

LE PARCOURS CITOYEN : DU RÊVE À L'ACTION

2021 - 2^{ÈME} ÉDITION



MANUEL ADO

www.essor-ong.org

Sommaire



- 5 Editorial
- 7 Présentation d'ESSOR
- 9 Introduction
- 10 Objectifs
- 11 Méthodologie

LES ATELIERS DU PARCOURS CITOYEN

- 41 Fiches thématiques du mois 1 : « Etre et vivre ensemble »
- 83 Fiches thématiques du mois 2 : « Mon adolescence »
- 131 Fiches thématiques du mois 3 : « Santé et prévention »
- 183 Fiches thématiques du mois 4 : « Ma communauté »
- 213 Fiches thématiques du mois 5 : « Mon projet de vie »

- 241 Conclusion
- 242 Bibliographie et webographie

Edito

En 2012 et à l'occasion de ses 20 ans, l'ONG ESSOR publiait son premier Manuel Ado intitulé :
« Le Parcours Citoyen : du rêve à l'Action »

Méthodologie propre à ESSOR développée sur la base d'années d'expérience le « Parcours Citoyen » pour et avec les adolescents se met en place en partenariat avec des organisations locales formées à cet effet. D'une durée de 5 mois, il bénéficie d'une pédagogie interactive et se déroule en parallèle à la scolarité, à raison de 2 ateliers thématiques par semaine alliés à d'autres activités tournées vers l'extérieur...

Au terme de 32 ateliers sur la durée totale du Parcours, le jeune recevra son diplôme, souvent le premier de sa carrière !

Mais là n'est pas le plus important. La mission première du "Parcours Citoyen" est d'élargir les horizons du jeune, lui ouvrir la porte de nouvelles connaissances, compétences et surtout « savoir être » qui lui permettront d'aborder plus sereinement sa vie d'adulte, de lui fournir des clés pour envisager l'avenir de façon constructive, de l'aider à poser des choix porteurs de vie, de se réaliser pour devenir, s'il le souhaite, acteur de changement au sein de sa communauté.

Depuis 2012, ce sont déjà près de 10 000 jeunes qui ont pu bénéficier de ce cursus qui a, selon leurs propres dires mais aussi ceux de leur entourage - familles, amis -, profondément modifié leur façon d'être et d'appréhender le monde.

- Meilleure capacité à envisager l'avenir, à s'exprimer oralement, à collaborer,
- Baisse de l'agressivité, plus de respect, d'estime de soi,
- Baisse des conduites addictives et des comportements déviants,
- Plus d'égalité entre les filles et les garçons dans la répartition des tâches ménagères au domicile,
- Meilleur dialogue au sein des familles, ...

Au-delà de ces résultats directs auprès des jeunes et de leurs familles, ce sont aussi les pouvoirs publics locaux qui nous ont rejoint dans ce domaine et avec qui nous avons eu la joie d'élaborer des cursus de formation professionnelle d'animateurs (en Guinée-Bissau, notamment), tellement nécessaires dans ces pays où la jeunesse représente de 65 à 70 % de la population (Source UNICEF et PNUD 2018).

Le monde bouge, il était temps à ce jour de revisiter les thématiques initiales de ce Parcours et nous avons la joie de vous partager ici cette nouvelle édition enrichie. C'est une base... Nous remercions ceux qui s'en inspireront ou l'utiliseront de ne pas oublier de mentionner ESSOR, nous remercions aussi très sincèrement tous nos partenaires au Tchad, Brésil, Mozambique, Guinée-Bissau et aussi en France avec qui nous co-construisons au quotidien pour contribuer à bâtir bien modestement un monde un peu plus juste et équitable.

Bon Parcours Citoyen à tous et à toutes !

Ariane Delgrange, fondatrice d'ESSOR

Présentation

PRÉSENTATION :

ONG de Solidarité Internationale créée en 1992

MISSION :

Aider les populations les plus vulnérables à acquérir les moyens d'améliorer durablement leurs conditions de vie.

PORTÉE GÉOGRAPHIQUE :

ESSOR intervient aujourd'hui dans 6 pays :

- le Mozambique,
- le Brésil,
- le Congo,
- la Guinée-Bissau,
- le Tchad,
- la France.



ACTIONS :

Conduire, en partenariat avec des associations locales, divers projets d'aide au développement dans nos domaines d'intervention : l'éducation, la formation et l'insertion professionnelle, le développement agricole et BIOSP.



LES DOMAINES D'INTERVENTION :

1. Education "Parce qu'elle est la clé d'un bon départ dans la vie"

Réalisations ESSOR :

- Des classes maternelles adoptant une pédagogie centrée sur l'enfant, des actions de socialisation précoce pour les enfants entre 6 mois et 6 ans.
- Une méthodologie « Enfance Citoyenne » pour les structures d'accueil et d'apprentissage, afin d'améliorer l'estime de soi.
- Le Parcours Citoyen pour aider les enfants à devenir acteurs du changement au sein de leurs communautés.



2. Formation et Insertion Professionnelle (FIP) "Parce que trouver un travail ouvre de nouvelles perspectives aux jeunes et à leur pays"

Réalisations ESSOR :

- Formation Humaine et Formations professionnelles adaptées au marché du travail local.
- Bureaux d'Information et d'Orientation Sociale et Professionnelle (BIOSP) dans les quartiers défavorisés.
- Un accompagnement personnalisé : insertion professionnelle ou création de micro entreprise.



3. Développement agricole "Parce que vivre de la culture de ses terres est un droit élémentaire"

Réalisations ESSOR :

- Actions de Formation Agricole Participative basées sur l'expérimentation, permettant aux agriculteurs et agricultrices d':
- Améliorer leur production agricole en préservant l'environnement.
- Acquérir de nouvelles compétences pour s'adapter aux changements climatiques, aux évolutions de marchés et aux besoins environnementaux locaux.

