme, le mariage et la parentalité
Durée totale du cours : 40 min	Supports : Tableaux à feuilles mobiles, marqueurs, papier pour les participants, présentations PowerPoint, petite récompense (par ex. : fruits, fournitures de bureau) Cartes de quiz.		



Photo: Norwegian Church Aid

Histoire d'amour

Il s'agit de Tekyel Shobiso (18 ans) et de Belaynesh Petros (17 ans) originaires de la région de Kembatta en Ethiopie. Ils sont aujourd'hui mariés après s'être fréquentés pendant trois ans. Dans la culture de Belaynesh, les filles sont généralement excisées, et elle ne voulait pas subir cette pratique. Elle en a parlé à son père, qui avait suivi une formation sur les effets négatifs de l'excision chez les femmes, et l'a donc beaucoup soutenue. Tekyel l'a également soutenue dans son choix de ne pas se faire exciser. Cependant, la mère de Belaynesh voulait que cette dernière soit excisée.

Elle s'est donc enfuie de chez ses parents pour éviter d'être excisée et mène désormais une vie heureuse avec son mari.

SESSION 1

OBJECTIF D'APPRENTISSAGE :

Pour que les participants remettent en question les mariages précoces et en connaissent les conséquences



Activité 1 - Histoires de changement, questions explicatives, discussions



Durée : 35 min

(Utilisez des histoires de changement similaires à celle de Belaynesh ci-jointe au début de cette section).

- L'histoire doit évoquer un problème clair à changer, en lien avec l'égalité des sexes, les droits des filles et les violences basées sur le genre.
- L'histoire devrait également mettre en évidence le rôle des champions masculins.
- Démontrer un changement positif clair pour les filles et les garçons touchés

But de l'activité : Pour que les participants sachent qu'ils ont le droit de choisir s'ils veulent se marier ou devenir parents en fonction de leur état de préparation et pas seulement parce que quelqu'un d'autre ou la société le leur dicte.

Tâches de l'animateur :

1. Présenter l'exercice
2. Demander aux participants de s'asseoir détendus et de fermer les yeux.
3. Demander à un volontaire de lire l'histoire de changement.
4. Après la lecture de l'histoire, l'animateur doit poser les questions suivantes pour alimenter la discussion et l'explication :

- ② Quels problèmes est-ce que Belaynesh a rencontrés ?
- ② Quelles auraient été les conséquences des MGF dans sa relation avec Tekyel si elle avait écouté sa mère ?
- ② Quelles sont les conséquences d'un mariage précoce ?

Pour conclure la leçon, l'exercice devrait se résumer comme suit :

- Légalement, l'âge minimum pour se marier est de 18 ans.
- Le mariage précoce est une violation du droit fondamental au bien-être physique des filles et des garçons
- Les MGF ne présentent aucun avantage pour la santé et sont internationalement reconnues comme une forme extrême de discrimination fondée sur le sexe qui découle d'inégalités profondément enracinées entre les sexes². Il s'agit d'une violation des droits humains des filles et des femmes. Il s'agit également d'une violation des droits de l'enfant, car elle est pratiquée sans consentement éclairé sur des filles. Les mutilations génitales féminines violent également le droit à la santé, à la sécurité et à l'intégrité physique, entre autres. Les filles doivent pouvoir choisir le niveau d'activité sexuelle qui leur convient personnellement lorsqu'elles sont prêtes à prendre de telles décisions et tant que l'activité sexuelle est sûre et respectueuse.
- Le mariage des enfants et le manque d'accès des filles à une éducation de qualité sont tous deux enracinés dans l'inégalité entre les sexes et dans la croyance selon laquelle les filles et les femmes ne valent pas plus que les garçons et les hommes³.
- Garder les filles à l'école est l'un des meilleurs moyens de retarder le mariage. En moyenne, la probabilité qu'une fille se marie alors qu'elle est enfant est inférieure de six points de pourcentage pour les années supplémentaires qu'elle passe dans l'enseignement secondaire⁴.

² https://www.who.int/health-topics/female-genital-mutilation#tab=tab_1

³ <https://www.girlsnotbrides.org/about-child-marriage/why-child-marriage-happens/>

⁴ <https://www.girlsnotbrides.org/about-child-marriage/why-child-marriage-happens/>

2. Valeurs, droits, culture et sexualité

Les chercheurs considèrent les cultures comme dynamiques et en perpétuelle évolution. Par conséquent, les significations sociales de la sexualité changent également. En fait, l'on peut distinguer différentes « **cultures sexuelles** » au sein d'une communauté : des assemblages discernables de significations, de conceptualisations et de pratiques autour du sexe, qui sont tenus, partagés, vécus, communiqués, négociés et contestés au sein d'une communauté



Photo: Norwegian Church Aid

THÈMES



Photo: Håvard Bjelland, Norwegian Church Aid

2.1 Valeurs et sexualité

2.2 Droits de l'homme et sexualité

2.3 Culture, société et sexualité

2.1 Plan de leçon : Valeurs et sexualité

	Éléments de connaissance	Compétences	Attitudes
OBJECTIFS D'APPRENTISSAGE CLÉS	<ul style="list-style-type: none">Comprendre ce que sont les valeurs et décrire comment nos valeurs et nos attitudes influencent ce que nous apprenons, notre comportement personnel et notre prise de décision à propos de notre comportement sexuel.Comprendre que les enfants adaptent leurs valeurs et leurs attitudes à mesure qu'ils grandissent et deviennent sexuellement actifs, et que ces valeurs et attitudes peuvent être différentes de celles de leurs parents ou tuteurs.	<ul style="list-style-type: none">Adopter des comportements sexuels guidés par leurs valeurs et montrer comment résoudre les conflits dus à des valeurs différentes	<ul style="list-style-type: none">Reconnaître que les gens ont des valeurs et des attitudes différentes et reconnaître l'importance d'être tolérant et respectueux des valeurs, croyances et attitudes des autresComprendre comment les valeurs guident les comportements sexuels
Durée totale du cours : 45 min	Supports : Tableaux à feuilles mobiles, marqueurs, papier pour les participants, présentations PowerPoint, petite récompense (par ex. : fruits, fournitures de bureau) Cartes de quiz.		

Les valeurs et les significations génèrent des attitudes susceptibles de modifier le ton émotionnel et l'éthique liés à la vie sexuelle. Les valeurs sont des sentiments ou des croyances forts sur des questions importantes de la vie. Les valeurs guident notre comportement et donnent un but et une direction à notre vie. Les valeurs diffèrent d'un individu à l'autre. Les valeurs diffèrent d'une famille à l'autre et d'une culture à l'autre. Les valeurs sont tributaires des traditions, de la religion, des médias et des situations sociales et politiques.

Les valeurs aident les gens à déterminer les façons de se comporter et d'interagir avec les autres. Les enfants apprennent les valeurs de leurs parents et des autres membres de la famille, de la communauté, des enseignements religieux, des enseignants et de leurs camarades

SESSION 1

OBJECTIF D'APPRENTISSAGE

Aider les participants à commencer à explorer leurs valeurs, attitudes et préjugés liés à la sexualité et aux droits en matière de sexualité et de procréation des adolescents, et les aider à réfléchir à la manière dont ces valeurs et préjugés peuvent affecter leur vie.



Durée :
25 min

Préparation :

Préparez deux grandes feuilles de tableau à feuilles mobiles : 1 avec la mention « D'ACCORD » et 1 avec la mention « PAS D'ACCORD ».

Introduction

Cette activité nous aidera à commencer à explorer nos propres valeurs, attitudes et préjugés liés à la sexualité et aux droits en matière de sexualité et de procréation des adolescents.

Affichez les feuilles de tableau à feuilles mobiles préparées sur lesquelles on peut lire « D'ACCORD » ET « PAS D'ACCORD » sur les côtés opposés de la salle de formation. L'idéal serait de les afficher dans un espace ouvert où les participants peuvent se déplacer d'un panneau à l'autre.

2. Demandez aux participants de se lever et de se déplacer vers l'espace ouvert dans la salle entre les panneaux « D'ACCORD » et « PAS D'ACCORD ». Expliquez-leur que vous allez lire certains énoncés à haute voix et qu'après lecture de chaque énoncé, ils devront se placer devant le panneau « D'accord » ou « Pas d'accord », en fonction de leur opinion. Si les participants ne sont pas sûrs d'être d'accord ou en désaccord avec l'énoncé, ils peuvent se placer quelque part entre les 2 panneaux.

Lisez chacune des phrases énumérées ci-dessous à haute voix et laissez aux participants quelques secondes pour se déplacer vers le côté de la pièce qui reflète leur opinion. Demandez ensuite à 1 ou 2 participants de dire au groupe pourquoi ils sont d'accord ou non avec l'énoncé.

Les déclarations

- De nos jours, les adolescents pensent beaucoup trop au sexe
- Si une amie vous dit qu'elle est parfois attirée par d'autres filles, c'est à vous de lui dire d'ignorer ces sentiments et qu'un jour, elle voudra un mari.
- Si votre ami vivant avec le VIH dit qu'il veut avoir des enfants, vous devriez l'encourager à attendre.
- Il existe des moyens sûrs pour les adolescents vivant avec le VIH d'être sexuellement actifs.

Synthèse de la leçon

20 min d'échanges et de réflexion

Enseignements clés

1. La sexualité est un aspect naturel et sain de la vie.
2. Les personnes sont sexuelles ou asexuelles.
3. La sexualité comprend des dimensions physiques, éthiques, psychologiques et émotionnelles.
4. Les individus expriment leur sexualité de diverses manières. Les gens doivent respecter et accepter la diversité des valeurs et des croyances concernant la sexualité qui existent au sein d'une communauté.
5. Toutes les décisions sexuelles engendrent des effets et des conséquences.
6. Les relations sexuelles ne doivent jamais être coercitives, abusives ou nuisibles pour la santé.
7. La relation sexuelle est associée à l'honnêteté, à l'égalité, à la responsabilité et à l'acceptation sociale.
8. L'adoption prématurée d'un comportement sexuel présente des risques.
9. L'abstinence peut être souhaitable pour de nombreuses raisons, telles que la prévention de la grossesse, des maladies sexuellement transmissibles (MST) et de l'infection par le VIH/SIDA, le respect de la religion et des considérations médicales. Cependant, elle n'est efficace que lorsque l'abstinence sexuelle complète est pratiquée, sinon on peut attraper des MST lors du sexe sans pénétration. Par conséquent, elle repose sur un accord mutuel entre les partenaires sexuels (voir la matrice pour une explication détaillée).
10. La société et les enfants sont gagnants lorsqu'ils discutent de la sexualité avec leurs parents, leurs enseignants ou d'autres adultes de confiance.
11. Aucune discrimination ne doit être faite sur la base du sexe, de la culture, de la langue, de la religion, de la caste ou de la couleur.
12. L'amour est différent du béguin

2.2 Plan de leçon : Droits de l'homme et sexualité

OBJECTIFS D'APPRENTISSAGE CLÉS	Éléments de connaissance <ul style="list-style-type: none"> Comprendre qui est responsable du respect, de la protection et de la mise en œuvre des droits de l'homme, y compris le rôle des détenteurs de droits eux-mêmes Comprendre pourquoi une approche fondée sur les droits est importante pour la santé sexuelle et reproductive 	Compétences <ul style="list-style-type: none"> Être en mesure de faciliter et de stimuler les discussions sur les détenteurs d'obligations, les détenteurs de droits et la responsabilité dans leur environnement 	Attitudes <ul style="list-style-type: none"> Peut démontrer et apprécier une conscience critique des droits de l'homme en relation avec la santé sexuelle et reproductive des femmes
	Durée totale du cours : 40 min	Supports : Tableaux à feuilles mobiles, marqueurs, papier pour les participants, présentations PowerPoint, petite récompense (par ex. : fruits, fournitures de bureau) Cartes de quiz.	

Les questions relatives aux droits humains, en particulier pour les adolescents dont les droits ne sont pas pleinement respectés, peuvent donner lieu à un large éventail d'opinions, d'expériences et de compréhensions. Pour cette raison, le processus de réflexion doit permettre un apprentissage qui renforce la confiance en soi, la capacité à s'exprimer, à écouter et à comprendre les opinions des autres.



Activité 1

Objectif d'apprentissage

Les apprenants comprendront les droits humains fondamentaux et leur application dans leur vie et exploreront la signification de l'équité et de l'égalité.

Les apprenants exploreront également l'universalité des droits humains en comparant leur propre contexte avec les questions de droits de l'homme au niveau mondial.



Préliminaire 15 min

Thème : La participation et les droits humains en général en tant que thème connexe

Droits spécifiques : Droit de participer (exprimer votre opinion)

Expliquez aux apprenants qu'ils vont créer des « règles de classe » qui expliquent la façon dont tous les apprenants doivent se comporter en classe. Pour commencer, vérifiez leur compréhension des règles à suivre en classe. Demandez-leur de citer les règles qu'ils connaissent et écrivez-les au tableau/au tableau à feuilles mobiles s'ils ne savent pas écrire ; le formateur doit les écrire au fur et à mesure qu'ils les mentionnent. Par exemple : « N'interrompez pas les autres lorsqu'ils ont la parole. »

Nos règles de classe

Droits	Responsabilités
Chacun a le droit d'exprimer son opinion.	J'ai la responsabilité de laisser les autres exprimer leurs opinions.

Une fois les règles établies, demandez aux enfants s'ils approuvent la liste.

- Sont-ils disposés à respecter les règles qu'ils ont eux-mêmes établies ?
- Qui veille au respect des règles ?
- Que se passe-t-il lorsque quelqu'un ne respecte pas une règle ?
- Les droits tiennent-ils compte de tout le monde ou de la diversité des personnes de leur communauté au cas où quelqu'un se joindrait à la classe avec des qualités qu'ils ne prennent pas en compte ?
- Si possible, essayez de fournir aux élèves leur propre copie des règles.
- Lorsqu'il y a des conflits dans la classe, essayez de vous reporter aux règles pour les résoudre.



Activité 2 - Les droits sexuels sont des droits humains

Explorez avec les apprenants les éléments importants pour mener une vie saine et heureuse et pour contrôler les questions liées à leur sexualité et en décider librement.

Demandez aux apprenants de compléter la phrase et de donner autant d'exemples que possible.

« Afin d'être heureux et d'avoir une expérience sexuelle saine. Tout le monde devrait _____ »

Distribuer à chaque enfant une copie des droits sexuels qui sont essentiels à la réalisation de la santé sexuelle.

Au nombre de ceux-ci figurent :

- les droits à l'égalité et à la non-discrimination ;
- le droit de ne pas être soumis à la torture et/ou à des peines ou traitements cruels, inhumains ou dégradants ;
- le droit au respect de la vie privée ;
- le droit au meilleur niveau possible de santé (y compris la santé sexuelle) ;
- le droit de se marier, de fonder une famille et de contracter un mariage avec le consentement libre et plein des futurs conjoints et à l'égalité dans le mariage et en cas de dissolution du mariage ;
- le droit de décider du nombre d'enfant et de l'intervalle entre les naissances ;
- les droits à l'information et à l'éducation ;
- les droits à la liberté d'opinion et d'expression ; et
- le droit à un recours effectif en cas de violation de ses droits fondamentaux.



DEMANDEZ AUX APPRENANTS DE DISCUTER DE CETTE ACTIVITÉ À L'AIDE DES QUESTIONS CI-DESSOUS

- Qu'est-ce qui vous a plu dans cette activité ?
- Y a-t-il des droits énoncés dans la Déclaration universelle des droits humains (DUDH) qui n'ont pas été inscrits sur la liste des droits humains ?
- Avez-vous été surpris par tous les droits inclus dans la DUDH ? Y manque-t-il des droits ?

Synthèse de la leçon

Comprendre les droits humains

Les droits humains sont des droits fondamentaux dont jouit toute personne du simple fait qu'elle est humaine. Les droits humains sont ce dont les gens ont besoin pour vivre dans la dignité. Les droits humains présentent de nombreuses caractéristiques :

- Les droits humains sont universels, ce qui signifie que tout le monde en bénéficie, peu importe qui il est ou d'où il vient.
- Les droits humains sont fondés sur l'égalité, c'est-à-dire que tout le monde en jouit de manière égale. Nul ne doit subir de discrimination fondée sur l'appartenance à un groupe ethnique, le sexe, la langue, la religion, les opinions politiques ou autres, le pays d'origine ou l'origine sociale, la propriété, la naissance ou tout autre statut tel qu'établi par les normes de droits humains. La signification de l'expression « autre statut » a évolué au fil du temps et il est désormais largement admis que des motifs tels que le handicap, l'âge, l'identité de genre, l'appartenance ethnique et l'origine géographique sont inclus dans cette définition.
- Les droits humains sont indivisibles, c'est-à-dire qu'il n'y a pas de droits considérés comme « plus » ou « moins » importants que d'autres.
- Les droits humains sont inaliénables, ce qui signifie qu'une personne ne peut pas perdre un droit ou qu'un droit ne peut pas être retiré à une personne.
- Les droits humains sont interdépendants, c'est-à-dire qu'ils dépendent les uns des autres. Par exemple, si un enfant n'a pas suffisamment à manger (le droit à l'alimentation), alors il aura du mal à apprendre à l'école (le droit à l'éducation).
- Les droits humains vont de pair avec les responsabilités. Une personne a des droits, mais elle a aussi la responsabilité de respecter les droits des autres.

Certains actes peuvent être qualifiés de discriminatoires. Il peut s'agir de violations des droits humains, comme le génocide, les persécutions religieuses, ou d'actes plus subtils comme la violence verbale ou, chez les enfants, l'intimidation.

Certaines conséquences peuvent empêcher les individus de faire valoir leurs droits. Les préjugés et les attitudes racistes en sont des exemples.

L'égalité représente la perspective « positive » (tout le monde est égal en dignité et en droits) tandis que la non-discrimination est la perspective « négative » (personne ne devrait discriminer).

2.3 Plan de leçon sur la culture, la société et la sexualité

	Éléments de connaissance	Compétences	Attitudes
OBJECTIFS D'APPRENTISSAGE CLÉS	<ul style="list-style-type: none"> Comprendre qui a la responsabilité de respecter, de protéger et de réaliser les droits humains, y compris le rôle des détenteurs de droits eux-mêmes Comprendre pourquoi une approche fondée sur les droits est importante pour la santé sexuelle et reproductrice 	<ul style="list-style-type: none"> Être en mesure de faciliter et de stimuler les discussions sur les détenteurs d'obligations, les détenteurs de droits et la responsabilité dans leur environnement 	<ul style="list-style-type: none"> Peut démontrer et apprécier une conscience critique des droits de l'homme en relation avec la santé sexuelle et reproductive des femmes
	Durée totale du cours : 40 min	Supports : Tableaux à feuilles mobiles, marqueurs, papier pour les participants, présentations PowerPoint, petite récompense (par ex. : fruits, fournitures de bureau), cartes de quiz.	

SESSION 4.2

OBJECTIF D'APPRENTISSAGE

Permettre aux participants de réfléchir à la façon dont l'inégalité entre les sexes pourrait être mise en avant au sein d'une famille



Activité 4.1

Histoire et discussion

Présentation d'un homme ou d'une femme de la région qui a remis en question l'inégalité entre les sexes au sein de la famille

XXX- insérez un nom féminin pertinent en rapport avec votre contexte

But de l'activité : Faire comprendre aux participants que le fait que la société perçoit un rôle comme étant réservé à un genre ne signifie pas qu'on ne peut pas changer cette perception, et qu'ils doivent s'efforcer de réaliser leurs rêves.

« **XXX** était la fille unique d'une fratrie de trois frères. Ils avaient tous de bons résultats à l'école ; cependant, **XXX** avait de meilleures notes en sciences que tous ses frères. Sa réussite à l'école mettait ses frères très mal à l'aise. Ses frères se moquaient d'elle en lui disant qu'elle n'était qu'une fille et que le mieux qui pouvait lui arriver était de se marier et de devenir femme au foyer. Cependant, **XXX** avait un objectif et un rêve de devenir pilote au sein la compagnie aérienne du pays. Quand elle a expliqué aux gens de son village ce qu'elle voulait devenir, ils ont ri et lui ont rétorqué : « Les femmes ne peuvent pas piloter un avion ! » Après des années d'études et de travail acharné, elle est allée à l'université. À l'université, elle a choisi une matière que les femmes n'étudient généralement pas, l'ingénierie aéronautique. Elle est devenue la

première femme mécanicienne navigante au pays.

Tout le monde est fier de son succès. Elle est aujourd'hui une très bonne ingénieure navigante dans son pays et sert de modèle aux garçons et aux filles. »

- De nombreux emplois dans l'économie sont stéréotypés par sexe. L'ingénierie est considérée comme un métier d'homme et l'infirmierie comme un métier de femme. Pourquoi pensez-vous qu'il en est ainsi ?
- Selon vous, quels défis **XXX** envisage-t-elle d'affronter au début de sa nouvelle carrière ?
- Ses frères se moquaient d'elle en lui disant qu'elle n'était qu'une fille et que le mieux qui pouvait lui arriver était de se marier et de devenir femme au foyer. Pensez-vous que **XXX** aura du mal à se marier et à maintenir sa relation? Donnez les raisons justifiant votre réponse.

Synthèse de la leçon

« La culture nous socialise en nous faisant croire ce qui peut être désiré ou non, ce qui, même si désiré, peut ne pas être poursuivi, comment nos désirs peuvent être exprimés ou non ».

3. Comprendre le genre

L'augmentation considérable des cas de violences basées sur le sexe au cours de la pandémie de COVID-19 a douloureusement mis en évidence le fait que des normes sexistes (et sexuelles) néfastes sont malheureusement toujours présentes à tous les niveaux de la société dans le monde entier. (FNUAP 2020). **Pour parvenir à un changement positif durable, les hommes, les femmes, les garçons et les filles doivent créer une culture, des valeurs et des actions en adéquation avec leurs droits humains.**



Photo: Håvard Bjelland, Norwegian Church Aid

THÈMES



Photo: Håvard Bjelland, Norwegian Church Aid

- 3.1** La construction sociale du genre et les normes de genre
- 3.2** Égalité des sexes, stéréotypes et préjugés
- 3.3** Violences basées sur le genre

3.1 Plan de leçon : La construction sociale du genre et les normes de genre

OBJECTIFS D'APPRENTISSAGE CLÉS

Éléments de connaissance

- Les apprenants seront en mesure de définir le genre et le sexe et de dire en quoi ils sont différents

Compétences

- Les apprenants seront en mesure de mettre en pratique des actions quotidiennes pour influencer des rôles de genre plus positifs dans leurs foyers, leurs écoles et leurs communautés

Attitudes

- Les apprenants seront en mesure de reconnaître que de nombreux facteurs ont une incidence sur les rôles de genre
- Les apprenants reconnaîtront que les rôles et les attentes en matière de sexes peuvent être modifiés

Durée totale du cours :
40 min

Supports : Tableaux à feuilles mobiles, marqueurs, papier pour les participants, présentations PowerPoint, petite récompense (par ex. : fruits, fournitures de bureau), cartes de quiz.