EN TRANSVERSALITÉ :



Promotion de l'accès pour tous aux services sociaux, éducatifs et d'insertion professionnelle par le biais des BIOSP (Bureaux d'Information et d'Orientation Sociale et Professionnelle).

Appui institutionnel auprès des ONG, des Organisations Communautaires de Base et des Institutions Publiques.

En bref, ESSOR, c'est :

- 9 projets d'aide au développement
- 27 partenaires techniques et financiers
- 68 000 bénéficiaires directs
- Seulement 13% de coûts de structure
- 20 bénévoles engagés
- 30 ans d'exercice en faveur du développement
- 113 salariés ou volontaires en France et sur le terrain (Données Rapport Annuel 2019)

Légendes des pictos utilisés dans le manuel



Complément d'information pour l'animateur



Pour aller plus loin



Documents à photocopier puis à distribuer aux adolescents



Documents à photocopier puis à couper



Documents à photocopier

Introduction

L'adolescence : ce terme, qui est un concept assez nouveau en Europe, l'est encore plus dans les pays où ESSOR intervient. L'adolescence – la manière dont elle se vit, mais aussi comment elle est perçue –, loin d'être une réalité universelle, est un phénomène fortement marqué par les dimensions culturelles et sociales.

Il est important de considérer que chaque adolescent est unique, par conséquent, l'adolescence ne peut être qu'une réalité plurielle.

C'est une **période charnière** puisqu'elle doit ouvrir sur le monde du travail, c'est-à-dire mener d'une situation de dépendance à la conquête de l'autonomie. Cette transition, ESSOR a choisi de l'accompagner au moyen des activités du Parcours Citoyen, programme participatif d'insertion sociale qui donne des clés et les ressources à l'adolescent pour s'épanouir et devenir acteur de sa vie.

Pour cela, le **Parcours Citoyen** s'inscrit dans une dynamique de groupe positive qui facilite les échanges et les interactions au sein de celui-ci. Elle capte l'attention de l'adolescent, booste son intérêt et sa motivation : celui-ci participe et peut même prendre le contrôle de son apprentissage.

Il s'agit de donner des perspectives positives et encourageantes au jeune et lui permettre de développer ainsi sa confiance en soi ainsi que l'estime qu'il a de lui-même.

C'est à cette condition, nous semble-t-il, que la jeunesse d'aujourd'hui deviendra le moteur citoyen de demain. Et c'est pour cela que la réactualisation de ce manuel s'ancre dans une nouvelle approche : les Objectifs de Développement Durable, thème transversal aux différents ateliers. En effet, chacun d'entre nous a un rôle à jouer dans l'atteinte de ces objectifs d'ici 2030. Et l'adolescent aussi ! Le faire réfléchir aux causes et solutions possibles aux problèmes tant locaux que mondiaux permet de le mobiliser – aujourd'hui mais aussi demain - dans des actions positives et citoyennes pour contribuer à la résilience de sa communauté.

Le **Parcours Citoyen** est donc un programme s'adressant aux adolescents actuels, et qui nous l'espérons aura des conséquences à long terme sur le développement durable des communautés !

Catherine Piat

Personne n'éduque
personne, les hommes
s'éduquent ensemble
par l'intermédiaire du
monde.

Paulo Freire

Objectifs

LES OBJECTIFS DE DÉVELOPPEMENT DURABLE, AU CŒUR DE NOTRE TRAVAIL

Les Objectifs de développement durable (ODD) est un programme mondial adopté lors du Sommet des Nations Unies sur le développement durable en septembre 2015.

Ce programme porte l'ambition de transformer notre monde en éradiquant la pauvreté et les inégalités en assurant sa transition écologique et solidaire à l'horizon 2030.

Les 17 objectifs de développement durable couvrent l'intégralité des enjeux du développement durable tels que le climat, la biodiversité, l'énergie, l'eau mais aussi la pauvreté, l'égalité des genres, la prospérité économique ou encore la paix, l'agriculture, l'éducation...

Les objectifs de développement durable, par leur caractère ambitieux et transversal, soulèvent de nombreux enjeux pour les prochaines années :

- Assurer un état des lieux réaliste, puis mettre en œuvre un suivi rigoureux des progrès réalisés et identifier les domaines d'amélioration possible.
- Créer une dynamique d'appropriation des objectifs de développement durable par les territoires, la société civile, le secteur privé et les citoyens.
- Favoriser un contexte de coopération : diffuser les bonnes pratiques et construire un cadre de coopération entre les acteurs pour mener des actions conjointes.

La méthodologie du Parcours Citoyen permet de contribuer à l'atteinte de ces 17 ODD, de par les

thèmes abordés dans le parcours mais aussi grâce à la pédagogie utilisée rendant les jeunes, les animateurs, les partenaires acteurs de changement dans la communauté et ambassadeurs des ODD.

Voici un tableau récapitulatif vous permettant d'identifier et de sélectionner les ateliers suivant l'ODD que vous souhaitez aborder.

	MOIS 1	MOIS 2	MOIS 3	MOIS 4	MOIS 5
1 PAS DE PAUVRETÉ	Atelier 5	Ateliers 1, 9	Ateliers 1, 8	Ateliers 1, 2, 3, 4, 6 et 7	Ateliers 1, 5
3 BONNE SANTÉ ET BIEN-ÊTRE		Atelier 1, 4, 5, 6, 8	Ateliers 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7		
4 ÉDUCATION DE QUALITÉ	Ateliers 1, 2, 4, 6	Ateliers 1, 2, 4, 5, 6			
5 ÉGALITÉ ENTRE LES SEXES	Ateliers 1, 2, 3, 5	Atelier 1, 2, 3, 4, 7	Ateliers 5, 6	Ateliers 2, 3	
6 EAU PROPRE ET ASSAINISSEMENT			Ateliers 2, 3, 7		
8 TRAVAIL DÉCENT ET CROISSANCE ÉCONOMIQUE		Atelier 9	Atelier 8	Ateliers 4, 7	
9 INDUSTRIE, INNOVATION ET INFRASTRUCTURE				Atelier 5	
10 RÉDUCTION DES INÉGALITÉS	Ateliers 3, 4, 5, 6		Ateliers 4, 5, 6	Atelier 6	Ateliers 2, 3
11 VILLES ET COMMUNAUTÉS DURABLES				Atelier 1	Atelier 1
13 MESURES RELIÉES À LA CLIMAT COMME LES ÉMISSIONS CLIMATIQUES			Atelier 6		
14 VIE AQUATIQUE			Atelier 6		
15 VIE TERRESTRE			Atelier 6		
16 PAIX, JUSTICE ET INSTITUTIONS EFFICACES	Atelier 4	Atelier 7		Atelier 1	Atelier 1
17 PARTENARIATS POUR LA RÉALISATION DES OBJECTIFS	Ateliers 1, 2, 6				Atelier 1

Méthodologie

METHODO DU PARCOURS CITOYEN : DU REVE A L'ACTION

Le PC, en bref...

Le Parcours Citoyen est une méthodologie pédagogique innovante propre à ESSOR. Sa particularité est de placer le jeune au centre des activités, dans une approche inclusive et participative mêlant formation éducative et formation humaine. L'objectif est de leur permettre de prendre confiance en eux, de les accompagner à mieux définir leur projet de vie et de favoriser leur engagement dans leur communauté. Le Parcours Citoyen est destiné aux adolescents vulnérables âgés de 13 à 18 ans. Il se déroule en parallèle du temps scolaire sur une période de 5 mois à raison de 8 heures par semaine. Il est dispensé par des animateurs locaux formés à la méthodologie du Parcours Citoyen.



Le Parcours Citoyen est un dispositif d'activités ludo-éducatives mises en œuvre au bénéfice des adolescents en situation de vulnérabilité¹.

La mission première de ce parcours est d'élargir les horizons du jeune en partant de ses aspirations et rêves afin de :

- Lui apporter de nouvelles connaissances et compétences pour lui permettre d'aborder sa vie d'adulte de manière consciente et responsable
- Lui proposer des clés pour un bon départ dans la vie lui permettant d'envisager l'avenir de façon constructive
- Lui permettre de se réaliser pleinement, et (s'il le souhaite), devenir acteur de changement au sein de sa communauté.

Ce manuel se propose d'explicitier une méthodologie propre à ESSOR et développée à partir de notre expérience acquise dans la réalisation de projet citoyens et d'insertion socioprofessionnelle avec les adolescents au Brésil, au Mozambique, au Tchad et en Guinée Bissau. Nous proposons un parcours 'référence', qui nécessite une adaptation à chaque contexte, quant aux thématiques traitées, qui se doivent d'être pertinentes au regard de la réalité des jeunes. Les outils pédagogiques utilisés ont été élaborés au fil de ces expériences.

Pourquoi ESSOR trouve-t-il essentiel de travailler avec les adolescents et les jeunes ?

Cette période est essentielle dans la vie d'un homme, d'une femme

Période à risques aussi et qui engage souvent la vie...

Valoriser et mettre à profit l'énergie importante des jeunes

Ils sont vecteurs de changements au sein des communautés

En s'appuyant sur les forces vives des quartiers, les projets visent à :

- Répondre aux besoins de nouveauté et de rêve, mais aussi de repères
- Fournir des outils pour apprendre à bien vivre, avec soi-même et avec les autres
- Partager des valeurs positives

D'une durée de 5 à 6 mois le Parcours Citoyen, pour et avec les adolescents âgés de 13 à 18 ans, se déroule en parallèle de la scolarité², à raison de 2 ateliers thématiques de 3 heures par semaine sur la base d'une pédagogie ludique et interactive centrée sur le jeune, avec de nombreuses activités extérieures éducatives, culturelles et/ou sportives (visites, échanges, théâtre, danse, sport...).

¹ La vulnérabilité est mesurée par la fiche socio-économique ESSOR.

² Mais les jeunes non scolarisés sont aussi bienvenus.

L'égalité entre les sexes au cœur de nos préoccupations

Différents types d'ateliers et activités sont ainsi réalisés pour des groupes mixtes de 20 à 30 jeunes dont au moins 50% de filles. Ces ateliers mixtes permettent également de susciter le débat entre filles et garçons et d'apporter une meilleure connaissance et « re » connaissance mutuelle. Certains ateliers, notamment ceux abordant les thèmes de la sexualité et des violences, peuvent également être mis en place en deux temps : de façon mixte pour les aspects généraux, puis par genre pour permettre aux adolescentes de s'exprimer plus librement sur ces thématiques parfois délicates, et pour faciliter une plus grande prise de conscience des situations et de leurs droits.



leurs animateurs. Ainsi, cette réflexion se réalise en parallèle du développement personnel des adolescents. Cette composante comprend les ateliers suivants :

- La découverte des métiers ;
- Etude de marché : enquête sur les possibilités d'emploi ;
- Analyse de l'étude de marché et enquête sur le parcours professionnel ;
- Visite d'un ou de plusieurs centres de formation.

Par exemple, l'atelier « découverte du monde du travail » permet de ce fait aux jeunes de découvrir un ensemble de métiers qu'ils n'imaginent même pas auxquels ils peuvent aspirer. En échangeant directement avec des professionnels, les jeunes avancent dans la formulation, de manière concrète, de leur projet de vie. Cette sensibilisation préprofessionnelle leur permettra aussi de comprendre davantage le marché du travail.

Les objectifs du Parcours Citoyen

En relation aux adolescents et jeunes :

- Stimuler la confiance en soi, l'estime de soi et la conscience de soi.
- Améliorer le niveau de connaissances et compétences.
- Les amener à réfléchir sur leur propre projet de vie et passer du rêve à l'action !
- Inciter une participation plus citoyenne au développement local du quartier.