Première leçon :
Concepts et terminologies liés au genre.



Étape 2 :
15 min

Méthodes

Travail de groupe, jeux de rôles, réflexions et discussions



Étape 1 : Répartissez les participants en deux groupes.
25 min

- **Demandez** au groupe 1 de discuter, de définir et de noter la différence entre les hommes et les femmes, ou entre les garçons et les filles.
- **Demandez** au groupe 2 de discuter, de définir et de noter les similitudes entre les hommes et les femmes, ou entre les garçons et les filles.
- Ils doivent noter leurs réponses sur un tableau à feuilles mobiles et, s'ils ne savent ni lire ni écrire, ils doivent choisir une personne pour raconter leur présentation.
- Il faut leur faire savoir qu'ils devront présenter leurs conclusions en plénière dans un délai de 5 minutes
- **Demandez** aux participants d'être aussi concrets que possible et d'utiliser des exemples dans la mesure du possible.
- **Demandez** aux groupes de faire la distinction entre ce qui, selon eux, changera avec le temps et ce qui, selon eux, ne changera jamais. Demandez-leur de se justifier.
- **Exemple :** Seules les femmes peuvent accoucher. Seules les femmes peuvent allaiter ; la voix des hommes mue à la puberté, pas celle des femmes.

Une fois que les apprenants ont fait leurs présentations, l'animateur doit présenter aux participants des définitions réelles, à l'aide de présentations PowerPoint, en discutant des différences entre le sexe et le genre.

Synthèse de la leçon

Terminez la leçon en démystifiant les concepts clés et en présentant les concepts, termes et terminologies utilisés. En tant qu'animateur, il vous incombe de créer un climat de sécurité et de confiance pour tous les participants. Favoriser la réflexion personnelle, les discussions stimulantes sur les situations (in) égales et la fourniture d'un retour d'information constructif fait partie de ce rôle et nécessite une sensibilité à la dynamique du pouvoir.



Leçon 2 : Normes de genre

Durée de la leçon :

40 min

Supports : Tableaux à feuilles mobiles, marqueurs, papier pour les participants, présentations PowerPoint, petite récompense (par ex. : fruits, fournitures de bureau), cartes de quiz.

Méthodes

Travail de groupe, réflexions et discussions



Activité 2-

Divisez le groupe en garçons et en filles. Remettez à chacun d'eux un tableau à feuilles mobiles intitulé « RÔLES, RESPONSABILITÉS, COMPORTEMENTS, (see example below).

ATTENTES » (voir l'exemple ci-dessous).

Deuxième étape :

Demandez aux participantes d'inscrire dans la première colonne les normes dominantes que leur société prône et attribue aux hommes et aux garçons de leur société ; puis demandez aux participants d'inscrire les normes dominantes attribuées aux femmes et aux filles de leur société.

Demandez aux deux groupes de présenter et d'expliquer leurs opinions sur ce que les relations et les normes entre les sexes seraient vraisemblablement à l'avenir.

Résumé

Les normes et les rôles se trouvent au centre de cette leçon, car ils affectent la vie des garçons et des filles, des hommes et des femmes. Ils déterminent ce que l'on attend d'un homme et d'une femme dans leur société, ils façonnent leurs responsabilités et leur comportement dans tous les aspects de leur vie, y compris leur vie reproductive et sexuelle.

3.2 Égalité des sexes, stéréotypes et préjugés

	Éléments de connaissance	Compétences	Attitudes
OBJECTIFS D'APPRENTISSAGE CLÉS	<ul style="list-style-type: none">• Les apprenants seront en mesure de définir l'inégalité entre les sexes• Les apprenants seront en mesure de se souvenir des exemples de préjugés sexistes à l'égard des hommes, des femmes et des personnes d'orientation sexuelle et d'identité de genre diverses	<ul style="list-style-type: none">• Les apprenants seront en mesure d'évaluer de manière critique leur propre niveau de préjugés sexistes et d'analyser les préjugés sexistes au sein de leur communauté	<ul style="list-style-type: none">• Les apprenants seront en mesure de reconnaître l'impact des rôles de genre préjudiciables et des stéréotypes de genre sur les relations
Durée totale du cours : 40 min	Supports : Tableaux à feuilles mobiles, marqueurs, papier pour les participants, présentations PowerPoint, petite récompense (par ex. : fruits, fournitures de bureau), cartes de quiz.		

Méthodes

Travail de groupe, réflexions et discussions



Activité 1-

Discussions et réflexions sur les déséquilibres existants entre les sexes et leurs répercussions dans les relations.

Montrez aux apprenants l'image d'un homme avec un bébé

Demandez aux participants de commenter l'image.

Entamez la conversation en posant les questions suivantes :

- ① Pourquoi le jeune homme est-il heureux et souriant ?
- ② Pourquoi pensez-vous qu'il porte le bébé ?



Photo: Norwegian Church Aid

Une fois que les participants ont livré leurs commentaires et leurs opinions

Soulignez des concepts tels que les rôles de genre

Les rôles de genre influencent un large éventail de comportements humains, y compris souvent les vêtements qu'une personne choisit, la profession qu'elle exerce et les relations personnelles dans lesquelles elle s'engage.

Les rôles de genre se transmettent de génération en génération. Dès l'âge de trois ans, les enfants sont capables de commencer à prendre conscience des différences entre les filles et les garçons en fonction des actions des parents et de la nature de leur environnement.

Chaque société, chaque groupe ethnique et chaque culture a des attentes en matière de rôle des hommes et des femmes, mais elles peuvent être très différentes d'un groupe à l'autre.

Toutes les voix comptent

Pourquoi l'égalité est-elle si importante, me demandez-vous ? Eh bien, nous savons que dans une relation abusive, l'un des partenaires conserve le pouvoir et le contrôle sur l'autre. Ce type de relation est extrêmement déséquilibré et inéquitable.



• **Egalité** = l'objectif final



• **Équité** = les moyens d'y arriver

Résumé

L'égalité des sexes, l'égalité entre les hommes et les femmes... ne signifie pas que les femmes et les hommes doivent devenir identiques, mais que leurs droits, responsabilités et opportunités ne dépendront pas du fait qu'ils soient nés hommes ou femmes. Les causes de l'inégalité entre les hommes et les femmes sont profondément enracinées et complexes, et la réalisation de l'égalité entre les femmes et les hommes, les filles et les garçons n'est pas un objectif à court terme, ni même à moyen terme. Pour progresser, il faut s'attaquer à tous les facteurs qui contribuent aux inégalités afin de faire évoluer progressivement les normes et les valeurs



Lesson Durée :
40 min

Supports : Tableaux à feuilles mobiles, marqueurs, papier pour les participants, présentations PowerPoint, petite récompense (par ex. : fruits, fournitures de bureau), cartes de quiz.

Méthodes

Travail de groupe, réflexions et discussions



Deuxième activité :
Vrai ou faux

Commencez par lire les phrases ci-dessous à haute voix, une par une ; tous les participants doivent se lever, ceux qui pensent que la phrase est vraie doivent aller à gauche et ceux qui pensent qu'elle est fautive doivent aller à droite. Demandez à la personne d'expliquer ses opinions.

1. Les filles sont douces, les garçons sont rudes
2. Si les garçons et les filles sont socialisés/élevés de la même manière, les différences de rôles entre les sexes disparaîtront.
3. Les filles sont trop émotives pour être des leaders
4. Les garçons sont trop rudes pour s'occuper des nouveau-nés
5. Il existe des tâches que les garçons ne peuvent pas faire.

Demandez aux apprenants de noter les conséquences de ces déclarations dans leur communauté.

À qui incombe la responsabilité de changer ces stéréotypes ? Discutez du rôle des familles, des écoles, des médias et de la religion.

- ⓘ Assurez-vous d'avoir une petite récompense à donner en cas de bonnes réponses (par exemple, des fruits ou des fournitures de bureau, etc.)

Résumé

Un stéréotype est un jugement ou un préjugé largement accepté à l'égard d'une personne ou d'un groupe, même s'il est trop simplifié et pas toujours exact. Les stéréotypes sur le genre peuvent entraîner un traitement inégal et injuste en raison du sexe d'une personne.

Il existe quatre types fondamentaux de stéréotypes de genre :

1. **TRAITS DE PERSONNALITÉ** — Par exemple, on s'attend souvent à ce que les filles soient accommodantes et émotives, tandis que les garçons sont généralement censés être sûrs d'eux et agressifs.
2. **COMPORTEMENTS À LA MAISON** — Par exemple, certaines personnes s'attendent à ce que les femmes s'occupent des enfants, cuisinent et nettoient la maison, tandis que les hommes s'occupent des finances, travaillent dans les fermes, élèvent le bétail et réparent les maisons.
1. **PROFESSIONS** — Certains ont tendance à juger trop vite que le métier d'enseignant et d'infirmier est celui des femmes, et que le métier de pilote, de médecin et d'ingénieur est celui des hommes.
2. **APPARENCE PHYSIQUE** - Par exemple, on attend des femmes qu'elles soient propres et gracieuses, et des hommes qu'ils soient musclés. Les hommes et les femmes sont également censés s'habiller et se coiffer de manière différente

3.3 Plan de leçon sur les violences basées sur le sexe

OBJECTIFS D'APPRENTISSAGE CLÉS	Éléments de connaissance	Compétences	Attitudes
	<ul style="list-style-type: none"> Les apprenants doivent être en mesure de définir les violences basées sur le genre et de reconnaître qu'elles peuvent survenir à différents endroits Les apprenants reconnaissent la discrimination, ses effets néfastes et leur capacité à la gérer. 	<ul style="list-style-type: none"> Les apprenants acquièrent des compétences de vie pour établir des relations saines et productives Les apprenants doivent montrer comment ils s'adresseraient à un adulte de confiance pour obtenir de l'aide s'ils étaient victimes de ce type de violence. 	<ul style="list-style-type: none"> Les filles acquièrent les compétences fonctionnelles (« être et faire ») qui leur donnent la liberté de choisir le type de vie qui leur convient. Les garçons acquièrent la capacité de remettre en question de manière critique les normes masculines néfastes concernant les « notions d'être un homme » dans un contexte donné. Les apprenants doivent être en mesure de reconnaître que toutes les formes de violence basée sur le genre sont inacceptables et constituent une violation des droits de l'homme
	<p>Durée totale du cours : 40 min</p>	<p>Materials : Tableaux à feuilles mobiles, marqueurs, papier pour les participants, présentations PowerPoint, petite récompense (par ex. : fruits, fournitures de bureau), cartes de quiz.</p>	

Méthodes

Permettre aux apprenants d'identifier les violences basées sur le genre et de reconnaître qu'elles surviennent à différents endroits.

Séance plénière, suivie d'une réflexion et d'un renforcement de la confiance

Créer des liens au sein des groupes, faire preuve d'empathie et de compréhension, susciter la motivation et l'inspiration pour le changement et apprendre les uns des autres, entre autres.

Première étape

Demandez aux participants de discuter de ce qui, selon eux, se passe dans l'image.

Enregistrez leurs réponses

Deuxième étape

Demandez aux participants ce qu'ils pensent des violences basées sur le genre.

Discuter et expliquer les différentes formes de violences basées sur le genre



Résumé

Au cours de cet exercice, les participants peuvent aborder des sujets sensibles. Il est donc important de vérifier si une attention particulière est nécessaire pour pouvoir en débattre sereinement. Si vous pensez que c'est le cas, assurez-vous que les participants se sentent à l'aise au sein de leurs petits groupes, par exemple en divisant les groupes par catégories d'âge et de genre.

Identifiez et discutez des droits essentiels des adolescents, en particulier en ce qui concerne le genre.

- Le droit de ne pas être soumis à la torture ou à des peines ou traitements cruels, inhumains ou dégradants.
- Le droit au respect de la vie privée.
- Les droits à la liberté d'opinion et d'expression, et le droit à un recours effectif en cas de violation des droits fondamentaux.
- L'exercice responsable des droits de l'homme exige que toutes les personnes respectent les droits d'autrui.

Discutez des risques liés aux problèmes d'identité de genre dans la communauté.

Les adolescents sont confrontés à des risques importants et multidimensionnels en termes d'intégrité corporelle et de violence, mais la structure de ces risques diffère considérablement selon le genre, l'âge et la situation géographique. Selon le contexte, les adolescentes sont confrontées à des risques élevés, tels que :

- Le mariage d'enfants, qui est le plus souvent forcé par d'autres membres adultes de la famille, mais émane aussi parfois d'un choix « libre ».
- Les mutilations génitales féminines/l'excision et d'autres pratiques traditionnelles néfastes, souvent organisées par des membres adultes de la famille, mais parfois aussi librement choisies.
- Les filles vivant dans des zones touchées par des conflits sont également très vulnérables à la violence sexuelle et sexiste.
- Dans les contextes de conflit, les filles sont souvent confrontées à des risques accrus de violence sexuelle et sexiste et aux traumatismes psychosociaux qui en résultent ;

Les garçons adolescents sont confrontés à un très grand nombre de menaces spécifiques à leur genre qui leur sont propres – et, de ce fait, méritent des programmes qui les aident à atteindre leurs propres capacités. On constate de plus en plus que les adolescents peuvent être efficacement touchés par les activités sportives, en particulier lorsqu'elles sont associées à des modèles masculins positifs.

- Les garçons sont également victimes d'abus sexuels dans le cadre de conflits. Il convient de faire preuve de sensibilité lors de ces discussions, car il s'agit d'un problème caché.
- Les garçons sont plus susceptibles de trouver la mort pendant les conflits parce qu'ils sont souvent considérés comme des soldats et des combattants potentiels dans les conflits – en raison du rôle socialement attribué aux hommes. Les meurtres ciblés d'hommes et de garçons pendant les conflits en raison de leur rôle genré doivent être reconnus comme une forme de violence basée sur le genre.

SAY NO TO
EARLY MARIAGES



Photo: Håvard Bjelland, Norwegian Church Aid

4. Violence et sécurité

La violence à l'égard des enfants revêt de nombreuses formes, y compris la violence physique, sexuelle et psychologique. Ces formes de violence peuvent impliquer de la négligence ou des privations. La violence survient dans de nombreux milieux, notamment à la maison, à l'école, dans la communauté et sur Internet. De même, la typologie des auteurs de violences à l'encontre des enfants est très variée : membres de la famille, partenaires intimes, enseignants, voisins, étrangers et autres enfants. Lorsque les adolescents et les jeunes comprennent leurs droits et les nombreuses ramifications de la violence, ils acquièrent les compétences et les attitudes nécessaires pour dénoncer la violence et demander de l'aide.

THÈMES



Photo: Håvard Bjelland, Norwegian Church Aid

4.1 Violence

4.2 Consentement, vie privée et intégrité physique

4.3 Utilisation sûre des technologies de l'information et de la communication (TIC)

4.1 Plan de leçon sur la violence

	Éléments de connaissance	Compétences	Attitudes
OBJECTIFS D'APPRENTISSAGE CLÉS	<ul style="list-style-type: none">Les apprenants seront en mesure de décrire des exemples d'abus sexuels (y compris le viol, l'inceste et l'exploitation sexuelle en ligne), de harcèlement sexuel et d'intimidation (y compris la cyberintimidation).	<ul style="list-style-type: none">Les apprenants adopteront des moyens efficaces de réagir lorsqu'ils connaissent quelqu'un qui est victime d'intimidation, d'abus sexuel ou de harcèlement.	<ul style="list-style-type: none">Les apprenants reconnaîtront que l'intimidation et la violence sont inacceptables et ne sont jamais la faute de la victime, y compris la violence exercée par un membre de la famille ou un autre adulte.Les apprenants auront conscience de l'importance de dénoncer la violence et les violations des droits de l'homme dans tous les milieux, y compris à l'école, à la maison, en ligne et au sein de la communauté.
	Durée totale du cours : 40 min	Supports : Tableaux à feuilles mobiles, marqueurs, papier pour les participants, présentations PowerPoint, petite récompense (par ex. : fruits, fournitures de bureau) cartes de quiz.	

Méthodes

Discussion sur la chanson, le rap et la danse en binôme, utiliser des questions provocantes

SESSION 1



Activité

- Séparez les apprenants en groupes de trois. Attribuez aux groupes les numéros de un à trois et lisez les instructions à voix haute.
 - Le premier groupe doit composer une chanson ou un rap qui sensibilise les filles à la violence dans leur communauté.
 - Le deuxième groupe doit composer une chanson ou un rap sur l'éducation des garçons à la violence au sein de la communauté.
 - Le troisième groupe doit composer une chanson à l'intention des dirigeants communautaires sur la manière de prévenir la violence chez les adolescents et les jeunes.
- Donnez aux groupes 15 minutes pour répéter leurs chansons, rap et danses.
- Demandez ensuite aux groupes de former un cercle et demandez à chaque groupe de présenter sa chanson et sa danse.



QUESTIONS DE DISCUSSION

- Quelles sont les différentes formes de violence présentes dans la communauté ?
- Que peuvent faire les jeunes filles pour protéger les garçons de la violence ?
- Que peuvent faire les jeunes filles pour se protéger de la violence ?
- Que peuvent faire les jeunes garçons pour protéger les filles de la violence ?
- Que peuvent faire les jeunes garçons pour se protéger de la violence ?
- Quelles sont les conséquences de la violence ?

Se reporter au guide de l'instructeur et à la matrice de contenus pour une définition complète de ce qui constitue la violence.

Résumé

Selon un rapport de l'UNICEF, la violence à l'encontre des adolescents et des jeunes est souvent considérée comme nécessaire ou inévitable. Elle peut être tacitement acceptée en raison de la proximité avec les auteurs, ou minimisée comme étant sans conséquence. Le souvenir ou la dénonciation de la violence peut être enfoui par honte ou par peur des représailles. L'impunité des auteurs et l'exposition prolongée à la violence peuvent faire croire aux victimes que la violence est normale. Ainsi, la violence est masquée, ce qui la rend difficile à prévenir et à éradiquer.

La leçon devrait donc susciter chez les adolescents la confiance nécessaire pour passer à l'action en tant qu'agents du changement afin d'influencer les normes sociales et de prendre des mesures pour protéger les droits des enfants et des adolescents. Promouvoir l'esprit critique. Les participants doivent être en mesure de définir la violence dans son ensemble comme toute action, explicite ou symbolique, qui entraîne ou est susceptible d'entraîner des préjudices physiques, sexuels ou psychologiques.

Lorsque vous discutez des types de violence, tenez compte des vulnérabilités des adolescents. À titre d'exemple, l'application d'une discipline violente à la maison est la forme la plus courante de violence subie par les enfants, les adolescents et les jeunes ; pour certains types de violence, l'exposition et le risque présentent une composante géographique ; dans certains cas, les garçons sont exposés au risque en raison de la violence collective subie par les adolescents vivant dans un certain nombre de zones minées par des conflits ; les filles sont généralement plus vulnérables à la victimisation sexuelle. La culture façonne aussi parfois la tactique spécifique de contrôle utilisée par les auteurs, et les facteurs culturels ne doivent donc pas être utilisés pour nier la réalité de la violence domestique et d'autres pratiques néfastes.

La violence fondée sur l'orientation sexuelle et l'identité/expression de genre, également appelée violence homophobe et transphobe, constitue également une forme de violence. Clarifier la question de la violence dans les fréquentations, des rapports sexuels forcés ou d'autres actes sexuels forcés, ou de toute autre forme de violence à l'égard d'un partenaire intime.

4.2 Plan de leçon sur le consentement, la protection de la vie privée et l'intégrité corporelle

	Éléments de connaissance	Compétences	Attitudes
OBJECTIFS D'APPRENTISSAGE CLÉS	<ul style="list-style-type: none"> Les apprenants doivent être en mesure d'identifier les parties du corps qui sont privées. Les apprenants doivent être en mesure d'expliquer que, pendant la puberté, l'intimité de son corps et l'espace privé deviennent plus importants pour les garçons et les filles, en particulier l'accès aux toilettes et à l'eau pour les filles. 	<ul style="list-style-type: none"> Les apprenants doivent être en mesure de montrer comment réagir si quelqu'un les touche d'une manière qui les met mal à l'aise (par exemple, dire « non », « va-t'en » et en parler à un adulte de confiance) 	<ul style="list-style-type: none"> Les apprenants doivent être en mesure de reconnaître que l'attention sexuelle non désirée envers les garçons et les filles est une violation de la vie privée et du droit de disposer de son corps.
	Durée totale du cours : 40 min	Supports : Tableaux à feuilles mobiles, marqueurs, papier pour les participants, présentations PowerPoint, petite récompense (par ex. : fruits, fournitures de bureau). Cartes de quiz.	

Leçon 1



Activité 1

Cette discussion convient aux adolescents de 9 à 18 ans et plus. Le cas présenté peut inclure des scénarios complexes en fonction de l'âge des apprenants.

Méthodes

Jeu de rôle, réflexions et discussions, analyser le jeu de rôle et discuter de sa pertinence dans leur vie.

Adolescents de 9 à 15 ans

« Un jour, alors qu'Inayat longea le couloir de l'école, elle a été violemment poussée contre un mur et embrassée de force. L'agresseur était Ayush, un étudiant plus âgé. Lorsqu'on l'a interrogé sur son comportement, Ayush ne s'est pas repenti le moins du monde. « Ce que j'ai fait était normal, puisque je lui avais demandé (à Inayat) plusieurs fois », a-t-il déclaré, justifiant son geste.

Discussions d'ordre général

Qu'est-ce que le consentement ?

Clarté autour du consentement – Chaque être humain dispose d'un certain degré de responsabilité et de choix en ce qui concerne son corps et son mode de vie.

Le consentement d'une personne signifie qu'elle est d'accord par choix et qu'elle a la liberté et la capacité de faire ce choix.

Le consentement est un accord clair entre deux personnes désireux de s'engager dans une activité. On parle généralement du consentement dans le cadre d'une activité sexuelle, mais il peut s'appliquer à presque tous les domaines.

CON•SENTEMENT

Spécifique

Accepter un acte (par exemple, se faire embrasser) ne signifie pas que vous avez accepté d'autres (par exemple le sexe oral).

Volontaire

Il s'agit de vouloir faire quelque chose, et non avoir l'impression que vous devez ou devriez le faire.

Éclairé

Ne pas tromper ou mentir. Par exemple, si quelqu'un dit qu'il utilisera un préservatif et qu'il ne le fait pas, il n'y a pas de consentement total.

Actuel

N'importe qui peut changer d'avis sur ce qui l'intéresse, à tout moment.

Donné gratuitement

Accepter sans pression ni manipulation.