Critère genre : une attention toute particulière est portée sur la participation des femmes dans toutes les activités du parcours, à hauteur de 50%.

Objectif 5 des Objectifs du Développement Durable : « Parvenir à l'égalité des sexes et autonomiser toutes les femmes et les filles »



L'élaboration du projet de vie et du projet professionnel, un travail transversal :

Dans cette nouvelle version du manuel ado, la question de l'élaboration du projet de vie et professionnelle est transversale. En effet, à compter du 2ème mois, les adolescents auront l'opportunité de participer à un atelier de préprofessionnalisation par mois afin qu'ils puissent au plus tôt commencer à réfléchir à cette question, tout en étant accompagné de



En relation aux parents et adultes référents :

- Impliquer les parents et adultes référents dans l'accompagnement du jeune.
- Susciter le dialogue entre parents et adolescents.
- Améliorer les relations adulte – adolescent.

En relation aux animateurs :

- Former les animateurs du quartier à une pédagogie innovante adaptée au monde des adolescents et des jeunes.
- Former les animateurs à l'éducation positive, de sorte à adopter une posture favorable à l'autonomisation de l'adolescent.
- Former les animateurs du quartier à la notion de genre et au concept des droits de l'enfant.
- Former les animateurs à l'accompagnement des familles.

Les principaux acteurs

Les ONGs:

- s'impliquent et s'engagent dans la préparation, la coordination et la mise en œuvre des projets
- participent aux activités de capitalisation et d'échange d'expériences
- sont garantes de la continuité de l'action en s'appropriant la méthodologie

Les OCBs:

- gèrent les activités éducatives sur le terrain
- assurent une relation de proximité avec les familles
- sont garantes de la continuité de l'action en s'appropriant la méthodologie
- sont accompagnées par ESSOR de manière à être autonomes financièrement et administrativement

Les autorités publiques :

- supervisent les activités éducatives
- participent à la formation des animateurs
- légitiment les actions éducatives et en assurent la pérennité

Les écoles et universités de pédagogie :

- sont partenaires incontournables des projets



Les familles :

- font évoluer leurs connaissances et compétences grâce à leur participation active à des ateliers thématiques
- s'impliquent, de manière volontaire, dans la gestion des activités éducatives

Les clubs des jeunes :

- s'engagent dans leur communauté, en y menant des activités citoyennes : sensibilisations, journées de nettoyages...
- font évoluer leurs compétences humaines et sociales grâce à leur investissement dans le groupe et l'accompagnement d'ESSOR et de ses partenaires
- deviennent des ambassadeurs citoyens au sein de leur communauté

ESSOR et ceux qui nous apportent leur CONFIANCE

Place aux jeunes !

Les jeunes et les adolescents sont des acteurs à part entière des projets.

De plus en plus, il s'agit de mobiliser et intégrer les jeunes dans leurs projets et pratiques organisationnelles, en leur donnant les moyens et outils permettant leur implication dans des dynamiques citoyennes et solidaires.

Au fil de l'évolution des projets, ESSOR a mesuré l'impérieux rôle des jeunes en tant qu'acteurs/actrices clés du changement social et de la solidarité. Souhaitant s'affranchir de leur simple statut de bénéficiaires des programmes qui leur sont destinés, les jeunes citoyen-ne-s démontrent leur envie d'agir qui trouve écho dans l'intérêt grandissant des organisations de la société civile (OSC).

Pour cela, ESSOR a lancé aux équipes de terrain en 2018, le défi de mettre en place des Clubs de jeunes.

En effet, après le Parcours Citoyen, les jeunes sont encouragés à rejoindre les clubs de jeunes (le réseau d'anciens adolescents du Parcours Citoyen) pour exercer leur rôle de citoyens actifs dans la communauté tout en continuant à développer leur propre projet de vie.

Ils définissent eux-mêmes leur plan d'activité et, chaque mois, mettent en place une activité : une action de nettoyage, une sensibilisation dans le quartier par exemple.

Ces jeunes constituent un relais important de la citoyenneté, par leurs actions au sein de la communauté mais également en étant les modèles de leurs cadets. Le club des jeunes leur permet d'approfondir les réflexions sur leur projet de vie, les relations entre les hommes et les femmes, les relations de pouvoir, et leur permet aussi de les stimuler en termes de créativité, de proactivité, et de leadership démocratique.

Ainsi, ils se préparent à la vie active.

Les différentes activités et ateliers proposés
Proposition de planning hebdomadaire¹ :

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
MATIN 9H-12H	Planification hebdomadaire (animateur)	Atelier thématique 1	Visite extérieure (1 fois par mois)	Atelier thématique 2	Activité multiplicatrice (1 fois par mois)	Activité culturelle et/ou sportive (1 fois par semaine)
APRÈS-MIDI	Visite de famille au domicile par l'animateur				Formation continue et échange d'expérience entre animateurs du réseau	Accompagnement des clubs des jeunes

Fréquence :
2 x par semaine

Les ateliers thématiques
> Parce qu'ils ont soif de savoir.

Les ateliers thématiques permettent d'aborder avec les jeunes de nombreux sujets qui les questionnent et sur lesquels ils aspirent à en savoir plus, ces sujets restant non abordés au sein du système éducatif, tels que :

- L'adolescence,
- Les relations de genre et inter-familiales,
- Les droits et devoirs des citoyens,
- Les questions de sexualité et la conscientisation des filles sur leurs droits en matière de sexualité,
- Le VIH/Sida, les MST, la santé reproductive,
- La prévention des violences (notamment envers les femmes et sur les pratiques néfastes telles que les mutilations génitales féminines),
- La protection de l'environnement,
- La culture de la paix, ...

Témoignage d'une maman :
c'est important car ce que ma fille apprend sur le projet va l'aider pour sa vie et cela l'école ne lui enseigne pas ...