Apprenants de 15 à 18 ans

Vous êtes en train d'embrasser votre partenaire et vous sentez qu'il/elle se dérobe. Vous voulez aller plus loin et vous lui demandez à plusieurs reprises de se déshabiller jusqu'à ce qu'il/elle accepte.

S'agit-il d'un consentement ?

Discussion

Exemple typique : il est faux de supposer que le consentement de votre partenaire va au-delà de l'activité à laquelle il/elle a initialement consenti. En d'autres termes, si votre partenaire consent à vous embrasser, cela signifie qu'il/elle ne veut que des baisers et rien d'autre.

Votre corps vous appartient-il ?

Discuter des obstacles au consentement : les personnes souffrant d'un handicap mental ou en état d'ébriété avancée peuvent être incapables d'évaluer correctement une situation et donc ne pas avoir conscience de ce à quoi elles consentent. Par conséquent, ces personnes ne peuvent pas donner un consentement éclairé. Encore une fois, toute personne âgée de moins de 13 à 17 ans (en fonction du pays) ne peut jamais donner son consentement légal.

Il convient également d'examiner les méthodes permettant d'enseigner aux enfants handicapés ce qu'est leur corps, leurs limites et leur sexualité. Reportez-vous au guide pédagogique.

Leçon 2

Lesson Durée :
40 min

Supports : Tableaux à feuilles mobiles, marqueurs, papier pour les participants, présentations PowerPoint, petite récompense (par ex. : fruits, fournitures de bureau) Cartes de quiz

Méthodes

Discussion de groupe et réflexions

- Aidez le groupe à établir des règles de base
- Écrivez toutes les questions qu'ils pourraient avoir.
- Mettez en évidence les mots qu'ils ne comprennent pas.
- Divers points de vue sont mis en avant et discutés
- La discussion n'est pas monopolisée par une seule personne



Première étape :

Discussion préliminaire

Préparez les apprenants à la leçon et à la discussion en posant les questions suivantes :

1. Qu'est-ce que l'espace personnel ?
2. Pouvez-vous me montrer votre espace personnel ?

Deuxième étape :

Regroupez les apprenants en binômes et demandez-leur de trouver les réponses aux questions suivantes.

1. Qu'est-ce que l'intégrité corporelle ?
2. Quelle en est l'importance pour les adolescents et les jeunes personnes ?
3. Quand est-ce important pour protéger leurs droits ?
4. Que devrions-nous faire si le premier adulte à qui nous parlons d'une violation de notre vie privée nous dit que nous mentons ou ne prend aucune mesure ?

Résumé

L'espace personnel est la zone qui entoure immédiatement votre corps. Cet espace peut varier d'une personne à l'autre. Certaines personnes pourraient vouloir plus d'espace entre elles et ceux qui les entourent, tandis que d'autres ne voient pas d'inconvénient à ce que quelqu'un se rapproche d'elles. L'espace personnel peut même être différent d'une culture à l'autre.

Lorsqu'un jeune entre dans l'adolescence, ses parents assument encore une grande partie de tous les aspects de sa vie. Par conséquent, dans la pratique, le respect du droit à la vie privée des adolescents et des enfants est souvent un difficile exercice d'équilibre. Certaines ingérences dans la vie privée sont clairement justifiables ; tant que les adolescents n'ont pas la capacité de prendre des décisions en toute connaissance de cause, il n'est pas dans leur intérêt de leur accorder une autonomie et une indépendance débridées. Dans ces cas, il peut être approprié et sensé de compter sur les parents et les tuteurs pour gérer la vie privée de l'adolescent dans une certaine mesure.

- 1. Vie privée décisionnelle :** Une vision globale de la vie privée tient compte de la capacité des individus à faire des choix de vie autonomes sans ingérence ou intimidation extérieure, notamment les conditions sociales, politiques et technologiques qui rendent possible cette « vie privée décisionnelle ».
- 2. Vie privée informationnelle :** Plus récemment, la notion de vie privée a évolué pour englober le droit à la « vie privée informationnelle », également connu sous le nom de protection des données.
- 3. Intimité physique :** Une troisième conception de la vie privée, plus directe, est celle de l'« intimité physique », le droit d'un individu à un espace privé et à l'intégrité corporelle. Il s'agit notamment des tests de virginité sur les filles, des mutilations génitales féminines, des examens de maturité sexuelle sur les enfants migrants et réfugiés pour déterminer leur âge, de la circoncision des garçons, des chirurgies « correctives » sur les enfants intersexués et de la stérilisation forcée ou contrainte des enfants handicapés. La plupart de ces pratiques seraient illégales si elles étaient pratiquées sur des adultes.

La décision de disposer de son corps ne devrait appartenir qu'à la personne concernée et être prise par elle lorsqu'elle est en âge de donner son consentement libre, préalable et éclairé – ou de le refuser.

4.3 Plan de leçon : Utilisation sûre des technologies de l'information et de la communication (TIC)

	Éléments de connaissance	Compétences	Attitudes
OBJECTIFS D'APPRENTISSAGE CLÉS	<ul style="list-style-type: none"> Les apprenants étudieront Internet et les réseaux sociaux tout en reconnaissant le danger qu'ils peuvent représenter. 	<ul style="list-style-type: none"> Les apprenants montreront comment décider des informations à partager avec des personnes en particulier sur les réseaux sociaux 	<ul style="list-style-type: none"> Les apprenants reconnaîtront l'importance de connaître les lois relatives au partage ou à la sécurisation d'images sexuellement explicites.
	<p>Durée totale du cours : 40 min</p>	<p>Supports : Tableaux à feuilles mobiles, marqueurs, papier pour les participants, présentations PowerPoint, petite récompense (par ex. : fruits, fournitures de bureau) Cartes de quiz.</p>	

Méthodes

Séance plénière, suivie d'une réflexion et d'un renforcement de la confiance

- Donnez un aperçu général du sujet
- Utilisez les questions préliminaires pour créer un lien, pour susciter de la motivation et de l'inspiration pour le changement et pour apprendre les uns des autres, entre autres.
- Écrivez les questions au tableau ou sur un tableau à feuilles mobiles.

Question préliminaire en guise de récapitulatif sur la vie privée

1. Les parents devraient-ils publier des photos de leurs enfants sur les réseaux sociaux ?
2. Les adolescents peuvent-ils publier et partager leurs photos sur les réseaux sociaux ?
3. Peut-on faire confiance aux adolescents pour gérer eux-mêmes leurs profils en ligne ?

Points de discussion en plénière

4. How do you tell the difference between a joke and bullying?
5. Who should one talk to if someone is bullying them online?
6. What are the effects of exposure to age inappropriate content such pornography?

⚠ Partagez avec précaution

- Les contenus que vous publiez peuvent durer toute une vie : Avant de publier en ligne, pensez à ce que les autres pourraient apprendre sur vous et à qui pourrait le voir à l'avenir – les enseignants, les parents, les collègues et les employeurs potentiels. Donnez la meilleure image de vous-même en ligne.
- Soyez conscient de ce qui est partagé : Sachez que lorsque vous publiez une photo ou une vidéo en ligne, vous pouvez également partager des informations sur d'autres personnes ou des détails personnels vous concernant, comme l'endroit où vous vivez, où vous allez à l'école ou où vous sortez.
- Ne partagez pas votre mot de passe et ne l'affichez pas sur l'écran pendant que vous le saisissez. Utilisez également les mots de passe d'une longueur adéquate
- Certains pays ont donné des orientations sur la date à laquelle les enfants et les adolescents peuvent obtenir leur premier téléphone portable et sur la date à laquelle ils peuvent s'inscrire sur les plateformes de réseaux sociaux. Consultez la réglementation en vigueur dans votre pays.
- Si un enfant, un ami, un parent ou un membre de la famille a été victime d'une agression, il peut craindre que l'auteur de l'agression ne le retrouve en ligne. Demandez toujours son consentement avant de partager des informations et des photos personnelles.

- Créer ou partager des images explicites d'un enfant ou d'un mineur est un acte illégal, même si la personne qui le fait est un enfant ou un mineur.
- Ne publiez sur les autres les contenus que vous aimeriez qu'ils publient sur vous : Cette règle d'or s'applique également en ligne. Demandez la permission de votre ami avant de le taguer sur une photo.
- Le partage, la reproduction et la publication d'images d'enfants ont non seulement une incidence sur leur réputation, mais peuvent également les mettre en danger ; dans les pires cas, des images d'enfants ont été capturées et partagées sur les réseaux de diffusion de contenus à caractère pédopornographique.

Intimidation et harcèlement

La prévalence et la gravité de la cyberintimidation gagnent du terrain. En effet, les utilisateurs intimident, menacent et harcèlent d'autres personnes en ligne, y compris des adolescents, des jeunes et des enfants, dans certains cas en diffusant de manière malveillante des images privées pour porter délibérément atteinte à leur réputation.

Obtenir un consentement explicite

Rendre les profils en ligne des adolescents, des jeunes et des enfants privés par défaut et veiller à ce que les enfants soient explicitement informés des conséquences potentielles du partage public de leurs informations.

Résumé

1. Identifier les droits essentiels des adolescents et en discuter
2. Discutez du rôle des parents dans le contrôle des activités en ligne des adolescents.

De même, le contrôle parental peut menacer l'utilisation libre et confiante de la technologie par les enfants, et les applications installées pour suivre les enfants en ligne peuvent générer encore plus de données sur l'utilisation d'Internet par les enfants. Plus inquiétant encore, les parents qui mettent en péril la sécurité de leurs enfants pourraient se servir de leur pouvoir pour les couper des services numériques essentiels permettant d'obtenir une aide extérieure. Bien qu'involontairement, de nombreux parents prennent également des mesures qui nuisent à la réputation de leurs enfants en ligne.

S'il est désormais courant que les parents partagent des informations sur leurs enfants en ligne, la plupart des enfants ne sont pas en mesure d'examiner ces informations ou de s'opposer à leur publication. Comme il n'existe souvent aucun moyen pour les enfants de demander la suppression d'un contenu offensant, même lorsqu'ils atteignent l'âge adulte, les parents peuvent involontairement compromettre leur vie privée pendant de longues années.

Discutez des manifestations de la cyberintimidation

La cyberintimidation est une forme d'intimidation pratiquée à l'aide des technologies numériques. Elle peut avoir lieu sur les réseaux sociaux, les plateformes de messagerie, les plateformes de jeux et les téléphones portables. Il s'agit d'un comportement répété, visant à effrayer les personnes visées, à les irriter ou à les couvrir de honte. Au nombre des exemples figurent la diffusion de mensonges ou de photos embarrassantes d'une personne sur les réseaux sociaux, l'envoi de messages blessants ou de menaces par l'intermédiaire de plateformes de messagerie, l'usurpation de l'identité d'une personne et l'envoi de messages méchants à d'autres personnes en son nom. Les personnes victimes d'une quelconque forme de violence, dont le harcèlement moral et le harcèlement électronique, ont droit à la justice et à ce que l'auteur de l'infraction réponde de ses actes.

Références

https://www.unicef.org/csr/css/UNICEF_CRB_Digital_World_Series_PRIVACY.pdf

<https://staysafeonline.org/stay-safe-online/managing-your-privacy/privacy-tips-teens/>

5. Compétences en matière de santé et de bien-être

À un moment ou à un autre de leur adolescence, de nombreux adolescents sont confrontés au choix d'avoir ou non des relations sexuelles et, le cas échéant, d'utiliser ou non des préservatifs et/ou d'autres moyens de contraception. Il est important de comprendre les facteurs importants liés au comportement sexuel, non seulement pour modifier ce comportement, mais aussi pour identifier les adolescents les plus exposés au risque d'avoir des rapports sexuels et des rapports non protégés. Le chapitre s'intéresse également au rôle des frères et sœurs, des amis et des médias en tant qu'« agents de socialisation », qui fixent des normes de conduite et servent de modèles, façonnant ainsi le développement d'attitudes et de normes sexuelles.



Photo: Håvard Bjelland, Norwegian Church Aid

THÈMES



Photo: Haldis Kårstad, Norwegian Church Aid

- 5.1** Normes et influence des pairs sur le comportement sexuel
- 5.2** Prise de décision
- 5.3** Aptitudes à la communication, au refus et à la négociation
- 5.4** Éducation aux médias et sexualité
- 5.5** Trouver de l'aide et du soutien

5.1 Plan de leçon sur les normes et l'influence des pairs sur le comportement sexuel

	Éléments de connaissance	Compétences	Attitudes
OBJECTIFS D'APPRENTISSAGE CLÉS	<ul style="list-style-type: none"> Les apprenants doivent être capables de décrire comment le genre, les normes sociales et l'influence des pairs affectent les décisions et les comportements sexuels. Les apprenants doivent être capables de comparer et d'opposer les façons positives et négatives dont les pairs peuvent influencer les décisions et les comportements sexuels. 	<ul style="list-style-type: none"> Les apprenants doivent donner l'exemple d'un comportement positif susceptible d'influencer leurs pairs Les apprenants doivent être capables de remettre en question l'influence de leurs pairs. Les apprenants doivent être en mesure de démontrer leur capacité à refuser de faire quelque chose qu'ils ne veulent pas faire 	<ul style="list-style-type: none"> Les apprenants doivent aspirer à remettre en question l'influence négative des pairs sur les décisions et les comportements sexuels Les apprenants doivent être en mesure de reconnaître que leurs décisions et leurs comportements sexuels sont influencés par le genre, les normes sociales et leurs pairs
	<p>Durée : Activité principale 45 min Récapitulatif de l'apprentissage et des données clés 20 min</p>	<p>Supports : Tableaux à feuilles mobiles, marqueurs, papier pour les participants, présentations PowerPoint, petite récompense (par ex. : fruits, fournitures de bureau) Cartes de quiz.</p>	

Méthodes

Jeux, discussions et réflexions critiques.

Récapitulatif sur les normes

Qu'est-ce qu'une norme ?

Les normes façonnent nos croyances, nos attitudes et nos comportements, et influencent notre sens de ce qui est acceptable et de ce qui ne l'est pas au sein d'une communauté ou de la société en général.

Demandez aux participants de citer quelques normes :

- à propos de la masculinité
- à propos de la féminité
- à propos de la sexualité

Lisez l'énoncé et demandez aux gens d'aller d'un côté de la salle s'ils sont d'accord avec celui-ci et de l'autre s'ils ne sont pas d'accord. Les personnes qui ont des doutes doivent rester au milieu de la pièce.

- Pensez-vous que l'homme devrait régler la note lors d'un premier rendez-vous ?
- Le sexe n'intéresse pas trop les femmes
- La circoncision prévient-elle le VIH et le SIDA ?
- Une personne contractera-t-elle le VIH ou les MST à la suite de la masturbation ?

- Demandez** aux membres de leur groupe de discuter des raisons pour lesquelles ils sont d'accord ou non avec l'énoncé.
- Demandez** à chaque groupe, à tour de rôle, pourquoi il est d'accord ou pas d'accord avec l'énoncé. L'autre groupe devrait écouter activement et vraiment essayer de comprendre les raisons.
- Demandez** si quelqu'un veut changer de camp et si c'est le cas, pourquoi.
- Dans le grand groupe, résumez les informations ci-dessous au groupe

Résumé

Les adolescents s'échangent une profusion de fausses informations au sujet du sexe. Ils font également pression les uns sur les autres pour qu'ils assument les rôles traditionnels des hommes et des femmes, soulignent que l'influence des pairs est essentielle pour façonner la perception d'attitudes et de comportements sexuels normatifs.

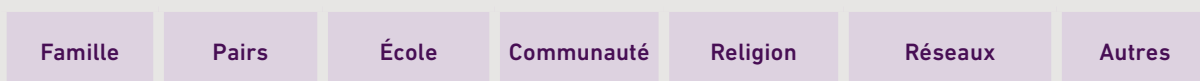
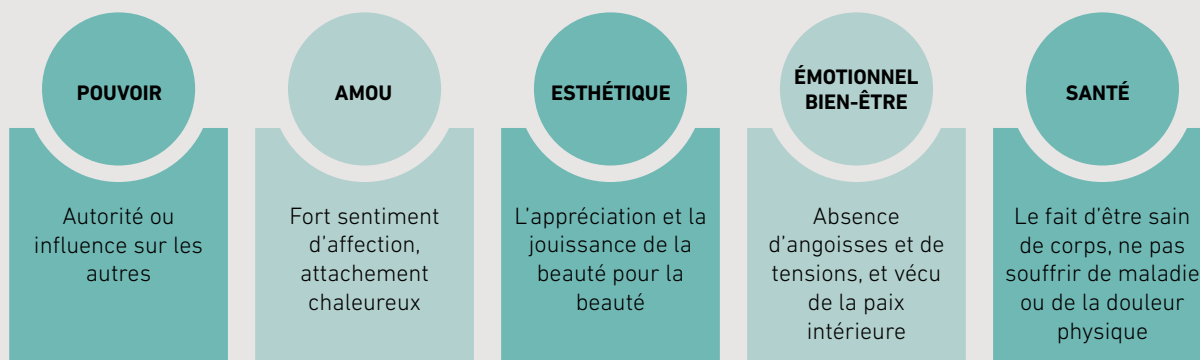
Expliquez les différentes façons par lesquelles les adolescents s'influencent mutuellement

- Les normes descriptives reflètent la perception qu'ont les adolescents de l'engagement de leurs pairs dans des comportements sexuels. Il s'agit des comportements fondés sur le raisonnement suivant : si d'autres le font, et surtout si beaucoup d'autres le font, il serait normal ou sage de le faire aussi.
- Les normes injonctives reflètent la perception qu'ont les adolescents de l'approbation par leurs pairs de l'adoption de comportements sexuels. S'ils pensent que leurs pairs approuvent ce comportement, ils sont plus susceptibles de l'adopter.
- Peer pressure, a term that many people are familiar with, refers to explicit social pressure from peers to engage in sexual behavior.

? QU'EST-CE QU'UNE VALEUR ? - Les normes de la société qui sont transmises de génération en génération par la socialisation. –

- Elle façonne la conception du bien et du mal. –
- Elle conditionne notre appréciation des choses agréables, jolies et belles de la vie. - Elle influence les comportements individuels. –
- La valeur personnelle ou l'importance qu'une personne accorde à un objet, à une personne ou à une idée. –
- L'ensemble des valeurs d'une personne, au nombre desquelles figurent les principes, les croyances, les normes ou les objectifs, qu'elle accepte ou qu'elle respecte.

Quels sont les exemples de valeurs ? –



Influences des valeurs –

Les normes de genre et le genre nous aident à comprendre comment les relations sociales sont hiérarchiques et asymétriques, comment elles créent des rapports de force inégaux et comment elles interagissent avec d'autres facteurs, tels que l'âge, la religion, la sexualité, la race et la classe sociale. Par exemple, les garçons sont souvent élevés pour répondre à un idéal de masculinité caractérisé par l'agressivité et la compétition. Par ailleurs, dans certaines cultures, les jeunes femmes ont été socialisées pour accepter la prédominance de l'homme dans la prise de décision sexuelle.

5.2 Plan de leçon sur la prise de décision

	Éléments de connaissance	Compétences	Attitudes
OBJECTIFS D'APPRENTISSAGE CLÉS	<ul style="list-style-type: none">• Les apprenants doivent être en mesure de parler d'une décision qu'ils ont prise et dont ils sont fiers.• Les apprenants doivent être en mesure de décrire les principales étapes de la prise de décision.• Les apprenants doivent être en mesure d'expliquer comment les décisions concernant le comportement sexuel peuvent affecter la santé, l'avenir et le projet de vie des personnes	<ul style="list-style-type: none">• Les apprenants doivent être en mesure de démontrer qu'ils connaissent les circonstances qui peuvent les aider à prendre une bonne décision	<ul style="list-style-type: none">• Les apprenants doivent être en mesure de prendre conscience que leurs décisions sont influencées par de nombreux facteurs.• Les apprenants doivent être capables de reconnaître l'importance de connaître leurs droits dans l'évaluation des décisions relatives au comportement sexuel.
Durée : Activité principale 45 min Récapitulatif de l'apprentissage et données clés 20 min	Supports : Tableaux à feuilles mobiles, marqueurs, papier pour les participants, présentations PowerPoint, petite récompense (par ex. : fruits, fournitures de bureau) Cartes de quiz.		

Méthodes

Scénarios, discussions et analyses.

Les décisions prises par les adolescents peuvent souvent révéler des informations précieuses sur leurs valeurs et leurs priorités.

Introduisez la leçon en demandant : « **L'un d'entre vous a-t-il déjà eu du mal à prendre une décision vraiment difficile ?** » Une fois que quelques élèves ont levé la main, demandez : « **L'un d'entre vous a-t-il déjà pris une décision vraiment difficile et, même après avoir pris la décision, n'était pas sûr à 100 % que c'était la bonne ?** »

Posez des questions aux volontaires comme celles-ci :

- ① « Pouvez-vous m'en dire plus sur la situation ? »
- ① « Quels ont été vos choix ? »
- ① « À quoi pensiez-vous ? »
- ① « Quelle a été votre décision ? »
- ① « Pensez-vous que votre décision a eu les effets attendus ? »

Par groupe de deux



Activité

X et Y sont ensemble depuis environ six mois. Ils entretiennent une bonne relation, mais ne se voient qu'environ une fois par mois, car Y vient de s'installer dans une ville située à environ une heure de route de chez X. Depuis son départ, X a commencé à laisser entendre qu'elle était prête à avoir des relations sexuelles.

Demandez aux groupes de lire les scénarios fictifs et de discuter de leur décision et de leurs considérations auxquelles ils aboutiraient s'ils étaient Y.



Scenario

On vous a assigné un sexe masculin à la naissance, mais vous ne vous êtes jamais senti garçon ou homme. Vous êtes une fille, mais pas une fille aux manières « féminines ». Vous faites des efforts pour avoir une apparence et un style non conformes au genre. Vous voulez le révéler à vos parents, mais par où commencer ?

Résumé

Il est important que les adolescents reconnaissent les différences entre les situations qu'ils contrôlent et celles qu'ils ne contrôlent pas. Il est tout aussi important d'aider les adolescents à comprendre qu'ils ont le contrôle des décisions qu'ils prennent dans les deux types de situations.

L'animateur doit réorienter les élèves vers une discussion sur les choix et les comportements à adopter dans le cadre d'une relation de cette nature. Les apprenants doivent être en mesure de proposer des idées de rendez-vous qui éliminent toute pression sexuelle.

Apprenons à mettre en pratique les **QUATRE ÉTAPES DE LA PRISE DE DÉCISION** en examinant les scénarios une deuxième fois.

1 LA SITUATION

Une situation présente un « panneau d'arrêt » invisible. Arrêtez-vous, réfléchissez, puis agissez.

2 PENSER

Une situation présente un « panneau d'arrêt » invisible. Arrêtez-vous, réfléchissez, puis agissez.