Le fait de partager avec d'autres sur des situations difficiles mais courantes et communément admises dans le contexte local permettra de réduire le sentiment d'isolement, d'améliorer l'estime de soi et la capacité à communiquer.
 Des intervenants extérieurs sur certains thèmes clés

¹ Les horaires et activités sont à adapter en fonction du contexte local et de l'activité scolaire des adolescents

viennent enrichir le débat ou apporter des éclaircissements, par exemple sur la santé, la justice, l'environnement.

La pédagogie participative et l'éducation populaire, un enjeu pour l'autonomisation des adolescents



Les animateurs sont formés à mettre en oeuvre une pédagogie participative, mettant l'adolescent en situation de réflexion, et l'encourageant à faire preuve d'esprit critique.

Cette pédagogie permet de faire participer les adolescents, à travers des exercices de groupe, des activités, voire même en participant au choix de la méthodologie adoptée ou du sujet traité. L'utilisation du jeu dans l'apprentissage est également importante : l'adolescent apprend par le jeu, à son rythme, sans même vraiment se rendre compte qu'il apprend.

Elle se démarque des logiques très descendantes de la pédagogie traditionnelle : la pédagogie participative crée une dynamique de groupe positive qui facilite les échanges et les interactions au sein du groupe. Ensuite, elle capte l'attention des adolescents,



booste leur intérêt et leur motivation : ils participent et peuvent même prendre le contrôle de leur apprentissage.

Enfin, l'apprentissage en lui-même se trouve facilité : les adolescents sont plus réceptifs car ils construisent eux-mêmes leur savoir.

En ce sens, notre méthodologie s'appuie également sur les principes de l'éducation populaire car elle s'appuie sur les expériences concrètes des adolescents pour mener une réflexion sur ces expériences menant à l'identification d'actions visant à provoquer un changement positif.

C'est pour cela, qu'il est important de faciliter les déplacements des jeunes dans la salle lors des dynamiques de groupe, et de permettre la prise de notes sans que la salle ait un aspect trop scolaire. Les chaises sont disposées le plus souvent en forme de U afin de faciliter les échanges entre tous les jeunes et l'animateur. La session commence toujours par un jeu et par la désignation du leader du jour qui va assister l'animateur.

Des ateliers pratiques complètent ces ateliers thématiques et permettent aux jeunes de consolider leurs connaissances et compétences humaines et sociales. Pour cela, différentes activités sont pensées pour amener le jeune à sortir au-delà de la salle du Parcours Citoyen.

Fréquence :
1 x par mois

Les activités multiplicatrices de connaissance
> Parce que c'est bon de partager ce que l'on a appris.

Activités dans lesquelles le jeune devient lui-même acteur et 'multiplie' ses connaissances auprès d'autres personnes dans les écoles, le quartier, la communauté. Les activités « multiplicatrices » sont réalisées par et avec les jeunes en relation avec chaque thème du PC. Cela permet au jeune d'être lui-même acteur et multiplicateur au sein de sa communauté, ainsi qu'à d'autres jeunes de tirer profit des Parcours Citoyens. Ceci se fait via diverses approches ; événements communautaires, présentations théâtrales, lectures de poèmes originaux, danses traditionnelles, expositions d'affiches ou de photos, publications des bulletins d'information, émissions de radio...et sur des thèmes variés (droits et devoirs d'un adolescent et d'un citoyen, santé, prévention de la violence...). Cette approche 'Child to Child' qui a fait ses preuves est porteuse de réels changements de comportement.



Pièce de théâtre réalisée par les adolescents pour sensibiliser sur le thème de la violence

Approche 'Child to Child' au cœur de notre méthode

Les jeunes participent activement à leur propre développement et au développement des autres enfants. Il est valorisé, et prend confiance en lui, ce qui l'encourage à devenir un citoyen actif au sein de sa propre communauté et le responsabilise dans son rôle « d'ambassadeur citoyen ».

Fréquence :
1 x par mois

Les visites extérieures :
> Pour répondre à l'envie de sortir et tisser du lien social.

Le jeune aspire à sortir ! Les visites extérieures se font soit par des visites/rencontres, soit par la venue d'un intervenant sur le thème du mois. Exemple : visite à l'Université, à la Ligue des Droits de l'Homme, au centre de planning familial, au centre de dépistage du VIH, à la radio...



Fréquence :
1 x par mois

Les activités culturelles et sportives
> Le goût de l'effort et de la créativité.

Les activités culturelles et sportives se déroulent 1 fois par semaine avec l'appui du réseau des anciens. Les sports collectifs et les grands jeux coopératifs (foot, volley...) sont privilégiés car ils permettent de travailler l'intégration du jeune au sein d'un groupe en lui apprenant le respect de l'autre et des règles. Ils créent également des liens entre les jeunes des différents quartiers, permettant de travailler la gestion des rivalités. Des tournois sportifs sont organisés.

Des cours de danse et de musique traditionnelles peuvent également être mis en place dans ce cadre.



Cela permet aux jeunes de renforcer les liens avec leurs cultures en apprenant les danses des différentes ethnies, et de ce fait leur histoire.

COURSE D'ORIENTATION DANS LES QUARTIERS

En 2011, les associations de quartier du Bairro Militar, en Guinée-Bissau, ont imaginé une activité de course de découverte du quartier avec l'appui d'une volontaire et des animateurs des associations. 80 jeunes y ont participé !

La course comportait 10 étapes symbolisant différents lieux importants de la vie du quartier : école primaire, église, mosquée, marché, terrain sportif, jardins potagers communautaires, poste de police, lieu de culte animiste (Baloba), terminus des transports collectifs et taxis de Bissaque.