3 LEUR DÉCISION

Après avoir réfléchi à tous leurs choix et aux conséquences potentielles de chacun d'eux, ils doivent décider quoi faire.

4 ÉVALUER LEUR DÉCISION

Cette étape a pour but d'aider les adolescents.

Tirez des leçons de leurs erreurs. Certaines décisions sont très bonnes. D'autres seront « correctes », mais pas formidables. Les décisions « correctes » auraient probablement été meilleures si l'adolescent avait passé plus de temps à réfléchir aux conséquences

Les « 3 I » de l'adolescence

INDÉPENDANCE

- Prenez vos propres décisions
- Pouvoir de choisir vos amis, de planifier vos activités
- Vous souhaitez être consulté pour des aspects qui ont une incidence sur votre vie
- Vous voulez de l'intimité et de la liberté
- Votre attention se décentre progressivement des parents vers les pairs
- Parfois, vous accordez davantage d'importance à l'opinion de vos pairs qu'à celle de votre famille
- Vous élaborez et exprimez vos propres opinions et idées

INTÉGRITÉ

- Vous choisissez ce qui est juste et ce qui ne l'est pas pour guider vos actions et vos choix.
- Vous cherchez des modèles
- Vous commencez à remettre en question les choses autour de vous, en particulier celles qui ne vous semblent pas justes.

INTIMITÉ

- Vous voulez être mis en relation avec des personnes importantes qui peuvent vous comprendre et vous accepter pour ce que vous êtes
- Vous apprenez à gérer et à exprimer vos émotions –
- Vous apprenez à aimer et à être aimé –
- Vous cherchez à avoir des relations intimes avec vos pairs –
- Vous ne le savez peut-être pas, mais vous vous préparez à une relation aimante, saine et stable plus tard dans la vie

L'adolescence est une période cruciale de la vie. C'est un moment où vous découvrez qui vous êtes et ce que vous pouvez devenir.

- a)** Profitez de cette période de développement d'une manière SÛRE et SAINÉ. –
- b)** Pendant l'adolescence, il existe de nombreux RISQUES et VULNÉRABILITÉS qu'un jeune peut rencontrer.
- c)** Concentrez-vous sur vos rêves et vos ambitions. Fixez-vous des objectifs personnels à court et à long terme. Vous êtes votre meilleure RESSOURCE. Vous êtes votre meilleur INVESTISSEMENT. –
- d)** La QUALITÉ de votre santé pendant l'adolescence aura un impact sur la qualité de votre santé à l'âge adulte lorsque vous assumerez de nouveaux rôles et responsabilités liés au travail, à la carrière, à la famille et à la parentalité.

Si vous êtes en COUPLE :

- a)** Vous avez le droit d'accéder à des informations et à des connaissances sexuelles provenant de sources fiables, c'est-à-dire du personnel de santé, des parents ou des mentors
- b)** Apprenez à dire NON.
- c)** Attendez d'être mentalement et émotionnellement prêt à avoir des relations sexuelles. Ne vous laissez pas pousser par qui que ce soit à le faire.
- d)** Apprenez à RESPECTER votre corps.
- e)** Vous avez le droit de contrôler votre prise de décision sexuelle
- f)** Ne fumez pas, ne buvez pas d'alcool et ne consommez pas de drogues. Faites respecter votre corps par les autres aussi.

5.3 Plan de leçon : Aptitudes de communication, de refus et de négociation

OBJECTIFS D'APPRENTISSAGE CLÉS	Éléments de connaissance	Compétences	Attitudes
	<ul style="list-style-type: none"> Les apprenants doivent être en mesure de se rappeler à quel point le fait de dire clairement « oui » et « non » protège la vie privée et l'intégrité physique d'une personne, et constitue un élément central de l'établissement de relations épanouies 	<ul style="list-style-type: none"> Les apprenants doivent être capables de démontrer des moyens efficaces de communiquer leurs souhaits, leurs besoins et leurs limites personnelles, ainsi que d'écouter et de respecter ceux des autres. Les apprenants doivent être en mesure de reconnaître que tout le monde a le droit de s'exprimer 	<ul style="list-style-type: none"> Les apprenants doivent être en mesure de reconnaître que les rôles de genre peuvent affecter la communication entre les personnes. Les apprenants doivent être en mesure de communiquer efficacement leurs besoins personnels et limites sexuelles.
<p>Durée totale du cours : 40 min</p>	<p>Materials Tableaux à feuilles mobiles, marqueurs, papier pour les participants, présentations PowerPoint, petite récompense (par ex. : fruits, fournitures de bureau) Cartes de quiz.</p>		

Méthodes

Questions et réponses, discussions et réflexions

Préliminaire

En binôme, demandez à une personne de parler de quelque chose qui l'a rendue très heureuse. Dites à l'autre personne d'écouter attentivement l'histoire, sans parler, pendant deux minutes. Au bout de deux minutes, dites « Stop ». Demandez aux binômes d'échanger leurs rôles et de répéter l'activité.

Discussions de groupe :

Dans le grand groupe, posez les questions suivantes :

- Qu'avez-vous ressenti lorsque votre partenaire vous a écouté ?
- Comment avez-vous su qu'il/elle vous écoutait ?
- Qu'avez-vous ressenti lorsque votre partenaire ne vous a pas écouté ?
- Comment avez-vous su qu'il/elle ne vous écoutait pas ?
- Quels sont les avantages à raconter nos propres histoires ?
- À quels risques s'expose-t-on en racontant ses propres histoires ?

Dites aux membres du groupe qu'ils vont parler de leurs sentiments, de l'amitié et de la sexualité et qu'ils doivent réfléchir soigneusement à ce qu'ils vont dire au groupe.



Activité 1

Attentes à l'issue du jeu de rôle

Instructions : formez trois groupes mixtes, demandez aux apprenants d'écrire et de faire une démonstration à travers un jeu de rôle contenant les éléments requis énumérés ci-dessous. Pour

le scénario, ils doivent identifier le décor et se porter volontaires pour incarner les personnages. Ils doivent s'assurer que la scène choisie est une représentation réaliste de la vie de l'adolescent soumis à une pression pour agir contre son gré. N'oubliez pas que chaque membre du groupe doit démontrer avec succès cette aptitude – il/elle ne change pas d'avis – il/elle résiste à la pression des pairs de manière ferme.

Vérification de chaque groupe

Utilisation réussie des cinq compétences de refus

1. Posez des questions,
2. Désignez le problème,
3. Évoquez les conséquences,
4. Proposez une alternative,
5. Partez, et laissez la porte ouverte

Résumé

Souvent, les pairs deviennent la principale source d'information sur les questions liées au sexe et à la sexualité. Recensez et discutez des droits essentiels des adolescents.

Le renforcement de la confiance des jeunes adolescents sur les questions liées à la sexualité est essentiel ; Les filles qui n'avaient pas confiance en leur capacité à acheter des préservatifs et à décider de les utiliser étaient plus susceptibles d'avoir des rapports sexuels non protégés.

5.4 Plan de leçon : Éducation aux médias et sexualité

	Éléments de connaissance	Compétences	Attitudes
OBJECTIFS D'APPRENTISSAGE CLÉS	<ul style="list-style-type: none"> Les apprenants doivent être en mesure d'énumérer différentes formes de médias (par exemple, la radio, la télévision, les livres, les journaux, Internet et les réseaux sociaux). Les apprenants doivent être capables de repérer et de critiquer les images irréalistes véhiculées dans les médias concernant la sexualité et les relations sexuelles 	<ul style="list-style-type: none"> Les apprenants doivent être en mesure de montrer comment remettre en question les stéréotypes de genre et les représentations inexactes de la sexualité et des relations sexuelles dans les médias 	<ul style="list-style-type: none"> Les apprenants doivent être en mesure de reconnaître que toutes les informations fournies par les médias ne sont pas vraies. Les apprenants doivent être en mesure de reconnaître le pouvoir des médias à influencer les valeurs, les attitudes et les comportements liés à la sexualité et au genre
	<p>Durée totale du cours : 40 min</p>	<p>Supports : Tableaux à feuilles mobiles, marqueurs, papier pour les participants, présentations PowerPoint, petite récompense (par ex. : fruits, fournitures de bureau) Cartes de quiz.</p>	

Méthodes

Travail de groupe, discussions



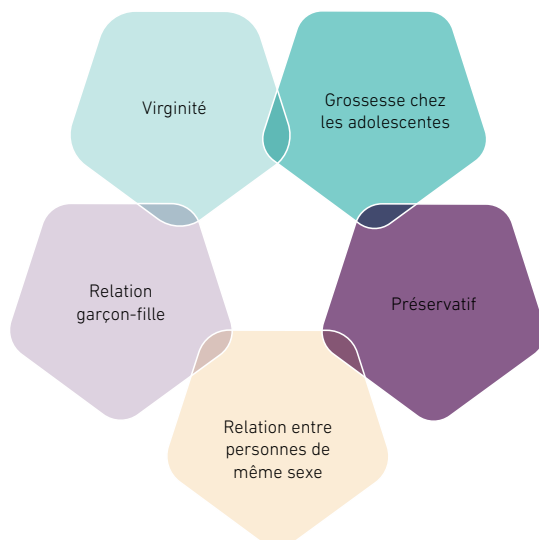
Activité

Sélectionnez cinq groupes mixtes

OSur une feuille de papier, faites trois colonnes et étiquetez-la en inscrivant : Famille, Pairs et Médias (y compris les réseaux sociaux).

Distribuez les cinq questions présentées ci-dessous à chaque groupe et demandez-leur de discuter et d'écrire ce que leur famille dit à ce sujet. Qu'est-ce que leurs pairs disent de la question ? Que disent les médias à ce sujet ?

- Les cinq questions sont les suivantes :



Demandez à des volontaires de partager dans le grand groupe. Donnez les messages clés :

- Il est très important pour nous de comprendre nos propres valeurs et d'où elles émanent.
- Chacun a son système de valeurs.
- On ne peut pas imposer ses valeurs aux autres.
- Les valeurs ne sont pas permanentes. Elle peuvent changer pour le meilleur.

5.5 Plan de leçon : Trouver de l'aide et du soutien

	Éléments de connaissance	Compétences	Attitudes
OBJECTIFS D'APPRENTISSAGE CLÉS	<ul style="list-style-type: none"> Les apprenants doivent être en mesure de décrire des façons spécifiques dont les gens peuvent s'entraider. Les apprenants doivent être en mesure de reconnaître les problèmes pour lesquels les enfants peuvent avoir besoin de demander de l'aide (p. ex., abus, harcèlement, intimidation, maladie) et d'identifier les sources d'aide fiables Les apprenants doivent être en mesure d'identifier les lieux où ils peuvent accéder aux services ou à l'assistance appropriés en matière de santé sexuelle et reproductive. 	<ul style="list-style-type: none"> Les apprenants doivent être en mesure de montrer comment rechercher et obtenir de l'aide dans la communauté au sens large. Les apprenants doivent être en mesure de s'exercer à demander de l'aide, de l'assistance ou du soutien sans culpabilité ni honte 	<ul style="list-style-type: none"> Les apprenants doivent être en mesure de percevoir l'importance d'évaluer de manière critique les sources d'aide et de soutien Les apprenants doivent être en mesure de reconnaître que toutes les personnes ont le droit d'être protégées et soutenues
	<p>Durée : Activité principale 45 min Résumé de l'apprentissage et des faits clés 20 min</p>	<p>Supports : Tableaux à feuilles mobiles, marqueurs, papier pour les participants, présentations PowerPoint, petite récompense (par ex. : fruits, fournitures de bureau) Cartes de quiz.</p>	

Method

Jeu D'accord ou Pas d'accord, discussions.

Demandez aux participants de se lever.

Étape 1 :

Pendant que vous lisez l'énoncé, demandez aux participants d'aller dans le coin « D'accord » ou « Pas d'accord ». Il n'y a pas de coin neutre.

Étape 2 :

Demandez aux participants d'expliquer pourquoi ils ont choisi « D'accord » ou « Pas d'accord ».

Les énoncés sont les suivants

- Je n'ai aucun mal à nommer/mentionner les parties du corps/le système reproducteur dans notre propre langue/dialecte.
- Je n'ai aucun mal à parler de sexualité et de relations avec mes propres parents.
- Je n'ai aucun mal à discuter de sexualité et de relations avec mes frères et sœurs.
- Je pense avoir le droit de décider de ce que je veux faire de mon corps.

- Je pense que le consentement parental est nécessaire lorsqu'un adolescent cherche à obtenir des services médicaux liés à la grossesse, aux ITS et au VIH et au SIDA.

- Je n'ai aucun mal à parler de sexualité à un adolescent qui est différent de moi.



Activité 2

Répartissez les apprenants en petits groupes non mixtes. Dites-leur d'imaginer qu'ils ont un problème lié au passage de l'enfance à l'adolescence. Demandez-leur de discuter du sujet suivant : à qui pourraient-ils s'adresser dans cette situation. Il peut s'agir de sexualité, par exemple, de changements corporels ou du fait d'être attiré par le sexe opposé

- Quelles qualités rechercheraient-ils chez cette personne.

Références

http://journals.euser.org/files/articles/ejms_jan_apr_17_nr_3/Blerta.pdf

http://www.ibe.unesco.org/fileadmin/user_upload/HIV_and_AIDS/publications/Alliance_Sexuality_lifeskills.pdf

https://hivhealthclearinghouse.unesco.org/sites/default/files/resources/bie_alliance_preparing_to_teach_554a_en.pdf

<https://indicatorregistry.unaids.org/export-to-pdf/800#>

<https://www.doh.gov.ph/sites/default/files/basic-page/Peer%20Education%20Training%20Manual.pdf>

<https://promundoglobal.org/wp-content/uploads/2014/12/Gender-sexual-behaviour-and-vulnerability-among-young-people.pdf>

<https://www.unicef.org/rosa/media/1761/file/Gender%20glossary%20of%20terms%20and%20concepts%20.pdf>

<https://www.odi.org/publications/17520-disentangling-urban-adolescents-vulnerability-age-and-gender-based-violence-through-capability-lens>

<https://www.gage.odi.org/publication/adolescent-bodily-integrity-and-freedom-from-violence-in-ethiopia/>

<https://www.youtube.com/watch?v=4viXOGvuu0Y>

<https://www.youtube.com/watch?v=3AF9Rjki0DE>

<https://yali.state.gov/what-is-gbv/>



Photo: Håvard Bjelland , Norwegian Church Aid

6. Le corps humain et le développement

Règles de base. Avant de démarrer les leçons sur la santé reproductive, il est important de créer un espace sûr pour que les adolescents et les jeunes puissent partager leurs idées et discuter ouvertement de sujets sensibles en établissant des règles de comportement et de communication dans le groupe. Si des règles de base ont été élaborées avant les leçons sur la santé reproductive, l'apprenant doit les examiner pour s'assurer que les questions suivantes sont abordées :

- **Confidentialité** : Les informations partagées dans le groupe y resteront et ne seront pas répétées ou discutées en dehors.
- **Respect** : Les participants respecteront les opinions et les expériences des autres, même si elles sont différentes des leurs.
- **Ouverture** : Les participants doivent se montrer ouverts et honnêtes, sans toutefois parler de la vie privée de quelqu'un d'autre en donnant des noms ou en identifiant la personne dans l'histoire.
- **Approche non-moralisatrice** : Il est normal de ne pas être d'accord avec l'opinion d'une autre personne, mais il ne faudrait pas la juger ou la rabaisser.
- **Droit de ne pas se prononcer** : Les participants qui ne veulent pas faire part de leurs sentiments et de leurs expériences ont le droit de « passer leur tour » et de ne pas participer à la discussion.

THÈMES



Photo: Håvard Bjelland , Norwegian Church Aid

6.1 Anatomie et physiologie sexuelles
et reproductives

6.2 Reproduction

6.3 Puberté


6.4 Image corporelle

6.1 Plan de leçon sur l'anatomie et la physiologie sexuelles et reproductives

	Éléments de connaissance	Compétences	Attitudes
OBJECTIFS D'APPRENTISSAGE CLÉS	<ul style="list-style-type: none"> Les apprenants doivent être en mesure de décrire les parties du corps impliquées dans la santé sexuelle et la reproduction Les apprenants doivent être d'expliquer les fonctions clés du corps qui contribuent à la reproduction (par exemple, le cycle menstruel, la production de spermatozoïdes et l'éjaculation du sperme). 	<ul style="list-style-type: none"> Les apprenants doivent être en mesure d'exprimer ce qu'ils pensent de l'évolution de la capacité de reproduction au cours du cycle de vie. 	<ul style="list-style-type: none"> Les apprenants doivent être en mesure de reconnaître que le corps de chacun est unique et qu'il existe des variations dans la taille, la forme, le fonctionnement et les caractéristiques Les apprenants doivent être en mesure de reconnaître que le corps de chacun mérite le respect, y compris les personnes en situation de handicap
	<p>Durée : Activité principale 45 min Résumé de l'apprentissage et des données clés 20 min</p>	<p>Supports : Tableaux à feuilles mobiles, marqueurs, papier pour les participants, présentations PowerPoint, petite récompense (par ex. : fruits, fournitures de bureau) Cartes de quiz. Document « Informations sur les moyens de contraception », Jeu de rôle, Scénario, Document à distribuer</p>	

Tranche d'âge cible

15-19 ans

 Discussion en groupe, jeux en classe
10 min

Jeu Mythe ou réalité

- Discutez des mythes et des réalités sur les systèmes reproducteurs masculin et féminin. Donnez à chaque participant une carte avec le mot **MYTHE** d'un côté et **RÉALITÉ** de l'autre.
- Lisez les énoncés suivants aux participants ; Demandez-leur s'ils pensent qu'il s'agit d'un mythe ou d'une réalité.
- Chaque participant doit présenter une carte. Donnez-leur une minute pour réfléchir à la question
- Une fois que tout le monde a donné son avis, partagez les bonnes réponses.

Le sang provenant d'une femme pendant la menstruation signifie qu'elle est malade

 **MYTHE**

Si vous pressez du jus de citron dans votre vagin, vous serez à nouveau vierge

 **MYTHE**

Si une fille n'a pas ses règles, ce FAIT pourrait signifier qu'elle est enceinte

 **RÉALITÉ**

Si les hommes n'éjaculent pas, les spermatozoïdes s'accumuleront et feront éclater leur pénis ou leurs testicules

 **MYTHE**

Quand un garçon fait un rêve hu-mide, cela signifie qu'il a envie d'avoir des relations sexuelles

 **MYTHE**

La plupart des garçons font des rêves humides pendant la puberté

 **RÉALITÉ**

Lorsqu'on touche beaucoup le son pénis, il devient plus gros en per-manence

 **MYTHE**

Les menstruations, l'éjaculation, l'érection et les rêves humides sont des signes normaux de la puberté

 **RÉALITÉ**

Si un garçon continue à porter des slips, cela retardera la croissance de son pénis

 **MYTHE**

Se laver avec du Dettol (désinfectant local) après un rapport sexuel n'éliminera pas ou ne guérira pas les MST contractées pendant les rapports sexuels.

 **RÉALITÉ**

Si une fille frotte de la bouse de vache sur ses seins, ils pousse-ront.

✘ MYTHE

L'application de beurre de cacao ou de savon noir sur le visage de votre garçon accélérera la pousse de ses poils faciaux.

✘ MYTHE

 Leçon 2
30 min

- En savoir plus sur le planning familial
- Être capable de décrire plusieurs moyens de contraception
- Discutez de la façon de communiquer sur l'utilisation de la contraception

Aperçu de la leçon

- Expliquez ce que signifie le planning familial.
- Parlez des différents moyens de contraception.
- Compétences pratiques pour prendre des décisions éclairées sur les aspects suivants :
- Comportement sexuel et contraception
- Discutez du moment idoine pour parler avec vos partenaires de l'utilisation des moyens de contraception.
- Comprendre les valeurs personnelles liées au planning familial

Expliquez que le planning familial signifie que les gens planifient le moment d'avoir des enfants, en utilisant le contrôle des naissances et d'autres techniques pour mettre en œuvre ce plan. Au nombre des autres techniques couramment utilisées figurent l'éducation sexuelle, la prévention et la prise en charge des infections sexuellement transmissibles (IST), notamment le VIH/SIDA, le conseil et le traitement de l'infertilité.

Faites savoir aux adolescents et aux jeunes que nous avons tous des valeurs et des idées différentes sur la taille de la famille. Certaines personnes veulent avoir des familles nombreuses, tandis que d'autres ne veulent pas avoir d'enfants. Et c'est le droit de chaque personne de planifier sa propre famille et de prendre des décisions sur le moment et le nombre d'enfants qu'elle veut avoir.

Une partie importante de la planification d'une famille est l'espacement des naissances. Après la naissance d'un enfant, il est important que la mère attende au moins 18 mois avant de tomber enceinte de son prochain enfant, afin de réduire les

risques pour la santé de la mère et du nouveau-né, y compris les naissances prématurées, l'insuffisance pondérale à la naissance, le retard de croissance ou la mort. Les deux partenaires sont responsables des enfants et de la prise de mesures pour éviter une grossesse non planifiée.

Demandez aux participants d'énumérer quelques raisons pour lesquelles l'espacement des naissances est important, en fonction de l'information que vous venez de fournir. Inscrivez leurs réponses sur un tableau à feuilles mobiles et affichez-les sur un mur à proximité pour qu'ils les passent en revue pendant l'activité « Demande personnelle ».

Demandez aux participants de citer autant de moyens de contraception que possible. Dressez la liste de leurs réponses et ajoutez celles qu'ils ont omises. Mettre l'accent sur les contraceptifs disponibles dans notre pays et notre région.

- Abstinence
- Pilule
- Préservatif
- Injection
- Retrait
- Rythme
- Spermicides (crème, gel, film)
- DIU
- Injectables
- Diaphragme
- Stérilisation : femelle et mâle
- Patch
- Implants
- Éponge
- Anneau vaginal,
- Préservatifs féminins
- Méthodes de sensibilisation à la fertilité
- MAMA (méthode de l'allaitement maternel et de l'aménorrhée).

Expliquez au groupe que tous les contraceptifs ne protègent pas contre les IST et le VIH/SIDA ainsi que contre la grossesse. Pour éviter les deux, il est important d'utiliser une double protection. La double protection est une protection contre les grossesses non désirées et les IST, dont le VIH/SIDA, par les moyens suivants :

- Utilisation régulière et appropriée du préservatif masculin ou féminin
- Utilisation d'un préservatif et d'un autre moyen de contraception
- Abstinence – Éviter tout type de sexe avec pénétration

« Les tests de virginité sont une pratique néfaste qui porte atteinte aux droits humains et à l'intégrité physique d'une fille »

6.2 Plan de leçon : Reproduction

	Éléments de connaissance	Compétences	Attitudes
OBJECTIFS D'APPRENTISSAGE CLÉS	<ul style="list-style-type: none">Les apprenants se souviendront que les changements hormonaux régulent les menstruations et le moment où une grossesse est la plus susceptible de se produire	<ul style="list-style-type: none">Les apprenants seront en mesure d'exprimer leur confiance en comprenant comment se produit le cycle menstruel ou l'éjaculation des spermatozoïdes	<ul style="list-style-type: none">Les apprenants en sauront plus sur le fonctionnement du cycle menstruel,Les apprenants reconnaissent que les fonctions et désirs sexuels et reproductifs des hommes et des femmes évoluent tout au long de leur vieLes apprenants reconnaissent qu'il existe des options pour lutter contre l'infertilité
	Durée : Activité principale 45 min Résumé de l'apprentissage et données clés 20 min	Supports : Tableaux à feuilles mobiles, marqueurs, papier pour les participants, présentations PowerPoint, petite récompense (par ex. : fruits, fournitures de bureau) Cartes de quiz.	


Tranche d'âge cible

15-19 ans

Les participants pourront :

- Apprendre l'anatomie et la physiologie des systèmes reproducteurs masculin et féminin
- Connaître les noms propres des organes et des parties reproductrices et être capable de les identifier correctement
- Prendre conscience que les menstruations et les rêves humides sont des signes normaux de la puberté
- Connaître les pratiques d'hygiène

Méthode

 Exercice en groupe
30 min

- Divisez les participants en deux groupes. Choisissez la façon la plus appropriée de former les groupes, soit par sexe, soit au hasard. Si le groupe est mixte, assurez-vous que les participants sont à l'aise pour discuter du sujet.
- Chaque groupe recevra une affiche de l'appareil reproducteur masculin ou féminin.
- Chaque groupe doit nommer les parties de l'appareil génital masculin ou féminin. Les participants peuvent nommer les organes avec des mots qu'ils connaissent, à l'exception des jurons.
- Donnez aux groupes 5 minutes pour réaliser la tâche. Demandez à chaque groupe de montrer ses résultats. Laissez les photos sur le mur pour la prochaine séance.

Concentrez-vous d'abord sur l'appareil génital masculin. **Fig.1** Utilisez les affiches préparées par les participants lors du premier exercice et les cartes sur lesquels figurent les noms des organes.

Commencez par les organes reproducteurs externes masculins. Lisez d'abord le nom sur l'affiche préparée par les participants, puis placez la carte avec le nom approprié et demandez-leur de le lire à haute voix. Après avoir lu le nom, donnez une brève explication de l'organe.

LE SCROTUM est un sac de peau qui pend chez l'homme entre les cuisses. Le scrotum abrite les testicules et régule la température par rapport à la mobilité des spermatozoïdes. Il se rétracte lorsque la température est froide et se s'étend lorsqu'elle est chaude.

LES TESTICULES sont deux boules situées dans le scrotum qui produisent des spermatozoïdes et l'hormone mâle appelée testostérone.

LE PÉNIS est l'organe sexuel externe masculin. Le pénis est constitué de tissu spongieux avec de nombreux vaisseaux sanguins. À l'intérieur du pénis, se trouve un tube appelé urètre qui possède une ouverture à l'extrémité.

L'URÈTRE joue deux rôles principaux : 1) il élimine l'urine du corps ; et 2) il permet la circulation du sperme pendant l'excitation sexuelle.

FIG.1
APPAREIL GÉNITAL MASCULIN

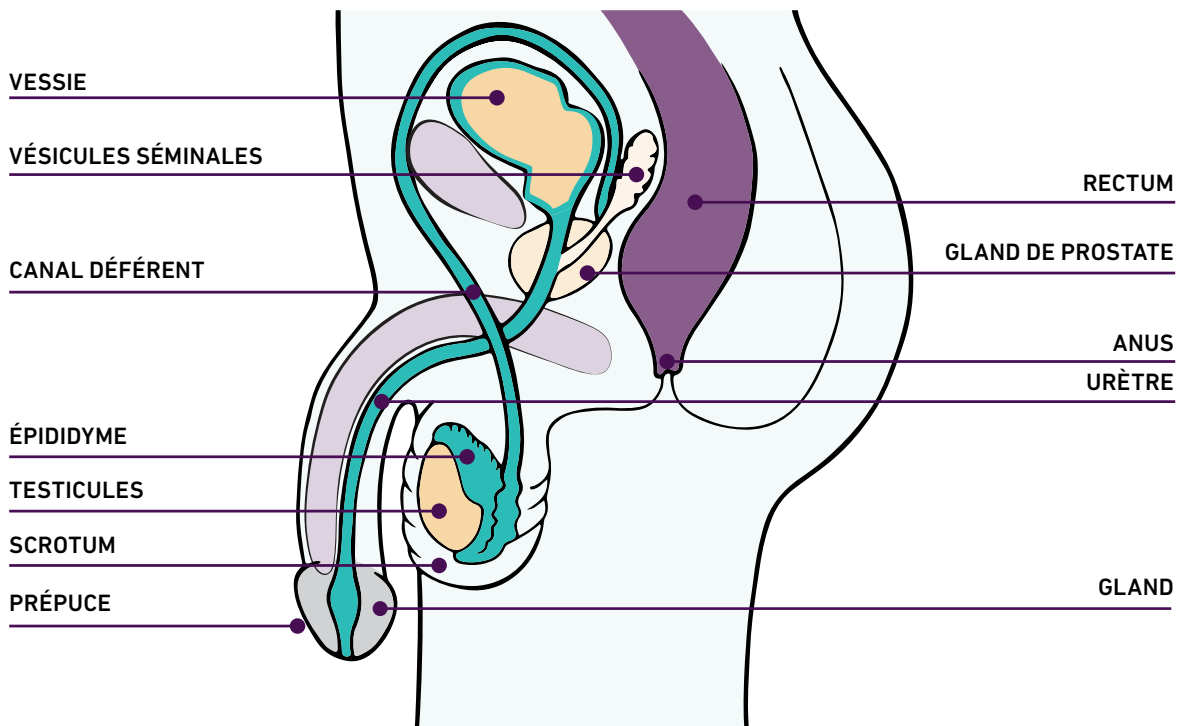
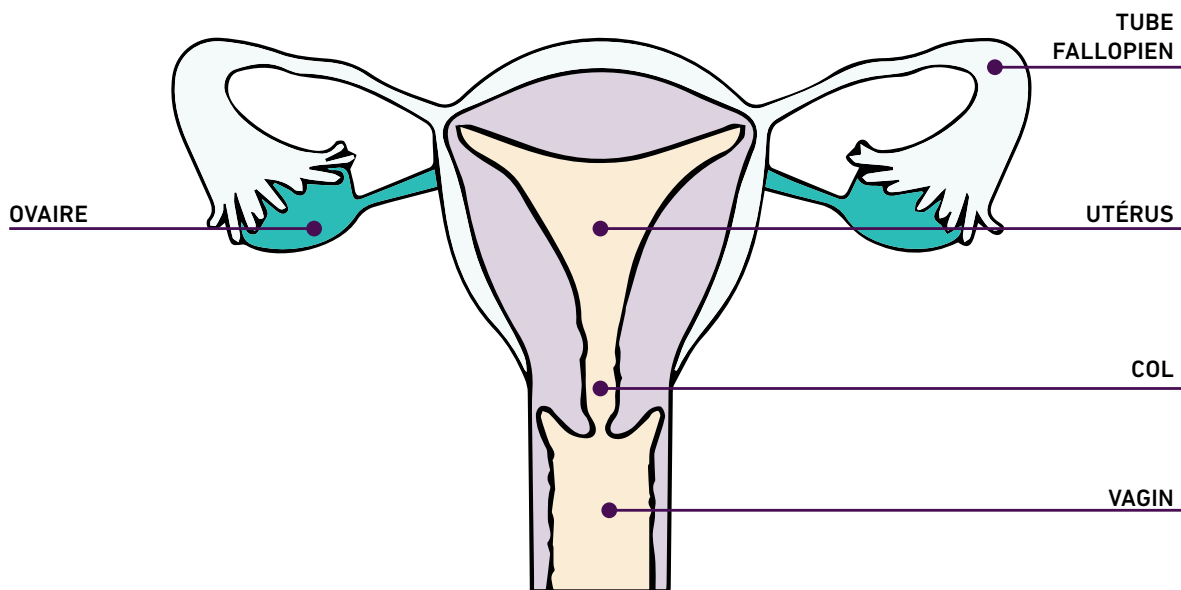


FIG.2
APPAREIL GÉNITAL FÉMININ



LE PRÉPUCE est la peau qui recouvre la tête du pénis. C'est la peau qui est enlevée lors de la circoncision.

Passez à la présentation des organes génitaux internes :

L'ÉPIDIDYME stocke les spermatozoïdes jusqu'à ce qu'ils arrivent à maturité. Une fois que les spermatozoïdes sont matures, ils se déplacent le long du tube appelé canal déférent.

Le **CANAL DÉFÉRENT** est le tube qui transporte les spermatozoïdes de l'épididyme à la vésicule séminale. Il fait office de canal de passage pour les spermatozoïdes.

LES VÉSICULES SÉMINALES sont deux poches contenant des liquides qui nourrissent les spermatozoïdes.

La **GLANDE PROSTATIQUE** produit un liquide lubrifiant pour les spermatozoïdes. Le sperme contient les spermatozoïdes, le liquide nourrissant provenant des vésicules séminales et les liquides lubrifiants provenant de la prostate. Le sperme est le liquide qui quitte le corps de l'homme par l'urètre pendant l'excitation sexuelle.

Expliquez l'érection, l'éjaculation et les rêves humides pendant la puberté.

Qu'est-ce qu'une érection ?

Une érection se produit lorsque le pénis se remplit de sang et devient dur et droit. Les érections se produisent parfois lorsque les garçons fantasment et pensent au sexe, ou parfois sans aucune raison. Souvent, les garçons n'ont aucun contrôle sur le moment où une érection survient. Il est très fréquent que les garçons se réveillent avec une érection matinale.


Pendant que le garçon dort la nuit, son pénis entre probablement en érection, puis retombe environ cinq à sept fois. C'est un phénomène tout à fait normal et sain. Avoir des érections n'est pas un signe qu'un garçon a envie d'avoir des relations sexuelles. Lorsque le pénis est en érection, le garçon se rendra compte qu'il ne peut pas uriner facilement parce qu'un muscle bloque la vessie. Il devra attendre que l'érection retombe avant de pouvoir uriner.


Qu'est-ce que l'éjaculation ?

L'éjaculation se produit lorsque le sperme sort du pénis en érection d'un garçon ou d'un homme en raison de l'excitation sexuelle. Un homme n'a pas besoin d'éjaculer chaque fois qu'il a une érection. S'il attend, l'érection retombe d'elle-même sans causer de dommages. Lorsqu'un garçon entre dans la puberté, le sperme éjaculé a tendance à être légèrement clair ou légèrement jaune. À mesure que le garçon grandit et devient un homme, il commence à produire une plus grande quantité de spermatozoïdes matures, et son éjaculation devient probablement plus blanchâtre. Les garçons ne naissent pas avec du sperme ; ils commencent à en produire pendant la puberté. Un garçon commence à produire des spermatozoïdes et continue à en produire tout au long de sa vie. Si le sperme est éjaculé dans le vagin de la femme, celle-ci peut tomber enceinte. L'éjaculat peut également être porteur de maladies qui pourraient infecter une femme et lui nuire.

Qu'est-ce qu'un rêve humide ?

Un rêve humide (ou émission nocturne) se produit lorsque le pénis d'un garçon entre en érection et qu'il éjacule pendant son sommeil. Les sous-vêtements du garçon ou le lit sont alors un peu mouillés à son réveil. Lorsqu'un garçon ignore ce que sont les rêves humides, ce phénomène pourrait le rendre inquiet ou confus. Or, les rêves humides sont tout à fait naturels et normaux. Un garçon ne peut pas s'empêcher de faire des rêves humides.

 **Demandez** aux participants s'ils ont des questions sur l'appareil génital masculin. Répondez aux questions.

 Accordez une pause aux participants

 Leçon 2
 30 min

Discussion sur l'appareil génital féminin. **Fig.2**
Assurez-vous de commencer par les organes externes. Lisez d'abord le nom sur l'affiche préparée par les participants, puis placez la carte avec le nom approprié et demandez aux participants de la lire à voix haute. Après avoir lu le nom, donnez une brève explication sur l'organe

CLITORIS : Petit organe situé dans la partie supérieure des lèvres. Il est fait de tissus spongieux et recouvert d'un capuchon. Il est sensible au toucher et à la stimulation. Lorsqu'une fille ou une femme est sexuellement excitée, le clitoris se remplit également de sang et entre en érection. En raison de sa taille relativement petite, le clitoris en érection n'est pas facile à remarquer. C'est la seule partie du corps des deux sexes dont la seule fonction est de procurer du plaisir sexuel. Le toucher de cet organe et de la zone qui l'entoure aide la femme à s'exciter sexuellement et à avoir un orgasme.

GRANDES LÈVRES (LÈVRES EXTERNES) : Deux plis de peau (un de chaque côté de l'orifice vaginal) qui recouvrent et protègent les structures génitales, y compris le vestibule.

PETITES LÈVRES (LÈVRES INTERNES) : Deux plis de peau entre les grandes lèvres qui s'étendent du clitoris de chaque côté des orifices urétral et vaginal.

LABIA MINORA (INNER LABIA): URÈTRE : Tube court qui transporte l'urine de la vessie (l'endroit où l'urine est recueillie dans le corps) vers l'extérieur du corps
Orifice urétral (urinaire) : Endroit par lequel une femme urine.

ORIFICE VAGINAL : Ouverture du vagin par laquelle le sang menstruel quitte le corps.

VESTIBULE : Zone des organes génitaux féminins externes qui comprend les orifices vaginal et urétral (non illustrée sur la figure 2).

VULVE : Les organes génitaux externes de la femme, dont les grandes lèvres, les petites lèvres, le clitoris et le vestibule (non illustrés sur la figure 2).

Les mutilations génitales féminines (MGF) sont toutes les procédures qui impliquent l'ablation partielle ou totale des organes génitaux féminins externes et/ou des lésions des organes génitaux féminins, que ce soit pour des raisons culturelles ou pour toute autre raison non thérapeutique.

L'hémorragie est l'une des complications les plus courantes des MGF, car l'excision du clitoris implique de couper l'artère clitoridienne dont la pression est élevée, et les tentatives d'arrêter le saignement peuvent ne pas être efficaces. Les hémorragies aiguës prolongées peuvent causer un choc hémorragique, voire la mort subite en cas d'hémorragie cataclysmique.

Passez à la présentation des organes internes de l'appareil génital en expliquant le processus de fécondation et en introduisant la menstruation :

COL : Partie la plus basse de l'utérus, qui s'étend jusqu'au vagin

TROMPES DE FALLOPE : Conduits qui transportent l'ovule des ovaires vers l'utérus

FÉCONDATION : Union de l'ovule avec le spermatozoïde

MENSTRUATION : L'écoulement mensuel de sang et de tissus de la paroi de l'utérus (expliquez ce qu'est la menstruation)

LA MENSTRUATION est l'excrétion normale et saine de sang et de tissus de l'utérus. On l'appelle également les « règles » chez une femme. Elle dure généralement entre trois et sept jours. Des serviettes hygiéniques ou des tampons peuvent être utilisés pour absorber le flux menstruel. La plupart des femmes ont leurs règles environ une fois par mois. Certaines jeunes filles peuvent avoir leurs premières règles dès l'âge de neuf ou dix ans, mais d'autres ne les auront que quelques années plus tard.

La menstruation est le signe qu'une femme peut éventuellement tomber enceinte si elle a des rapports sexuels. Les femmes cessent d'avoir leurs règles pendant la grossesse, mais reprennent leur cycle après l'accouchement.

Au cours d'un cycle menstruel moyen de 28 jours (qui commence le premier jour des règles), une jeune fille a plus de chances de tomber enceinte environ 14 jours avant ses prochaines règles, pendant la période d'ovulation. Parfois, mais pas toujours, au cours du cycle, les jeunes filles peuvent remarquer une sécrétion claire ou blanchâtre sur leurs sous-vêtements, ce qui est le signe qu'elles ovulent pendant leur période la plus fertile. Cependant, puisque les jeunes femmes ont généralement des cycles menstruels irréguliers, compter les jours comme moyen de contrôle des naissances n'est pas une méthode très fiable (nous parlerons plus en détail du planning familial dans la prochaine leçon).

OVAIRES : Deux glandes qui contiennent des milliers d'ovules immatures

OVULATION : Libération périodique d'un ovule mature à partir d'un ovaire

SÉCRÉTION : Processus par lequel les glandes libèrent certaines substances dans la circulation sanguine ou à l'extérieur du corps.

UTÉRUS : Petit organe musculaire creux chez la femme où le fœtus est maintenu et nourri de la nidation jusqu'à la naissance.

VAGIN : Canal musculaire fermé qui s'étend de l'extérieur de la zone génitale féminine (vulve) au col de l'utérus (col).

L'HYMEN est une fine membrane qui entoure l'entrée de l'orifice vaginal et la recouvre en partie. La taille et la forme de l'hymen varient d'une femme à l'autre et d'une fille à l'autre. Certaines filles naissent sans hymen. L'hymen change au cours de la vie avec l'âge et les hormones de la puberté. Pendant la puberté, l'hymen devient plus élastique, extensible, flexible, et est fait souvent de tissus pliés.

L'hymen ne couvre généralement pas toute l'entrée de l'orifice vaginal, car un espace doit être prévu pour permettre au liquide menstruel ou aux règles de quitter le corps. Parfois, lorsqu'une fille a ses règles, elle peut craindre que le sang qui s'écoule soit lié à son hymen. Cela n'a rien à voir et elle ne devrait pas s'inquiéter.

Expliquez que toute femme qui atteint la puberté peut tomber enceinte.

? Demandez au groupe comment une femme peut savoir qu'elle est tombée enceinte. Les réponses potentielles sont les suivantes :

- a. Absence de règles
- b. Changements physiques : seins plus volumineux et plus sensibles, ballonnements, nausées matinales.
- c. Test de grossesse positif

VIRGINITÉ : « L'hymen a toujours été associé à la virginité d'une femme. On enseigne à certaines filles qu'elles doivent s'abstenir d'avoir de relations sexuelles avant le mariage, ou rester « vierges » et qu'avoir des relations sexuelles avant le mariage est honteux. Il existe un mythe selon lequel l'hymen recouvrirait l'orifice vaginal, qu'il demeurerait « intact » ou « entier » tant qu'une femme n'a pas de rapports sexuels. Ce mythe est largement répandu. Ce n'est pas vrai. Tout d'abord, l'hymen de chaque femme ou fille est différent. Chez les femmes et les adolescentes également, l'hymen s'étire, ce qui permet une pénétration vaginale avec peu ou pas

de blessure. Même en cas de blessure, l'hymen et le tissu vaginal peuvent guérir très rapidement. Il n'y a aucune preuve validant la croyance selon laquelle l'examen de l'hymen permet de dire si des rapports sexuels ont eu lieu ou non. L'idée du test de virginité – c'est-à-dire l'examen de l'orifice vaginal d'une femme ou d'une jeune fille pour déterminer si elle a eu des rapports sexuels repose sur des idées de contrôle de l'activité sexuelle d'une femme, de honte et de préjudice, d'humiliation, de non-scientificité et de manque de fiabilité

Il existe également un mythe selon lequel l'hymen d'une femme ou d'une jeune fille saigne ou se rompt lors d'une pénétration vaginale. N'oubliez pas que l'hymen peut être souple et s'étirer pendant les rapports sexuels sans saigner. Cependant, toute douleur et tout saignement à la suite d'un rapport sexuel sont plus susceptibles d'être causés par un saignement de la paroi vaginale dû à la force ou à un manque de lubrification, et non à cause d'une déchirure de l'hymen. Les tissus vaginaux guérissent rapidement et ne laissent souvent aucune trace. Après la puberté, l'hymen lui-même a très peu de vaisseaux sanguins et, même s'il est déchiré, il peut ne pas causer des saignements abondants. De plus, les hymens peuvent également s'étirer ou se déchirer facilement lors d'une activité physique ou sportive normale et peuvent être ouverts par les doigts ou les tampons. Donc, l'absence de saignement ne signifie pas qu'une fille a déjà eu des relations sexuelles.

La virginité est souvent perçue comme une réalité qui appelle une réponse par « oui » ou par « non ». Cependant, c'est faux parce que la virginité n'est pas un concept médical, mais sa signification et sa compréhension découlent des valeurs culturelles et des fondements religieux dans lesquels une fille/ un garçon est élevé. Par conséquent, il n'y a pas de définition unique de la virginité car c'est une construction sociale qui n'existe pas. Les décisions concluant à la virginité ou non reposent sur une information erronée qui est renforcée par un manque d'éducation complète à la sexualité. »

Résumé

Parlez de l'anatomie et de la physiologie des appareils génitaux masculin et féminin.

- Expliquez les concepts de menstruation et de rêves humides.
- Exercez-vous à identifier les organes génitaux mâles et femelles.
- Exercez-vous à aborder les questions liées aux changements sexuels qui s'opèrent dans notre corps.
- Discutez des pratiques d'hygiène.
- Discutez des mythes et des réalités liés à la reproduction.

6.3 Plan de leçon pour la puberté

	Éléments de connaissance	Compétences	Attitudes
OBJECTIFS D'APPRENTISSAGE CLÉS	<ul style="list-style-type: none">• Les apprenants seront en mesure d'énumérer les principaux changements physiques et émotionnels qui ont lieu pendant la puberté• Les apprenants seront en mesure de décrire les pratiques d'hygiène personnelle et d'assainissement• Les apprenants comprendront que les jeunes hommes peuvent avoir des érections, soit en raison de l'excitation, soit sans raison particulière, et que c'est normal	<ul style="list-style-type: none">• Décrire comment se procurer, utiliser et jeter les serviettes hygiéniques et autres protections menstruelles.	<ul style="list-style-type: none">• Les apprenants seront capables de rappeler que la puberté survient à des moments différents selon les personnes et qu'elle a des effets différents sur les garçons et les filles,• Ils prendront conscience que les moqueries, l'humiliation ou la stigmatisation des autres en raison des changements liés à la puberté sont blessantes et peuvent avoir des conséquences psychologiques durables.
	Durée : Activité principale 45 min Résumé de l'apprentissage et des données clés 10 min	Supports : Pour susciter l'intérêt pour le sujet : Préparer le schéma corporel d'une fille et d'un garçon en utilisant un papier graphique. Papier, papier graphique ou tableau blanc/craie et marqueurs/craie), cartes ou bandes de papier Instructions pour le jeu de rôle	


Tranche d'âge cible

15-19 ans

Les participants pourront :

- Identifier les principaux changements physiques vécus pendant la puberté
- Identifier les changements émotionnels accompagnant la puberté
- Parler de la façon de gérer les émotions pendant la puberté
- Relier les compétences de la vie courante à la gestion des changements de la puberté

Method


 Jeu de rôle
30 min.