A chaque étape chacun des 7 groupes d'adolescents gagnait une "clé" symbolique et devait deviner l'étape suivante, la réussite de l'ensemble des étapes leur donnant accès, une fois



revenus au Centre, à tous les "coffres" contenant des bandes de tissus colorés sur lesquels étaient écrits des concepts évoquant les 5 valeurs du Parcours Citoyen et que les adolescents ont été accrocher sur les murs de la salle d'atelier.

Les habitants du quartier, qu'ils soient commerçants, policiers, bénévoles de lieux de cultes ou simplement habitants, se sont prêtés au jeu avec enthousiasme pour l'organisation des jeux (jeux coopératifs, de calcul, de logique, de connaissances), interviews par les adolescents et mini défis sportifs. (Cf. l'article sur la Méthodologie de la course orientation en annexe).

Depuis, toutes associations des quartiers d'intervention de Guinée-Bissau ont répliqué cette activité permettant aux adolescents de connaître leur culture, leur histoire, leurs traditions.

Les événements festifs

> *Parce qu'on apprend mieux quand on a du plaisir !*

Des événements exceptionnels organisés avec les adolescents, le plus souvent en relation avec le calendrier des journées internationales : journée de l'enfant africain le 16 juin, journée mondiale contre le Sida le 1er décembre, journée de la femme le 8 mars (échange sportif entre les adolescents du parcours et des clubs des jeunes) et le carnaval en février (échanges et représentations de danses et musiques entre les groupes culturels créé par les jeunes du parcours et les autres groupes culturels de la communauté).

PHILOSOPHIE D'ACTION EN 9 POINTS :

1. **Implication directe et accompagnement** des acteurs locaux et des populations dans le processus d'élaboration et de gestion de projet (pour une réelle appropriation) ;
2. **Éducation par les pairs** : effet multiplicateur au sein de la communauté du jeune pour le jeune ;
3. **Responsabilisation des parents** ;
4. **Formation initiale et continue** des animateurs locaux (en pédagogie, planification, techniques d'animation, etc.)
5. **Accompagnement social et professionnel des jeunes et de leurs familles** : via les différents secteurs d'ESSOR BIOSP, FIP, Agri
6. **Accompagnement des jeunes après le PC** : au sein des clubs des jeunes
7. **Suivi régulier et de proximité** (outils spécifiques: rapports techniques mensuels, tableaux quantitatifs, budget, visites à domicile, ...)
8. **Échanges d'expériences et travail en réseau** des différents acteurs ;
9. **Capitalisation des expériences** pour répliquer.

Les différentes étapes

1. Sélection et formation initiale des animateurs

Des animateurs, à raison de 2 par groupe de 20 à 30 adolescents sont sélectionnés selon des critères préétablis. Dans un souci de pérennisation des actions, les animateurs sont recrutés localement dans le quartier d'intervention. Ils suivent alors une formation initiale (environ 50h) pour accompagner le jeune dans le Parcours Citoyen et la réflexion sur son projet de vie.

Tout au long du Parcours Citoyen, les animateurs suivront une formation continue qui leur permettra de renforcer leur apprentissage, de réfléchir à leur pratique, de faire des ateliers simulés et d'ainsi de faire évoluer leurs compétences.

Pour cela, le manuel de formation des animateurs du Parcours Citoyen est à disposition des équipes techniques pour pouvoir faire correspondre la formation des animateurs à leurs besoins.

Critères de sélection de l'animateur :

- Avoir un niveau d'étude correspondant à la 2nde (minimum) ;
- Vivre dans la communauté/quartier
- Posséder de l'expérience communautaire
- Avoir un intérêt pour le travail avec et pour les adolescents
- Être majeur (au moins 18 ans)
- Être disponible.



2. Identification et sélection des adolescents SENSIBILISATION/MOBILISATION DE LA COMMUNAUTE

Les animateurs identifient les jeunes au sein des quartiers d'intervention, en réalisant des visites de famille pour privilégier les familles les plus vulnérables. Au préalable, ils réalisent des sensibilisations dans les quartiers pour pouvoir informer et mobiliser la communauté.

Critères de sélection du jeune :

- Avoir entre 13 et 18 ans
- Vivre dans la communauté
- Volonté de participer aux activités proposées, d'être ponctuel et assidu.

La signature d'un "contrat d'engagement" entre l'adolescent, l'animateur, le parent et le coordinateur(trice) du projet est prévu au moment de l'inscription.

3. Réalisation d'un Parcours Citoyen de 5 mois

L'impact de ce travail éducatif sera évalué à partir de pré et post tests réalisés auprès des jeunes pour mesurer l'évolution des connaissances et compétences et analyser les principales avancées.

4. Accompagnement et formation continue des animateurs

Les animateurs sont accompagnés au quotidien par une équipe technique (un technicien et/ou un coordinateur éducation), le plus souvent issue d'une ONG partenaire d'ESSOR qui les accompagne dans la mise en œuvre et la gestion des activités et les encadre pour les planifications mensuelles et hebdomadaires des activités.

La formation continue et son rythme dépendent des besoins de formation des animateurs. En effet, les animateurs sont évalués régulièrement, ce qui permet au technicien d'identifier les points à améliorer et établir un plan de formation continue.

Ainsi, l'équipe technique pourra s'appuyer sur le Manuel de formation des animateurs du PC afin de renforcer les capacités des animateurs, tout comme il pourra s'appuyer sur des professionnels d'autres institutions pour renforcer leurs connaissances sur des sujets précis tels que la citoyenneté, la sexualité, la santé, ...

Afin de tester et mesurer l'évolution des compétences des animateurs, tout en leur permettant de progresser, des ateliers de simulation sont réalisés.

Les ateliers de simulation permettent de mettre les animateurs en condition réelle d'animation. Les animateurs animent, devant leurs pairs, un atelier qu'ils

auront préalablement préparé en binôme. Les animateurs, les participants et le formateur font un retour constructif de l'animation.

Le technicien est la personne ressource pour évoquer les situations les plus complexes. L'équipe technique

est accompagnée de manière régulière par un responsable de programmes au siège d'ESSOR et par des missions régulières de suivi, à raison de 2 par an.