Jeu de rôle 1 : L'une joue le rôle d'une mère (tante, grand-mère), l'autre celui d'une fille de 12 ans. La jeune fille est inquiète parce que, contrairement à la plupart de ses amies, ses seins n'ont pas poussé. La mère (tante, grand-mère) la réconforte et lui parle des changements qui se produisent chez les filles pendant la puberté.

Jeu de rôle 2 : Une personne joue le rôle d'un garçon de 12 ans ; l'autre joue celui du grand frère. Le garçon est triste parce que tout le monde à l'école le taquine à propos de sa voix grave. Le frère aîné explique pourquoi sa voix est grave et ce qu'il faut dire aux gens lorsqu'ils le taquent.

Jeu de rôle 3 : Les deux personnes jouent le rôle des filles de 10 ans. Une fille taquine l'autre parce qu'elle est plus grande que toutes les autres filles de la classe. La grande fille explique que les garçons et les filles grandissent à des rythmes différents et en ayant des tailles différentes. Elle explique également pourquoi elle n'aime pas qu'on la taquine et demande aux autres filles d'être plus gentilles.

Jeu de rôle 4 : Une personne joue le rôle d'un garçon de 12 ans ; l'autre joue le rôle de son père (oncle, grand-père). Le garçon est inquiet car des poils poussent sous ses aisselles et un peu sur son visage. Le père (oncle, grand-père) le réconforte et lui parle des changements qui se produisent chez les garçons pendant la puberté.

 Discussions sur les jeux de rôle
15 min

Expliquez ce qu'est la puberté :

La puberté est une période où le corps des garçons et des filles change, où le corps gagne en grosseur et en hauteur, où les organes génitaux se développent et où les poils apparaissent. La puberté survient parce que de nouvelles substances chimiques (hormones) se développent dans le corps, transformant les jeunes en adultes.

Habituellement, la puberté commence entre 8 et 13 ans chez les filles et entre 10 et 15 ans chez les garçons, bien que certains jeunes commencent la puberté plus tôt ou plus tard.

En règle générale, mais pas toujours, les filles commencent la puberté deux ans plus tôt que les garçons. Pendant la puberté, les filles sont physiquement en mesure de tomber enceintes, et les garçons sont physiquement en mesure de procréer. Si le développement de votre corps vous préoccupe, demandez à parler à un adulte de confiance ou à un professionnel de la santé.

Expliquez-leur les changements émotionnels qu'ils peuvent ressentir pendant la puberté. Insistez sur le fait que les changements physiques et émotionnels qui surviennent à la puberté sont normaux.

Pendant la puberté, les jeunes peuvent devenir hypersensibles ou être facilement contrariés et avoir des sautes d'humeur. L'anxiété liée au changement du corps est l'une des choses auxquelles les jeunes sont le plus sensibles. Le fait de perdre son sang-froid plus que d'habitude et de se mettre en colère contre des amis ou des membres de la famille se produit plus facilement. Il est courant de se sentir triste ou déprimé parfois. Les jeunes doivent parler aux adultes en qui ils ont confiance de tout sentiment de colère, de tristesse ou de dépression qu'ils peuvent avoir.

Expliquer les sentiments sexuels.

Insistez sur le fait que les sentiments sexuels sont normaux.

Pendant la puberté, il est normal de devenir plus sensible au sexe opposé et de devenir plus excité.


Chez les garçons, le principal signe de sentiments sexuels est l'érection du pénis.

Chez les filles, c'est l'humidité du vagin.

Les sentiments sexuels peuvent être induits par la lecture d'un roman romantique ou le fait de penser à un autre garçon ou à une autre fille.

Il est normal d'avoir des sentiments sexuels et donc de ne pas se sentir coupable. Agir en fonction de ces sentiments est toutefois une grande responsabilité et il est préférable d'attendre d'être plus âgé. Il est également normal de ne pas avoir de sentiments sexuels, tout comme le fait qu'un garçon ou une fille s'interroge sur sa propre sexualité.

! Accordez aux apprenants une pause de 10 minutes

 Hygiène menstruelle
Jeu de rôle 10 min

This session involves a role-play/drama on a sensitive topic. The script follows the training session guide. The play requires three males and two females to play the role of pupils, plus one additional participant (male or female) to play the role of teacher. The actors must be

comfortable role-playing on the topic of menstruation. They should receive the script in advance and be asked to rehearse at least once as a group in preparation.

Un jeu de rôle en trois actes

Personnages

Écolière 1..... *Ajouter des noms*
Écolière 2.....
Écolière 3.....
Écolière 4 (absente)..... *Pas besoin d'acteur*
Écolière 5 (absente)..... *Pas besoin d'acteur*
Enseignant.....
Écolier 1.....
Écolier 2.....

Préparation

Avec les bureaux et les chaises de la salle de formation, simulez une salle de classe et placez les chaises restantes autour de la scène de la salle de classe pour que les participants puissent être des spectateurs.

La scène 2 se déroule dans la cour de l'école, alors assurez-vous de pouvoir jouer à la fois la scène de la salle de classe et la scène de la cour d'école sans déplacer trop de meubles.

SCÈNE 1 : UNE CLASSE DE CINQUIÈME

L'enseignant demande aux élèves d'entrer en classe. La fille 3 a une tache à l'arrière de sa jupe.

L'enseignante fait l'appel de tous les garçons et filles. Deux filles, 4 et 5, sont absentes. Elle s'en aperçoit.

L'enseignante donne une leçon. Elle explique une notion et pose une question.

Les garçons 1 et 2 lèvent rapidement la main et veulent être repérés.

Enseignante : « Pas toujours les mêmes garçons ! Écoutons des filles. Lève-toi, fille 3, et dis-nous ce que tu en sais !

La fille 3 se lève et les garçons voient la tache sur sa jupe et commencent à se moquer d'elle et à la taquiner.

La fille 3 est complètement gênée et honteuse. Elle ferme ses livres, s'assoit et refuse de participer.

L'enseignante comprend ce qui s'est passé et im-pose une pause.

L'enseignante veille à ce que la fille 3 sorte en dernier et lui donne un pagne ou un grand châle pour se couvrir.

SCÈNE 2 : FILLES DANS LA COUR D'ÉCOLE

Les filles 1 et 2 attendent que la fille 3 sorte de la classe.

Les filles parlent de ce moment embarrassant que la fille 3 vient de vivre. Ensuite, elles font part chacune leur propre expérience.

Exemples :

Fille 1 : « Lors de mes dernières règles, j'ai eu tellement mal que je ne pouvais pas venir à l'école, alors je suis restée à la maison pendant 2 jours. »

Fille 2 : « Je déteste les toilettes ici. Elles n'offrent pas d'intimité. Comment suis-je censée me nettoyer et changer ma serviette ? Ça pue là-dedans, et les garçons ont essayé de me suivre, ils ont ri et se sont moqués de moi.

Les filles parlent de leurs camarades de classe absentes. Une jeune fille est passée devant la maison d'une absente le matin et raconte quel était son problème : Elle avait des crampes, elle ne pouvait pas marcher pour aller à l'école de peur de remplir sa serviette faite de bandes d'un vieux tissu pagne.

La plupart des filles ont leurs règles très secrètement et parfois, nous pouvons porter la même serviette pendant toute la journée.

La menstruation n'est PAS :

- Une maladie ou une malédiction
- Une honte
- Une raison de tenir les filles et les femmes à l'écart de l'école, des activités ménagères ou du travail

Demandez aux apprenants de discuter des défis auxquels les filles sont confrontées lorsqu'elles gèrent leurs menstruations.

Peur de se lever pour répondre aux questions, en classe, de peur de tacher sa jupe.

- Intimidation et moqueries des garçons
- Honte et peur que les gens découvrent qu'elles ont « leurs règles »
- Manque d'informations précises et peur de ce qui leur arrive • Problèmes de santé liés à l'incapacité de changer régulièrement leurs serviettes, c'est-à-dire infection des voies urinaires, candidose vaginale, etc.
- Tabous sur ce qu'elles peuvent ou ne peuvent pas faire, les endroits où elles peuvent ou ne peuvent pas aller, pendant leurs menstruations

Moyens financiers limités pour acheter des serviettes et des tampons

- Le manque de soutien et de compréhension de la part des adultes qui les entourent : familles et enseignants.
- Les garçons pourraient ne pas comprendre la menstruation et comment leur apporter du soutien pendant cette période.


Références

<https://www.unicef.org/wash/files/UNICEF-Guide-menstrual-hygiene-materials-2019.pdf>

6.4 Plan de leçon sur l'image corporelle

OBJECTIFS D'APPRENTISSAGE CLÉS	Éléments de connaissance	Compétences	Attitudes
	<ul style="list-style-type: none"> Les apprenants seront en mesure d'analyser des stéréotypes culturels et sexistes particuliers et la façon dont ils peuvent affecter l'image corporelle des gens et leurs relations 	<ul style="list-style-type: none"> Les apprenants seront capables de réfléchir à leur propre image corporelle et à la manière dont elle peut affecter l'estime de soi, la prise de décision en matière de sexualité et les comportements sexuels qui en découlent. 	<ul style="list-style-type: none"> Les apprenants reconnaîtront que l'apparence physique ne détermine pas la valeur d'une personne en tant qu'être humain, Les apprenants seront capables de montrer qu'ils sont ouverts à divers types d'apparence physique, notamment parmi leurs pairs.
	<p>Durée : Activité principale 45 min Résumé de l'apprentissage et des données clés 20 min</p>	<p>Supports : Tableaux à feuilles mobiles, marqueurs, papier pour les participants, présentations PowerPoint, petite récompense (par ex. : fruits, fournitures de bureau) Cartes de quiz.</p>	

Tranche d'âge cible
15-19 ans


 Activité préliminaire
10 min

Demandez aux apprenants de se lever et d'écrire ou de mentionner trois choses qu'ils aiment sur eux.

Ou complétez les phrases ci-dessous

1. Je m'aime parce que _____
2. Je me sens bien avec _____
3. Je suis un expert en _____

Après cette activité, les apprenants analyseront le rôle de la responsabilité individuelle dans l'amélioration de la santé et de l'image corporelle.

 Activité 2 :
30 min

Supports : Panneau d'affichage avec crayon OU tableau noir avec craie

Instructions :

1. En fonction de la taille de la classe, divisez les apprenants en équipes d'environ 5 à 8 participants
2. Ensuite, déterminez le temps que vous souhaitez consacrer au jeu. En fonction de vos contraintes de temps, vous pouvez choisir d'avoir plus ou moins de catégories.

Puisque chaque catégorie comporte 4 questions,

le jeu devra prendre environ 10 minutes par catégorie.

3. L'objectif du jeu est qu'une équipe gagne le plus de points. Une équipe peut gagner des points en répondant correctement à l'une des questions. Chaque question rapporte un certain nombre de points. Plus la question est difficile, plus elle rapporte des points. Par exemple, dans la catégorie #1, la question à 400 points serait une question plus difficile que la question à 100 points.
4. Chaque équipe choisit à tour de rôle une catégorie et le nombre de points qu'elle souhaite gagner. L'animateur passe ensuite en revue la question correspondante et demande à l'équipe d'y répondre. L'équipe dispose d'une minute pour discuter en groupe et s'accorder sur sa réponse. Si la supposition est correcte, alors cette équipe se voit attribuer les points. L'animateur peut ensuite écrire ces points au tableau ou les noter sur une feuille de papier. Si la réponse est fautive, une autre équipe peut tenter sa chance de remporter ces points. La deuxième équipe sera invitée à répondre à la question, après que l'animateur a fait savoir à la première équipe que sa réponse n'est pas la bonne.
5. Une fois qu'une équipe a choisi une catégorie et un certain nombre de points, ces points ne peuvent plus être mis en jeu. Ainsi, si l'animateur utilise un tableau noir, il peut alors rayer ces points ou les effacer. Si l'animateur utilise un panneau d'affichage, il peut rayer les points à l'aide d'un crayon ou quelque chose d'effaçable (afin que le panneau d'affichage puisse être réutilisé à l'avenir).

6. Une fois qu'une équipe est passée, c'est maintenant au tour de l'équipe suivante. Et le même processus se répète.
7. Le jeu se termine lorsque toutes les questions ont été répondues. L'équipe gagnante est celle qui a remporté le plus de points !

Notes supplémentaires :

Encouragez les équipes à se trouver un nom de groupe pour favoriser le renforcement de l'esprit d'équipe, le plaisir et la créativité !

- Après chaque question, assurez-vous d'apporter des éclaircissements à la réponse pour vous assurer que les apprenants sachent ce que la question attendait d'eux et quelle est la réponse. Si le temps le permet, vous pouvez également donner une brève discussion ou explication concernant l'objet de la question, après y avoir répondu.

Demandez aux élèves ce que signifie pour eux le terme « image corporelle » ?

Les réponses varient. Notez quelques idées au tableau. Permettez à la classe de mieux comprendre l'image corporelle et les facteurs qui contribuent au sentiment d'estime de soi.

Ensuite, posez aux élèves les questions suivantes :

Qu'est-ce que le terme estime de soi signifie pour vous ? L'estime de soi décrit le sentiment que l'on éprouve à l'égard de soi-même. Elle est liée à l'image de soi. Pourquoi l'estime de soi est-elle importante ?

Elle a un impact majeur sur de nombreux aspects de votre vie (école, capacité à se faire des amis, gestion des déceptions, résistance au stress, etc.)

1. Se valoriser et penser que les autres nous apprécient et apprécient notre compagnie.
2. Une attitude positive : accepter ses forces et ses faiblesses, et éviter trois attitudes négatives :

QUESTIONS et RÉPONSES :

CATÉGORIE 1 : QUAND JE SERAI GRAND (PUBERTÉ)

100 points

Q : Dans quelle tranche d'âge la puberté survient-elle généralement ?

A : La tranche d'âge de 8 à 16 ans.

200 points

Q : Citez 2 choses qui arrivent aux filles et aux garçons pendant la puberté.

A : Changements chez les garçons et les filles : Ils gagnent en taille. La peau devient plus grasse et est plus sujette à l'acné. Des poils poussent sous les aisselles et autour de la région pubienne. Les hormones commencent à se développer. Ils commencent à dégager une odeur corporelle

300 points

Q : Citez 3 changements qui se produisent chez les filles à la puberté et 3 changements qui se produisent chez les garçons à la puberté.

A : Changements physiques chez les garçons : changements de voix, pomme d'Adam, chute des testicules, pousse de poils sous les aisselles, sur la poitrine et dans la région pubienne, peau plus grasse. Changements physiques chez les filles : Grossissement des seins, pousse de poils sous les aisselles et dans la région pubienne, élargissement du bassin, peau plus grasse, début des règles

400 points

Q : Quelle glande déclenche le début de la puberté chez les garçons et les filles ?

A : Glande pituitaire

CATÉGORIE #2 : PARLONS SEXE (SANTÉ SEXUELLE)

100 points

Q : Citez 3 maladies sexuellement transmissibles (MST) ou infections sexuellement transmissibles (IST).

A : Chlamydia, syphilis, herpès, VIH, hépatite, papillomavirus, gonorrhée

200 points

Q : Citez 2 moyens de prévenir les maladies et les infections sexuellement transmissibles.

A : Abstinence, méthodes barrière, préservatifs, dépistage des deux partenaires qui acceptent de ne plus se fréquenter par la suite.

300 points

Q : Comment prévenir une grossesse non désirée ?

A : Préservatifs, autres moyens de contraception (pilules contraceptives ou injectables, etc.)

400 points

Q : Quel est le seul moyen efficace à 100 % d'éviter une grossesse ?

A : Rester abstinent (pas de relations sexuelles), ce qui implique l'engagement mutuel des deux partenaires qui peut être difficile à obtenir (voir la matrice des ressources pour plus d'informations). Aucun moyen de contraception n'est efficace à 100 %, pas même un préservatif.

CATÉGORIE 3 : SANTÉ REPRODUCTIVE

100 points

Q : Vrai ou Faux. Une fois qu'une femme atteint la puberté, elle aura ses règles pour le reste de sa vie.

A : Faux. Les règles d'une femme s'arrêtent temporairement lorsqu'elle est enceinte, puis s'arrêtent définitivement une fois qu'elle est ménopausée.

200 points

Q : Comment appelle-t-on le phénomène qui se produit lorsque le sang afflue vers le pénis et qu'il s'élargit et durcit ?

A : Une érection.

300 points

Q : Qu'est-ce que la menstruation et à quelle fréquence se produit-elle ?

A : Lorsque la muqueuse de l'utérus est excrétée une fois par mois et provoque des saignements du vagin. Cela se produit en moyenne une fois tous les 28 jours, mais peut varier.

400 points

Q : Vrai ou Faux. Si l'ovule d'une fille est mature alors que celle-ci n'a pas encore eu ses premières règles, elle peut toujours tomber enceinte si elle a des relations sexuelles.

A : Vrai.

Catégorie 4 :
Gardez-le propre (hygiène)

100 points

Q : Que signifie GHM ?

A : Gestion de l'hygiène menstruelle

200 points

Q : Vrai ou Faux. Il est important de se laver tous les jours afin de prévenir les odeurs corporelles et les infections.

A : Vrai.

300 points

Q : À quelle fréquence faut-il changer les serviettes hygiéniques ?

A : Les serviettes doivent être changées au moins 2 fois par jour, sinon plus.

400 points

Q : Donnez 2 endroits où vous pouvez vous mettre au rebut des serviettes hygiéniques de manière sûre et hygiénique ?

A : Les serviettes doivent être jetées dans des poubelles, des latrines à fosse ou incinérées.



Montrez aux apprenants comment les médias, y compris les réseaux sociaux, peuvent influencer et affecter les perceptions de l'image corporelle et causer du stress.

- Concentrez-vous sur vos qualités, vos compétences et vos talents positifs.
- Dites-vous des choses positives tous les jours (la pratique des affirmations met cette suggestion à profit)
- Évitez les monologues intérieurs négatifs ou réprobateurs
- Concentrez-vous sur les éloges et le respect de ce que votre corps peut faire
- Fixez-vous des objectifs positifs et axés sur la santé plutôt que sur la perte de poids.
- Admirez la beauté des autres, mais évitez de vous comparer à quelqu'un d'autre.
- Rappelez-vous que de nombreuses images véhiculées dans les médias sont irréalistes et inaccessibles pour la plupart des gens, car elles sont photoshopées.

7. Sexualité et comportement sexuel

Il est une vision très étroite de la sexualité qui la réduit aux relations sexuelles et à la reproduction entre les personnes. Il est important de réexaminer ce concept à la lumière du travail avec des adolescents ou tout autre groupe d'enfants à n'importe quel stade de développement. La sexualité n'est pas synonyme de sexe ; elle fait plutôt partie de la vie entière d'une personne, de la naissance à la mort. Il ne s'agit pas seulement de processus impliquant des organes génitaux et reproductifs, mais aussi de rôles de genre, de rôles sociaux, d'estime de soi, de sentiments et de relations. La sexualité est la façon dont une personne se sent en tant qu'homme ou femme, la façon dont elle s'identifie aux membres du même sexe et du sexe opposé, et la façon dont elle se sent en tant que personne entière.



Photo: Håvard Bjelland, Norwegian Church Aid

THÈMES




Photo: Norwegian Church Aid

7.1 Sexe, sexualité et cycle de vie sexuelle

7.2 Comportement sexuel et réaction sexuelle

7.1 Plan de leçon sur le sexe, la sexualité et le cycle de vie sexuel

	Éléments de connaissance	Compétences	Attitudes
OBJECTIFS D'APPRENTISSAGE CLÉS	<ul style="list-style-type: none">Les apprenants seront en mesure de comprendre que notre sexualité commence à la naissance et prend fin à la mortLes apprenants sauront que nous n'avons pas besoin de rapports sexuels pour profiter de notre sexualité	<ul style="list-style-type: none">Les apprenants seront en mesure de mettre en pratique des gestes quotidiens pour favoriser une sexualité positive et saine à la maison, à l'école et dans la communauté	<ul style="list-style-type: none">Les apprenants seront en mesure de reconnaître que de nombreux facteurs ont un impact sur la sexualitéLes apprenants reconnaîtront que les attentes à l'égard de la sexualité peuvent évoluer
Durée totale du cours : 35 min	Supports : Tableaux à feuilles mobiles, marqueurs		

 Première leçon :
Concepts de sexualité

Méthodes

Travail en groupe et discussion

SESSION UN : QU'EST-CE QUE LA SEXUALITÉ ?

Étape 1 :

Répartissez les participants en six petits groupes et donnez à chaque groupe l'un des éléments suivants sur lesquels discuter

1. Un petit garçon et une petite fille
2. Un bébé garçon et une petite fille âgés de 6 ans
3. Un bébé garçon et une fille âgés de 15 ans
4. Un homme et une femme mariés âgés de 22 ans
5. Une femme et un homme avec un bébé
6. Un homme et une femme âgés

Demandez à chaque groupe de discuter de la façon dont la personne, faisant partie du scénario qui leur a été donné, pourrait ressentir et exprimer sa sexualité. Par exemple, un garçon ou une fille de 6 ans joue les rôles de maman et de papa

Faites-leur savoir qu'ils devront rendre compte de leurs conclusions en plénière dans un délai de 5 minutes

Demandez aux participants d'être aussi concrets que possible et d'utiliser des exemples dans la mesure du possible.

 Étape 2 :
15 min

Demandez aux membres du groupe de dire en plénière ce qu'ils pensent de la sexualité dans la

tranche d'âge dont ils ont parlé. D'autres groupes peuvent ajouter leurs idées.

REMARQUE À L'INTENTION DE L'ANIMATEUR :

La sexualité implique une attirance émotionnelle et physique envers les autres. Il peut s'agir d'éprouver du plaisir et de l'excitation envers quelqu'un dont vous êtes proche. Il s'agit d'un aspect sain de l'être humain qui peut s'exprimer de diverses manières, telles que les baisers, les câlins, les attouchements, les caresses et les contacts sexuels, tant qu'il y a consentement et respect entre les deux parties (Reportez-vous au manuel pour connaître les définitions du sexe et de la sexualité ainsi que les facteurs qui influencent l'activité sexuelle et les compétences pour gérer les changements qui se produisent à la puberté, y compris les « cercles de la sexualité »).

 Étape 3 :
10 min

Demandez aux participants ce qu'ils ont appris de cette activité.

Résumé : 10 min

L'animateur doit souligner que nous pouvons profiter de notre sexualité à tout âge, même sans avoir de rapports sexuels. Nous ne devrions pas être pressés d'avoir des rapports sexuels, mais attendre que notre esprit et notre corps soient matures. Nous devons avoir l'assurance que nous le ferons bien au moment venu. En tant qu'animateur, il vous incombe d'instaurer un climat de sécurité et de confiance pour tous les participants. Ce rôle implique de favoriser la réflexion personnelle, les discussions stimulantes sur les situations (in)égales et la fourniture d'un retour d'information, qui nécessitent à leur tour une sensibilité aux dynamiques de pouvoir.