Exemple de thèmes proposés en formation continue :

	THÈME	CHARGE HORAIRE	INTERVENANT / INSTITUTION
1	Techniques d'animation	4 h	Equipe technique
2	Relations homme/femme	4 h	Facilitateur de la formation humaine
3	Citoyenneté	4 h	Ligue Nationale des Droits de l'Homme
4	HIV/SIDA et prévention des maladies sexuellement transmissibles	4 h	Infirmier
5	Violence domestique	4 h	Centre d'accès à la justice
6	Communication non-violente et gestion des conflits	8 h	Equipe technique
7	Préservation de l'environnement	4 h	ONG spécialisée
8	Grands jeux sportifs	4 h	Equipe technique

5. Relation de proximité avec les familles : les visites à domicile et les rencontres thématiques

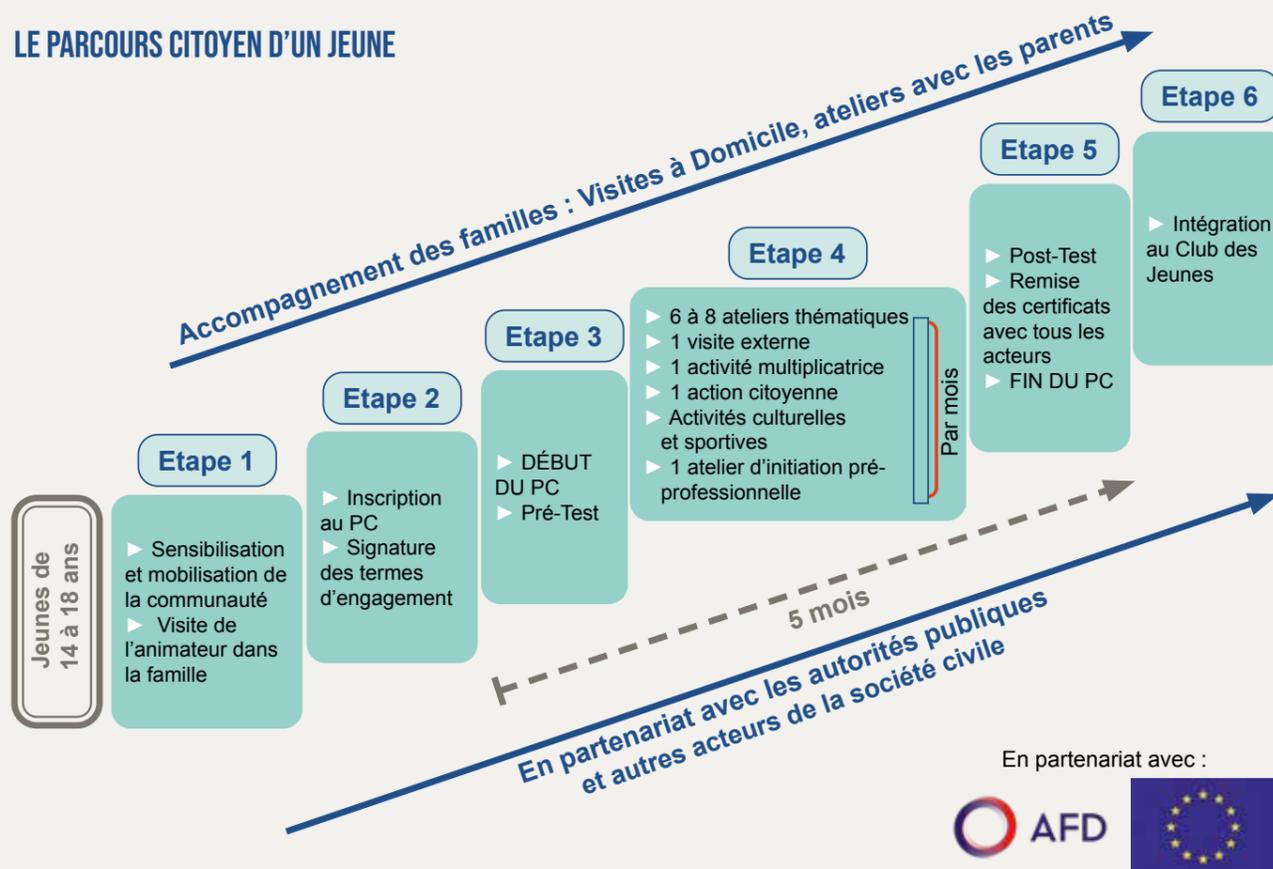
Le travail initial de mobilisation puis mensuel de visites à domicile par l'animateur permet de sensibiliser les

et mettre en place des activités proches de la réalité de nos bénéficiaires.

Par ailleurs, des rencontres sont réalisées tous les mois avec les parents sur les différents thèmes : information et présentation du projet, parcours éducatif et évaluation des changements de comportement chez les adolescents, communication non violente, relation parent-jeune, droits et devoirs des enfants, les relations homme-femme, la gestion des déchets, ...



LE PARCOURS CITOYEN D'UN JEUNE



Le rôle de la famille dans le projet :

La famille constitue la base fondamentale qui accompagne et oriente chaque être humain tout au long de sa vie. C'est l'élément le plus important du développement humain et garant de son équilibre physique, psychologique et émotionnel.

A l'adolescence, malgré le désir d'indépendance du jeune, la famille a encore une grande influence et autorité sur ses choix.

Collaborer avec la famille, échanger, dialoguer, écouter, c'est mettre toutes les chances de notre côté pour qu'elle et l'adolescent adhèrent au projet et participent de manière active et volontaire au Parcours Citoyen. C'est s'assurer également la construction d'une relation de confiance pour pouvoir venir en aide et orienter la famille si besoin.

familles à la philosophie de projet et maintenir un contact avec les familles, celles-ci constituant des partenaires privilégiées. Le but est d'assurer un suivi de qualité des jeunes dans leur famille et de pouvoir évoquer et faire évoluer les difficultés qu'ils rencontrent.