7.2 Plan de leçon sur le comportement sexuel et l'intervention sexuelle

	Éléments de connaissance	Compétences	Attitudes
OBJECTIFS D'APPRENTISSAGE CLÉS	<ul style="list-style-type: none"> Les apprenants seront en mesure de comprendre que les façons de montrer de l'amour varient avec l'âge Les apprenants seront en mesure de comprendre qu'ils ont le droit de prendre des décisions éclairées sur leur comportement sexuel, y compris s'ils doivent retarder les rapports sexuels ou devenir sexuellement actifs 	<ul style="list-style-type: none"> Les apprenants seront en mesure de définir les aspects positifs et négatifs liés au fait de montrer de l'amour Les apprenants seront en mesure de réfléchir à la façon dont leurs propres décisions en matière de sexe et de relations pourraient affecter les autres et leur avenir 	<ul style="list-style-type: none"> Les apprenants seront en mesure de reconnaître la nature dynamique de la prise de décision et le respect des relations sexuelles
	Durée totale du cours : 20 min	Supports : Exemples d'énoncés.	

Méthodes

Discussion de groupe



Première activité :

Identifier les situations de violence sexuelle, y compris les zones grises sensibles

Tâches de l'animateur :

- Expliquer aux participants que la violence sexuelle, qui fait partie intégrante des violences basées sur le genre, n'est pas toujours aussi claire à établir que le viol sous la menace d'un couteau. C'est ce qu'on appelle les zones grises de la violence sexuelle. Il s'agit souvent de harcèlement sexuel ou de la violation des limites de quelqu'un.
- Demandez à deux volontaires de s'avancer et de lire l'histoire d'Ashley et de Jordan ; un participant, de préférence un garçon, lit la partie de Jordan, tandis qu'une fille lit la partie d'Ashley.
- Après le récit, discutez-en en utilisant les questions ci-dessous ;

(Article tiré de <http://www.vtnetwork.org/wp-content/uploads/Youth-Advocate-and-Educator-Activity-Manual.pdf>)

Ashley :

Jordan et moi étions sortis ensemble pendant six mois. Les choses se sont bien passées entre nous jusqu'à la nuit de la fête de Nick. Ses parents étaient hors de la ville, et c'était censé être la plus grande fête de l'année. J'ai emprunté cette superbe mini-jupe à ma meilleure amie pour plaire à Jordan.

Jordan :

Ashley et moi étions sortis ensemble pendant environ six mois. Je n'oublierai jamais la nuit où je l'ai rencontrée. Nous nous étions préparés pour le bal de Noël à son école. Je pensais qu'elle n'allait pas assurer parce qu'elle n'avait pas de cavalier, mais ce fut tout le contraire. Ashley n'est pas comme les autres filles avec qui je suis sorti. Je ne me sens pas dérangé même lorsque mes amis me taquinaient sur le fait que je passe autant de temps avec elle.

Ashley :


Il y avait un tas de gens à la fête quand mes amis et moi sommes arrivés. Jordan et moi avons commencé à danser tout de suite. Nous passions un bon moment. Entre deux chansons, nous parlions à nos amis et buvions de l'alcool. Après quelques heures, j'ai commencé à me sentir malade et étourdie. Je pouvais à peine me tenir debout, alors j'ai demandé à Jordan de m'emmener à l'étage. Je pensais que je me sentirais mieux si je dormais un peu.

Jordan :

Le week-end dernier, nous avons prévu de nous rencontrer lors d'une fête. Elle s'est présentée dans cette tenue incroyable. Nous avons bu de la bière, ce qui l'a d'abord fait rire, puis elle a commencé à s'agripper à moi. Quand elle a dit qu'elle voulait monter à l'étage et s'allonger, qu'étais-je censée penser ? Je veux dire, nous avons déjà parlé de sexe et elle savait qu'elle ne me laissait pas indifférent. J'ai pensé que c'était sa façon à elle de me dire que le moment était venu. Peut-être a-t-elle grogné un peu quand j'ai commencé à l'embrasser et à lui enlever ses vêtements. Mais je me suis dit qu'elle voulait que je ralentisse puisque c'était notre première fois. Nous avons fait l'amour, et j'ai pensé que tout allait bien quand je l'ai ramenée à la maison.

Ashley :

Quand nous sommes arrivés à l'étage, Jordan a commencé à m'embrasser dans le cou et à déboutonner ma chemise. J'ai essayé de lui dire que je voulais juste dormir un moment. En un rien de temps, Jordan était sur moi. Je ne voulais pas crier et me ridiculiser devant toutes ces autres personnes autour. J'ai essayé de lui dire « non » et que je ne voulais pas que notre première fois se passe ainsi. Je pense que je me suis évanouie parce que la prochaine chose dont je me souviens, c'est que Jordan m'a dit qu'il m'aimait tout en m'aidant à m'habiller. Je ne veux plus jamais le revoir. Il avait l'air d'un type formidable. Je pensais qu'il m'aimait autant que je l'aimais. Que s'est-il passé ? »

 **Questions à aborder**

1. Comment pensez-vous qu'Ashley s'est sentie à la fin de ce scénario ?
2. Ashley demande ; qu'est-ce qui s'est passé ? Que pensez-vous qu'il s'est passé ? S'agissait-il d'un viol ? Ashley et Jordan se fréquentaient depuis un certain temps, cet événement change-t-il les choses ?
3. Pourquoi pensez-vous qu'Ashley ne se souvient pas d'une partie de la nuit ? Cela signifie-t-il que l'alcool est en cause ?
4. Ashley a dit qu'elle avait essayé de dire NON... Mais ensuite, elle s'est évanouie. Y avait-il d'autres signes indiquant qu'Ashley ne voulait pas avoir de relations sexuelles ? Lesquels ? Jordan les a-t-il remarqués ?
5. Ashley et Jordan ont tous deux mentionné les vêtements d'Ashley le soir de la fête... Pensez-vous que parfois les gens font des idées – parfois injustes – rien qu'à en juger par l'habillement de quelqu'un ? Qu'en pensez-vous ? Pensez-vous que dans certaines situations, il peut être difficile de décrypter les signaux envoyés par les gens pour dire non ? Cela signifie-t-il qu'il ne s'est rien passé de mal ?
6. Comment la situation aurait-elle pu mieux se terminer ? Plus précisément, qu'est-ce que Jordan aurait dû faire différemment ce soir-là ?

Résumé

Résumez l'exercice en soulignant qu'il doit toujours y avoir un accord et un consentement mutuels pour toute forme de comportement sexuel entre deux personnes. Le problème est que de nombreuses formes de violence et de harcèlement sexuels ne sont pas reconnues comme telles.

Beaucoup de jeunes n'ont pas conscience du harcèlement ou de l'intimidation qu'ils subissent. Ils pensent que tout est normal et que beaucoup de ces actes ou expressions sont tolérés dans de nombreuses sociétés. Et bien, ce n'est pas normal, car être protégé contre toutes les formes de violence sexuelle est un droit fondamental. Si ce n'est pas le cas, il s'agit de violence sexuelle qui ne doit jamais être tolérée.

Il est également important d'insister sur le droit de choisir de retarder ou d'avoir des rapports sexuels. Cela inclut le droit de prendre des décisions sur les stratégies de réduction des risques de grossesse non désirée et d'IST, y compris le VIH.

Références

<https://www.who.int/teams/sexual-and-reproductive-health-and-research/key-areas-of-work/sexual-health/defining-sexual-health>

Joan Ferrante (2014). *Sociology: a global perspective*. Cengage learning. P. 207. Isbn 978-1-285-74646-3

<https://www.humanium.org/en/adolescents-sexuality/>

<https://www.youtube.com/watch?v=pZwvrxVavnQ>

8. Santé sexuelle et reproductive

Avoir une vie sexuelle est essentiel et important pour les êtres humains. C'est un acte agréable et divertissant. Une vie sexuelle saine, exempte d'actes de force, de stigmatisation et de violence est un droit naturel de tout être humain. Au stade de l'adolescence, un jeune connaît une croissance physique rapide et le développement des organes génitaux. Parallèlement à cette croissance, des développements psychologiques et émotionnels peuvent survenir, tels que le développement de sentiments d'amour ou d'attirance sexuelle envers le sexe opposé (ou de même sexe), le désir sexuel et l'aspiration à donner naissance. C'est une période que les adolescents doivent également comprendre et reconnaître pour adopter des stratégies de réduction des risques et être conscients des conséquences des grossesses non planifiées et des IST, y compris le VIH.




THÈMES




Photo: Reproductive Health Supplies Coalition

- 8.1** Grossesse et prévention de la grossesse
- 8.2** Stigmatisation, soins, traitement et prise en charge liés au VIH et au SIDA
- 8.3** Comprendre, reconnaître et réduire le risque d'IST, notamment le VIH

8.1 Plan de leçon sur la grossesse et la prévention de la grossesse

	Éléments de connaissance	Compétences	Attitudes
OBJECTIFS D'APPRENTISSAGE CLÉS	<ul style="list-style-type: none"> Les apprenants seront en mesure de comprendre ce que signifie avoir un enfant et les responsabilités que cela implique Les apprenants seront en mesure de comprendre les conséquences d'une grossesse non planifiée Les apprenants seront en mesure de décrire des méthodes de prévention de la grossesse 	<ul style="list-style-type: none"> Les apprenants seront en mesure de dire ce qu'ils pensent de la contraception, des rôles de genre et des normes des pairs qui affectent ces sentiments 	<ul style="list-style-type: none"> Les apprenants seront en mesure de savoir que les enfants doivent être désirés, pris en charge et aimés Les apprenants seront en mesure de reconnaître qu'une grossesse non désirée à un âge précoce peut avoir des conséquences négatives sur la santé et la société.
	Durée totale du cours : 30 min	Supports : Tableaux à feuilles mobiles, marqueurs,  Conseil : Assurez-vous de bien connaître toutes les réponses de cette activité et d'être prêt à répondre aux questions ou à orienter les personnes désireuses d'obtenir plus d'informations.	

 Première leçon :
Les tenants et aboutissants de la grossesse


Méthodes

Jeu et discussion

SESSION 1 FAITS ET MYTHES SUR LA GROSSESSE

Étape 1 :
Instructions

Demandez aux participants de former un cercle. Dites-leur que vous allez lire des énoncés, et s'ils sont d'accord avec l'énoncé lu, ils doivent lever les deux mains, s'ils pensent que c'est vrai, ils doivent lever une main, et s'ils pensent que c'est faux, ils ne doivent pas lever la main.


 Énoncés :
5 min

- *Une fille ne peut tomber enceinte que si elle a souvent des rapports sexuels non protégés.*
- *Une fille ne peut pas tomber enceinte la première fois qu'elle a des relations sexuelles.*
- *Le meilleur moment pour tomber enceinte est d'avoir des rapports sexuels une semaine après la fin des menstruations (8 à 19 jours après le premier jour des règles).*
- *Une fille ne peut pas tomber enceinte avant l'âge de 16 ans.*


- *Une fille ou une femme peut dire qu'elle est enceinte, car ses seins sont devenus lourds ou douloureux et elle a cessé d'avoir ses règles.*

 Étape 2 :
15 min


Animez une discussion autour des réponses énumérées dans l'encadré ci-dessous. Les participants peuvent partager plus de faits et de mythes sur la grossesse. Discutez-en aussi.

Une fille ne peut tomber enceinte que si elle a souvent des relations sexuelles  **FAUX**

La grossesse peut survenir même si les gens ne font l'amour qu'une seule fois. Tout acte sexuel non protégé vous expose au risque de tomber enceinte.

Une fille ne peut pas tomber enceinte la première fois qu'elle a des relations sexuelles  **FAUX**

Tout acte sexuel non protégé vous prédispose à la grossesse, même si c'est la première fois que vous avez des relations sexuelles .

Le meilleur moment pour tomber enceinte est d'avoir des rapports sexuels une semaine après la fin des menstruations (8 à 19 jours après le premier jour des règles)  **VRAI**

C'est le moment le plus probable pour une femme de libérer un ovule. Elle ne le fait qu'une fois par mois. Certaines femmes peuvent libérer un ovule plus tôt ou plus tard, mais c'est le moment le plus courant.

Une fille ne peut pas tomber enceinte avant l'âge de 16 ans

 **FAUX**

Une fille peut tomber enceinte dès qu'elle a eu ses premières menstruations.

Une femme peut dire qu'elle est enceinte, car ses seins sont devenus lourds ou douloureux et elle a cessé d'avoir ses règles

 **VRAI**

Demandez-vous quels sont les autres signes de grossesse. Il s'agit notamment de nausées ou de vomissements, surtout le matin, du refus de certains aliments, des seins qui grossissent et, après environ trois mois, du ventre qui grossit.

Une femme ne peut pas tomber enceinte à plus de 40 ans

 **FAUX**

Une femme peut tomber enceinte à tout moment entre sa première et sa dernière menstruation (qui se produit généralement vers l'âge de 50 ans), quoique les femmes plus âgées peuvent avoir beaucoup plus de mal à concevoir, ce n'est pas impossible.

Une fille/femme qui allaite exclusivement ne peut pas tomber enceinte.



C'est parfois vrai et parfois faux. Si une femme allaite exclusivement (c'est-à-dire qu'elle ne donne à son enfant que du lait maternel), il est peu probable qu'elle tombe enceinte. Lorsqu'un enfant reçoit une alimentation mixte, c'est-à-dire qu'il reçoit du lait maternel en plus de la bouillie ou d'un autre lait ou de l'eau, la fille/femme court le risque de tomber enceinte même si elle n'a pas encore eu ses règles.

Résumé : 10 min

L'animateur doit faire un récapitulatif sur l'anatomie féminine et masculine et expliquer brièvement le processus de la grossesse ainsi que suit.

La fécondation a lieu lorsqu'un spermatozoïde mâle rencontre un ovule femelle. Une fois que l'homme a mis son pénis dans le vagin féminin et éjaculé, les spermatozoïdes éjaculés remontent à travers le col de l'utérus jusqu'aux trompes de Fallope. Si un ovule mature est présent, la fécondation peut avoir lieu. Les spermatozoïdes peuvent féconder un ovule jusqu'à sept jours après le rapport sexuel. Si un ovule est fécondé, il se déplacera dans l'utérus (matrice) où il se développera. La grossesse a une très grande importance dans la vie d'une femme. Elle est également importante pour l'homme étant donné que la grossesse ne peut jamais avoir lieu sans le concours d'un homme.

SESSION 2 (I) : CONSÉQUENCES D'UNE GROSSESSE NON PLANIFIÉE Temps 40 min

Supports : Exemples d'énoncés.

Méthodes

Travail de groupe et jeux de rôle



Première activité :


Pourquoi des grossesses non planifiées ?

Instructions

1. Divisez les participants en groupes de 4 à 5.
2. Demandez aux participants de faire un remue-méninges sur les causes d'une grossesse non planifiée. (Donnez à chaque groupe une feuille de papier pour tableau à feuilles mobiles et des marqueurs pour noter leurs réponses.)
3. Laissez les participants revenir vers l'ensemble du groupe et présenter leurs idées de manière créative. Apporter des éclaircissements si nécessaire

En voici quelques exemples :

- Connaissance incorrecte ou insuffisante de la contraception
- Opposition religieuse à la contraception
- Utilisation incorrecte de la contraception
- Manque d'accompagnement parental
- Peur d'aller à la clinique pour obtenir un moyen de contraception
- Peur des effets secondaires de la contraception
- Les agents de santé sont intimidants et irrespectueux envers les adolescents
- La contraception est trop coûteuse
- Manque d'équilibre des pouvoirs dans la relation
- Viol

 **Intermédiaire récréatif :** Demandez à un volontaire d'animer l'exécution d'une chanson ou d'un jeu

SESSION 2 (II) EXPLORE CONSEQUENCES OF UNPLANNED PREGNANCY

1. Demandez aux groupes de revenir à leurs formations d'origine.
2. Cette fois-ci, ils sont appelés à trouver les différentes conséquences d'une grossesse non planifiée.

En voici quelques exemples :

- Décrochage scolaire
- Pas assez d'argent pour nourrir toute la famille
- Avortement illégal
- Mauvaise prise en charge de l'enfant
- Rejet par le partenaire ou la famille
- Mort de la mère si son corps n'est pas assez prêt

3. De toutes les conséquences, les participants doivent choisir une seule et concevoir un jeu de rôle à montrer à l'ensemble du groupe.
 4. Une fois que tous les jeux de rôle ont eu lieu, choisissez celui qui semble présenter les problèmes le plus clairement.
 5. Demandez au petit groupe de rejouer la scène et expliquez au grand groupe que lorsqu'ils constatent une situation où la personne enceinte, ses amis et sa famille auraient pu faire quelque chose différemment, ils doivent alors utiliser la stratégie des balises tactiles telle que décrite dans l'introduction du manuel.
 6. Une fois que la scène a été jouée, remerciez la personne et demandez aux personnages initiaux de revenir et de continuer le jeu de rôle à l'endroit où il a été arrêté au départ et invitez les autres à penser à d'autres interventions.
 7. Après les jeux de rôle, lancez une discussion autour de ces questions de réflexion :
 - Dans quelle mesure des grossesses non planifiées et/ou précoces vous empêcheraient-elles d'atteindre vos objectifs personnels ?
 - Pourquoi les grossesses non planifiées et/ou précoces sont-elles dangereuses pour les filles ?
- Que pouvez-vous faire pour éviter les grossesses non planifiées ?
 - De quelles options dispose une personne qui a une grossesse non planifiée ?
 - Quel est le soutien disponible ?
 - Vers qui une personne peut-elle se tourner pour obtenir de l'aide si elle a une grossesse non planifiée ?
 - Que peuvent faire les amis, la famille et la communauté pour aider les adolescentes à éviter les grossesses non planifiées ?
 - Que peuvent faire les centres de santé pour aider les adolescentes à éviter les grossesses non planifiées ?
 - Évitez les reproches et concentrez-vous uniquement sur la responsabilité personnelle, au sens large du soutien de la communauté.
 - Pour chacune de ces options, quels conseils donneriez-vous à une personne pour s'assurer qu'elle est en bonne santé ?

Résumé

L'animateur doit insister auprès des participantes sur le fait qu'être enceinte et avoir un enfant ne signifie pas que l'on doit renoncer à ses rêves, ses objectifs et ses ambitions. Il est possible pour une fille/femme de poursuivre ses rêves et ses ambitions même après être tombée enceinte.

Vous pouvez également permettre aux participants de parler des personnes qu'ils connaissent qui sont retournées à l'école, gèrent des affaires ou travaillent même après avoir eu un enfant avant le bon moment.

Activité de clôture

L'animateur doit entonner une chanson ou démarrer un jeu


Remerciez les participants d'être venus et rappelez-leur la date, l'heure et le lieu de la prochaine réunion.

SESSION 3 COMPRENDRE LES DIFFÉRENTS TYPES DE CONTRACEPTIFS.

Durée 50 min

Supports et préparations

- Tableaux à feuilles mobiles
- Marqueurs
- Une balle
- Exemples de contraceptifs disponibles
- Avoir à disposition tous les contraceptifs à montrer aux participantes

 **Conseil :** Assurez-vous de connaître les avantages et les inconvénients de chaque moyen de contraception disponible dans votre région. Si l'animateur préfère plutôt que cette séance soit dirigée par une infirmière et que vous en connaissez une qui est en mesure de venir, invitez-la à animer la discussion avec les participants.

Méthodes

Discussions de groupe




Première activité : Qu'est-ce qu'un contraceptif ?
10 min

Instructions

1. Demandez aux participants de dire ce qu'ils ont découvert ou entendu sur les moyens de contraception
2. Dressez la liste de toutes les réponses sur un tableau à feuilles mobiles.
3. Une fois que toutes les réponses ont été épuisées, menez une discussion basée sur les questions suivantes :

- Pourquoi certaines filles ne pratiquent-elles pas l'abstinence ?
- Pourquoi certaines filles sexuellement actives n'utilisent-elles pas de contraceptifs ?
- Quelles sont les raisons pour lesquelles certains garçons ne pratiquent pas l'abstinence ?
- Quelles sont les raisons pour lesquelles certains garçons sexuellement actifs n'utilisent pas de contraceptifs ?

 **Intermède récréatif :** Demandez à un participant d'animer



Activité 3(ii)

Moyens de contraception. Durée 40 min

Méthodes

Exposés ou conférencier invité

Instructions

1. Si vous avez pu inviter un conférencier, donnez-lui le temps de parler des avantages de l'abstinence et des différents moyens de contraception. Vous pouvez également utiliser l'activité ci-dessous.
2. Demandez aux participants d'écouter et de réfléchir au moyen de contraception qu'ils pensent être le meilleur lorsqu'ils décident de commencer à avoir des relations sexuelles.

Résumé

Insistez auprès des participants qu'il existe différents types de méthodes de planification familiale et qu'elles sont regroupées en deux grandes catégories, à savoir (i) les méthodes modernes et (ii) les méthodes traditionnelles.

I. Les moyens de contraception modernes sont en outre classés en trois sous-groupes : les moyens à court terme (préservatifs, méthode de l'aménorrhée lactationnelle (MAMA) et pilules contraceptives), les moyens à long terme (injectables, implants et stérilets) et les moyens permanents (stérilisation féminine et masculine).

II. Les moyens de contraception traditionnels consistent en l'abstinence périodique, le sevrage et diverses méthodes folkloriques. Il est important de comprendre ce qu'il faut faire si vous décidez d'avoir des relations sexuelles avec un partenaire. Lorsqu'un homme et une femme veulent avoir des rapports sexuels sans avoir d'enfant, ils peuvent avoir recours à un moyen de contraception pour éviter une grossesse. Il s'agit de moyens à court terme, comme les pilules, les préservatifs et les produits injectables, et de moyens à long terme, comme les implants et les stérilets, et de moyens permanents, comme la ligature des trompes (pour les femmes) ou la vasectomie (pour les hommes). Les contraceptifs sont l'un de nos droits en tant que femmes. Au nombre des autres droits de santé sexuelle et reproductive figurent.

Les droits de santé reproductive comprennent ce qui suit :

1. L'accès aux services de soins de santé sexuelle et reproductive
2. Rechercher, recevoir et transmettre de l'information sur la sexualité
3. La décision d'avoir ou non des enfants et à quel moment
4. Le contrôle de la fécondité, y compris le choix de se marier ou d'avoir des enfants et le moment de le faire, et la protection contre la stérilisation forcée
5. La prévention des mariages précoces ou forcés et l'inclusion des adolescents dans la planification et la mise en œuvre des services et des programmes

ACTIVITÉ DE CLÔTURE

L'animateur doit entonner une chanson ou démarrer un jeu


REMARQUE À L'INTENTION DE L'ANIMATEUR : Rappelez aux participants les avantages de l'abstinence lorsque les deux partenaires y consentent mutuellement, et qu'il s'agit de la seule méthode de contrôle des naissances efficace à 100 % si elle est pratiquée de manière constante pendant la grossesse (voir la matrice de ressources pour ce sujet). Expliquez que, bien que la grossesse soit normale, il est préférable pour la mère, le bébé, la famille et la nation d'avoir des enfants par choix, et non par hasard. Assurez-vous que tout le monde comprend quelles sont les différentes méthodes de planning familial disponibles et où ils peuvent les trouver dans la communauté.

Rappelez également aux participantes que, dans n'importe quel contexte, les femmes peuvent se retrouver avec une grossesse non planifiée à laquelle elles (ou leurs partenaires) ne sont pas préparées, ou une grossesse qu'elles ne peuvent pas poursuivre pour d'autres motifs. Dans le monde entier, les raisons de mettre fin à une grossesse sont très similaires, et les grossesses désirées et non désirées peuvent être interrompues. Cependant, les participants doivent reconnaître que l'avortement est illégal dans la plupart des pays, à moins que la grossesse soit jugée comme présentant un risque médical pour la vie de la mère. Lorsqu'une grossesse est planifiée ou désirée, elles doivent se rendre dans les services de soins prénatals (voir le manuel de l'animateur pour plus de détails).

Remerciez les participants d'être venus et rappelez-leur la date, l'heure et le lieu de la prochaine réunion.

8.2 Plan de leçon : Stigmatisation, soins, traitement et soutien liés au VIH et au SIDA

OBJECTIFS D'APPRENTISSAGE CLÉS	Éléments de connaissance	Compétences	Attitudes
	<ul style="list-style-type: none"> Les apprenants seront en mesure de comprendre que les personnes vivant avec le VIH ont des droits égaux et mènent une vie productive avec des soins, du respect et un soutien appropriés 	<ul style="list-style-type: none"> Les apprenants seront en mesure de défendre le droit de tous, y compris des personnes vivant avec le VIH, de vivre à l'abri de la stigmatisation et de la discrimination 	<ul style="list-style-type: none"> Les apprenants seront en mesure de reconnaître que les personnes vivant avec le VIH ont le droit d'exprimer leurs sentiments sexuels, de se marier et d'avoir des enfants en bonne santé
<p>Durée totale du cours : 30 min</p>	<p>Supports : Tableaux à feuilles mobiles, marqueurs, Cartes</p>		

 Première leçon
Comprendre la stigmatisation

Méthodes

Jeu de groupe

SESSION 1

COMPRENDRE LA STIGMATISATION

Préparations

Préparez deux tableaux à feuilles mobiles, l'un intitulé « Honte » et l'autre intitulé « Pouvoir ». Mettez-les de côté et retournez-les.

Sur de petites feuilles de papier, écrivez les énoncés suivants, un par morceau de papier jusqu'à ce que vous en ayez un pour chaque participant

- Ce n'est pas mon problème.
- C'est de votre faute.
- Je m'en fous.
- C'est vous qui êtes à blâmer.

Sur une petite feuille de papier, écrivez : « Je viens d'être testée séropositive. Ma famille menace de me mettre à la porte de la maison. »

Étape 1 :

Instructions

1. Demandez à tous les participants de se tenir en cercle et demandez à l'un d'entre eux de se tenir au milieu du cercle. Donnez-lui le papier sur lequel est marqué : « Je viens d'être séropositive. » Ma famille menace de me mettre à la porte de la maison. Demandez-lui de ne montrer le papier à personne.

- 2.** Donnez à tous les participants restants l'un des autres morceaux de papier que vous avez préparés. Encore une fois, demandez aux participants de ne montrer leurs papiers à personne.
- 3.** Demandez à tous ceux qui forment le cercle de se tenir la main, en se rapprochant de la personne au milieu.
- 4.** Expliquez que la personne au milieu doit trouver du soutien auprès des participants du cercle, c'est-à-dire ceux qui sont prêts à se joindre à elle au milieu du cercle. Pour être en mesure de trouver cette personne, elle doit approcher les participants un par un, lire son énoncé, puis écouter la réponse lue par chaque participant dans son document.
- 5.** Donnez le coup d'envoi de l'activité. Lors de ce premier tour, la participante du milieu ne pourra trouver personne pour la rejoindre, car personne n'a un énoncé de soutien sur son papier.
- 6.** Une fois que le participant au milieu a essayé de se libérer pendant environ une minute, arrêtez temporairement l'activité et demandez à tous les participants de fermer les yeux. Expliquez que certains participants recevront une tape à l'épaule et qu'ils devraient maintenant soutenir la fille du milieu. Lorsqu'elle s'approche de ceux ayant reçu une tape à l'épaule, ceux-ci doivent penser à un énoncé qui soutient sa situation, puis après l'avoir prononcé, la rejoindre au milieu du cercle.
- 7.** Tapotez l'épaule de quatre participants. Rappelez à nouveau au groupe que les participants ayant reçu une tape à l'épaule qu'ils doivent utiliser un nouvel énoncé de soutien lorsque la femme s'approche d'eux. Demandez aux membres du groupe d'ouvrir les yeux.

8. Recommencez l'activité et continuez jusqu'à ce que plusieurs participants soient dans le cercle avec elle.
9. Rejouez l'activité, cette fois en convertissant 10 participants en supporters. Ensuite, jouez à nouveau, cette fois en convertissant 20 participants en supporters. Lors d'un dernier tour, convertissez tous les participants en supporters.
10. Après le jeu, animez une discussion autour des axes de réflexion ci-après
 - **Pour la participante du milieu :**
 - ② Comment vous êtes-vous senti au début de l'activité ? (Ses réponses pourraient inclure : impuissante, honteuse, etc.)
 - ② Qu'est-ce qui vous a fait ressentir cela ?
 - ② Comment vous êtes-vous senti vers la fin du jeu ? (Ses réponses pourraient inclure : soulagée, revigorée, comprise, etc.)
 - ② Qu'est-ce qui vous a fait ressentir cela ?
 - ② Qu'avez-vous senti en rejetant la fille du milieu ? (Les réponses pourraient inclure : puissance, malaise, culpabilité, etc.)
 - **Demandez à tous les participants :**
 - ② Qu'avez-vous senti lorsque vous ou d'autres avez commencé à la rejoindre ?
 - ② Cela a-t-il changé la dynamique du pouvoir dans le groupe ?
 - ② Il s'agissait d'un exemple d'une personne maltraitée par sa famille en raison de sa séropositivité et du sentiment d'être rejetée par la communauté. Pouvez-vous citer d'autres situations pour lesquelles une personne peut être rejetée par la communauté ?
11. Demandez aux membres du groupe de donner des exemples de situations où ils ont été témoins de la stigmatisation d'une personne vivant avec le VIH/SIDA.

Résumé : 10 min

L'animatrice doit expliquer la stigmatisation et la discrimination, ainsi que leurs effets sur une personne et la société.

N'oubliez pas de donner des exemples, le cas échéant. Utilisez le guide comme suit :

Stigmatisation liée au VIH

Attitudes et croyances négatives à l'égard des personnes vivant avec le VIH. C'est le préjugé qui accompagne le fait d'étiqueter une personne comme faisant partie d'un groupe que l'on juge socialement inacceptable.

En voici quelques exemples :

- Croire que seuls certains groupes de personnes peuvent contracter le VIH
- Porter des jugements moraux sur les personnes qui prennent des mesures pour prévenir la transmission du VIH
- Avoir le sentiment que les gens méritent de contracter le VIH en raison de leurs choix

Causes de la stigmatisation

La stigmatisation liée au VIH est enracinée dans la peur du VIH. Bon nombre de nos idées sur le VIH proviennent des images du VIH qui sont apparues pour la première fois au début des années 1980. Il existe encore des idées fausses sur la façon dont le VIH se transmet et dont on vit avec aujourd'hui. Le manque d'information et de sensibilisation, combiné à des croyances dépassées, amène les gens à craindre de contracter le VIH. De plus, de nombreuses personnes pensent que le VIH est une maladie que seuls certains groupes contractent. Cela conduit à des jugements de valeur négatifs sur les personnes vivant avec le VIH.

Discrimination

Si la stigmatisation renvoie à une attitude ou à une croyance, la discrimination est l'ensemble des comportements qui résultent de ces attitudes ou croyances. La discrimination liée au VIH consiste à traiter les personnes vivant avec le VIH différemment de celles qui n'en souffrent pas.

En voici quelques exemples :

- Un professionnel de la santé qui refuse de fournir des soins ou des services à une personne vivant avec le VIH
- Refuser tout contact occasionnel avec une personne vivant avec le VIH

- Isolement social d'un membre d'une communauté parce qu'il est séropositif
- Parler des personnes en utilisant les termes sidéen ou séropositif

Effets de la stigmatisation et de la discrimination liées au VIH

La stigmatisation et la discrimination liées au VIH affectent le bien-être émotionnel et la santé mentale des personnes vivant avec le VIH. Les personnes vivant avec le VIH intériorisent souvent la stigmatisation qu'elles subissent et commencent à développer une image négative d'elles-mêmes.

Ils peuvent craindre d'être victimes de discrimination ou d'être jugés négativement si leur séropositivité est révélée.

La « stigmatisation intériorisée » ou « autostigmatisation » se produit lorsqu'une personne absorbe les idées négatives et les stéréotypes sur les personnes vivant avec le VIH et commence à les appliquer à elle-même. **La stigmatisation intériorisée liée au VIH** peut entraîner des sentiments de honte, de peur de la divulgation, d'isolement et de désespoir. Ces sentiments peuvent empêcher les gens de se faire dépister et de se faire traiter pour le VIH.



Leçon 2

Prise en charge et vie avec le VIH

Durée

25 min

Supports

Exemples d'énoncés

Méthodes et préparation

Jeu de groupe. Invitez une personne vivant avec le VIH à parler aux participants. (Assurez-vous qu'il/elle est suffisamment libre pour faire part de son expérience de vie aux participants)



Première activité

Vivre avec le VIH

Instructions

1. Demandez aux participants de se tenir au milieu de la salle et dites-leur que vous allez lire des énoncés qui sont vrais ou faux. Ceux qui pensent que l'énoncé est vrai doivent aller à droite, tandis que ceux qui pensent qu'il est faux doivent aller à gauche.
2. Lisez les énoncés ci-dessous. En cas de désaccords, demandez aux participants d'expliquer pourquoi ils ont choisi d'aller du côté où ils se trouvent. Une fois la discussion terminée, donnez les informations ci-après et demandez aux participants s'ils ont des questions.

Les personnes séropositives sont victime de leur conduite immorale

FAUX

Les personnes vivant avec le VIH (PVVIH) sont comme vous et moi. Certaines personnes naissent avec le VIH. Vous ne devriez pas juger quelqu'un sur son statut parce que vous ne connaissez peut-être pas toute son histoire.

Si vous êtes séropositif, vous ne vivrez pas longtemps

FAUX

Lorsque vous êtes atteints de VIH, vous pouvez vivre longtemps et en bonne santé si vous prenez soin de vous et suivez un traitement antirétroviral.

Les personnes vivant avec le VIH doivent prendre leurs ARV tous les jours

VRAI

Une fois que vous commencez à prendre le traitement, vous devez le prendre tous les jours à peu près à la même heure de la journée. Si vous oubliez de le prendre, vous risquez de développer une résistance, ce qui signifie que le médicament n'agira plus et que vous devrez en prendre un autre, qui sera coûteux et pourra avoir davantage d'effets secondaires.

Vous devez être très malade avant de commencer un traitement contre le VIH

FAUX

Vous devez commencer le traitement dès que vous savez que vous êtes séropositif. Parlez-en à votre professionnel de la santé. Plus tôt vous commencerez le traitement, plus tôt votre corps sera en mesure de commencer à combattre le VIH et de vous empêcher de tomber malade. Lorsque le traitement est amorcé assez tôt, il conduit à de meilleurs résultats pour la personne et à une vie plus saine.

Une fois qu'une personne commence le traitement, elle devra le suivre pour le reste de sa vie

VRAI

Une fois que vous avez commencé le traitement, vous devez continuer à le suivre pour le reste de votre vie. Lorsque vous suivez un traitement, la quantité de virus dans votre corps (c'est ce qu'on appelle souvent la charge virale) baisse, mais si vous arrêtez de prendre le traitement, la quantité de virus augmente, ce qui peut affaiblir votre système immunitaire et donner la possibilité à d'autres infections de vous rendre malade.

La prise d'ARV réduit la quantité de VIH dans l'organisme ✓ **VRAI**

Lorsque vous commencez à prendre des ARV, ils réduisent la quantité de virus dans votre corps (charge virale), ce qui permet d'augmenter le nombre de cellules CD4, qui aident votre système immunitaire à combattre les infections. Votre professionnel de la santé peut effectuer un test de dépistage de la charge virale et des CD4 pour vérifier si votre traitement est efficace. Il serait bon que les résultats de votre test de la charge virale soient faibles et que votre taux de CD4 soit élevé.

Si une personne est séropositive dans un couple, cela signifie que son partenaire est également séropositif ✗ **FAUX**

Ce n'est pas parce qu'une personne est séropositive dans un couple que son partenaire l'est également. La seule façon de savoir si vous êtes séropositif est de passer un test de dépistage du VIH. Lorsque, dans un couple, une personne est testée positive et l'autre négative, on parle de couple sérodiscordant, chaque partenaire pouvant être positif. Pour protéger le partenaire négatif, vous devez utiliser un préservatif et suivre votre traitement afin que votre charge virale demeure faible.

Une personne vivant avec le VIH ne peut plus atteindre aucun but dans la vie ✗ **FAUX**

Une personne vivant avec le VIH peut atteindre tout objectif qu'elle s'est fixé, comme n'importe quelle autre personne. Il suffit à la personne de travailler à l'atteinte de ses objectifs.

Les personnes qui n'ont pas le VIH sont supérieures à celles vivant avec le VIH ✗ **FAUX**

Toutes les personnes sont égales et doivent être traitées avec le même respect. Ils doivent tous jouir de leurs droits même s'ils vivent avec le VIH.

3. Après le jeu, demandez aux personnes vivant avec le VIH de s'adresser aux participants
4. Demandez aux participants de poser des questions qu'ils pourraient avoir
5. Posez également les questions suivantes aux participants :
 - ① Dans quelle mesure le fait de connaître la vérité sur la vie avec le VIH vous aidera-t-il à interagir avec les personnes vivant avec le VIH et à les fréquenter ?

Résumé

L'animateur doit promouvoir l'esprit positif et insister sur le fait que l'infection par le VIH n'est pas la fin de la vie. Une personne infectée par le VIH doit prendre les mesures nécessaires pour prolonger sa durée de vie et retarder l'apparition d'un SIDA déclaré. En outre, elle doit tirer le meilleur parti de sa vie en vivant de manière positive et encore plus enthousiaste :

1. Rendez-vous dans l'établissement de santé le plus proche pour obtenir des conseils et une prise en charge continue pour faire face au VIH.
2. Obtenez des conseils médicaux appropriés sur le meilleur traitement en fonction du niveau d'infection.
3. Prenez bien soin de vous, par exemple en vous alimentant correctement, rejoignez des groupes de soutien et veillez toujours à rester actif ; gardez toujours votre esprit occupé.
4. Entourez-vous de nombreux amis et membres de votre famille.

Il est également important que les autres comprennent qu'ils peuvent eux aussi aider les personnes vivant avec le VIH en

1. ayant une attitude et une approche positives envers les personnes vivant avec le VIH, c.-à-d.

- ✓ Les traiter comme n'importe quelle autre personne.
- ✓ Éviter de les discriminer ou de les stigmatiser en les ignorant complètement ou en leur accordant trop d'attention.
- ✓ Les impliquer dans votre vie et les activités environnantes comme vous le feriez pour n'importe quelle autre personne.

- ✔ Se montrer patient et compréhensif : Les personnes séropositives ont déjà bien des choses à gérer, rien que par le simple fait de savoir qu'elles sont séropositives. Elles sont enclines à s'énerver, à être déprimées, sensibles et de mauvaise humeur ; qu'à cela ne tienne, vous devez vous montrer patient avec elles et les aider à s'en sortir.
- ✔ Faites-leur comprendre qu'il n'y a rien de mal à être ouvert à ce sujet et qu'elles ne doivent pas se laisser influencer par l'opinion des autres.
- ✔ Encouragez-les à consulter régulièrement et à passer des examens médicaux.
- ✔ Encouragez-les à développer une attitude POSITIVE (s'ils ne l'ont pas déjà fait) et s'ils l'ont fait, encouragez-les à toujours à demeurer ainsi, car c'est encourageant et motivant pour les autres.

2. Soins aux personnes vivant avec le VIH :

- ✔ Si vous connaissez une personne vivant avec le VIH, que ce soit un ami, un membre de votre famille ou un collègue, assurez-vous de vérifier régulièrement son poids et son régime alimentaire et de la conseiller/l'aider à adopter de meilleures normes nutritionnelles (si elle l'a pas déjà fait).
- ✔ Discutez avec elle des problèmes : ceux qui la concernent directement ou indirectement (c'est-à-dire soyez là pour elle chaque fois qu'elle a besoin de vous).
- ✔ Montrez-lui qu'il y a des gens qui l'aiment vraiment et qui se soucient d'elle : intéressez-vous activement à sa vie.
- ✔ Encouragez d'autres amis et membres de la communauté à aller rendre visite à une personne qui pourrait être séropositive, et à la soutenir.

① REMARQUE À L'INTENTION DE L'ANIMATEUR :

Portez une attention particulière aux participants vivant avec un handicap et aux adolescents vulnérables tels que ceux qui sont mariés et ceux qui vivent dans des zones de conflit. Pour ces cas, les centres de santé peuvent jouer un rôle de levier dans la diffusion d'informations sur la stigmatisation, le traitement, les soins et la prise en charge liés au VIH et au SIDA.


ACTIVITÉ DE CLÔTURE

L'animateur doit entonner une chanson ou démarrer un jeu.

Remerciez les participants d'être venus et rappelez-leur la date, l'heure et le lieu de la prochaine réunion.

8.3 Plan de leçon pour comprendre, reconnaître et réduire le risque d'IST, y compris le VIH

OBJECTIFS D'APPRENTISSAGE CLÉS	Éléments de connaissance	Compétences	Attitudes
	<ul style="list-style-type: none"> Les apprenants seront en mesure de savoir plus sur la transmission, la manifestation et la prévention des IST, notamment le VIH, chez l'humain. 	<ul style="list-style-type: none"> Les apprenants seront en mesure de réfléchir de manière critique à la façon de promouvoir des stratégies de réduction des risques afin de minimiser la propagation des IST, notamment le VIH 	<ul style="list-style-type: none"> Les apprenants seront en mesure de reconnaître que leurs comportements visant à promouvoir des relations sexuelles plus sûrs ont des conséquences sur la prévention des IST, y compris le VIH
	Durée totale du cours : 30 min	Supports : Cartes sur lesquelles figurent le nom des IST courantes	

-  Première leçon
Détection et prévention des IST

Méthodes

Discussion ouverte à l'aide d'une méthode de questions et réponses

Premier exercice : Comprendre le VIH et le SIDA ainsi que les IST et les méthodes de prévention d'une infection.

Tâches de l'animateur

- Écrivez sur des morceaux de papier le nom des IST les plus courantes, par exemple le VIH, la syphilis, la gonorrhée, la chlamydia, les verrues génitales, etc., et pliez-les pour que les participants en choisissent un au hasard.
- Demandez aux participants de discuter avec la personne assise à côté d'eux de l'IST dont le nom figure sur la feuille de papier qu'ils ont choisie.
- À la suite de la discussion, posez les questions suivantes :
 - Que savez-vous des IST (p. ex., mode de transmission, symptômes et traitement) ?
 - Qu'en avez-vous appris ?
- Corrigez les réponses et donnez des informations correctes si les participants ne le savent pas. (Veuillez utiliser les informations de base du guide de l'animateur sur le VIH et le SIDA et les autres IST). Alors,

- Discutez avec les participants des moyens de prévenir l'infection par le VIH et le SIDA ainsi que les IST. Faites-le séparément afin d'indiquer clairement que le VIH peut être transmis de différentes manières, et pas seulement par les rapports sexuels.
- Expliquez aux participants ce qu'il faut faire en cas d'infection et parlez-leur de l'importance du Conseil et de dépistage volontaires.

Résumé :

Résumez les modes de transmission du VIH et du SIDA ainsi que d'autres IST d'une personne à l'autre. La plupart du temps, ces infections sont transmises lors de rapports sexuels non protégés avec une personne déjà infectée (soulignez que les compétences de communication, de négociation et de refus peuvent aider les jeunes à résister à la pression non désirée de leurs pairs ou à faire face à des situations de violence. En outre, les services de santé sexuelle offrent une prophylaxie préventive comme la PrEP, la PeP, la VMMC pour minimiser la propagation du VIH).

Expliquez l'impact des maladies qui en résultent sur la santé des personnes. (Voir le guide de l'animateur sur le VIH et le SIDA et les autres IST pour plus d'informations).

Concluez que la meilleure façon de prévenir les IST est de retarder le début des rapports sexuels ou d'utiliser systématiquement un préservatif.

ACTIVITÉ DE CLÔTURE

L'animateur doit entonner une chanson ou démarrer un jeu.

Remerciez les participants d'être venus.

Références

<https://www.unfpa.org/resources/adolescent-sexual-and-reproductive-health>

<https://www.guttmacher.org/journals/ipsrh/2009/06/adolescent-sexual-and-reproductive-health-developing-countries-overview>

<https://www.who.int/reproductivehealth/topics/adolescence/what-works-ASRHR/en/>

SAUVER DES VIES ET DEMANDER JUSTICE

La mission de Norwegian Church Aid consiste à sauver des vies et demander justice.

Nous apportons notre soutien sans condition ni intention d'influencer l'affiliation religieuse de quiconque.

Norwegian Church Aid est membre de l'Alliance ACT, l'une des plus grandes coalitions humanitaires au monde. Ensemble, nous travaillons dans le monde entier pour apporter des changements positifs et durables.

Sauver des vies et demander justice est, pour nous, la foi en action.

www.nca.no

Adresse e-mail : nca-oslo@nca.no

Téléphone : +47 22 09 27 00 Fax : +47 22 09 27 20

Adresse de la rue : Bernhard Getz' gate 3, 0165 Oslo, Norvège

Adresse postale : BP 7100, St. Olavs plass, 0130 Oslo, Norvège

N° de compte : 1 594 22 87248



NORWEGIAN CHURCH AID

actalliance