Pour renforcer l'adhésion des familles au principe du parcours, renforcer leur soutien à la démarche de l'adolescent d'y participer, et de ce fait prévenir les désistements, sont réalisées régulièrement des visites à domicile pour dialoguer avec le jeune et sa famille.

Ainsi, en construisant une relation de confiance avec la famille dans un climat informel, les visites à domicile permettent à l'animateur de connaître la réalité des conditions de vie des familles bénéficiaires afin de les orienter et les accompagner sur des questions sociales

LA CHARTE DE L'ANIMATEUR

- L'animateur fait preuve d'empathie

Il est capable de ressentir les émotions, les sentiments, les expériences d'une autre personne ou de se mettre à sa place.

- L'animateur est bienveillant

Il veille au bien-être des membres du groupe, met en œuvre des actions pour favoriser l'évolution positive de chacun.

Il reconnaît le mérite de chacun et critique rarement ouvertement et négativement.

Il privilégie la critique constructive.

- L'animateur est à l'écoute et le montre

Il reformule, il synthétise, il invite à aller plus loin.

- L'animateur est un communicant

Il a une élocution fluide et claire, un ton adapté au public, un discours simple et audible.

Il a une expression du visage en accord avec ce qui est dit, il sourit pour créer l'adhésion.

Il est dynamique : il se déplace dans la salle, attire le regard et relance l'attention.

Il adapte son langage, il questionne, il utilise un vocabulaire positif et donne des consignes claires.

- L'animateur est respectueux

Il respecte la singularité de tous les participants, leurs opinions.

- L'animateur est stimulant

Il favorise la parole de TOUS et les échanges (tout en cadrant la parole de manière diplomate et en gérant le temps).

Il met en place une hiérarchie horizontale.

Il laisse la place aux participants afin qu'ils soient acteurs de leur apprentissage.

- L'animateur est objectif (neutre)

Il ne prend pas parti.

- L'animateur instaure un climat de confiance et de sympathie

Il prend en compte les attentes et besoins des participants.

Il encourage, guide, rassure, félicite.

Il favorise l'auto-estime des participants.

Il valorise les réponses positives et réajuste les réponses inexacts.

- L'animateur est exemplaire

Il est le modèle, il fait ce qu'il dit et évite les comportements qu'il condamne.

- L'animateur est humble

Il ne sait pas tout et l'admet ! Il peut faire appel à des personnes 'expertes' pour animer certaines thématiques.

Il admet ouvertement ses erreurs

- L'animateur est créatif

Il a des idées nouvelles et intéressantes et les met en œuvre

Les outils

N°	OUTIL	OBJECTIF	QUAND ?	QUI ?	ETAPE SUIVANTE	RECOMMANDATION
1	LA PHOTO DE FAMILLE	Identifier les familles d'adolescents les plus vulnérables	1 mois avant le début du parcours	Animateur	Identifier et sélectionner les jeunes qui rentrent dans les critères	Sélectionner un nombre supérieur de jeunes au résultat espéré, car il y a toujours des désistements en cours de parcours
2	FICHE D'INSCRIPTION	Inscrire le jeune et mieux connaître son profil	1 ^{er} mois du parcours	Animateur	Compiler les données	Etablir une base de données des adolescents inscrits au PC
3	TERMES D'ENGAGEMENT	Responsabiliser le jeune et la famille	1 ^{er} mois du parcours	Animateur	Archiver ce document avec tous les documents officiels du jeune	Faire comprendre les concepts de responsabilité et coût de ce parcours à l'adolescent et sa famille
4	ENQUÊTE SOCIO-ÉCONOMIQUE	Connaître le profil socio-économique des bénéficiaires	1 mois après le début du parcours	Animateur	Compiler les données et rédiger un document d'analyse synthétique	Avoir des données pertinentes pour l'élaboration de projets
5	ROUTINE JOURNALIÈRE	Dynamiser un atelier	A chaque atelier thématique	Animateur		Responsabiliser un leader du jour à chaque atelier
6	VISITE PÉDAGOGIQUE	Evaluer la méthode pédagogique de l'animateur + inciter l'auto-évaluation	1 fois par mois	Technicien ou autre référent (ESSOR)	Prendre en compte les recommandations pour s'améliorer	Inciter chaque animateur à prendre du temps pour observer et prendre du recul pour s'autoévaluer
7	ENTRETIEN INDIVIDUEL	Connaître le jeune pour mieux l'accompagner dans son insertion sociale	2 à 3 fois durant le PC	Animateur	Archiver ce document avec tous les documents officiels du jeune	Orienter les jeunes ayant des situations particulièrement difficiles vers d'autres services sociaux.
8	FICHE DE FRÉQUENCE	Avoir une vision claire de la participation hebdomadaire dans les ateliers	A chaque atelier	Animateur	Compiler les données et établir le % de participation mensuelle, en incluant le % de participation des filles (indicateur genre)	Point clé de vigilance avec les équipes : la fiabilité des données
9	PRÉ ET POST TEST	Evaluer l'évolution des jeunes en termes de connaissance et comportement	Au début et à la fin du parcours	Animateur	Compiler les données	Prévoir un test sous forme orale pour ceux qui ne savent pas bien lire ni écrire
10	PARCOURS CITOYEN	Avoir une vision claire de toutes les activités du parcours	Tout au long du parcours	Animateur	Réaliser une évaluation bilan en fin de parcours avec toute l'équipe	Sélectionner une ou 2 recommandations à appliquer pour améliorer le parcours



ESSOR France siège
92, rue de la Reine Astrid
59700 Marcq en Baroeul France
0033 (0) 3 20 83 04 15
contact@ong-essor.org
www.essor-ong.org

Avec le soutien de :

